

THIỆN PHÚC

SƠ LƯỢC VỀ KINH LĂNG GIÀ & NHỮNG GIÁO PHÁP QUAN TRỌNG TRONG BỘ KINH NÀY

**(SUMMARIES OF THE LANKAVATARA SUTRA
& IMPORTANT TEACHINGS IN THIS SUTRA)**



Copyright © 2025 by Ngoc Tran. All rights reserved.

No part of this work may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying and recording, or by any information storage or retrieval system without the prior written permission of the author, except for the inclusion of brief quotations. However, staff members of Vietnamese temples who want to reprint this work for the benefit of teaching of the Buddhadharma, please contact Ngoc Tran at (714) 778-2832.

Mục Lục

<i>Mục Lục</i>	<i>3</i>
<i>Lời Đầu Sách</i>	<i>5</i>
 <i>Chương Một: Đức Phật Thích Ca Mâu Ni & Sự Khai Sanh Của Thiền Định</i>	 <i>11</i>
<i>Chương Hai: Đại Cương Về Thiền Định</i>	<i>19</i>
<i>Chương Ba: Thiền Trong Giáo Lý Đạo Phật</i>	<i>25</i>
<i>Chương Bốn: Kinh Luận Về Thiền Trong Phật Giáo</i>	<i>31</i>
<i>Chương Năm: Tóm Lược Về Cốt Lõi Giáo Thuyết Thiền Tông Phật Giáo</i>	<i>45</i>
<i>Chương Sáu: Bức Thông Điệp Vô Giá Của Đức Phật Về Tu Tập Thiền</i>	<i>75</i>
<i>Chương Bảy: Hình Ảnh Của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni Theo Quan Điểm Thiền Tông</i>	<i>79</i>
<i>Chương Tám: Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma: Người Truyền Trao Kinh Lăng Già Cho Nhị Tổ Huệ Khả</i>	<i>81</i>
<i>Chương Chín: Kinh Lăng Già: Một Trong Những Triết Lý Cao Tuyệt Trong Đạo Phật</i>	<i>85</i>
<i>Chương Mười: Duy Tâm Duy Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>87</i>
<i>Chương Mười Một: Bốn Nguyên Nhân Khơi Dậy Nhãn Căn Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>97</i>
<i>Chương Mười Hai: Sáu Luận Chứng Về Duy Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>99</i>
<i>Chương Mười Ba: Tam Tự Tính Tướng Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>105</i>
<i>Chương Mười Bốn: Tám Nghĩa Của Duy Tâm Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>109</i>
<i>Chương Mười Lăm: Pháp Giới Duy Tâm Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>113</i>
<i>Chương Mười Sáu: Tám Tánh Của Pháp Thân Như Lai Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>121</i>
<i>Chương Mười Bảy: Năm Loại Duy Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>125</i>
<i>Chương Mười Tám: Tam Chứng Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>129</i>
<i>Chương Mười Chín: Tám Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>137</i>
<i>Chương Hai Mươi: Hai Loại Vận Hành Của Tâm</i>	<i>147</i>
<i>Chương Hai Mươi Một: Nhị Trí Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>149</i>
<i>Chương Hai Mươi Hai: Nhị Vô Ngã Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>153</i>
<i>Chương Hai Mươi Ba: Cảnh Giới Như Lai Thánh Trí Tự Giác Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>161</i>
<i>Chương Hai Mươi Bốn: Tướng Danh Ngũ Pháp Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>165</i>
<i>Chương Hai Mươi Lăm: Tâm Cảnh Như Nhất & Bất Khả Phân Ly Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>171</i>
<i>Chương Hai Mươi Sáu: Bốn Thứ Bình Đẳng Của Các Đức Như Lai Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>177</i>
<i>Chương Hai Mươi Bảy: Năm Đẳng Cấp Chứng Sanh Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>181</i>
<i>Chương Hai Mươi Tám: Tam Chứng Ba La Mật Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>185</i>
<i>Chương Hai Mươi Chín: Lục Căn Nhân & Tứ Trợ Duyên Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	<i>189</i>

<i>Chương Ba Mười: Tướng Danh Ngũ Pháp Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	195
<i>Chương Ba Mười Một: Vọng Tưởng Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	199
<i>Chương Ba Mười Hai: Tam Chứng Hiện Hữu Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	203
<i>Chương Ba Mười Ba: Tám Lý Do Không Nên Ăn Thịt Súc Vật Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	205
<i>Chương Ba Mười Bốn: Tam Giới Duy Nhất Tâm Hay Tâm Ngoại Vô Pháp</i>	209
<i>Chương Ba Mười Lăm: Thất Chứng Không Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	211
<i>Chương Ba Mười Sáu: Tự Tánh Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	215
<i>Chương Ba Mười Bảy: Chánh Pháp Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	219
<i>Chương Ba Mười Tám: Tạng Nghiệp Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	225
<i>Chương Ba Mười Chín: Tu Tập Tâm Ý Thanh Tịnh Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	239
<i>Chương Bốn Mười: Quán Tưởng Ba Đối Tượng Về Trí Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	243
<i>Chương Bốn Mười Một: Bốn Loại Thiền Định Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	247
<i>Chương Bốn Mười Hai: Thiền Bắc Tông & Tiệm Ngộ Ảnh Hưởng Từ Kinh Lăng Già & Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma</i>	253
<i>Chương Bốn Mười Ba: Như Lai Tạng Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	259
<i>Chương Bốn Mười Bốn: Niết Bàn Chính Là Tách Xa Cái Mạt Na Thức Phân Biệt Sai Lầm</i>	263
<i>Chương Bốn Mười Lăm: Một Khi Đã Xả Bỏ Tầng Thức, Mạt Na Thức Không Còn Chấp Ngã, Sáu Thức Trước Sẽ Tự Nhiên Chết</i>	269
<i>Chương Bốn Mười Sáu: Tu Tập Đắc Hậu Đắc Vô Lậu Trí Đồng Nghĩa Với Không Còn Mạt Na Thức</i>	275
<i>Chương Bốn Mười Bảy: Tu Tập Với Tâm Vô Phân Biệt Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	277
<i>Chương Bốn Mười Tám: Bồ Tát Nguyên Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	285
<i>Chương Bốn Mười Chín: Bồ Tát Thừa và Nhị Thừa Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già</i>	289
<i>Chương Năm Mười: Hương Thiền Trong Kinh Lăng Già</i>	295
<i>Tài Liệu Tham Khảo</i>	313

Lời Đầu Sách

Người ta nói kinh Lăng Già được đức Phật thuyết giảng trên đảo Lăng Già, bây giờ là Tích Lan. Kinh Lăng Già là giáo thuyết triết học được Đức Phật Thích Ca Mâu Ni thuyết trên núi Lăng Già ở Tích Lan. Có lẽ kinh này được soạn lại vào thế kỷ thứ tư hay thứ năm sau Tây Lịch. Kinh nhấn mạnh về tám thức, Như Lai Tạng và “tiệm ngộ,” qua những tiến bộ từ từ trong thiền định; điểm chính trong kinh này coi kinh điển là sự chỉ bày như tay chỉ; tuy nhiên đối tượng thật chỉ đạt được qua thiền định mà thôi. Kinh có bốn bản dịch ra Hán tự, nay còn lưu lại ba bản. Bản dịch đầu tiên do Ngài Pháp Hộ Đàm Ma La sát dịch giữa những năm 412 và 433, nay đã thất truyền; bản thứ nhì do ngài Cầu Na Bát Đà La dịch vào năm 443, gọi là Lăng Già A Bát Đa La Bảo Kinh, gồm 4 quyển, còn gọi là Tứ Quyển Lăng Già; bản thứ ba do Ngài Bồ Đề Lưu Chi dịch sang Hán tự vào năm 513, gồm 10 quyển, gọi là Nhập Lăng Già Kinh; bản thứ tư do Ngài Thực Xoa Nan Đà dịch vào những năm 700 đến 704 đời Đường, gọi là Đại Thừa Nhập Lăng Già Kinh, gồm 7 quyển, nên còn gọi là Thất Quyển Lăng Già. Đây là một trong những bộ kinh mà hai trường phái Du Già và Thiền tông lấy làm giáo thuyết căn bản. Kỳ thật bộ kinh này được Tổ Bồ Đề Đạt Ma chấp thuận như là bộ giáo điển được nhà Thiền thừa nhận. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã tiên đoán rằng, “về sau này tại miền nam Ấn Độ sẽ xuất hiện một vị đại sư đạo cao đức trọng tên là Long Thọ. Vị này sẽ đạt đến sơ địa Bồ Tát và vãng sanh Cực Lạc.” Đây là một trong những bản kinh quan trọng trong trường phái Thiền Đại thừa. Người ta cho rằng đây là kinh văn trả lời cho những câu hỏi của Bồ Tát Mahamati. Kinh còn thảo luận rộng rãi về học thuyết, bao gồm một số giáo thuyết liên hệ tới trường phái Du Già. Trong số đó giáo thuyết về “Bát Thức,” mà căn bản nhất là “Tàng Thức,” gồm những chủng tử của hành động. Kinh văn nhấn mạnh về tư tưởng “Thai Tạng” vì sự xác nhận rằng tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, và Phật tánh ấy chỉ hiển lộ qua thiền tập. Kinh Lăng Già có ảnh hưởng rất lớn tại các xứ Đông Á, đặc biệt là trong các trường phái về Thiền.

Nói về tâm, trong Kinh Lăng Già, Đức Phật đã nhắc nhở Ngài Mahamati: “Này Mahamati, huyền ảo không tạo ra các sai lầm, vì các sai lầm phát xuất từ sự phân biệt hư vọng. Sự vô minh đã cấu trúc phàm phu tạo ra sự phân biệt sai lầm về tự tính. Tức là, vì quá mê đắm

vào các phạm trù hữu và phi hữu, sinh và diệt, sự tạo lập và sự hủy hoại, vân vân, vốn là những sản phẩm của phân biệt, nên chúng ta không thể nhìn suốt vào chân lý và thực tính của các sự vật, chúng ta phải thoát ra khỏi sự câu thúc của cái gọi là sự cần thiết thuộc luận lý về những đối lập và quay trở về với kinh nghiệm cơ bản nếu như chúng ta có được mà nhìn thấy và diễn dịch các sự vật bằng cái trí huệ được hiển lộ ở trong kinh nghiệm cơ bản này, vốn không thuộc luận lý mà phát sinh do tu tập, mà ta thủ đắc được sự hiện hữu trong ý nghĩa chân thật của nó, tất cả mọi giàn giá và kiến trúc của tri thức do đó mà bị phá vỡ, và điều được gọi là cái trí vô phân biệt sẽ tỏa sáng, và kết quả là chúng ta thấy rằng tất cả các sự vật là không sinh ra, không được tạo lập và không bao giờ tiêu diệt; và thấy rằng mọi tướng trạng đều giống như những hình tượng được tạo ra bằng ảo thuật, hay giống như một giấc mộng, những cái bóng được phản chiếu trên mặt tấm màn của sự tịch tĩnh miên trường. Điều này cũng chưa phải là sự thủ đắc toàn hảo. Muốn được toàn hảo thì ngay cả tấm màn thường hằng cũng phải bị loại bỏ, và chỉ có như thế thì vô minh mới bị xua tan vĩnh viễn để cho chúng ta hoàn toàn tự tại, không còn bị trở ngại trong cái thấy và hành động của chúng ta.” Cũng theo kinh Lăng Già, có ba loại trạng thái tâm. *Thứ nhất là Chân Tâm*: Còn gọi là Như Lai tạng, tự tính thanh tịnh không uế nhiễm, hay thức A Lại Da, hay thức thứ tám. *Thứ nhì là Hiện Tâm*: Còn gọi là Tạng Thức hay chân tâm cùng với vô minh hòa hợp mà sinh ra pháp nhiễm, tịnh, xấu tốt. *Thứ ba là Phân Biệt Sự Tâm*: Còn gọi là Chuyển Thức, do thức với cảnh tướng bên ngoài làm duyên hiện lên mà phát sinh từ ngũ quan (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân). Trong Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, Thiền Sư D.T. Suzuki đã phân biệt hai loại vận hành của tâm: *Thứ nhất là Vận Hành Tùy Thuộc vào Tâm Phân Biệt*: Còn gọi là sự phân biệt trí, được hàng nhị thừa nhận biết. Nó được gọi là Ứng Thân hay cái thân đáp ứng. Vì họ không biết rằng đây là do cái tâm sinh khởi hay chuyển thức phóng chiếu ra, nên họ tưởng nó là cái gì ở bên ngoài họ, và khiến cho nó mang một hình tướng có thân thể mà không thể có một cái biết thông suốt về bản chất của nó. *Thứ nhì là Vận Hành Tùy Thuộc Vào Nghiệp Thức*: Đây là loại vận hành xuất hiện với tâm Bồ Tát nào đã nhập vào con đường Bồ Tát tính cũng như đối với tâm của những vị đã đạt đến địa cao nhất. Loại này được gọi là Báo Thân. Cái thân có thể nhìn thấy được trong vô số hình tướng, mỗi hình tướng có vô số nét, và mỗi nét cao vời vợi vô số cách, và cái thể

giới trong đó thân trú ngụ cũng được trang nghiêm theo vô số thể cách. Vì thân thể hiện khắp mọi nơi nên nó không có giới hạn nào cả, nó có thể không bao giờ suy diệt, nó vượt khỏi mọi hoàn cảnh. Tùy theo yêu cầu của chúng sanh tín thủ. Nó không bị đoạn diệt cũng không biến mất. Những đặc điểm ấy của thân là những kết quả huân tập của những hành động thuần khiết như các đức hạnh toàn hảo hay Ba La Mật, và cũng là sự huân tập vi diệu vốn sẵn có trong Như Lai Tạng. Vì có được các tính chất vô lượng an lạc như thế nên nó được gọi là Báo Thân. *Thứ ba là Tâm Luôn Vận Hành Không Ngăn Ngại*: Khi nói đến tâm, người ta nghĩ đến những hiện tượng tâm lý như cảm giác, tư tưởng và nhận thức, cũng như khi nói đến vật, chúng ta nghĩ ngay đến những hiện tượng vật lý như núi, sông, cây, cỏ, động vật. Như vậy là khi chúng ta nói đến tâm hay vật, chúng ta chỉ nghĩ đến hiện tượng (tâm tượng và cảnh tượng), chứ không nói đến tâm thể và vật thể. Chúng ta thấy rằng cả hai loại hiện tượng (tâm tượng và cảnh tượng) đều nương nhau mà thành, và thể tính của chúng là sự tương duyên, vậy sao chúng ta không thấy được rằng cả hai loại hiện tượng đều cùng một thể tính? Thể tính ấy có người thích gọi là “tâm”, có người thích gọi là “vật,” có người thích gọi là “chân như.” Dầu gọi là cái gì đi nữa, chúng ta không thể dùng khái niệm để đo lường thể tánh này được. Vì thể tánh ấy không bị ngăn ngại hoặc giới hạn. Từ quan điểm hợp nhất, người ta gọi nó là “Pháp thân.” Từ quan điểm nhị nguyên, người ta gọi nó là “Tâm không ngăn ngại” đối mặt với “thế giới vô ngại.” Kinh Hoa Nghiêm gọi nó là Tâm vô ngại và cảnh vô ngại. Cả hai dung hợp nhau một cách viên mãn nên gọi là “tâm cảnh viên dung.”

Cũng theo kinh Lăng Già, hệ thống năm căn thức phân biệt cái gì thiện với cái gì không thiện. Mạt Na Thức phối hợp với năm căn thức thủ chấp các hình sắc và tướng trạng trong khía cạnh đa phức của chúng; và không có lúc nào ngưng hoạt động cả. Điều này ta gọi là đặc tính sát na chuyển (tạm bợ của các thức). Toàn bộ hệ thống các thức này bị khuấy động không ngừng và vào mọi lúc giống như sóng của biển lớn. *Nói về mạt na thức*, trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mạt na thức phân biệt sai lầm. Vì mạt na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mạt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng

về “tôi và của tôi,” mặt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mặt na và mặt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ-citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mặt na thức.” *Nói về tạng thức*, trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Nầy Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân nầy mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’” *Nói về Niết Bàn*, theo Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo Mahamati: “Nầy Mahamati, Niết Bàn nghĩa là thấy suốt vào trú xứ của thực tính trong ý nghĩa chân thật của nó. Trú xứ của thực tính là nơi mà một sự vật tự nó trú. Trú trong chính cái chỗ của mình nghĩa là không xao động, tức là mãi mãi tĩnh lặng. Nhìn thấy suốt vào trú xứ của thực tính đúng như nó nghĩa là thông hiểu rằng chỉ có cái được nhìn từ chính tâm mình, chứ không có thế giới nào bên ngoài như thế cả.” Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mặt na thức phân biệt sai lầm. Vì mặt na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mặt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng phân biệt sai lầm.”

Quyển sách nhỏ có tựa đề “Sơ Lược Về Kinh Lăng Già & Những Giáo Pháp Quan Trọng Trong Bộ Kinh Nầy” này không phải là một nghiên cứu thâm sâu về giáo lý thiền trong kinh Lăng Già, mà nó chỉ đơn thuần vạch ra những giáo pháp quan trọng trong giáo thuyết kinh Lăng Già cho hàng Phật tử chúng ta tu tập theo. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng mục đích của người tu Phật là tự giác, nghĩa là tự giác hay tự quán sát bằng cái trí của chính mình chứ không dựa vào kẻ khác; giác tha (sau khi tự mình đã giác ngộ lại thuyết pháp để giác ngộ cho người khác, khiến họ được khai ngộ và giúp họ rời bỏ mọi mê lầm và khổ não trong vòng luân hồi) rồi cuối cùng mới đi đến giác hạnh

viên mãn, thoát ra khỏi vòng luân hồi sanh tử, đó chính là Niết Bàn đạt được ngay trong kiếp này. Cuộc hành trình từ người lên Phật còn đòi hỏi nhiều cố gắng và hiểu biết liên tục. Chính vì thế mà mặc dù hiện tại đã có quá nhiều sách viết về Phật giáo, tôi cũng mạo muội biên soạn tập sách “Sơ Lược Về Kinh Lăng Già & Những Giáo Pháp Quan Trọng Trong Bộ Kinh Này” song ngữ Việt Anh nhằm phổ biến giáo lý nhà Phật cho Phật tử ở mọi trình độ, đặc biệt là những người sơ cơ. Những mong sự đóng góp nhoi nầy sẽ mang lại lợi lạc cho những ai mong cầu có được cuộc sống an bình, tỉnh thức và hạnh phúc.

Thiện Phúc

Chương Một

Đức Phật & Sự Khai Sanh Của Thiên Định

I. Đức Phật Lịch Sử Thích Ca Mâu Ni:

Đức Phật Lịch Sử là đấng đã hoàn toàn đạt tới Chánh đẳng Chánh giác. Vì thiếu thông tin và sự kiện cụ thể chính xác nên bây giờ chúng ta không có niên đại chính xác liên quan đến cuộc đời của Đức Phật. Người Ấn Độ, nhất là những người dân ở vùng Bắc Ấn, thì cho rằng Đức Phật nhập diệt khoảng 100 năm trước thời vua A Dục. Tuy nhiên, các học giả cận đại đều đồng ý rằng Ngài đã được đản sanh vào khoảng hậu bán thế kỷ thứ bảy trước Tây lịch và nhập diệt 80 năm sau đó. Phật là Đấng Chánh Biến Tri, đản sanh vào năm 623 trước Tây lịch, tại miền bắc Ấn Độ, bây giờ là xứ Népal, một nước nằm ven sườn dãy Hy Mã Lạp Sơn, trong vườn Lâm Tỳ Ni trong thành Ca Tỳ la Vệ, vào một ngày trăng tròn tháng tư. Cách đây gần 26 thế kỷ dòng họ Thích Ca là một bộ tộc kiêu hùng của dòng Sát Đế Lợi trong vùng đồi núi Hy Mã Lạp Sơn. Tên hoàng tộc của Ngài là Siddhartha, và họ của Ngài là Gautama, thuộc gia đình danh tiếng Okkaka của thị tộc Thái Dương. Dòng họ này có một đức vua hiền đức là vua Tịnh Phạn, dựng kinh đô ở Ca Tỳ La Vệ, vị chánh cung của đức vua này là hoàng hậu Ma Gia. Khi sắp lâm bồn, theo phong tục thời ấy, hoàng hậu xin phép đức vua trở về nhà song thân mình ở một kinh thành khác, đó là Devadaha để sanh nở. Giữa đường hoàng hậu muốn nghỉ ngơi trong vườn Lâm Tỳ Ni, một khu vườn tỏa ngát hương hoa, trong lúc ong bướm bay lượn và chim muông đủ sắc màu ca hát như thể vạn vật đều sẵn sàng chào đón hoàng hậu. Vừa lúc bà đứng dưới một tàng cây sala đầy hoa và vin lấy một cành đầy hoa, bà liền hạ sanh một hoàng tử, là người sau này trở thành Đức Phật Cổ Đàm. Đó là ngày rằm tháng tư năm 623 trước Tây lịch. Vào ngày lễ đặt tên, nhiều vị Bà La Môn thông thái được mời đến hoàng cung. Một ẩn sĩ tên A Tư Đà tâu với vua Tịnh Phạn rằng sẽ có hai con đường mở ra cho thái tử: một là thái tử sẽ trở thành vị Chuyển Luân Thánh Vương, hoặc thái tử sẽ xuất thế gian để trở thành một Bạc Đại Giác. A Tư Đà đặt tên thái tử là Sĩ Đạt Đa, nghĩa là “người đạt được ước nguyện.” Thoạt tiên đức vua hài lòng khi nghe điều này, nhưng về sau ngài lo ngại về lời tiên đoán rằng thái

tử sẽ xuất thế và trở thành một vị ẩn sĩ không nhà. Tuy nhiên hoan lạc liền theo bởi sầu bi, chỉ bảy ngày sau khi hoàng tử chào đời, hoàng hậu Ma Gia đột ngột từ trần. Thứ phi Ba Xà Ba Đề, cũng là em gái của hoàng hậu, đã trở thành người dưỡng mẫu tận tụy nuôi nấng thương yêu hoàng tử. Dù sống trong nhung lụa, nhưng tánh tình của thái tử thật nhân từ. Thái tử được giáo dục hoàn hảo cả kinh Vệ Đà lẫn võ nghệ. Một điều kỳ diệu đã xảy ra trong dịp lễ Hạ Điền vào thời thơ ấu của Đức Phật. Đó là kinh nghiệm tâm linh đầu đời mà sau này trong quá trình tìm cầu chân lý nó chính là đầu mối đưa ngài đến giác ngộ. Một lần nhân ngày lễ Hạ Điền, nhà vua dẫn thái tử ra đồng và đặt thái tử ngồi dưới gốc cây đào cho các bà nữ mẫu chăm sóc. Bởi vì chính nhà vua phải tham gia vào lễ cày cấy, nên khi thái tử thấy phụ vương đang lái chiếc cày bằng vàng cùng với quần thần. Bên cạnh đó thái tử cũng thấy những con bò đang kéo lê những chiếc ách nặng nề và các bác nông phu đang nhể nhại mồ hôi với công việc đồng áng. Trong khi các nữ mẫu chạy ra ngoài nhập vào đám hội, chỉ còn lại một mình thái tử trong cảnh yên lặng. Mặc dù tuổi trẻ nhưng trí khôn của ngài đã khôn ngoan. Thái tử suy tư rất sâu sắc về cảnh tượng trên đến độ quên hết vạn vật xung quanh và ngài đã phát triển một trạng thái thiền định trước sự kinh ngạc của các nữ mẫu và phụ vương. Nhà vua rất tự hào về thái tử, song lúc nào ngài cũng nhớ đến lời tiên đoán của ẩn sĩ A Tư Đà. Ngài vây bao quanh thái tử bằng tất cả lạc thú và đám bạn trẻ cùng vui chơi, rất cẩn thận tránh cho thái tử không biết gì về sự đau khổ, buồn rầu và chết chóc. Khi thái tử được 16 tuổi vua Tịnh Phạn sắp xếp việc hôn nhân cho ngài với công chúa con vua Thiện Giác là nàng Da Du Đà La. Trước khi xuất gia, Ngài có một con trai là La Hầu La. Mặc dù sống đời nhung lụa, danh vọng, tiền tài, cung điện nguy nga, vợ đẹp con ngoan, ngài vẫn cảm thấy tù túng như cánh chim lồng cá chậu. Một hôm nhân đi dạo ngoài bốn cửa thành, Thái tử trực tiếp thấy nhiều cảnh khổ đau của nhân loại, một ông già tóc bạc, răng rụng, mắt mờ, tai điếc, lưng còng, nường gầy mà lê bước xin ăn; một người bệnh nằm bên lề rên xiết đau đớn không cùng; một xác chết sinh chương, ruồi bu nặng bắm trông rất ghê tởm; một vị tu khổ hạnh với vẻ trầm tư mặc tưởng. Những cảnh tượng này làm cho Thái tử nhận chân ra đời là khổ. Cảnh vị tu hành khổ hạnh với vẻ thanh tịnh cho Thái tử một dấu chỉ đầu tiên trên bước đường tìm cầu chân lý là phải xuất gia. Khi trở về cung, Thái tử xin phép vua cha cho Ngài xuất gia làm Tăng sĩ

nhưng bị vua cha từ chối. Dù vậy, Thái tử vẫn quyết chí tìm con đường tu hành để đạt được chân lý giải thoát cho mình và chúng sanh. Quyết định vô tiền khoáng hậu ấy làm cho Thái tử Sĩ Đạt Đa sau này trở thành vị giáo chủ khai sáng ra Đạo Phật. Năm 29 tuổi, một đêm Ngài dứt bỏ đời sống vương giả, cùng tên hầu cận là Xa Nặc thắng yên cương cùng trốn ra khỏi cung, đi vào rừng sâu, xuất gia tầm đạo. Ban đầu, Thái tử đến với các danh sư tu khổ hạnh như Alara Kalama, Uddaka Ramaputta, những vị này sống một cách kham khổ, nhịn ăn nhịn uống, dãi nắng dầm mưa, hành thân hoại thể. Tuy nhiên ngài thấy cách tu hành như thế không có hiệu quả, Ngài khuyên nên bỏ phương pháp ấy, nhưng họ không nghe. Thái tử bèn gia nhập nhóm năm người tu khổ hạnh và ngài đi tu tập nhiều nơi khác, nhưng đến đâu cũng thấy còn hẹp hòi thấp kém, không thể giải thoát con người hết khổ được. Thái tử tìm chốn tu tập một mình, quên ăn bỏ ngủ, thân hình mỗi ngày thêm một tiêu tụy, kiệt sức, nằm ngã trên cỏ, may được một cô gái chăn cừu đổ sữa cứu khỏi thân chết. Từ đó, Thái tử nhận thấy muốn tìm đạo có kết quả, cần phải bồi dưỡng thân thể cho khỏe mạnh. Sau sáu năm tầm đạo, sau lần Thái tử ngồi nhập định suốt 49 ngày đêm dưới cội Bồ Đề bên bờ sông Ni Liên tại Gaya để chiến đấu trong một trận cuối cùng với bóng tối si mê và dục vọng. Trong đêm thứ 49, lúc đầu hôm Thái tử chứng được túc mệnh minh, thấy rõ được tất cả khoảng đời quá khứ của mình trong tam giới; đến nửa đêm Ngài chứng được Thiên nhãn minh, thấy được tất cả bản thể và nguyên nhân cấu tạo của vũ trụ; lúc gần sáng Ngài chứng được Lậu tận minh, biết rõ nguồn gốc của khổ đau và phương pháp dứt trừ đau khổ để được giải thoát khỏi luân hồi sanh tử. Thái tử Sĩ Đạt Đa đã đạt thành bậc Chánh Đẳng Chánh Giác, hiệu là Thích Ca Mâu Ni Phật. Ngày thành đạo của Ngài tính theo âm lịch là ngày mồng tám tháng 12 trong lúc Sao Mai bắt đầu lộ dạng. Đức Phật nói: “Ta không phải là vị Phật đầu tiên ở thế gian này, và cũng không phải là vị Phật cuối cùng. Khi thời điểm đến sẽ có một vị Phật giác ngộ ra đời, Ngài sẽ soi sáng chân lý như ta đã từng nói với chúng sanh.” Hai tháng sau khi thành đạo, Đức Phật giảng bài pháp đầu tiên là bài Chuyển Pháp Luân cho năm vị đã từng tu khổ hạnh với Ngài tại Vườn Nai thuộc thành Ba La Nại. Trong bài này, Đức Phật dạy: “Tránh hai cực đoan tham đắm dục lạc và khổ hạnh ép xác, Như Lai đã chứng ngộ Trung Đạo, con đường đưa đến an tịnh, thắng trí, giác ngộ và Niết Bàn. Đây chính là Bát Thánh Đạo gồm

chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định.” Kế đó Ngài giảng Tứ Diệu Đế hay Bốn Sự Thật Cao Thượng: “Khổ, nguyên nhân của Khổ, sự diệt khổ và con đường đưa đến sự diệt khổ.” Liền sau đó, tôn giả Kiều Trần Như chứng quả Dự Lưu và bốn vị còn lại xin được Đức Phật nhận vào hội chúng của Ngài. Sau đó Đức Phật giảng cho Yasa, một công tử vùng Ba La Nại và 54 người bạn khác của Yasa, tất cả những vị này đều trở thành các bậc A La hán. Với sáu mươi đệ tử đầu tiên, Đức Phật đã thiết lập Giáo Hội và Ngài đã dạy các đệ tử: “Ta đã thoát ly tất cả các kiết sử của cõi Trời người, chư vị cũng được thoát ly. Hãy ra đi, này các Tỳ Kheo, vì lợi ích cho mọi người, vì hạnh phúc cho mọi người, vì lòng bi mẫn thế gian, vì lợi ích, an lạc và hạnh phúc của chư Thiên và loài người. Hãy thuyết pháp hoàn thiện ở phần đầu, hoàn thiện ở phần giữa, hoàn thiện ở phần cuối, hoàn hảo cả về ý nghĩa lẫn ngôn từ. Hãy tuyên bố đời sống phạm hạnh hoàn toàn đầy đủ và thanh tịnh.” Cùng với những lời này, Đức Phật đã truyền các đệ tử của Ngài đi vào thế gian. Chính Ngài cũng đi về hướng Ưu Lâu Tần Loa (Uruvela). Nơi đây Ngài đã nhận 30 thanh niên quý tộc vào Tăng Đoàn và giáo hóa ba anh em tôn giả Ca Diếp, chẳng bao lâu sau nhờ bài thuyết giảng về lửa thiêu đốt, các vị này đều chứng quả A La Hán. Sau đó Đức Phật đi đến thành Vương Xá (Rajagaha), thủ đô nước Ma Kiệt Đà (Magadha) để viếng thăm vua Tần Bà Sa La (Bimbisara). Sau khi cùng với quần thần nghe pháp, nhà vua đã chứng quả Dự Lưu và thành kính cúng dường Đức Phật ngôi Tịnh Xá Trúc Lâm, nơi Đức Phật và Tăng chúng cư trú trong một thời gian dài. Tại đây hai vị đại đệ tử Xá Lợi Phất (Sariputra) và Mục Kiền Liên (Maggallana) đã được nhận vào Thánh chúng. Tiếp đó Đức Phật trở về thành Ca Tỳ La Vệ và nhận con trai La Hầu La và em khác mẹ là Nan Đà vào Giáo Hội. Từ giả quê hương, Đức Phật trở lại thành Vương Xá và giáo hóa cho vị trưởng giả tên là Cấp Cô Độc. Nơi đây vị này đã dâng cúng Tịnh Xá Kỳ Viên. Từ sau khi đạt giác ngộ vào năm 35 tuổi cho đến khi Ngài nhập Niết Bàn vào năm 80 tuổi, Ngài thuyết giảng suốt những năm tháng đó. Chắc chắn Ngài phải là một trong những người nhiều nghị lực nhất chưa từng thấy: 45 năm trường Ngài giảng dạy ngày đêm, và chỉ ngủ khoảng hai giờ một ngày. Suốt 45 năm, Đức Phật truyền giảng đạo khắp nơi trên xứ Ấn Độ. Ngài kết nạp nhiều đệ tử, lập các đoàn Tăng Già, Tỳ Kheo và Tỳ Kheo Ni, thách thức hệ thống giai cấp,

giảng dạy tự do tín ngưỡng, đưa phụ nữ lên ngang hàng với nam giới, chỉ dạy con đường giải thoát cho dân chúng trên khắp các nẻo đường. Giáo pháp của Ngài rất đơn giản và đầy ý nghĩa cao cả, loại bỏ các điều xấu, làm các điều lành, thanh lọc thân tâm cho trong sạch. Ngài dạy phương pháp diệt trừ vô minh, đường lối tu hành để diệt khổ, xử dụng trí tuệ một cách tự do và khôn ngoan để có sự hiểu biết chân chánh. Đức Phật khuyên mọi người nên thực hành mười đức tính cao cả là từ bi, trí tuệ, xả, hỷ, giới, nghị lực, nhẫn nhục, chân thành, cương quyết, thiện ý và bình thản. Đức Phật chưa hề tuyên bố là Thần Thánh. Người luôn công khai nói rằng bất cứ ai cũng có thể trở thành Phật nếu người ấy biết phát triển khả năng và dứt bỏ được vô minh. Khi giác hạnh đã viên mãn thì Đức Phật đã 80 tuổi. Đức Phật nhập Niết Bàn tại thành Câu Thi Na, để lại hàng triệu tín đồ trong đó có bà Da Du Đà La và La Hầu La, cũng như một kho tàng giáo lý kinh điển quý giá mà cho đến nay vẫn được xem là khuôn vàng thước ngọc. Nói tóm lại, có tám thời kỳ trong cuộc đời Đức Phật hay Bát Tướng Thành Đạo. Thứ nhất là Đâu Suất lai nghinh tướng (Xuống từ cung trời Đâu Suất). Thứ nhì là thuyết pháp cho chư thiên trên cung trời Đâu Suất. Thứ ba là nhập thai nơi Hoàng Hậu Ma Da. Thứ tư là tại vườn Lâm Tỳ Ni viên giáng sanh tướng. Thứ năm là du thành xuất gia tướng (xuất gia tu hành năm 29 tuổi). Thứ sáu là thành đạo sau 6 năm khổ hạnh (Bồ đề thọ hạ hàng ma Thành đạo tướng). Thứ bảy là tại Lộc Dã Uyển chuyển Pháp luân tướng (Chuyển Pháp Luân và Thuyết pháp). Thứ tám là nhập diệt năm 80 tuổi.

II. Sơ Lược Về Sự Khai Sanh Của Thiên Định Trong Đạo Phật:

Sau khi Thái tử Tất Đạt Đa dứt bỏ đời sống vương giả, cùng tên hầu cận là Xa Nặc thắng yên cương cùng trốn ra khỏi cung, đi vào rừng sâu, xuất gia tầm đạo. Ban đầu, Thái tử đến với các danh sư tu khổ hạnh như Alara Kalama, Uddaka Ramaputta, những vị này sống một cách kham khổ, nhịn ăn nhịn uống, dãi nắng dầm mưa, hành thân hoại thể. Tuy nhiên ngài thấy cách tu hành như thế không có hiệu quả, Ngài khuyên nên bỏ phương pháp ấy, nhưng họ không nghe. Thái tử bèn gia nhập nhóm năm người tu khổ hạnh và ngài đi tu tập nhiều nơi khác, nhưng đến đâu cũng thấy còn hẹp hòi thấp kém, không thể giải thoát con người hết khổ được. Thái tử tìm chốn tu tập một mình, quên ăn bỏ ngủ, thân hình mỗi ngày thêm một tiêu tụy, kiệt sức, nằm ngã

trên cỏ, may được một cô gái chặn cừu đổ sữa cứu khỏi thần chết. Từ đó, Thái tử nhận thấy muốn tìm đạo có kết quả, cần phải bồi dưỡng thân thể cho khỏe mạnh. Sau sáu năm tầm đạo, sau lần Thái tử ngồi nhập định suốt 49 ngày đêm dưới cội Bồ Đề bên bờ sông Ni Liên tại Gaya để chiến đấu trong một trận cuối cùng với bóng tối si mê và dục vọng. Trong đêm thứ 49, lúc đầu hôm Thái tử chứng được túc mệnh mình, thấy rõ được tất cả khoảng đời quá khứ của mình trong tam giới; đến nửa đêm Ngài chứng được Thiên nhãn minh, thấy được tất cả bản thể và nguyên nhân cấu tạo của vũ trụ; lúc gần sáng Ngài chứng được Lưu tận minh, biết rõ nguồn gốc của khổ đau và phương pháp dứt trừ đau khổ để được giải thoát khỏi luân hồi sanh tử. Thái tử Sĩ Đạt Đa đã đạt thành bậc Chánh Đẳng Chánh Giác, hiệu là Thích Ca Mâu Ni Phật.

III. Đạo Phật Là Đạo Của Trí Tuệ Giải Thoát Và Thiền Quán Trong Phật Giáo Hướng Tới Cái Trí Tuệ Giải Thoát Đó:

Nhiều người tin rằng rằng họ thiền quán để thành Phật. Vâng, họ đúng. Phần hành thiền được lưu truyền từ những kinh điển Phật giáo Nguyên Thủy, căn cứ trên những phương pháp mà chính Đức Phật đã áp dụng, pháp môn hành thiền đã đưa Ngài đến giác ngộ và Niết Bàn, và từ chính kinh nghiệm bản thân của Ngài trong sự phát triển tâm linh. Như vậy, mục tiêu cuối cùng của bất cứ người con Phật nào cũng là thành Phật; tuy nhiên thiền tự nó không làm cho bất cứ chúng sanh nào thành Phật. Truyền thống tư duy của Phật giáo không đơn giản như vậy. Truyền thống tư duy của Phật giáo khác với truyền thống tư duy của các tôn giáo khác vì Phật giáo coi thiền định không thôi tự nó chưa đủ. Chúng ta có thể nói, với Phật giáo, thiền định tựa như mình mài một con dao. Chúng ta mài dao với mục đích để cắt vật gì đó một cách dễ dàng. Cũng như vậy, qua thiền định chúng ta mài dũa tâm mình cho một mục đích nhất định, trong trường hợp tu theo Phật, mục đích này là trí tuệ. Trí tuệ có thể xóa tan vô minh và cắt đứt khổ đau phiền não. Chữ “Thiền” thật sự không phải là từ tương đương với chữ “Bhavana” trong ngôn ngữ Nam Phạn, mà đúng theo nguyên nghĩa có nghĩa là mở mang hay phát triển, trau dồi hay làm cho trở thành, là sự nỗ lực xây dựng tâm vắng lặng và an trụ, có khả năng nhận thức rõ ràng bản chất thật sự của tất cả các pháp hữu lậu và chứng ngộ Niết Bàn, trạng thái tâm lành mạnh lý tưởng. Trong Phật giáo, thiền làm công việc của một ngọn đuốc đem lại ánh sáng cho một cái tâm u tối. Giả như chúng ta

đang ở trong một căn phòng tối tăm với một ngọn đuốc trong tay. Nếu ngọn đuốc quá mờ, hay nếu ngọn đuốc bị gió lay, hay nếu tay chúng ta không nắm vững ngọn đuốc, chúng ta sẽ không thấy được cái gì rõ ràng cả. Tương tự như vậy, nếu chúng ta không thiền đúng cách, chúng ta sẽ không bao giờ có thể đạt được trí tuệ có thể xuyên thấu được sự tăm tối của vô minh để nhìn thấy bản chất thật sự của cuộc sống và cuối cùng đi đến chỗ đoạn tận được khổ đau và phiền não. Vì vậy, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng thiền chỉ là một phương tiện, một trong những phương tiện hay nhất để đạt được trí huệ trong đạo Phật. Hơn nữa, nhờ đạt được trí tuệ mà người ta có thể thấy được đúng sai và có thể tránh được ham mê cực độ những dục lạc giác quan hoặc hành hạ thân xác đến độ thái quá.

IV. Kỳ Thật, Danh Xưng “Phật” Đã Nói Lên Hết Ý Nghĩa Của Thiền:

Chữ Phật không phải là một danh từ riêng mà là một từ có nghĩa là “Bậc Giác Ngộ”, “Bậc Đại Giác”, hay “Bậc Tỉnh Thức.” Thái tử Sĩ Đạt Tha không phải sanh ra để được gọi là Phật. Ngài không sanh ra tự nhiên giác ngộ, mà phải với nỗ lực tự thân, Ngài mới đạt đến Giác Ngộ. Bất cứ chúng sanh nào thành tâm và cố gắng vượt thoát khỏi mọi vướng mắc đều có thể giác ngộ và thành Phật được. Tất cả Phật tử nên luôn nhớ rằng Đức Phật không phải là một vị thần linh. Cũng như chúng ta, Đức Phật sanh ra là một con người. Sự khác biệt giữa Đức Phật và phàm nhân là Đức Phật đã giác ngộ còn phàm nhân vẫn còn mê mờ. Tuy nhiên, dù giác hay dù mê thì Phật tánh nơi ta và Phật tánh nơi Phật không sai khác. Như vậy, “Phật” là danh hiệu của một bậc đã xé tan bức màn vô minh, tự giải thoát mình khỏi vòng luân hồi sanh tử, và thuyết giảng con đường giải thoát cho chúng sanh. Chữ “Buddha” lấy từ gốc Phạn ngữ “Budh” có nghĩa là giác ngộ, chỉ người nào đạt được Niết Bàn qua thiền tập và tu tập những phẩm chất như trí tuệ, nhẫn nhục, bố thí. Con người ấy sẽ không bao giờ tái sanh trong vòng luân hồi sanh tử nữa, vì sự nối kết ràng buộc phàm phu tái sanh đã bị chặt đứt. Qua tu tập thiền định, chư Phật đã loại trừ tất cả những tham dục và nhiễm ô. Vị Phật của hiện kiếp là Phật Thích Ca Mâu Ni. Ngài sanh ra với tên là Tất Đạt Đa trong dòng tộc Thích Ca. Phật là Đấng Toàn Giác hay một người đã giác ngộ viên mãn về chân tánh của cuộc sinh tồn. Chữ Phật có nghĩa là tự mình giác ngộ, đi giác ngộ cho người,

sự giác ngộ này là viên mãn tối thượng. Từ Buddha” được rút ra từ ngữ căn tiếng Phạn “Budh” nghĩa là hiểu rõ, thấy biết hay tỉnh thức. Phật là người đã giác ngộ, không còn bị sanh tử luân hồi và hoàn toàn giải thoát. Trong Kinh Châu Báu, Tiểu Bộ, Tập 6, Đức Phật dạy: “Phật, Thế Tôn thù thắng, nói lên lời tán thán, pháp Thiền định trong sạch, liên tục không gián đoạn. Không gì sánh bằng được pháp thiền vi diệu ấy. Như vậy nơi chánh pháp là châu báu thù diệu. Mong với sự thật này, được sống chơn hạnh phúc.”

Chương Hai

Đại Cương về Thiền Định

I. Tổng Quan Về Thuật Ngữ “Zen”:

Khi nhìn lại nguồn gốc của Thiền, chúng ta thấy rằng người sáng lập thật sự của Thiền không ai khác hơn là Đức Phật. Qua quán tưởng nội tại mà Đức Phật đạt được chánh đẳng chánh giác và do đó trở thành bậc Giác Giả, vị Chúa của Trí Tuệ và Từ Bi. Trong đạo Phật có nhiều phương pháp tu tập và thiền định là một trong phương pháp chính và quan trọng nhất của Phật giáo. Theo lịch sử Phật giáo thì Đức Thích Tôn Từ Phụ của chúng ta đã đạt được quả vị Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác sau nhiều ngày tháng tọa thiền dưới cội Bồ Đề. Hơn 25 thế kỷ về trước chính Đức Phật đã dạy rằng thực tập thiền là quay trở lại với chính mình hầu tìm ra chân tánh của mình. Chúng ta không nhìn lên, không nhìn xuống, không nhìn sang đông hay sang tây, hay bắc hay nam; chúng ta nhìn lại chính chúng ta, vì chính ở trong chúng ta và chỉ ở trong đó thôi là trung tâm xoay chuyển của cả vũ trụ. Mãi đến ngày nay, chúng ta vẫn còn kính thờ Ngài qua hình ảnh tọa thiền lắng sâu trong chánh định của Ngài. Như vậy chúng ta không thể nào tách rời Thiền ra khỏi Phật giáo. Theo Thiền sư Thích Thiên Ân trong Triết Lý Thiền, Thực Hành Thiền (p.6), một số người nghĩ rằng Thiền tông là một hiện tượng tôn giáo đặc thù của Nhật Bản. Đây là trường hợp của nhiều người Tây phương thoát biết đến Thiền tông qua công trình của Đại sư Nhật D.T. Suzuki. Nhưng dù Thiền có thể là đóa hoa của văn minh Nhật, trường phái Thiền của Phật giáo không giới hạn ở Nhật Bản mà cũng đã từng phát triển ở những nước khác. Thiền tông được truy nguyên từ thời Đức Phật lặng lẽ đưa lên một cánh sen vàng. Lúc ấy hội chúng cảm thấy bối rối, duy chỉ có Ngài Đại Ca Diếp hiểu được và mỉm cười. Câu chuyện này ngầm nói lên rằng yếu chỉ của Chánh Pháp vượt ngoài ngôn ngữ văn tự. Trong nhà Thiền, yếu chỉ này được người thầy truyền cho đệ tử trong giây phút xuất thần, xuyên phá bức tường tri kiến hạn hẹp thông thường của con người. Yếu chỉ mà Ngài Đại Ca Diếp nhận hiểu đã được truyền thừa qua 28 vị tổ Ấn Độ cho đến tổ Bồ Đề Đạt Ma. Tổ Bồ Đề Đạt Ma là một thiền sư Ấn Độ có chí hướng phụng hành theo kinh Lăng Già, một bản kinh của tông

Du Già. Ngài du hóa sang Trung Quốc vào năm 470 và bắt đầu truyền dạy Thiền tại đây. Sau đó Thiền tông lan tỏa sang Triều Tiên và Việt Nam. Đến thế kỷ thứ 12 Thiền tông phổ biến mạnh mẽ và rộng rãi ở Nhật Bản. Thiền theo tiếng Nhật là Zen, tiếng Trung Hoa là Ch'an, tiếng Việt là "Thiền", và tiếng Sanskrit là "Dhyana" có nghĩa là nhất tâm tĩnh虑. Có nhiều dòng Thiền khác nhau tại Trung Hoa, Nhật Bản và Việt Nam, mỗi truyền thống đều có lịch sử và phương thức tu tập của riêng mình, nhưng tất cả đều cho rằng mình thuộc dòng thiền bắt đầu từ Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Thiền sử cho rằng Đức Phật đã truyền lại tinh túy của tâm giác ngộ của Ngài cho đệ tử là Ca Diếp, rồi tới phiên Ca Diếp lại truyền thừa cho người kế thừa. Tiến trình này tiếp tục qua 28 vị tổ Ấn Độ cho đến tổ Bồ Đề Đạt Ma, người đã mang Thiền truyền thừa vào Trung Hoa. Tất cả những vị đạo sư Ấn Độ và Trung Hoa thời trước đều là những vị Thiền sư. Thiền là một trong những pháp môn mà Đức Phật truyền giảng song song với giới luật, bố thí, nhẫn nhục và trí tuệ. Một số hành giả muốn lập pháp môn Thiền làm cốt lõi cho việc tu tập nên Thiền tông dần dần được thành hình. Nguyên lý căn bản của Thiền tông là tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, tức là hạt giống Phật mà mỗi người tự có sẵn. Nguyên lý này được một số Thiền sư trình bày qua câu "Tất cả chúng sanh đều đã là Phật", nhưng chỉ vì những tâm thái nhiễu loạn và những chướng ngại pháp đang còn che mờ tâm thức mà thôi. Như vậy công việc của thiền giả chỉ là nhận ra tánh Phật và để cho tánh Phật ấy phát hào quang xuyên vượt qua những chướng ngại pháp. Vì tiền đề cơ bản để chứng đạt quả vị Phật, tức là chủng tử Phật đã nằm sẵn trong mỗi người rồi nên Thiền tông nhấn mạnh đến việc thành Phật ngay trong kiếp này. Các vị Thiền sư tuy không phủ nhận giáo lý tái sanh hay giáo lý nghiệp báo, nhưng không giảng giải nhiều về những giáo lý này. Theo Thiền tông, người ta không cần phải xa lánh thế gian này để tìm kiếm Niết Bàn ở một nơi nào khác, vì tất cả chúng sanh đều có sẵn Phật tánh. Hơn nữa, khi người ta chứng ngộ được tánh không thì người ta thấy rằng sinh tử và Niết Bàn không khác nhau. Thiền tông nhận thức sâu sắc những giới hạn của ngôn ngữ và tin chắc rằng công phu tu tập có chiều hướng vượt qua phạm vi diễn đạt của ngôn ngữ. Hành thiền là quay trở lại trong mình hầu tìm ra chân tính của chính mình. Chúng ta không nhìn lên, không nhìn xuống, không nhìn sang đông hay sang tây, sang bắc hay sang nam; mà là nhìn lại chính chúng ta, vì chính ở trong

chúng ta và chỉ trong đó thôi mới là trung tâm xoay chuyển của cả vũ trụ. Vì vậy Thiền tông đặc biệt nhấn mạnh đến việc thực nghiệm và không đặt trọng tâm vào việc hiểu biết suông. Do đó nên với người tu Thiền thì điều quan trọng trước tiên là phải gắn bó với một vị Thiền sư có nhiều kinh nghiệm. Bốn phận của vị Thiền sư là đưa thiền sinh đi ngược trở lại cái thực tại hiện tiền bất cứ khi nào tâm tư của thiền sinh còn dong ruổi với những khái niệm có sẵn.

Thiền không phải là một triết học lý thuyết để bàn cãi và tranh luận suông, mà là một đường lối hành động, một triết lý phải ứng dụng và thực hành từng giây phút trong đời sống hằng ngày của chúng ta. Để đạt được kinh nghiệm giác ngộ, mục đích tối thượng của nhà Thiền, cần phải ngồi thiền, nhưng tọa thiền không thôi chưa đủ. Thiền quán được dùng để phát triển trí tuệ, nhưng chúng ta phải khả dĩ đưa ra một biểu hiện cụ thể về cái trí tuệ này, và để làm được việc này, chúng ta phải trau dồi chánh nghiệp. Nhiều người nghĩ rằng hành giả tu thiền quay lưng lại với thế giới để tự chìm mình trong thiền định trừu tượng. Đây là một quan niệm sai lầm. Tu tập thiền quán là biến công phu tọa thiền trở nên thành phần của cuộc sống hằng ngày, nhưng đồng thời cũng là làm việc, là hành động với lòng từ bi và kính trọng người khác, là đóng góp vào thế giới mà chúng ta đang sống hầu biến đổi thế giới này thành một thế giới tốt đẹp hơn. Thiền đạo không xa lìa cuộc đời để rút vào một môi trường biệt lập, mà là hòa nhập vào cuộc đời hầu biến đổi nó từ bên trong bằng hành động. Muốn làm những sinh hoạt thường nhật trong tinh thần nhà thiền, chúng ta thực hành cách quán tưởng trên mọi vật. Không chỉ thiền quán lúc đang ngồi mà thôi, mà còn phải áp dụng thiền quán trong đời sống hằng ngày. Khi đang rửa chén, chúng ta cũng phải thiền quán. Khi làm vườn, chúng ta cũng quán tưởng. Khi làm công việc tại sở, chúng ta cũng phải quán tưởng. Nói cách khác, chúng ta phải thiền quán bất cứ lúc nào trong cuộc sống hằng ngày của mình vì chung qui thiền quán chỉ là một trong những phương pháp tu tập đã được Đức Thế Tôn trao truyền lại cho chúng ta. Tuy nhiên, Thiền là phương pháp thâm cứu và quán tưởng, phương pháp giữ tâm yên lặng, phương pháp tự tỉnh thức, và thấy rằng chân tánh thật ra không có gì khác hơn là Phật tánh.

II. Thiền Quán Là Sự Phát Triển Của Tâm Thức:

Thiền không khuyến khích hành giả liên hệ tới việc thờ cúng hay cầu nguyện một đấng siêu nhiên nào, mà là nhìn thẳng vào chân tính của mình để thấy rằng chân tính đó cũng chính là Phật tính. Muốn đến được sự nhận thức này, chúng ta phải tu tập, chúng ta phải thực hành. Làm sao chúng ta có thể khám phá được chân tánh nếu chúng ta cứ mù quáng chấp vào kinh sách mà không chịu tự mình thực hành? Nếu chúng ta đi đến một trung tâm thiền và hỏi chuyện với một vị thiền sư, có khi ông ta chỉ trả lời câu hỏi của chúng ta bằng sự im lặng. Đây là sự im lặng của tri thức. Điều này không có nghĩa là vị thiền sư không biết câu trả lời, nhưng ông ta lại cố cho chúng ta biết có những thứ không thể giải thích được bằng lời, những việc luôn chìm trong bóng tối cho tới khi chúng ta khám phá ra bằng chính kinh nghiệm của mình. Thiền quán (sự phát triển liên tục của tâm thức về một đối tượng nào đó trong lúc trầm tư hay thiền định). Đây là một trong tam vị mà Đức Phật đã dạy tọa thiền. Thiền là chữ tắt của “Thiền Na” có nghĩa là tư duy tĩnh lự. Đây là một trong những nghệ thuật dập tắt dòng suy tưởng của tâm, để làm sáng tỏ tâm tính. Thiền được chính thức giới thiệu vào Trung Quốc bởi Tổ Bồ Đề Đạt Ma, đầu trước đó người Trung Hoa đã biết đến, và kéo dài cho tới thời kỳ của các tông phái Thiền Thai. Theo Kinh Duy Ma Cật, cư sĩ Duy Ma Cật đã nói với ông Xá Lợi Phất khi ông này ở trong rừng tọa thiền yên lặng dưới gốc cây như sau: “Thưa ngài Xá Lợi Phất! Bất tất ngồi sưng đó mới là ngồi thiền. Vả chăng ngồi thiền là ở trong ba cõi mà không hiện thân ý, mới là ngồi thiền; không khởi diệt tận định mà hiện các oai nghi, mới là ngồi thiền; không rời đạo pháp mà hiện các việc phàm phu, mới là ngồi thiền; tâm không trụ trong cũng không ở ngoài mới là ngồi thiền; đối với các kiến chấp không động mà tu ba mươi bảy phẩm trợ đạo mới là ngồi thiền; không đoạn phiền não mà vào Niết Bàn mới là ngồi thiền. Nếu ngồi thiền như thế là chỗ Phật ấn khả (chứng nhận) vậy. Là Phật tử, chúng ta phải luôn thấy được như vậy để từ đó có thể thường xuyên thực tập thiền quán hầu thanh tịnh thân tâm.

1) Phần hành thiền được lưu truyền từ những kinh điển Phật giáo Nguyên Thủy, căn cứ trên những phương pháp mà chính Đức Phật đã áp dụng, pháp môn hành thiền đã đưa Ngài đến giác ngộ và Niết Bàn, và từ chính kinh nghiệm bản thân của Ngài trong sự phát triển tâm linh. 2) Chữ “Thiền” thật sự không phải là từ tương đương với chữ

“Bhavana” trong ngôn ngữ Nam Phạn, mà đúng theo nguyên nghĩa có nghĩa là mở mang hay phát triển, trau dồi hay làm cho trở thành, là sự nỗ lực xây dựng tâm vắng lặng và an trụ, có khả năng nhận thức rõ ràng bản chất thật sự của tất cả các pháp hữu lậu và chứng ngộ Niết Bàn, trạng thái tâm lành mạnh lý tưởng. 3) Pháp môn hành thiền mà chính Đức Phật đã chứng nghiệm gồm có hai phần: (i) an trụ tâm là gom tâm vào một điểm, hay thống nhất, tập trung tâm vào một đề mục, hay nhất điểm tâm; (ii) Thiền minh sát tuệ. Một trong hai phần này là samatha hay tập trung tâm ý hay trụ tâm vào một đề mục và không hay biết gì khác ngoài đề mục. 4) Thiền tập bắt đầu bằng sự an trụ tâm. An trụ là trạng thái tâm vững chắc, không chao động hay phóng đi nơi khác. An trụ tâm là gì? Dấu hiệu của tâm an trụ là như thế nào? Nhu cầu và sự phát triển tâm an trụ như thế nào? Bất cứ sự thống nhất nào của tâm cũng là tâm an trụ. Tứ niệm xứ là dấu hiệu của tâm an trụ. Tứ chánh cần là nhu cầu thiết yếu của tâm an trụ. Bất cứ sự thực hành hay phát triển nào, sự tăng trưởng nào của các pháp trên đều là sự phát triển của tâm an trụ. 5) Lời dạy này chỉ một cách rõ ràng ba yếu tố của nhóm định: chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định cũng sinh hoạt và nâng đỡ lẫn nhau. Chúng gồm chứa sự gom tâm chân thật. 6) Phải nói rõ rằng sự phát triển của tâm an trụ được dạy trong Phật giáo không chỉ riêng Phật giáo mới có. Từ trước thời Đức Phật các đạo sĩ Du Già đã có thực hành những pháp môn “thiền định” khác nhau, như hiện nay họ vẫn còn thực hành. Xứ Ấn Độ từ bao giờ vẫn là một vùng đất huyền bí. nhưng pháp hành Du Già đã áp dụng nhiều nhất ở Ấn Độ chỉ đưa đến một mức độ nào chứ không hề vượt xa hơn. 7) Khoa học và các ngành nghiên cứu được hình thành từ sự suy nghĩ, trong khi **Thiền** là giữ cho bằng được cái tâm trước suy nghĩ. Nghĩa là chúng ta phải luôn giữ cái tâm “không biết”, vì cái tâm “không biết” là tâm cắt đứt mọi suy nghĩ. Khi tất cả suy nghĩ đều bị cắt đứt, tâm chúng ta sẽ trở nên trống rỗng. Đây chính xác là cái tâm trước khi suy nghĩ. Như vậy, hành giả chúng ta phải quay về trước sự suy nghĩ xảy ra, rồi thì chúng ta sẽ đạt được tự tánh. Ví bằng đã có cái tâm suy nghĩ và dục vọng đã khởi lên thì Thiền là làm cho tất cả dục vọng tiêu trừ.

Chương Ba

Thiền Trong Giáo Lý Đạo Phật

I. Thiền Quán Trong Phật Giáo:

“Zen” là lối phát âm của Nhật Bản của danh từ Ch’an của Trung Hoa, mà từ này lại là lối phát âm theo từ Dhyana của Phạn ngữ có nghĩa là “thiền.” Điểm đặc biệt của công phu tu tập đạt đến giác ngộ của Đức Phật là quán chiếu nội tâm. Vì lý do này mà nhiều người tin rằng rằng họ thiền quán để thành Phật. Vâng, họ đúng. Mục tiêu cuối cùng của bất cứ người con Phật nào cũng là thành Phật; tuy nhiên, thiền tự nó không làm cho bất cứ chúng sanh nào thành Phật. Thiền là phương pháp thâm cứu và quán tưởng, hay là phương pháp giữ cho tâm yên tĩnh, phương pháp tự tỉnh thức để thấy rằng chân tánh chính là Phật tánh chứ không là gì khác hơn. Tuy nhiên, truyền thống tư duy của Phật giáo không đơn giản như vậy. Truyền thống tư duy của Phật giáo khác với truyền thống tư duy của các tôn giáo khác vì Phật giáo coi thiền định không thôi tự nó chưa đủ. Chúng ta có thể nói, với Phật giáo, thiền định tựa như mình mài một con dao. Chúng ta mài dao với mục đích để cắt vật gì đó một cách dễ dàng. Cũng như vậy, qua thiền định chúng ta mài dũa tâm mình cho một mục đích nhất định, trong trường hợp tu theo Phật, mục đích này là trí tuệ. Trí tuệ có thể xóa tan vô minh và cắt đứt khổ đau phiền não. Trong những giờ phút trước khi đạt được đại ngộ, chính Đức Phật đã thực hành cách quán chiếu nội tại trong suốt bốn mươi chín ngày, cho đến lúc Ngài đột nhiên đạt được sự giác ngộ và trở thành Phật. Khi Ngài quay lại với chính Ngài, Ngài tìm thấy chân tánh của mình, hay Phật tánh, và Ngài đã thành Phật. Đó là mục tiêu tối thượng của ‘Thiền’. Thiền theo Phật giáo khác hẳn thiền của những tôn giáo khác. Đa số các tôn giáo khác đặt một thượng đế tối cao trên con người, từ đó con người phải lắng lòng cầu nguyện và thờ lạy đáng thương đế, với quan niệm cho rằng sự thật phải đến từ bên ngoài. Trong khi đó, thiền Phật giáo quan niệm sự thật không phải đến từ bên ngoài, mà từ bên trong. Sự thật nằm ngay trong tự tánh của chúng ta chứ không phải nơi nào khác. Theo Phật giáo, mỗi chúng sanh đều có Phật tánh, và trở thành Phật chỉ là quay vào chính mình để tìm lại cái Phật tánh này mà thôi. Phật tánh này luôn sẵn có ở trong và

luôn chiếu sáng. Giống như mặt trời và mặt trăng, luôn luôn chiếu sáng, nhưng khi bị mây che phủ, chúng ta không thấy được ánh nắng hay ánh trăng. Mục đích của người tu thiền là loại trừ những đám mây, vì khi mây tan thì chúng ta lại thấy nắng thấy trăng. Tương tự, chúng ta luôn có sẵn Phật tánh bên trong, nhưng khi tham dục, chấp trước và phiền não che phủ, Phật tánh không hiển hiện được. Trong Phật giáo, thiền làm công việc của một ngọn đuốc đem lại ánh sáng cho một cái tâm u tối. Giả như chúng ta đang ở trong một căn phòng tối tăm với một ngọn đuốc trong tay. Nếu ngọn đuốc quá mờ, hay nếu ngọn đuốc bị gió lay, hay nếu tay chúng ta không nắm vững ngọn đuốc, chúng ta sẽ không thấy được cái gì rõ ràng cả. Tương tự như vậy, nếu chúng ta không thiền đúng cách, chúng ta sẽ không bao giờ có thể đạt được trí tuệ có thể xuyên thấu được sự tăm tối của vô minh để nhìn thấy bản chất thật sự của cuộc sống và cuối cùng đi đến chỗ đoạn tận được khổ đau và phiền não. Vì vậy, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng thiền chỉ là một phương tiện, một trong những phương tiện hay nhất để đạt được trí huệ trong đạo Phật. Hơn nữa, nhờ đạt được trí tuệ mà người ta có thể thấy được đúng sai và có thể tránh được ham mê cực độ những dục lạc giác quan hoặc hành hạ thân xác đến độ thái quá.

II. Ý Nghĩa Thật Của Một Cành Hoa Được Đức Phật Đưa Lên Trong Chúng Hội:

Đức Phật đản sanh vào khoảng cuối thế kỷ thứ VI trước Tây lịch. Dù sống trong cung vàng điện ngọc với đủ đầy vật chất xa hoa, Đức Phật vẫn luôn suy tư sâu xa tại sao chúng sanh phải chịu khổ đau phiền não trên cõi trần thế này. Cái gì gây nên sự khổ đau phiền não này? Một ngày nọ, lúc thiếu thời của Đức Phật, khi đang ngồi dưới một tàng cây, Ngài bỗng thấy một con rắn xuất hiện và đớp lấy một con lươn. Trong khi cả hai con rắn và lươn đang quần thảo, thì một con diều hâu sà xuống chớp lấy con rắn với con lươn còn trong miệng. Sự cố này là một thời điểm chuyển biến quan trọng cho vị hoàng tử trẻ về việc thoát ly cuộc sống thế tục. Ngài thấy rằng sinh vật trên cõi đời này chẳng qua chỉ là những miếng mồi cho nhau. Một con bắt, còn con kia trốn chạy và hễ còn thế giới này là cuộc chiến cứ mãi dằng co không ngừng nghỉ. Tiến trình săn đuổi và tự sinh tồn không ngừng này là căn bản của bất hạnh. Nó là nguồn gốc của mọi khổ đau. Chính vì thế mà Thái tử quyết tâm tìm phương chấm dứt sự khổ đau này. Ngài đã xuất

gia năm 29 tuổi và sáu năm sau, Ngài đã thành đạo. Theo Đức Phật, luật “Nhơn Quả Nghiệp Báo” chi phối chúng sanh mọi loài. Nghiệp có nghĩa đơn giản là hành động. Nếu một người phạm phải hành động xấu thì không có cách chi người đó tránh khỏi được hậu quả xấu. Phật chỉ là bậc đạo sư, chỉ dạy chúng sanh cái gì nên làm và cái gì nên tránh, chứ Ngài không thể nào làm hay tránh dùm chúng sanh được. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật đã chỉ dạy rõ ràng: “Bạn phải là người tự cứu lấy mình. Không ai có thể làm gì để cứu bạn ngoại trừ chỉ đường dẫn lối, ngay cả Phật”. Thiền trong đạo Phật có lẽ bắt nguồn từ câu chuyện của một nhóm đệ tử đến nghe lời Phật dạy. Thay vì nói về giác ngộ và giải thoát, Đức Phật chỉ đưa lên một cành hoa trong tay. Trong hết thảy chúng hội chỉ có một người hiểu được ý nghĩa của việc đưa cành hoa lên này, bèn mỉm cười, đó là Đại Đức Đại Ca Diếp. Kể từ đó, coi như chân pháp của Đức Phật hay Niết Bàn tối thượng đã được Ngài truyền lại cho Đại Ca Diếp.

III. Hành Giả Tu Thiền Trong Đạo Phật Là Ai?:

Đó là người đang tu tập thiền quán trong từng phút giây của cuộc đời mình. Có lẽ người ấy đã đạt được từng phần hay toàn phần giác ngộ. Khi tu tập Thiền, hành giả nhận biết rằng thân này không thật, rằng cái gọi là tâm đó vô thường, rằng ao ước vọng tưởng không thật, rằng chư pháp không có cái gọi là ‘ngã’. Chư tổ trong Phật giáo thường nói, “Kinh điển là miệng Phật, còn Thiền là tâm Phật. Miệng Phật và tâm Phật không phải là hai thứ khác nhau.” Những gì đức Phật nói ra là từ tâm của Ngài; vì vậy mà Thiền và kinh điển không phải là hai thứ khác nhau. Nhiều người vẫn còn hiểu lầm rằng Thiền là một tông phái ngoại giáo chứ không phải Phật giáo vì tông phái này không truyền bằng những lời dạy trong kinh điển, mà là tâm truyền tâm. Tông phái này không dựa vào kinh điển. Tuy nhiên, sau khi hiểu thấu đáo, chúng ta sẽ thấy rằng Thiền và kinh điển không có gì khác cả. Đức Phật đã đạt đến giác ngộ để thành Phật từ tu tập thiền quán; các vị thầy sau này cũng theo chân Ngài mà đạt được giác ngộ. Như vậy chúng ta tu thiền là tu tập con đường giác ngộ của đức Phật, chứ không là con đường nào khác. Tinh thần chân chính của Thiền Phật giáo là dùng trí tuệ để thấy được chân lý; để thấy thân này và tâm này không thật. Khi chúng ta thấy được chân lý ấy rồi thì chúng ta buông bỏ tham sân để tâm chúng ta trở nên tỉnh lặng. Ngoài ra, khi tu tập thiền quán,

chúng ta còn thấy được cái chân thật trong chính chúng ta, đó chính là giải thoát bằng trí tuệ. Đức Phật chỉ có thể là cung cấp cho chúng ta những hướng dẫn về tu tập thiền quán. Còn thì hoàn toàn tùy thuộc vào chúng ta có áp dụng những kỹ thuật thiền định này vào cuộc sống hằng ngày của mình hay không mà thôi.

IV. Những Lời Phật Dạy Về “Thiền” Trong Kinh Pháp Cú:

Trong Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: Chẳng ai hơn nổi người đã thắng phục dục tình. Người đã thắng phục dục tình không còn bị thất bại trở lại, huống Phật trí mệnh mộng không dấu tích, các người lấy gì mà hồng cảm dỗ được (179). Người dứt hết trời buộc, ái dục còn khó cảm dỗ được họ, huống Phật trí mệnh mộng không dấu tích, các người lấy gì mà hồng cảm dỗ được ư? (180). Người trí thường ưa tu thiền định, ưa xuất gia và ở chỗ thanh vắng. Người có Chánh niệm và Chánh giác bao giờ cũng được sự ái kính của Thiên nhơn (181). Được sinh làm người là khó, được sống còn là khó, được nghe Chánh pháp là khó, được gặp Phật ra đời là khó (182). Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy (183). Chư Phật thường dạy: “Niết bàn là quả vị tối thượng, nhẩn nhục là khổ hạnh tối cao. Xuất gia mà não hại người khác, không gọi là xuất gia Sa-môn.” (184). Chớ nên phỉ báng, đừng làm não hại, giữ giới luật tinh nghiêm, uống ăn có chừng mực, riêng ở chỗ tịch tịnh, siêng tu tập thiền định; ấy lời chư Phật dạy (185). Giả sử mưa xuống bạc vàng cũng chẳng thỏa mãn được lòng tham dục. Người trí đã biết rõ sự dâm dật vui ít khổ nhiều (186). Thế nên, dù sự dục lạc ở cõi trời, người cũng chớ sanh tâm mong cầu. Đệ tử các đấng Giác ngộ, chỉ mong cầu diệt trừ ái dục mà thôi (187). Vì sợ hãi bất an mà đến quy-y thần núi, quy-y rừng cây, quy-y miếu thờ thọ thần (188). Nhưng đó chẳng phải là chỗ nương dựa yên ổn, là chỗ quy-y tối thượng, ai quy-y như thế khổ não vẫn còn nguyên (189). Trái lại, quy-y Phật, Pháp, Tăng, phát trí huệ chơn chánh (190). Hiểu thấu bốn lẽ mẫu: biết khổ, biết khổ nhân, biết khổ diệt và biết tám chi Thánh đạo, diệt trừ hết khổ não (191). Đó là chỗ quy-y an ổn, là chỗ quy-y tối thượng. Ai quy-y được như vậy mới giải thoát khổ đau (192). Rất khó gặp được các bậc Thánh nhân, vì chẳng thường có. Phàm ở đâu có vị Thánh nhơn ra đời thì gia tộc đó được an lành (193). Hạnh phúc thay đức Phật ra đời! Hạnh phúc thay diễn nói Chánh pháp! Hạnh phúc thay Tăng già hòa hợp! Hạnh phúc thay đồng tiến đồng tu!

(194). Kẻ nào cúng dường những vị đáng cúng dường, hoặc chư Phật hay đệ tử, những vị thoát ly hư vọng, vượt khỏi hối hận lo âu (195). Công đức của người ấy đã cúng dường các bậc tịch tịnh vô úy ấy, không thể kể lường (196). Tu Du-già thì trí phát, bỏ Du-già thì tuệ tiêu. Biết rõ hay lẽ này thế nào là đắc thất, rồi nỗ lực thực hành, sẽ tăng trưởng thêm trí tuệ (282). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (362). Này các Tỳ Kheo, hãy mau tu thiền định! Chớ buông lung, chớ mê hoặc theo dục ái. Đừng đợi đến khi nuốt hờn sắt nóng, mới ăn năn than thở (371). Ai nhập vào thiền định, an trụ chỗ ly trần, sự tu hành viên mãn, phiền não lậu dứt sạch, chứng cảnh giới tối cao, Ta gọi họ là Bà-la-môn (386).

Chương Bốn

Kinh Luận Về Thiền Trong Phật Giáo

I. Kinh Điển Và Thiền:

Kinh điển là những bài thuyết giảng của Đức Phật Thích Ca lúc Ngài còn tại thế. Tam tạng Kinh Điển bao gồm Kinh, Luật và Luận. Phật Giáo Nguyên Thủy thừa nhận kinh điển được ghi lại bằng tiếng Ba Li (Nam Phạn). Phật giáo Đại Thừa thừa nhận kinh điển được ghi lại bằng tiếng Bắc Phạn. Tuy nhiên, trong truyền thống "Bất lập văn tự" của các trường phái Thiền. Nhà Thiền dựa vào thực tập hơn là văn tự sách vở. Ngôn thuyết pháp tương hay giáo lý bằng ngôn từ trái với sự tự chứng. Việc xem thường những thành tựu học thuật đã đem lại một bầu không khí mới mẻ đối với đời sống Phật giáo đã bị bình thường hóa. Ngày xưa, một phần giáo dục phóng khoáng cho các Thiền Tăng, họ được dạy phải xem thường cái học trong sách vở, và do vậy họ trở nên cực đoan và có thành kiến với các kiến thức xưa để lại bởi các bậc tôn túc. Khi họ phải đọc qua bộ "Thiền Lâm Cú Tập" hay một số sách vở khác, họ ra khỏi thiền đường và lật vội những trang sách dưới ánh đèn mờ tối gần nhà xí. Trong bất cứ tình huống nào ngay cả ngày nay các thiền Tăng vẫn còn phơi bày xu hướng chống đối sách vở cũng như nền văn hóa dựa trên sự nghiên cứu sách vở một cách vô lý. Đây chắc chắn là do ảnh hưởng của sự đào tạo ở thiền đường. Đôi khi Thiền đi quá xa trong việc làm nản lòng người học hỏi những kinh văn Phật giáo hay xem thường những thành tựu học thuật, nhưng việc làm nản lòng người học và sự xem thường kinh văn này là chủ trương truyền thống của các thiền sư. Không còn nghi ngờ rằng chủ trương này, bất chấp hậu quả không tốt thế nào, đã đem lại một bầu không khí mới mẻ đối với đời sống Phật giáo đã bị bình thường hóa từ lâu.

Theo Thiền sư D.T. Suzuki trong quyển "Sự Huấn Luyện của một Thiền Tăng Phật Giáo," các thiền sinh không được mang kinh điển hay bất cứ sách vở nào vào trong thiền đường ngoại trừ trường hợp tuyệt đối cần thiết, chẳng hạn như khi các thiền Tăng phải tìm một đoạn văn biểu lộ về sự lãnh hội của họ về một công án. Điều này là do vị thiền sư đòi hỏi khi họ đã giải đáp một cách thành công một công án. Một

quyển sách được gọi là "Thiền Lâm Cú Tập" ghi lại những đoạn liên hệ đến thiền. Đó là một trong những cẩm nang mà người học thiền, thiền sư và cư sĩ tại Nhật Bản luôn luôn đem theo bên mình. Lối tu tập này là thường xuyên dò tìm những trích đoạn từ văn điển xưa giúp các thiền sinh rất nhiều trong việc trở nên quen thuộc với giai đoạn văn chương và văn hóa của đời sống thiền

Nói về quan điểm của các Thiền sư về Kinh Điển, có lần, một vị quản thủ Tam Tạng để ý thấy một vị Tăng ngồi im lặng một thời gian lâu trong thư viện của ông. Vị quản thủ thư viện bèn hỏi: "Tại sao ông không đọc kinh điển?" Vị Tăng trả lời: "Vì tôi không biết chữ." Vị quản thủ thư viện bèn nói: "Nếu vậy tại sao ông không nhờ người khác dạy cho ông?" Được khuyên bảo như thế, vị Tăng đứng dậy kính cẩn đưa tay ra trước ngực nói: "Làm ơn cho tôi biết chữ này là chữ gì?" Vị quản thủ thư viện không khai ngộ được vị Tăng. Một lần khác, có một vị quan họ Vương đến thăm tự viện của Thiền sư Lâm Tế. Khi đi vào trong sân, Vương hỏi: "Chư Tăng ở đây có đọc kinh không?" Lâm Tế đáp: "Không, họ không đọc." Vương lại hỏi: "Vậy họ có học thiền hay không?" Lâm Tế đáp: "Không, họ không học." Vương nói: "Nếu như họ không đọc kinh mà cũng không học thiền thì họ làm gì ở đây?" Lâm Tế đáp: "Họ sẽ được làm Phật làm Tổ." Vương nói: "Ngay cả bụi vàng bay vào mắt cũng có hại. Thầy nghĩ sao về lời đó?" Lâm Tế bình phẩm: "Lão Tăng nghĩ ông chỉ là một cư sĩ." Không nghi ngờ là chân lý Tánh Không phải được thể nhận bằng trực giác, và nó được biểu hiện trong tất cả mọi giai đoạn của đời sống. Đây là một thành tựu lớn nhất mà người ta có thể đạt được trên thế gian này, nhưng không phải ai trong chúng ta cũng có khả năng này. Có một vị Tăng bước tới trước Thiền sư Thiên Cái U và hỏi: "Con muốn đọc kinh, thầy có gì khuyên bảo về vấn đề này hay không?" Thiền sư Thiên Cái U nói: "Ông có nghĩ rằng một đại thương gia còn phải bận tâm đi kiếm vài đồng xu lẻ hay không?" Một vị Tăng hỏi Thiền sư Diệp Huyện: "Có nên đọc kinh hay không?" Diệp Huyện nói: "Không có đường hẻm hay đường tắt nào ở đây cả; núi quanh năm xanh tươi; dầu là ông có tìm được con đường đẹp ở đông hay ở tây." Vị Tăng nói: "Con muốn học một cái gì chắc chắn ở thầy." Diệp Huyện nói: "Người mù không thấy đường không phải là lỗi của mặt trời." Bàng cư sĩ, vị cư sĩ vĩ đại của Thiền tông, một hôm đến nghe một học giả Phật giáo giảng về kinh Kim Cang. Khi vị học giả bắt đầu thuyết giảng về lý Bát Nhã "Vô ngã-Vô

nhân," Bàn cư sĩ bèn hỏi: "Nếu như vô nhân vô ngã thì ai ở đây đang giảng vậy? Và thính chúng là ai?" Học giả không trả lời được, do đó Bàn Long Uẩn nói: "Dầu tôi chỉ là một cư sĩ, nhưng tôi cũng biết chút đỉnh về chân lý tối hậu của Phật giáo." Được thúc dục, Bàn Long Uẩn nói tiếp:

"Vô ngã lại vô nhân,
Không có chủ thể hay đối tượng;
Tôi khuyên ông: Đừng thuyết giảng nữa,
Hãy tìm chân lý không qua trung gian;
Trong chính Bát Nhã gọi là Kim Cang,
Không có lấy một hạt bụi ô nhiễm;
Từ đầu đến cuối,
Tất cả kinh chẳng là gì ngoài những chữ."

Theo Thiền sư Linh Mộc Đại Chuyết Trình Thái Lang trong bộ Thiền Luận Tập III, các kinh Phật, đặc biệt là các kinh Đại Thừa, là những diễn đạt trực tiếp của những kinh nghiệm tâm linh; chúng hàm chứa những trực giác, đặc thủ nhờ đào sâu trong thâm cung của Vô thức, và kinh không có kỳ vọng trình bày những trực giác này qua trung gian của trí năng. Nếu thỉnh thoảng kinh có vẻ được trình bày một cách lý luận theo duy lý và luận chứng, điều này chỉ là ngẫu nhiên. Tất cả những kinh điển Phật đều cố đưa ra những trực giác thâm sâu nhất của Phật trí đúng như chúng đã tự trình bày cho những đệ tử đầu tiên của Phật giáo Đại Thừa ở Ấn Độ. Do đó, khi các kinh kệ cho rằng tất cả vạn pháp đều trống không, bất sanh và vượt ra ngoài nhân duyên, lời tuyên bố này không phải là kết quả của lối lý luận siêu hình, mà nó là một kinh nghiệm sâu sắc nhất của Phật trí. Đó là lý do tại sao nhiều học giả và triết gia Phật giáo cố gắng lãnh hội hay diễn giải những trực giác này theo những qui tắc lý luận lại bị thất bại trong nỗ lực của họ; họ là những người ngoại giáo, có thể nói như vậy, trong kinh nghiệm Phật tánh và qua đó, họ không đi vào được trọng điểm. Nói tóm lại, hành giả tu Thiền nên hành xử thế nào về Kinh Điển? Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ đến bốn phép nương vào để hiểu thấu Phật Pháp mà chính đức Phật đã dạy. Thứ nhất là Y pháp bất y nhân. Nương vào pháp chứ không nương vào người. Thứ nhì là Y liễu nghĩa kinh, bất y bất liễu nghĩa kinh. Nương vào kinh rõ nghĩa (viên giáo) chứ không nương vào kinh không rõ nghĩa (phần giáo). Thứ ba là Y nghĩa bất y ngữ. Nương vào nghĩa chứ không nương vào văn tự. Thứ tư

là Y trí bất y thức. Nương vào trí tuệ trực giác chứ không nương vào tri thức phạm phu. Nếu có thể làm theo những điều này, chúng ta sẽ cảm thấy kinh điển là những ngọn đèn soi lối cho chúng ta trong đêm tối, mà không phải bám víu vào chúng nữa.

II. Ba Bộ Kinh Chính Trong Nhà Thiền:

Thứ Nhất Là Kinh Lăng Già: Từ Bắc Phạn Lankavatara Sutra chỉ “Kinh viết về cuộc giảng lâm trên đỉnh Lăng Già.” Kinh Lăng Già hay kinh đi xuống Tích Lan, nhấn mạnh tới học thuyết đại giác bên trong, vượt thoát nhị nguyên và phân biệt. Kinh Lăng Già là giáo thuyết triết học được Đức Phật Thích Ca Mâu Ni thuyết trên núi Lăng Già ở Tích Lan. Có lẽ kinh này được soạn lại vào thế kỷ thứ tư hay thứ năm sau Tây Lịch. Kinh nhấn mạnh về tám thức, Như Lai Tạng và “tiệm ngộ,” qua những tiến bộ từ từ trong thiền định; điểm chính trong kinh này coi kinh điển là sự chỉ bày như tay chỉ; tuy nhiên đối tượng thật chỉ đạt được qua thiền định mà thôi. Kinh có bốn bản dịch ra Hán tự, nay còn lưu lại ba bản. Bản dịch đầu tiên do Ngài Pháp Hộ Đàm Ma La sát dịch giữa những năm 412 và 433, nay đã thất truyền; bản thứ nhì do ngài Cầu Na Bạt Đà La dịch vào năm 443, gọi là Lăng Già A Bạt Đa La Bảo Kinh, gồm 4 quyển, còn gọi là Tứ Quyển Lăng Già; bản thứ ba do Ngài Bồ Đề Lưu Chi dịch sang Hán tự vào năm 513, gồm 10 quyển, gọi là Nhập Lăng Già Kinh; bản thứ tư do Ngài Thực Xoa Nan Đà dịch vào những năm 700 đến 704 đời Đường, gọi là Đại Thừa Nhập Lăng Già Kinh, gồm 7 quyển, nên còn gọi là Thất Quyển Lăng Già. Đây là một trong những bộ kinh mà hai trường phái Du Già và Thiền tông lấy làm giáo thuyết căn bản. Kỳ thật bộ kinh này được Tổ Bồ Đề Đạt Ma chấp thuận như là bộ giáo điển được nhà Thiền thừa nhận. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã tiên đoán rằng, “về sau này tại miền nam Ấn Độ sẽ xuất hiện một vị đại sư đạo cao đức trọng tên là Long Thọ. Vị này sẽ đạt đến sơ địa Bồ Tát và vãng sanh Cực Lạc.” Đây là một trong những bản kinh quan trọng trong trường phái Thiền Đại thừa. Người ta cho rằng đây là kinh văn trả lời cho những câu hỏi của Bồ Tát Mahamati. Kinh còn thảo luận rộng rãi về học thuyết, bao gồm một số giáo thuyết liên hệ tới trường phái Du Già. Trong số đó giáo thuyết về “Bát Thức,” mà căn bản nhất là “Tàng Thức,” gồm những chủng tử của hành động. Kinh văn nhấn mạnh về tư tưởng “Thai Tạng” vì sự xác nhận rằng tất cả chúng sanh

đều có Phật tánh, và Phật tánh ấy chỉ hiển lộ qua thiền tập. Kinh Lăng Già có ảnh hưởng rất lớn tại các xứ Đông Á, đặc biệt là trong các trường phái về Thiền.

Thứ Nhì Là Kinh Kim Cang: Kinh Kim Cang Bát Nhã Ba La Mật Đa, còn gọi là Năng Đoạn Kim Cang Kinh. Tất cả các pháp hữu vi đều giống như mộng, như huyễn, như bào ảnh. Kinh Kim Cang, tóm lược của Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa Kinh, được ngài Huyền Trang dịch sang Hoa ngữ. Kinh Kim Cang, một trong những kinh thâm áo nhất của kinh điển Đại Thừa. Kinh này là một phần độc lập của Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa. Kinh Kim Cang giải thích hiện tượng không phải là hiện thực, mà chỉ là những ảo giác hay phóng chiếu tinh thần riêng của chúng ta (Bất cứ hiện tượng và sự vật nào tồn hữu trong thế gian này đều không có thực thể, do đó không hề có cái gọi là “ngã”). Chính vì thế mà người tu tập phải xem xét những hoạt động tinh thần của hiện tượng sao cho tinh thần được trống rỗng, cởi bỏ và lắng đọng. Nó có tên Kim cương vì nhờ nó mà chúng sanh có thể cắt bỏ mọi phiền não uế trước để đào bới ngạn. Kinh được kết thúc bằng những lời sau: “Sự giải bày thâm mật này sẽ gọi là Kinh Kim Cang Bát Nhã Ba La Mật Đa. Vì nó cứng và sắt bén như Kim Cương, cắt đứt mọi tư niệm tùy tiện và dẫn đến bờ Giác bên kia.” Kinh đã được Ngài Cưu Ma La Thập dịch ra Hán tự:

*Nhứt thiết hữu vi pháp,
Như mộng huyễn bào ảnh,
Như lộ, diệc như điện,
Ứng tác như thị quán.

Thứ Ba Là Kinh Duy Ma Cật: *Cư Sĩ Duy Ma Cật:* Duy Ma cật, còn được gọi là Tịnh Danh, là đệ tử của Phật tại thành Tỳ Xá Lê, nước Lichavi, một nước Cộng Hòa ở miền bắc Ấn Độ. Người ta nói ông cùng thời với Đức Phật, và đã từng viếng Trung Quốc. Một vị cư sĩ tại gia vào thời Đức Phật còn tại thế, là một Phật tử xuất sắc về triết lý nhà Phật. Nhiều câu hỏi và trả lời giữa Duy Ma Cật và Phật vẫn còn được ghi lại trong Kinh Duy Ma. Vào thời Đức Phật còn tại thế, trong thành Tỳ Xá Ly có ông trưởng giả tên là Duy Ma Cật, đã từng cúng dường vô lượng các Đức Phật, sâu trồng cội lành, đặng Vô Sanh Pháp Nhẫn. Sức biện tài vô ngại của ông đã khiến ông có khả năng du hí thần thông. Ông đã chứng các môn tổng trì, đặng sức vô úy, hàng phục ma oán, thấu rõ pháp môn thâm diệu, khéo nơi trí độ, thông đạt các

pháp phương tiện, thành tựu đại nguyện. Ông biết rõ tâm chúng sanh đến đâu, hay phân biệt các căn lợi鈍, ở lâu trong Phật đạo, lòng đã thuần thực, quyết định nơi Đại Thừa. Những hành vi đều khéo suy lường, giữ gìn đúng oai nghi của Phật, lòng rộng như bể cả. Chư Phật đều khen ngợi, hàng đệ tử, Đệ Thích, Phạm Vương, vua ở thế gian, vân vân thấy đều kính trọng.

Vì muốn độ người, nên ông dùng phương tiện khéo thị hiện làm thân trưởng giả ở thành Tỳ Xá Ly, có của cải nhiều vô lượng để nhiếp độ các hạng dân nghèo; giữ giới thanh tịnh để nhiếp độ những kẻ phá giới; dùng hạnh điều hòa nhiếp độ các người giận dữ; dùng đại tinh tấn để nhiếp độ những kẻ biếng nhác; dùng nhất tâm thiền định để nhiếp độ những kẻ tâm ý tán loạn; dùng trí tuệ quyết định để nhiếp độ những kẻ vô trí; tuy làm người bạch y cư sĩ mà giữ gìn giới hạnh thanh tịnh của Sa Môn. Tuy ở tại gia mà không đắm nhiễm ba cõi. Tuy thị hiện có vợ con, nhưng thường tu phạm hạnh. Dù có quyến thuộc, nhưng ưa sự xa lìa. Dù có đồ quý báu, mà dùng tướng tốt để nghiêm thân. Dù có uống ăn mà dùng thiền duyệt làm mùi vị. Nếu khi đến chỗ cờ bạc, hát xướng thì ông lợi dụng cơ hội để độ người. Dù thọ các pháp ngoại đạo nhưng chẳng tổn hại lòng chánh tín. Tuy hiểu rõ sách thế tục mà thường ưa Phật pháp, được tất cả mọi người cung kính. Nắm giữ chánh pháp để nhiếp độ kẻ lớn người nhỏ. Tất cả những việc trị sanh, buôn bán làm ăn hùn hợp, dù được lời lãi của đời, nhưng chẳng lấy đó làm vui mừng. Đạo chơi nơi ngã tư đường cái để lợi ích chúng sanh. Vào việc trị chánh để cứu giúp tất cả. Đến chỗ giảng luận dẫn dạy cho pháp Đại Thừa. Vào nơi học đường dạy dỗ cho kẻ đồng môn. Vào chỗ dâm dục để chỉ bày sự hại của dâm dục. Vào quán rượu mà hay lập chí. Nếu ở trong hàng trưởng giả, là bậc tôn quý trong hàng trưởng giả, giảng nói các pháp thù thắng. Nếu ở trong hàng cư sĩ, là bậc tôn quý trong hàng cư sĩ, dứt trừ lòng tham đắm cho họ. Nếu ở trong dòng Sát Đế Lợi, là bậc tôn quý trong dòng Sát Đế Lợi, dạy bảo cho sự nhẫn nhục. Nếu ở trong dòng Bà La Môn, là bậc tôn quý trong dòng Bà La Môn, khéo trừ lòng ngã mạn của họ. Nếu ở nơi Đại thần là bậc tôn quý trong hàng Đại thần, dùng chánh pháp để dạy dỗ. Nếu ở trong hàng Vương tử, là bậc tôn quý trong hàng Vương tử, chỉ dạy cho lòng trung hiếu. Nếu ở nơi nội quan, là bậc tôn quý trong hàng nội quan, khéo dạy dỗ các hàng cung nữ. Nếu ở nơi thứ dân, là bậc tôn quý trong hàng thứ dân, chỉ bảo làm việc phước đức. Nếu ở nơi

trời Phạm Thiên, là bậc tôn quý trong Phạm Thiên, dạy bảo cho trí tuệ thù thắng. Nếu ở nơi trời Đế Thích, là bậc tôn quý trong Đế Thích, chỉ bày cho pháp vô thường. Nếu ở nơi trời Tứ Thiên Vương hộ thế, là bậc tôn quý trong Tứ thiên vương hộ thế, hằng ủng hộ chúng sanh. Trưởng giả Duy Ma Cật dùng cả thầy vô lượng phương tiện như thế làm cho chúng sanh đều được lợi ích.

Sơ Lược Về Kinh Duy Ma Cật: Kinh Duy Ma Cật, còn gọi là Đại Thừa Đảnh Vương Kinh, Đại Phương Đẳng Đảnh Vương Kinh, hay Duy Ma Cật Tử Sở Vấn Kinh. Đây là những thuyết giảng của Vimalakirti, văn bản quan trọng của Phật giáo Đại thừa, có từ khoảng thế kỷ thứ II sau Tây lịch. Duy Ma Cật là một thương nhân giàu có, một môn đồ của Phật, đã thành công trên đường Bồ Tát tuy vẫn sống trong thế gian. Kinh này được nhiều người nhắc tới vì nó nhấn mạnh vào sự bình đẳng về giá trị thiên hướng thế tục và thiên hướng tu hành. Kinh Duy Ma Cật hay Duy Ma Cật Sở Vấn Kinh, những triết lý được viết tại Ấn Độ vào khoảng thế kỷ thứ nhất, gồm những cuộc đối thoại giữa những nhân vật nổi tiếng trong Phật giáo và cư sĩ Duy Ma Cật. Có người nói Kinh này chứa đựng những cuộc đối thoại giữa Đức Phật Thích Ca và các cư dân của thành Tỳ Xá Lê. Kinh được dịch ra Hoa ngữ lần đầu bởi ngài Cưu Ma La Thập, và sau đó bởi ngài Huyền Trang. Đây là một trong những bộ kinh phổ thông nhất trong Phật giáo Đại Thừa, đặc biệt là tại vùng Đông Á. Cốt lõi của kinh là cuộc pháp đàm giữa Bồ Tát tại gia Duy Ma Cật và Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi, tập trung vào “trí tuệ ba la mật.” Kinh bắt đầu khi Đức Phật nhận biết rằng Duy Ma Cật giả vờ bệnh, và Ngài hỏi một số đệ tử xem coi ai sẽ đi thăm bệnh Duy Ma Cật. Tuy nhiên đệ tử của Ngài từng người một đều thú nhận rằng họ sợ trí tuệ vĩ đại của Duy Ma Cật. Cuối cùng thì Bồ Tát Văn Thù nhận đi và những đệ tử khác cũng tháp tùng đi theo để tham dự vào cuộc pháp thoại giữa hai vị đại Bồ Tát. Tuyệt điểm của kinh ở chỗ khi ba mươi một vị Bồ Tát trả lời câu hỏi làm thế nào để một vị Bồ Tát nhập vào “pháp môn bất nhị.” Mỗi câu trả lời theo thứ tự càng ngày càng cao hơn, nhưng tất cả đều còn vướng mắc vào nhị nguyên. Cuối cùng ngài Văn Thù phát biểu rõ ràng về pháp môn bất nhị, nhưng đến phiên Duy Ma Cật thì ông không nói một lời nào. Kinh này đặc biệt phổ biến vì nhân vật chính trong kinh là một người tại gia có gia đình đã vận dụng vượt qua những nhân vật khác về trí tuệ ba la mật. Kinh Duy Ma Cật là một bộ kinh Đại thừa quan trọng, đặc biệt

cho Thiền phái và một số đệ tử trường phái Tịnh Độ. Nhân vật chính trong kinh là Ngài Duy Ma Cật, một cư sĩ mà trí tuệ và biện tài tương đương với rất nhiều Bồ Tát. Trong kinh này, Ngài đã giảng về Tánh Không và Bát Nhị. Khi được Ngài Văn Thù hỏi về Pháp Môn Bát Nhị thì Ngài giữ im lặng. Kinh Duy Ma Cật nhấn mạnh chỗ bản chất thật của chư pháp vượt ra ngoài khái niệm được ghi lại bằng lời. Kinh được Ngài Cưu Ma La Thập dịch sang Hán tự.

Mục Đích Của Việc Hành Thiền Theo Kinh Duy Ma Cật: Mục đích chính của Thiền là để dập tắt dòng suy tưởng và làm sáng tỏ tâm tính. Thiền là chữ tắt của “Thiền Na” có nghĩa là tư duy tĩnh lặng. Đây là một trong những nghệ thuật dập tắt dòng suy tưởng của tâm, để làm sáng tỏ tâm tính. Thiền được chính thức giới thiệu vào Trung Quốc bởi Tổ Bồ Đề Đạt Ma, đầu trước đó người Trung Hoa đã biết đến, và kéo dài cho tới thời kỳ của các tông phái Thiền Thai. Theo Kinh Duy Ma Cật, cư sĩ Duy Ma Cật đã nói với ông Xá Lợi Phất khi ông này ở trong rừng tọa thiền yên lặng dưới gốc cây như sau: “Thưa ngài Xá Lợi Phất! Bất tất ngồi sững đó mới là ngồi thiền. Vả chăng ngồi thiền là ở trong ba cõi mà không hiện thân ý, mới là ngồi thiền; không khởi diệt tận định mà hiện các oai nghi, mới là ngồi thiền; không rời đạo pháp mà hiện các việc phàm phu, mới là ngồi thiền; tâm không trụ trong cũng không ở ngoài mới là ngồi thiền; đối với các kiến chấp không động mà tu ba mươi bảy phẩm trợ đạo mới là ngồi thiền; không đoạn phiền não mà vào Niết Bàn mới là ngồi thiền. Nếu ngồi thiền như thế là chỗ Phật ấn khả (chứng nhận) vậy. Tu tập thiền định trong cuộc sống hằng ngày là thanh tịnh thân tâm ngay trong những giây phút hiện tại như Đức Phật dạy: “Tâm Thanh Tịnh-Phật Độ Thanh Tịnh”. Tu tập thiền định trong cuộc sống hằng ngày là điều phục vọng tâm ngay trong những giây phút hiện tại. Theo dòng thiền Phật giáo, để điều phục vọng tâm, chúng ta phải không bỏ gì vào trong đó (vô tâm). Theo Kinh Duy Ma Cật, Đức Phật nhắc Bồ Tát Bảo Tích về Tịnh Tâm Tịnh Độ như sau: “Bảo Tích! Bồ Tát tùy chỗ trực tâm mà hay phát hạnh; tùy chỗ phát hạnh mà được thâm tâm; tùy chỗ thâm tâm mà ý được điều phục; tùy chỗ ý được điều phục mà làm được như lời nói; tùy chỗ làm được như lời nói mà hay hồi hướng; tùy chỗ hồi hướng mà có phương tiện; tùy chỗ có phương tiện mà thành tựu chúng sanh, tùy chỗ thành tựu chúng sanh mà cõi Phật được thanh tịnh; tùy chỗ cõi Phật thanh tịnh mà nói Pháp thanh tịnh; tùy chỗ nói Pháp thanh tịnh mà trí huệ được thanh

tịnh; tùy chỗ trí huệ thanh tịnh mà tâm thanh tịnh; tùy chỗ tâm thanh tịnh mà tất cả công đức đều thanh tịnh. Cho nên, này Bảo Bảo Tích! Bồ Tát muốn được cõi Phật thanh tịnh, nên làm cho tâm thanh tịnh; tùy chỗ Tâm thanh tịnh mà cõi Phật được thanh tịnh.”

III. Những Bộ Kinh Khác Thường Được Sử Dụng Trong Nhà Thiền:

Thứ Nhất Là Kinh Hoa Nghiêm: Từ Bắc Phạn Avatamsaka-sutra có nghĩa là “Kinh Hoa Nghiêm.” Bộ kinh Đại Thừa gồm nhiều tập chứa đựng sự sâu tập về nhiều phần khác hẳn nhau. Trong số những phần quan trọng hơn là kinh nói về Thập Địa, diễn tả mười giai đoạn của Bồ Tát, phần kinh Hoa Nghiêm trong đó kể chuyện về sự kiếm tìm Phật quả của Thiện Tài Đồng Tử. Kinh Hoa Nghiêm là triết lý chính yếu của Hoa Nghiêm Tông bên Trung Hoa, tông này đặc biệt nhấn mạnh đến giáo thuyết liên quan đến sự giải thích về sự liên hệ của chư pháp. Kinh Hoa Nghiêm là giáo điển cao thứ nhì trong giáo điển Đại thừa, dạy về nhân tâm, một cái tâm không thể đo lường và không thể nghĩ bàn. Kinh Hoa Nghiêm cũng là giáo điển căn bản của trường phái Hoa Nghiêm. Một trong những kinh điển dài nhất của những giáo điển mà Phật đã thuyết giảng ngay sau khi Ngài giác ngộ. Đây là giáo điển Phật dùng để giáo hóa chư Bồ Tát và những chúng hữu tình có căn cơ cao. **Thứ Nhì Là Kinh Viên Giác:** Kinh nói về “Đại Giác Toàn Hảo.” Kinh được một nhà sư Tây Tạng tên Buddhatrata dịch sang Hoa ngữ năm 693. Mười hai vị Bồ Tát trong đó có Văn Thù và Phổ Hiền đã nhận được từ đó những chỉ dẫn về nội dung đại giác toàn hảo. Kinh Viên Giác có ảnh hưởng quyết định tới Thiền Tông Trung Quốc và Nhật Bản. **Thứ Ba Là Kinh Pháp Bảo Đàn:** Kinh Pháp Bảo Đàn được Lục Tổ thuyết, là văn bản chủ yếu của Thiền Nam Tông, gồm tiểu sử, những lời thuyết giảng và ngữ lục của Lục Tổ tại chùa Bảo Lâm được đệ tử của Ngài là Pháp Hải ghi lại trong tổng cộng 10 chương. Trong đó, Lục Tổ cũng dạy rằng: “Không ngờ tự tánh mình vốn thanh tịnh, vốn không sanh không diệt, vốn tự đầy đủ, vốn không dao động, vốn sanh muôn pháp.” Về sau này, toàn bộ những lời thuyết giảng của ông được lưu giữ lại trong Pháp Bảo Đàn Kinh, tác phẩm Phật pháp duy nhất của Trung Quốc được tôn xưng là “Kinh.” Trong Pháp Bảo Đàn Kinh, Lục Tổ kể lại rằng sau khi được truyền pháp và nhận y bát từ Ngũ Tổ, ngài đã sống những năm ẩn dật trong rừng với nhóm thợ săn.

Khi tới giờ ăn, ngài nói ‘những người thợ săn nấu thịt với rau cải. Nếu họ bảo ngài ăn thì ngài chỉ lựa rau mà ăn.’ Lục Tổ không ăn thịt không phải vì Ngài chấp chay chấp không chay, mà vì lòng từ bi vô hạn của ngài. **Thứ Tư Là Kinh Đại Thừa Chỉ Quán:** Chỉ có nghĩa là đình chỉ, quán là quán đạt. Như vậy chỉ quán là đình chỉ vọng niệm để quán đạt chân lý. Khi cơ thể ngừng nghỉ là “Chỉ”. Khi tâm đang nhìn thấy một cách rõ ràng là “Quán”. Khi cơ thể ngừng nghỉ là “Chỉ”. Khi tâm đang nhìn thấy một cách rõ ràng là “Quán”. Đây là cửa thứ ba trong "Lục Diệu Pháp Môn" Trong giai đoạn này hành giả phải hoàn toàn quên đi hơi thở và đình chỉ tâm mình trên đầu mũi. Bấy giờ hành giả cảm thấy thanh thản và ổn định tột độ, rồi chẳng bao lâu sau đó cả thân và tâm của hành giả hình như tan biến vào hư vô. Đó là trạng thái "Thiền Định", một trạng thái đình chỉ hoàn toàn. Khi đạt được trạng thái này, hành giả phải tự nhắc mình rằng, mặc dầu kinh nghiệm "Thiền Định" là tuyệt diệu, như đức Phật đã cảnh báo, nhưng mình không được chấp trước hay lẫn lộn trong đó. “Chỉ” gán cho thiền ổn định nhằm phát triển khả năng duy trì tập trung vào một đối tượng, còn “Quán” gán cho Thiền phân tích trong đó hành giả trực nhận tánh không của đối tượng, và bằng cách mở rộng sự trực nhận này đến mọi hiện tượng. Sự tu tập này đặc biệt quan trọng trong tông Thiên Thai, được Trí Giả hệ thống hóa, chính ông đã viết những sách chỉ nam có ảnh hưởng trong Phật Giáo Trung Hoa, như bộ Ma Ha Chỉ Quán, trong đó ông vạch ra con đường tu tập bắt đầu bằng tu giới và dẫn đến trực nhận tánh không trong sự hiện hữu của mọi hiện tượng.

IV. Những Bộ Luận Trong Nhà Thiền:

Thứ Nhất Là Đại Thừa Khởi Tín Luận: Khởi Tín Luận, tên gọi tắt của sách Đại Thừa Khởi Tín Luận tại các xứ Đông Á, do ngài Mã Minh Bồ Tát biên soạn, nhưng hiện chỉ còn lại bản văn bằng Hoa ngữ mà thôi. Có hai bản dịch sang Hoa ngữ, thứ nhất là bản dịch của ngài Chân Đế vào năm 554 sau Tây Lịch, bản thứ hai do ngài Thực Xoa Nan Đà dịch vào năm 700 sau Tây Lịch. Bản thứ nhất có lẽ được đại chúng chấp nhận hơn vì Đại sư Trí Giả, vị tổ thứ tư của tông Thiên Thai cũng là vị thơ ký cho ngài Chân Đế, và sau được ngài Pháp Tạng biên soạn lời bình giải tiêu chuẩn, mặc dầu sau này chính ông đã giúp cho ngài Thực Xoa Nan Đà dịch bản thứ nhì. Đại Thừa Khởi Tín Luận là tác phẩm nói về cực lý của Đại Thừa, giúp cho người đọc nghe khởi

lên trong lòng niềm tin chân chính đối với giáo pháp Đại Thừa, rằng tất cả chúng sanh đều có tánh giác nguyên thủy, và bản chất căn bản này được coi như là Phật tánh. Tuy nhiên, nó bị che mờ bởi vô minh, và một khi vô minh được tháo gỡ thì tự nhiên người ta sẽ chứng nghiệm được tiềm năng căn bản của Phật tánh này. Bộ sách này đã được ngài Teitaro Suzuki dịch sang Anh ngữ vào năm 1900.

Thứ Nhì Là Cảnh Đức Truyền Đăng Lục (Ching-Te-Ch'uan-Teng-Lu): Truyền Đăng Lục là bộ Luận nói về một vị thầy có thể ấn chứng hay truyền ngọn đèn chân lý Phật giáo về sự thành tựu giác ngộ bằng chứng nghiệm khả năng của đệ tử mình. Cảnh Đức Truyền Đăng Lục có nghĩa là Biên Niên Sử được truyền dưới ánh đèn, soạn dưới thời Cảnh Đức. Tác phẩm xưa nhất trong lịch sử văn học thiền, do nhà sư Trung Quốc tên Đạo Nguyên soạn năm 1004. Tác phẩm gồm những tiểu sử ngắn và những giai thoại về cuộc đời của các thiền sư từ trước thời sơ tổ phái Pháp Nhãn là Thiền Sư Pháp Nhãn Văn Ích. Cảnh Đức Truyền Đăng Lục gồm ba tập, ghi lại ý kiến của hơn 600 thiền sư và nói đến hàng ngàn thiền sư khác. Nhiều công án được tìm thấy trong tác phẩm này. “Truyền Đăng Lục,” kể lại chi tiết về sự truyền công án và những giải đáp của 52 vị tổ trong truyền thống Kasyapa (dòng đệ tử của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni) truyền tới Đạo Nguyên, sơ tổ tông Tào Động tại Nhật Bản. Những kinh văn này giữ vai trò chủ yếu trong truyền thống nhà Thiền, mà giáo thuyết và thực hành đều khác với kinh văn Phật giáo tại Ấn Độ. Truyền thống Thiền thì lại cho rằng giáo thuyết và thực hành của họ mới đích thực là cốt lõi giáo pháp của Đức Phật, được truyền trực tiếp từ tâm qua tâm từ dòng truyền thừa Kasyapa tới Đạo Nguyên, qua một dãy các vị thầy. Kỳ thật, không có sự thật về chuyện truyền thừa này; tuy nhiên, một vị thầy có thể ấn chứng về sự thành tựu giác ngộ bằng chứng nghiệm khả năng của đệ tử mình. Tâm truyền tâm từ một vị Thầy Thiền qua sự tiếp xúc cá nhân, chứ không qua văn tự, như cách truyền Phật Tâm trong nhà Thiền.

Thứ Ba Là Thông Dong Lục: Tập sách 100 công án do Hoàng Trí Chánh Giác, một thiền sư danh tiếng phái Tào Động Trung Quốc biên tập, và về sau này Thiền sư Vạn Tùng Hành Tú đã gom góp lại. Nhan đề lấy theo tên của “Am Thông Dong”. Toàn bộ “Thông Dong Lục” đều được bình luận theo hình thức kệ tụng. Bởi vì Thiền tương đối gần với cảm quan lãnh hội chứ không phải là tính biết, cho nên Thiền thể

hiện bằng thi kệ một cách rất tự nhiên chứ không cần thể hiện thông qua hình thức triết học; vì vậy mà Thiền thiên về thi kệ cũng là chuyện hiển nhiên. Hơn một phần ba ví dụ của Thông Dong Lục giống hệt với các công án trong Bích Nham Lục và Vô Môn Quan. Kỳ thật, trong ngữ lục của Thiền tông hay những câu chuyện bình thường của các vị Tổ sư, đều ít nhiều dùng phương thức đặc biệt để nêu ra công án. Hầu như thiền sư nổi tiếng nào cũng có lưu lại ngữ lục, và còn được biên tập thành điển tịch Thiền tông mà chúng ta thấy ngày nay. Vấn đề nghiên cứu triết học Phật giáo thì có nhiều loại chú thích kinh điển rất tỉ mỉ và phức tạp, nhưng Thiền lại cung cấp cho chúng ta những khai thị tóm tắt đơn giản, như đưa ra những câu cảnh tỉnh, bình luận mang tính châm biếm, dường như cố ý nói ngược lại với quan điểm của người đi trước đã đề xướng. Một nét đặc sắc nữa của điển tịch Thiền tông chính là nghiêng về hình thức thi kệ, tức là dùng thi kệ để bình luận công án. Trong đó Bích Nham Lục và Thông Dong Lục là đặc biệt hơn cả. Việc thiền sư Hoằng Trí tự mình sưu tập công án này khi ông còn thuộc phái Tào Động và là một địch thủ quyết liệt đối với phương pháp tu tập bằng công án của trường phái Lâm Tế chứng tỏ rõ ràng những khác biệt về ý kiến và phương pháp tu tập của hai tông phái này không sâu sắc lắm. Thiền Tào Động cũng dùng công án như một phương pháp đào tạo thù thắng có hiệu quả.

Thứ Tư Là Bích Nham Lục: Bích Nham Lục là một trong những tập sách về thiền luận nổi tiếng và cổ nhất của Thiền phái Lâm Tế, gồm một trăm công án do thiền sư Tuyết Đậu Trùng Hiên (980-1052) biên soạn, với lời bình bằng kệ đi kèm của thiền sư Phật Quả Viên Ngộ (1063-1135). Thiền sư Viên Ngộ thêm vào 100 công án của tập sách có sẵn trước đó bằng những vần thơ giảng giải, được xem như là kiệt tác của cổ thi Trung Hoa. Cùng với “Vô Môn Quan,” Bích Nham Lục là một trong hai bộ sưu tập công án có ảnh hưởng nhất. Tập sách lấy tên theo một cuộn giấy có viết hai chữ Hán “Bích” (xanh) và “Nham” (đá), ngẫu nhiên treo nơi chùa nơi mà nó được biên soạn, nên thiền sư Tuyết Đậu Trùng Hiên đã dùng hai chữ đó làm nhan đề cho tác phẩm của mình.

Thứ Năm Là Thiền Lâm Vĩnh Gia Tập: Được viết bởi Thiền sư Vĩnh Gia Huyền Giác vào đời nhà Đường, ông sanh năm 665. Ông là một trong những đệ tử xuất sắc của Lục Tổ Huệ Năng. Bài Chứng Đạo Ca là một bài viết về thiền rất được phổ biến, được Thiền sư Trung

Quốc Huyền Giác Vĩnh Gia, một trong những đệ tử xuất sắc của Lục Tổ Huệ Năng vào đời nhà Đường, vào thế kỷ thứ VIII. Trong “Chứng Đạo Ca” Thiền Sư Huyền Giác đã dạy:

“Liễu tức nghiệp chướng bản lai không
Vị liễu ứng tu hoàn tức trái.”

(Khi tỏ rõ rồi thì nghiệp chướng hóa thành
không, chưa tỏ rõ nợ xưa đành trang trái).

Liễu tức là liễu ngộ, người liễu ngộ rồi thì thấy nghiệp chướng trong quá khứ và hiện tại là không. Nhưng người chưa giác ngộ thì phải tái sinh để trả nợ trước. Một thí dụ khác trong Chứng Đạo Ca:

“Ma ni châu nhân bất thức
Như Lai tàng lý thân thâm đắc
Lục ban thần dụng không bất không
Nhất thỏa viên quang sắc phi sắc.”
(Ngọc ma-ni, người chẳng biết
Như Lai kho ấy thâm trọn hết
Sáu ban thần dụng không chẳng không
Một điểm viên quang sắc chẳng sắc).

Thứ Sáu Là Vô Môn Quan: Vô Môn Quan, một trong những tập sách thiền nổi tiếng nhất của Thiền tông, do thiền sư Huệ Khai (1183-1260) soạn. Vô Môn Quan đơn giản hơn Bích Nham Lục vì nó chỉ có bốn mươi tám công án và là tác phẩm do một người biên soạn, cùng với những lời bình và tán thán. Vô Môn Quan bắt đầu bằng công án “Không” công án đã đưa Vô Môn Huệ Khai đến kinh nghiệm chứng ngộ đầu tiên. Vô Môn Quan được đưa sang Nhật bởi đệ tử và pháp tử của Ngài Huệ Khai là Kakushin vào năm 1254, nó trở thành một trong những giáo thuyết chính của trường phái Lâm Tế tại Nhật. Do sự nổi tiếng của sưu tập cho những người mới nhập môn và ít có tham vọng văn chương, Vô Môn Quan thường được coi là kém sâu sắc hơn Bích Nham Lục. Tuy nhiên, như thế là không hiểu rằng một công án như “Vô” có thể vẫn được dùng cho những trình độ đại giác ngày càng sâu hơn, và người ta tìm thấy trong Vô Môn Quan những thí dụ, nhất là thí dụ thứ 38, thuộc vào loại những công án khó giải nhất. Điều không may là phần lớn những bản dịch Vô Môn Quan hay những văn bản thiền khác ra những thứ tiếng Âu châu đều mắc phải tình trạng người dịch có am hiểu về ngữ văn nhưng lại không có “con mắt thiền”.

Thứ Bảy Là Tông Cảnh Lục: Tập sách chỉ rõ dị đồng của ba tông: Hoa Nghiêm, Pháp Hoa và Duy Thức, được soạn bởi ngài Vĩnh Minh Diên Thọ Thiền Sư (904-975) vào thế kỷ thứ X. Tông Cảnh Lục hay "Ghi Chép về Chiếc Gương Chân Lý" của Ngài Diên Thọ, chỉ rõ dị đồng của ba tông: Hoa Nghiêm, Pháp Hoa và Duy Thức. Đại sư cũng soạn ra tập sách Vạn Thiện Đồng Quy, chỉ rõ về Pháp Môn Tịnh Độ. Đại sư lại thấy người đương thời còn đang bị phân vân, ngờ vực giữa Thiền Tông và Tịnh Độ, chưa biết phải tu môn nào để được kết quả chắc chắn, nên ngài làm bài kệ “Tứ Liệu Giản” để so sánh.

Chương Năm

Tóm Lược Về Cốt Lõi Giáo Thuyết Thiền Tông Phật Giáo

I. Tổng Quan Về Thiền Tông Phật Giáo:

“Zen” là lối phát âm của Nhật Bản của danh từ Ch’an của Trung Hoa, mà từ này lại là lối phát âm theo từ Dhyana của Phạn ngữ có nghĩa là “thiền.” Điểm đặc biệt của công phu tu tập đạt đến giác ngộ của Đức Phật là quán chiếu nội tâm. Vì lý do này mà nhiều người tin rằng họ thiền quán để thành Phật. Vâng, họ đúng. Mục tiêu cuối cùng của bất cứ người con Phật nào cũng là thành Phật; tuy nhiên, thiền tự nó không làm cho bất cứ chúng sanh nào thành Phật. Thiền là phương pháp thâm cứu và quán tưởng, hay là phương pháp giữ cho tâm yên tĩnh, phương pháp tự tỉnh thức để thấy rằng chân tánh chính là Phật tánh chứ không là gì khác hơn. Tuy nhiên, truyền thống tư duy của Phật giáo không đơn giản như vậy. Truyền thống tư duy của Phật giáo khác với truyền thống tư duy của các tôn giáo khác vì Phật giáo coi thiền định không thôi tự nó chưa đủ. Chúng ta có thể nói, với Phật giáo, thiền định tựa như mình mài một con dao. Chúng ta mài dao với mục đích để cắt vật gì đó một cách dễ dàng. Cũng như vậy, qua thiền định chúng ta mài dũa tâm mình cho một mục đích nhất định, trong trường hợp tu theo Phật, mục đích này là trí tuệ. Trí tuệ có thể xóa tan vô minh và cắt đứt khổ đau phiền não. Trong những giờ phút trước khi đạt được đại ngộ, chính Đức Phật đã thực hành cách quán chiếu nội tại trong suốt bốn mươi chín ngày, cho đến lúc Ngài đột nhiên đạt được sự giác ngộ và trở thành Phật. Khi Ngài quay lại với chính Ngài, Ngài tìm thấy chân tánh của mình, hay Phật tánh, và Ngài đã thành Phật. Đó là mục tiêu tối thượng của ‘Thiền’. Thiền theo Phật giáo khác hẳn thiền của những tôn giáo khác. Đa số các tôn giáo khác đặt một thượng đế tối cao trên con người, từ đó con người phải lắng lòng cầu nguyện và thờ lạy đáng thượng đế, với quan niệm cho rằng sự thật phải đến từ bên ngoài. Trong khi đó, thiền Phật giáo quan niệm sự thật không phải đến từ bên ngoài, mà từ bên trong. Sự thật nằm ngay trong tự tánh của chúng ta chứ không phải nơi nào khác. Thiền tập là cố sống làm sao cho tâm được

bất động trong thế giới liên tục biến động này. Thiền tập là cố sống như nước, chứ không như sóng trào hay bọt nổi. Nước thì bất động, vô tác và vô vi; trong khi các đợt sóng sinh rồi diệt, bọt nổi rồi tan. Hành giả nên luôn nhớ tâm mình như một dòng suối bất tận của các niệm, thiền tập là tập nhìn vào tâm một cách liên tục, và cứ sống như nước, bình đẳng cuốn trôi hết tất cả những gì vào dòng suối đang chảy này. Theo Phật giáo, mỗi chúng sanh đều có Phật tánh, và trở thành Phật chỉ là quay vào chính mình để tìm lại cái Phật tánh này mà thôi. Phật tánh này luôn sẵn có ở trong và luôn chiếu sáng. Giống như mặt trời và mặt trăng, luôn luôn chiếu sáng, nhưng khi bị mây che phủ, chúng ta không thấy được ánh nắng hay ánh trăng. Mục đích của người tu thiền là loại trừ những đám mây, vì khi mây tan thì chúng ta lại thấy nắng thấy trăng. Tương tự, chúng ta luôn có sẵn Phật tánh bên trong, nhưng khi tham dục, chấp trước và phiền não che phủ, Phật tánh không hiển hiện được. Trong Phật giáo, thiền làm công việc của một ngọn đuốc đem lại ánh sáng cho một cái tâm u tối. Giả như chúng ta đang ở trong một căn phòng tối tăm với một ngọn đuốc trong tay. Nếu ngọn đuốc quá mờ, hay nếu ngọn đuốc bị gió lay, hay nếu tay chúng ta không nắm vững ngọn đuốc, chúng ta sẽ không thấy được cái gì rõ ràng cả. Tương tự như vậy, nếu chúng ta không thiền đúng cách, chúng ta sẽ không bao giờ có thể đạt được trí tuệ có thể xuyên thấu được sự tăm tối của vô minh để nhìn thấy bản chất thật sự của cuộc sống và cuối cùng đi đến chỗ đoạn tận được khổ đau và phiền não. Rõ ràng cốt lõi của đạo Phật hay cốt lõi của Thiền là tu tập bằng trí tuệ, chứ không bằng cách đui tu mù luyện. Nếu mục đích tu thiền của chúng ta nhằm đạt được thần thông hay xuất hồn, vân vân, là chúng ta không phải tu theo Phật. Tu thiền trong Phật giáo chúng ta phải thấy được cái thật tánh và phải sống với nó. Vì vậy, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng thiền chỉ là một phương tiện, một trong những phương tiện hay nhất để đạt được trí huệ trong đạo Phật. Hơn nữa, nhờ đạt được trí tuệ mà người ta có thể thấy được đúng sai và có thể tránh được ham mê cực độ những dục lạc giác quan hoặc hành hạ thân xác đến độ thái quá.

II. Thiền Là Gì?:

Thiền na dịch là “tư duy.” Tư duy trong cõi sắc giới thì gọi là thiền. Thiền theo tiếng Phạn là Dhyana. Thiền là một yếu tố của Định; tuy nhiên, cả hai từ được dùng gần như lẫn lộn với nhau. Thiền là thuật ngữ

Trung Hoa, do từ tiếng Phạn “Dhyana” mà ra. Thiền Na chỉ sự tập trung tinh thần và sự tĩnh tâm, trong đó mọi sự phân biệt nhị nguyên đều biến mất. Tịnh lực là làm vắng lặng dòng suy tưởng. Thiền Na là Ba La Mật thứ năm trong lục độ Ba La Mật (thực tập thiền na để được trí huệ Bát Nhã), trong đó tất cả mọi biện biệt giữa chủ thể và đối tượng, giữa thật và giả, đều bị xóa bỏ. Ch’an là chữ tương đương gần nhất của Hoa ngữ cho chữ “Dhyana” trong Phạn ngữ, có nghĩa là tĩnh lực. Tịnh lực hay định chỉ các tư tưởng khác, chỉ chuyên chú suy nghĩ vào một cảnh. Thiền là một trường phái phát triển tại Đông Á, nhấn mạnh đến vô niệm, hiểu thẳng thực chất của vạn hữu. Chữ Thiền được dịch từ Phạn ngữ “Dhyana”. Dhyana dùng để chỉ một trạng thái tịnh lực đạt được bởi buông bỏ. Thiền dùng để làm lắng dịu và loại bỏ luyến ái, hận thù, ganh ghét và si mê trong tâm chúng ta hầu đạt được trí tuệ siêu việt có thể dẫn tới đại giác. Thực tập thiền có thể dẫn đến định. Theo dấu tích ngược về thời một vị sư Ấn Độ tên là Bồ Đề Đạt Ma, người đã du hành sang Trung quốc vào đầu thế kỷ thứ sáu. Người ta tin rằng ông là vị tổ thứ 28 của dòng Thiền ở Ấn Độ và là vị tổ đầu tiên của dòng Thiền ở Trung Quốc. Trường phái này nhấn mạnh đến “thiền,” và một vài trường phái còn dùng những lời nói bí ẩn (công án) nhằm đánh bại lối suy nghĩ bằng nhận thức hay quan niệm, và hỗ trợ thực chứng chân lý. Khi nhìn lại nguồn gốc của Thiền, chúng ta thấy rằng người sáng lập thật sự của Thiền không ai khác hơn là Đức Phật. Qua quán tưởng nội tại mà Đức Phật đạt được chánh đẳng chánh giác và do đó trở thành bậc Giác Giả, vị Chúa của Trí Tuệ và Từ Bi. Trong đạo Phật có nhiều phương pháp tu tập và thiền định là một trong phương pháp chính và quan trọng nhất của Phật giáo. Theo lịch sử Phật giáo thì Đức Thích Tôn Từ Phụ của chúng ta đã đạt được quả vị Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác sau nhiều ngày thảnh thọa thiền dưới cội Bồ Đề. Hơn 25 thế kỷ về trước chính Đức Phật đã dạy rằng thực tập thiền là quay trở lại với chính mình hầu tìm ra chân tánh của mình. Chúng ta không nhìn lên, không nhìn xuống, không nhìn sang đông hay sang tây, hay bắc hay nam; chúng ta nhìn lại chính chúng ta, vì chính ở trong chúng ta và chỉ ở trong đó thôi là trung tâm xoay chuyển của cả vũ trụ. Mãi đến ngày nay, chúng ta vẫn còn kính thờ Ngài qua hình ảnh tọa thiền lắng sâu trong chánh định của Ngài. Thiền tông được truy nguyên từ thời Đức Phật lặng lẽ đưa lên một cánh sen vàng. Lúc ấy hội chúng cảm thấy bối rối, duy chỉ có Ngài Đại Ca Diếp hiểu được và mỉm cười. Câu

chuyện này ngầm nói lên rằng yếu chỉ của Chánh Pháp vượt ngoài ngôn ngữ văn tự. Trong nhà Thiền, yếu chỉ này được người thầy truyền cho đệ tử trong giây phút xuất thần, xuyên phá bức tường tri kiến hạn hẹp thông thường của con người.

Yếu chỉ mà Ngài Đại Ca Diếp nhận hiểu đã được truyền thừa qua 28 vị tổ Ấn Độ cho đến tổ Bồ Đề Đạt Ma. Tổ Bồ Đề Đạt Ma là một thiền sư Ấn Độ có chí hướng phụng hành theo kinh Lăng Già, một bản kinh của tông Du Già. Ngài du hóa sang Trung Quốc vào năm 470 và bắt đầu truyền dạy Thiền tại đây. Sau đó Thiền tông lan tỏa sang Triều Tiên và Việt Nam. Đến thế kỷ thứ 12 Thiền tông phổ biến mạnh mẽ và rộng rãi ở Nhật Bản. Thiền theo tiếng Nhật là Zen, tiếng Trung Hoa là Ch'an, tiếng Việt là "Thiền", và tiếng Sanskrit là "Dhyana" có nghĩa là nhất tâm tĩnh lực. Có nhiều dòng Thiền khác nhau tại Trung Hoa, Nhật Bản và Việt Nam, mỗi truyền thống đều có lịch sử và phương thức tu tập của riêng mình, nhưng tất cả đều cho rằng mình thuộc dòng thiền bắt đầu từ Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Thiền sử cho rằng Đức Phật đã truyền lại tinh túy của tâm giác ngộ của Ngài cho đệ tử là Ca Diếp, rồi tới phiên Ca Diếp lại truyền thừa cho người kế thừa. Tiến trình này tiếp tục qua 28 vị tổ Ấn Độ cho đến tổ Bồ Đề Đạt Ma, người đã mang Thiền truyền thừa vào Trung Hoa. Tất cả những vị đạo sư Ấn Độ và Trung Hoa thời trước đều là những vị Thiền sư. Thiền là một trong những pháp môn mà Đức Phật truyền giảng song song với giới luật, bố thí, nhẫn nhục và trí tuệ. Một số hành giả muốn lập pháp môn Thiền làm cốt lõi cho việc tu tập nên Thiền tông dần dần được thành hình. Nguyên lý căn bản của Thiền tông là tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, tức là hạt giống Phật mà mỗi người tự có sẵn. Nguyên lý này được một số Thiền sư trình bày qua câu "Tất cả chúng sanh đều đã là Phật", nhưng chỉ vì những tâm thái nhiễu loạn và những chướng ngại pháp đang còn che mờ tâm thức mà thôi. Như vậy công việc của thiền giả chỉ là nhận ra tánh Phật và để cho tánh Phật ấy phát hào quang xuyên vượt qua những chướng ngại pháp. Vì tiền đề cơ bản để chứng đạt quả vị Phật, tức là chủng tử Phật đã nằm sẵn trong mỗi người rồi nên Thiền tông nhấn mạnh đến việc thành Phật ngay trong kiếp này. Các vị Thiền sư tuy không phủ nhận giáo lý tái sanh hay giáo lý nghiệp báo, nhưng không giảng giải nhiều về những giáo lý này. Theo Thiền tông, người ta không cần phải xa lánh thế gian này để tìm kiếm Niết Bàn ở một nơi nào khác, vì tất cả chúng sanh đều có sẵn Phật tánh.

Hơn nữa, khi người ta chứng ngộ được tánh không thì người ta thấy rằng sinh tử và Niết Bàn không khác nhau.

Thiền tông nhận thức sâu sắc những giới hạn của ngôn ngữ và tin chắc rằng công phu tu tập có chiều hướng vượt qua phạm vi diễn đạt của ngôn ngữ. Hành thiền là quay trở lại trong mình hầu tìm ra chân tính của chính mình. Chúng ta không nhìn lên, không nhìn xuống, không nhìn sang đông hay sang tây, sang bắc hay sang nam; mà là nhìn lại chính chúng ta, vì chính ở trong chúng ta và chỉ trong đó thôi mới là trung tâm xoay chuyển của cả vũ trụ. Vì vậy Thiền tông đặc biệt nhấn mạnh đến việc thực nghiệm và không đặt trọng tâm vào việc hiểu biết suông. Do đó nên với người tu Thiền thì điều quan trọng trước tiên là phải gắn bó với một vị Thiền sư có nhiều kinh nghiệm. Bốn phận của vị Thiền sư là đưa thiền sinh đi ngược trở lại cái thực tại hiện tiền bất cứ khi nào tâm tư của thiền sinh còn dong ruổi với những khái niệm có sẵn. Hiểu theo nghĩa này, Thiền là một tôn giáo mang học thuyết và các phương pháp nhằm mục đích đưa tới chỗ nhìn thấy được bản tính riêng của chúng ta, và tới giác ngộ hoàn toàn, như Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã trải qua dưới cội Bồ Đề sau một thời kỳ thiền định mãnh liệt. Hơn bất cứ một phái Phật giáo nào, Thiền đặt lên hàng đầu sự thể nghiệm đại giác và nhấn mạnh tới tính vô ích của các nghi lễ tôn giáo. Con đường ngắn hơn nhưng gay go trong tu hành là “tọa thiền.” Những đặc trưng của Thiền có thể tóm tắt bằng bốn nguyên lý sau đây: Giáo ngoại biệt truyền; bất lập văn tự; trực chỉ nhân tâm; kiến tánh thành Phật. Theo quan điểm bí truyền: Thiền không phải là một tôn giáo, mà là một nguồn gốc không thể xác định được và không thể truyền thụ được. Người ta chỉ có thể tự mình thể nghiệm. Thiền không mang một cái tên nào, không có một từ nào, không có một khái niệm nào, nó là nguồn của tất cả các tôn giáo, và các tôn giáo chỉ là những hình thức biểu hiện của cùng một sự thể nghiệm giống nhau. Theo nghĩa này, Thiền không liên hệ với một truyền thống tôn giáo riêng biệt nào, kể cả Phật giáo. Thiền là “sự hoàn thiện nguyên lai” của mọi sự vật và mọi thực thể, giống với sự thể nghiệm của tất cả các Đại Thánh, các nhà hiền triết và các nhà tiên tri thuộc tất cả mọi tôn giáo, dù có dùng những tên gọi khác nhau đến mấy để chỉ sự thể nghiệm ấy. Trong Phật giáo, người ta gọi nó là “sự đồng nhất của Sanh tử và Niết bàn.” Thiền không phải là một phương pháp cho phép đi đến sự giải thoát đối với

một người sống trong vô minh, mà là biểu hiện trực tiếp, là sự cập nhật hóa sự hoàn thiện vốn có trong từng người ở bất cứ lúc nào.

Theo quan điểm công truyền: Thiền là một phái của Phật giáo Đại Thừa, phát triển ở các thế kỷ thứ sáu và thứ bảy, nhờ sự hòa trộn Phật giáo Thiền do tổ Bồ Đề Đạt Ma du nhập vào Trung Quốc và Đạo giáo. Tuy nhiên, theo các truyền thống Phật giáo, có năm loại Thiền khác nhau: Ngoại đạo Thiền, Phàm phu Thiền, Tiểu Thừa Thiền, Đại Thừa Thiền, và Tối thường thừa Thiền. Thiền ngoại đạo gồm nhiều loại khác nhau. Chẳng hạn như Thiền Cơ Đốc giáo, thiền thiêng liêng và thiền siêu việt, vân vân. Phàm phu thiền là sự tập trung tinh thần đến chỗ sâu xa, vận động thể dục thể thao, trà đạo thiền, và những nghi thức khác. Tiểu thừa thiền là quán tâm vô thường, quán thân bất tịnh và quán pháp vô ngã. Thiền Đại thừa là a) quán pháp sanh diệt là tự tánh của chư pháp; b) quán sự thật về cái gì thuộc về hình tướng bên ngoài đều hư dối không thật; c) quán sự hiện hữu, không và trung đạo; d) quán thật tướng của của mọi hiện tượng; e) quán sự thâm nhập hổ tương qua lại của mọi hiện tượng; f) quán mọi hiện tượng tự chúng là tuyệt đối. Tất cả sáu pháp quán này tương đương với lời Phật dạy trong Kinh Hoa Nghiêm: “Nếu bạn muốn biết rõ tất cả chư Phật ba đời quá khứ, hiện tại và vị lai, thì bạn nên quán tánh của pháp giới là tất cả chỉ do tâm tạo mà thôi.” Tối thượng thừa Thiền được chia ra làm ba loại: Nghĩa Lý Thiền, Như Lai Thiền và Tổ Sư Thiền.

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Tu Du-già thì trí phát, bỏ Du-già thì tuệ tiêu. Biết rõ hay lẽ này thế nào là đắc thất, rồi nỗ lực thực hành, sẽ tăng trưởng thêm trí tuệ (282). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (362). Này các Tỳ Kheo, hãy mau tu thiền định! Chớ buông lung, chớ mê hoặc theo dục ái. Đừng đợi đến khi nuốt hờn sắt nóng, mới ăn năn than thở (371). Ai nhập vào thiền định, an trụ chỗ ly trần, sự tu hành viên mãn, phiền não lậu dứt sạch, chứng cảnh giới tối cao, Ta gọi họ là Bà-la-môn (386).”

III. Tu Tập Thiền Quán Trong Phật Giáo:

“Zen” là lối phát âm của Nhật Bản của danh từ Ch’an của Trung Hoa, mà từ này lại là lối phát âm theo từ Dhyana của Phạn ngữ có nghĩa là “thiền.” Điểm đặc biệt của công phu tu tập đạt đến giác ngộ của Đức Phật là quán chiếu nội tâm. Vì lý do này mà nhiều người tin

rằng rằng họ thiền quán để thành Phật. Vâng, họ đúng. Mục tiêu cuối cùng của bất cứ người con Phật nào cũng là thành Phật; tuy nhiên, thiền tự nó không làm cho bất cứ chúng sanh nào thành Phật. Thiền là phương pháp thâm cứu và quán tưởng, hay là phương pháp giữ cho tâm yên tĩnh, phương pháp tự tỉnh thức để thấy rằng chân tánh chính là Phật tánh chứ không là gì khác hơn. Tuy nhiên, truyền thống tư duy của Phật giáo không đơn giản như vậy. Truyền thống tư duy của Phật giáo khác với truyền thống tư duy của các tôn giáo khác vì Phật giáo coi thiền định không thôi tự nó chưa đủ. Chúng ta có thể nói, với Phật giáo, thiền định tựa như mình mài một con dao. Chúng ta mài dao với mục đích để cắt vật gì đó một cách dễ dàng. Cũng như vậy, qua thiền định chúng ta mài dũa tâm mình cho một mục đích nhất định, trong trường hợp tu theo Phật, mục đích này là trí tuệ. Trí tuệ có thể xóa tan vô minh và cắt đứt khổ đau phiền não. Trong những giờ phút trước khi đạt được đại ngộ, chính Đức Phật đã thực hành cách quán chiếu nội tại trong suốt bốn mươi chín ngày, cho đến lúc Ngài đột nhiên đạt được sự giác ngộ và trở thành Phật. Khi Ngài quay lại với chính Ngài, Ngài tìm thấy chân tánh của mình, hay Phật tánh, và Ngài đã thành Phật. Đó là mục tiêu tối thượng của ‘Thiền’. Thiền theo Phật giáo khác hẳn thiền của những tôn giáo khác. Đa số các tôn giáo khác đặt một thượng đế tối cao trên con người, từ đó con người phải lắng lòng cầu nguyện và thờ lạy đáng thương để, với quan niệm cho rằng sự thật phải đến từ bên ngoài. Trong khi đó, thiền Phật giáo quan niệm sự thật không phải đến từ bên ngoài, mà từ bên trong. Sự thật nằm ngay trong tự tánh của chúng ta chứ không phải nơi nào khác. Thiền tập là cố sống làm sao cho tâm được bất động trong thế giới liên tục biến động này. Thiền tập là cố sống như nước, chứ không như sóng trào hay bọt nổi. Nước thì bất động, vô tác và vô vi; trong khi các đợt sóng sinh rồi diệt, bọt nổi rồi tan. Hành giả nên luôn nhớ tâm mình như một dòng suối bất tận của các niệm, thiền tập là tập nhìn vào tâm một cách liên tục, và cứ sống như nước, bình đẳng cuốn trôi hết tất cả những gì vào dòng suối đang chảy này. Theo Phật giáo, mỗi chúng sanh đều có Phật tánh, và trở thành Phật chỉ là quay vào chính mình để tìm lại cái Phật tánh này mà thôi. Phật tánh này luôn sẵn có ở trong và luôn chiếu sáng. Giống như mặt trời và mặt trăng, luôn luôn chiếu sáng, nhưng khi bị mây che phủ, chúng ta không thấy được ánh nắng hay ánh trăng. Mục đích của người tu thiền là loại trừ những đám mây, vì khi mây tan thì chúng ta lại thấy nắng thấy

trắng. Tương tự, chúng ta luôn có sẵn Phật tánh bên trong, nhưng khi tham dục, chấp trước và phiền não che phủ, Phật tánh không hiển hiện được. Trong Phật giáo, thiền làm công việc của một ngọn đuốc đem lại ánh sáng cho một cái tâm u tối. Giả như chúng ta đang ở trong một căn phòng tối tăm với một ngọn đuốc trong tay. Nếu ngọn đuốc quá mờ, hay nếu ngọn đuốc bị gió lay, hay nếu tay chúng ta không nắm vững ngọn đuốc, chúng ta sẽ không thấy được cái gì rõ ràng cả. Tương tự như vậy, nếu chúng ta không thiền đúng cách, chúng ta sẽ không bao giờ có thể đạt được trí tuệ có thể xuyên thấu được sự tăm tối của vô minh để nhìn thấy bản chất thật sự của cuộc sống và cuối cùng đi đến chỗ đoạn tận được khổ đau và phiền não. Rõ ràng cốt lõi của đạo Phật hay cốt lõi của Thiền là tu tập bằng trí tuệ, chứ không bằng cách đui tu mù luyện. Nếu mục đích tu thiền của chúng ta nhằm đạt được thần thông hay xuất hồn, vân vân, là chúng ta không phải tu theo Phật. Tu thiền trong Phật giáo chúng ta phải thấy được cái thật tánh và phải sống với nó. Vì vậy, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng thiền chỉ là một phương tiện, một trong những phương tiện hay nhất để đạt được trí huệ trong đạo Phật. Hơn nữa, nhờ đạt được trí tuệ mà người ta có thể thấy được đúng sai và có thể tránh được ham mê cực độ những dục lạc giác quan hoặc hành hạ thân xác đến độ thái quá.

IV. Thiền Để Tu Tập Chứ Không Là Triết Học Lý Thuyết Không Thực Tiễn:

Thiền không phải là một triết học lý thuyết để bàn cãi và tranh luận suông, mà là một đường lối hành động, một triết lý phải ứng dụng và thực hành từng giây phút trong đời sống hằng ngày của chúng ta. Để đạt được kinh nghiệm giác ngộ, mục đích tối thượng của nhà Thiền, cần phải ngồi thiền, nhưng tọa thiền không thôi chưa đủ. Thiền quán được dùng để phát triển trí tuệ, nhưng chúng ta phải khả dĩ đưa ra một biểu hiện cụ thể về cái trí tuệ này, và để làm được việc này, chúng ta phải trau dồi chánh nghiệp. Nhiều người nghĩ rằng hành giả tu thiền quay lưng lại với thế giới để tự chìm mình trong thiền định trừu tượng. Đây là một quan niệm sai lầm. Tu tập thiền quán là biến công phu tọa thiền trở nên thành phần của cuộc sống hằng ngày, nhưng đồng thời cũng là làm việc, là hành động với lòng từ bi và kính trọng người khác, là đóng góp vào thế giới mà chúng ta đang sống hầu biến đổi thế giới này thành một thế giới tốt đẹp hơn. Thiền đạo không xa lìa cuộc đời để rút

vào một môi trường biệt lập, mà là hòa nhập vào cuộc đời hầu biến đổi nó từ bên trong bằng hành động. Muốn làm những sinh hoạt thường nhật trong tinh thần nhà thiền, chúng ta thực hành cách quán tưởng trên mọi vật. Không chỉ thiền quán lúc đang ngồi mà thôi, mà còn phải áp dụng thiền quán trong đời sống hằng ngày. Khi đang rửa chén, chúng ta cũng phải thiền quán. Khi làm vườn, chúng ta cũng quán tưởng. Khi làm công việc tại sở, chúng ta cũng phải quán tưởng. Nói cách khác, chúng ta phải thiền quán bất cứ lúc nào trong cuộc sống hằng ngày của mình. Đối với người biết tu thì cuộc sống là Thiền, nhưng có nhiều người cho rằng cuộc sống là đau khổ. Kỳ thật, nếu chúng ta tạo nên cuộc sống của chúng ta là Thiền, thì cuộc sống chúng ta trở thành Thiền. Ngược lại, nếu chúng ta tạo ra cuộc sống khổ đau thì cuộc sống phải trở thành khổ đau. Chúng ta phải giữ tâm mình ở ngay sát na này trong Thiền, vì tâm hiện tiền này nối tiếp và trở thành sự sống Thiền của chính mình, như một điểm liên tục để nối kết thành đường thẳng.

Thật vậy, thiền không phải bằng các trau dồi lý luận mà bằng tu tập tâm thức. Phù hợp với thái độ của thiền đối với cái thấy trí thức, mục tiêu của giáo lý Thiền không giống như mục tiêu của Tây phương, một sự không ngớt gia tăng cái tinh vi của tư tưởng luận lý, phương pháp cốt yếu của thiền ở chỗ đặt người ta vào chỗ tiến thoái lưỡng nan, mà người ta phải cố thoát ra không phải bằng lý luận, mà bằng tâm thức ở trình độ cao hơn. Theo một vị thầy không phải là một vị thầy hiểu theo nghĩa Tây phương. Ông là một vị thầy vì ông làm chủ được tâm mình, do đó ông có thể truyền đạt cho người đệ tử điều duy nhất có thể truyền đạt được: cuộc sống của mình ‘với tất cả những gì vị thầy có thể làm được, ông không thể làm cho người đệ tử nắm được sự vật, trừ phi người đệ tử đã chuẩn bị đầy đủ để nắm bắt. Nắm giữ được thực tại cứu cánh là việc mình phải tự làm lấy. Thật là vô dụng khi chỉ lý luận suông rằng danh và tướng thì khác nhau, nhưng bản thể thì giống, hoặc danh và tướng được tạo thành bởi sự suy nghĩ của chúng ta. Chúng ta phải thực chứng qua thiền quán, chứ không phải bằng suy nghĩ, để không có sự chấp trước vào danh tướng, thì chừng đó chúng ta sẽ tự nhiên thấy rằng tất cả bản thể đều là một bằng chính kinh nghiệm của mình. Chừng đó chúng ta sẽ thấy tất cả mọi vật trong vũ trụ, từ mặt trời, mặt trăng, các vì sao, núi, sông, con người, vân vân, đều có cùng bản thể giống nhau.

V. Thiền Là Sự Phát Triển Của Tâm Thức Chứ Không Phải Là nỗ Lực Phân Tích Và Suy Diễn:

Thiền không khuyến khích hành giả liên hệ tới việc thờ cúng hay cầu nguyện một đấng siêu nhiên nào, mà là nhìn thẳng vào chân tính của mình để thấy rằng chân tính đó cũng chính là Phật tính. Muốn đến được sự nhận thức này, chúng ta phải tu tập, chúng ta phải thực hành. Làm sao chúng ta có thể khám phá được chân tánh nếu chúng ta cứ mù quáng chấp vào kinh sách mà không chịu tự mình thực hành? Nếu chúng ta đi đến một trung tâm thiền và hỏi chuyện với một vị thiền sư, có khi ông ta chỉ trả lời câu hỏi của chúng ta bằng sự im lặng. Đây là sự im lặng của tri thức. Điều này không có nghĩa là vị thiền sư không biết câu trả lời, nhưng ông ta lại cố cho chúng ta biết có những thứ không thể giải thích được bằng lời, những việc luôn chìm trong bóng tối cho tới khi chúng ta khám phá ra bằng chính kinh nghiệm của mình. Thiền quán (sự phát triển liên tục của tâm thức về một đối tượng nào đó trong lúc trầm tư hay thiền định). Đây là một trong tam vị mà Đức Phật đã dạy tọa thiền. Thiền là chữ tắt của “Thiền Na” có nghĩa là tư duy tĩnh lự. Đây là một trong những nghệ thuật dập tắt dòng suy tưởng của tâm, để làm sáng tỏ tâm tính. Thiền được chính thức giới thiệu vào Trung Quốc bởi Tổ Bồ Đề Đạt Ma, đầu trước đó người Trung Hoa đã biết đến, và kéo dài cho tới thời kỳ của các tông phái Thiền Thai. Theo Kinh Duy Ma Cật, cư sĩ Duy Ma Cật đã nói với ông Xá Lợi Phất khi ông này ở trong rừng tọa thiền yên lặng dưới gốc cây như sau: “Thưa ngài Xá Lợi Phất! Bất tất ngồi sững đó mới là ngồi thiền. Vả chăng ngồi thiền là ở trong ba cõi mà không hiện thân ý, mới là ngồi thiền; không khởi diệt tận định mà hiện các oai nghi, mới là ngồi thiền; không rời đạo pháp mà hiện các việc phàm phu, mới là ngồi thiền; tâm không trụ trong cũng không ở ngoài mới là ngồi thiền; đối với các kiến chấp không động mà tu ba mươi bảy phẩm trợ đạo mới là ngồi thiền; không đoạn phiền não mà vào Niết Bàn mới là ngồi thiền. Nếu ngồi thiền như thế là chỗ Phật ấn khả (chứng nhận) vậy. Là Phật tử, chúng ta phải luôn thấy được như vậy để từ đó có thể thường xuyên thực tập thiền quán hầu thanh tịnh thân tâm. Phần hành thiền được lưu truyền từ những kinh điển Phật giáo Nguyên Thủy, căn cứ trên những phương pháp mà chính Đức Phật đã áp dụng, pháp môn hành thiền đã đưa Ngài đến giác ngộ và Niết Bàn, và từ chính kinh nghiệm bản thân của Ngài

trong sự phát triển tâm linh. Chữ “Thiền” thật sự không phải là từ tương đương với chữ “Bhavana” trong ngôn ngữ Nam Phạn, mà đúng theo nguyên nghĩa có nghĩa là mở mang hay phát triển, trau dồi hay làm cho trở thành, là sự nỗ lực xây dựng tâm vắng lặng và an trụ, có khả năng nhận thức rõ ràng bản chất thật sự của tất cả các pháp hữu lậu và chứng ngộ Niết Bàn, trạng thái tâm lành mạnh lý tưởng. Pháp môn hành thiền mà chính Đức Phật đã chứng nghiệm gồm có hai phần: (1) an trụ tâm là gom tâm vào một điểm, hay thống nhất, tập trung tâm vào một đề mục, hay nhất điểm tâm; (2) Thiền minh sát tuệ. Một trong hai phần này là samatha hay tập trung tâm ý hay trụ tâm vào một đề mục và không hay biết gì khác ngoài đề mục. Thiền tập bắt đầu bằng sự an trụ tâm. An trụ là trạng thái tâm vững chắc, không chao động hay phóng đi nơi khác. An trụ tâm là gì? Dấu hiệu của tâm an trụ là như thế nào? Nhu cầu và sự phát triển tâm an trụ như thế nào? Bất cứ sự thống nhất nào của tâm cũng là tâm an trụ. Tứ niệm xứ là dấu hiệu của tâm an trụ. Tứ chánh cần là nhu cần thiết của tâm an trụ. Bất cứ sự thực hành hay phát triển nào, sự tăng trưởng nào của các pháp trên đều là sự phát triển của tâm an trụ. Lời dạy này chỉ một cách rõ ràng ba yếu tố của nhóm định: chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định cũng sinh hoạt và nâng đỡ lẫn nhau. Chúng gồm chứa sự gom tâm chân thật. Phải nói rõ rằng sự phát triển của tâm an trụ được dạy trong Phật giáo không chỉ riêng Phật giáo mới có. Từ trước thời Đức Phật các đạo sĩ Du Già đã có thực hành những pháp môn “thiền định” khác nhau, như hiện nay họ vẫn còn thực hành. Xứ Ấn Độ từ bao giờ vẫn là một vùng đất huyền bí. nhưng pháp hành Du Già đã áp dụng nhiều nhất ở Ấn Độ chỉ đưa đến một mức độ nào chứ không hề vượt xa hơn. Thiền định hay sự phát triển tâm linh, hay quán chiếu về khổ, vô thường và vô ngã. Thiền định trong các trường phái Phật giáo tuy có khác nhau về hình thức và phương pháp, nhưng cùng có một mục tiêu chung là làm tinh thần tập trung, thanh thản và trong suốt như một dòng sông nước trong mà người ta có thể nhìn thấy tận đáy, từ đó ý thức biết được sự thể nghiệm về ngộ, giải thoát và đại giác. Ngoài ra, cố gắng thực tập thiền định thường xuyên nếu hành giả chưa nhập vào chân lý thì ít ra cũng sẽ giúp chúng ta xa rời nhị nguyên phân biệt. Thiền cũng là quá trình tập trung và thấm nhập nhờ đó mà tâm được yên tĩnh và nhất tâm bất loạn (qui nhất), rồi đi đến giác ngộ. Thiền định để chỉ những giáo lý thiền thuộc về Phật giáo, nhưng áp dụng đặc biệt vào Thiền Tông. Là một tông phái Phật

giáo Đại Thừa, Thiền là một tôn giáo thoát khỏi giáo điều mà chỉ hướng thẳng đến sự tự chứng ngộ. Tỷ như sự tự chứng ngộ của Đức Phật Thích Ca dưới cội cây Bồ Đề sau khi nỗ lực tu tập. Thiền tông Việt Nam bao gồm các phái Lâm Tế, Tào Động, và Trúc Lâm.

Thiền tập không phải là những nỗ lực phân tích và suy diễn. Lưỡi gươm phân tích và suy diễn ở đây không có chỗ đứng. Khi chúng ta nấu nướng chúng ta cần phải theo dõi lò lửa bên dưới cái nồi. Khi những tia nắng của mặt trời chiếu rọi xuống tuyết, tuyết sẽ tan chảy. Khi một con gà mái ấp trứng, những con gà con sẽ từ từ thành hình cho đến khi chúng sẵn sàng mổ bể cái vỏ bên ngoài để chui ra. Đó là những hình ảnh có thể được đem ra làm thí dụ cho tác dụng của thiền tập. Thiền tông cho rằng sự giải thoát không thể tìm thấy trong việc nghiên cứu kinh sách. Tuy nhiên, điều này không có nghĩa là Thiền tông không học tập kinh sách Phật. Trái lại, những giáo thuyết của họ dùng đến rất nhiều trích dẫn từ kinh điển như Kinh Kim Cang và Kinh Lăng Già. Thiền là một trong những phương cách điều hòa thân và tâm tốt nhất. Điều thân tức là làm cho thân không loạn động. Điều tâm là làm cho tâm không khởi lên vọng tưởng, mà thường thường thanh tịnh. Hễ tâm thanh tịnh thì tận hư không và khắp cả pháp giới, mọi thứ đều nằm trong tự tánh. Tự tánh bao hàm mọi thứ, dung nạp mọi thứ, và chính nó là Phật tánh xưa nay của mình. Vì vậy môn đồ của Thiền tông tin chắc rằng việc nghiên cứu kinh sách chỉ đóng một vai trò thứ yếu so với sự đòi hỏi nơi công phu thiền định và chứng ngộ.

Thật vậy, thẩm quyền của Thiền là kinh nghiệm chính thực, chứ không phải là thế quyền phi lý. Thái độ của thiền sư đối với đệ tử làm lúng túng độc giả Tây phương, người ấy bị vướng mắc trong sự lựa chọn giữa một thế quyền phi lý hạn chế tự do và bóc lột đối tượng mình, và một sự bỏ mặc không có thế quyền nào cả. Thiền tiêu biểu một hình thức thế quyền khác, một hình thức thế quyền hợp lý. Vị thầy không gọi đệ tử; ông không muốn gò nơi người đệ tử, dù là muốn người ấy giác ngộ; người đệ tử tự ý đến, và tự ý đi. Nhưng vì người đệ tử muốn học hỏi nơi vị thầy, nên người ấy phải nhận sự kiện rằng vị thầy là một vị thầy, nghĩa là, vị thầy biết người đệ tử muốn biết gì, mà hiện người ấy chưa biết. Đối với vị thầy, không có thứ gì để giải thích bằng ngôn ngữ, chẳng có gì là một giáo lý thiêng liêng để giảng dạy. Dù nhận hay dù chối vị thầy, người đệ tử vẫn lãnh 30 hèo. Đừng cứ im lặng, mà cũng đừng rành rẽ. Đồng thời đặc tính của Thiền sư cũng là sự

hoàn toàn thiếu vắng thế quyền phi lý cũng như sự xác nhận mạnh mẽ cái quyền không đòi hỏi kia, mà căn nguồn của nó là kinh nghiệm chính thực.

VI. Thiền Giúp Triệt Tiêu Sự Chấp Ngã & Giữ Tâm Bình Tĩnh Không Dao Động Trong Mọi Hoàn Cảnh:

Mặc dầu mục đích chính của Thiền Quán là ‘Ngộ’, mục tiêu trước mắt và quan trọng của Thiền Quán là triệt tiêu sự chấp ngã. Một khi chấp ngã đã bị triệt tiêu thì vô minh cũng sẽ tự động chấm dứt, chừng đó hành giả sẽ đạt được sự giác ngộ giống như sự giác ngộ mà Đức Thích Tôn Từ Phụ đã tuyên bố 26 thế kỷ trước đây. Tất cả Phật tử đều có cùng một mục đích giống nhau, đó là diệt tận sự chấp ngã, từ bỏ quan niệm về một bản ngã riêng biệt của cá nhân, và công phu tu tập của họ đều hướng đến sự vun bồi cho các đức tánh tâm linh rất dễ dàng nhận ra, như là điềm tĩnh, tính độc lập, hoặc luôn quan tâm và từ ái với người khác. Trong giáo điển, giáo pháp được so sánh như là một mùi vị để trực tiếp cảm nhận, chứ không phải để học và để nắm giữ. Lời vàng của Đức Phật được xác định có mùi vị an lạc, giải thoát và Niết bàn. Dĩ nhiên, sự đặc biệt của các mùi vị này không dễ gì diễn tả được, và những mùi vị này chắc chắn sẽ không đặng với những ai từ chối không chịu tự mình tự nếm chúng. Chừng nào chúng ta triệt tiêu được sự chấp ngã, chừng đó tâm trí của chúng ta sẽ hoàn toàn thanh tịnh và chúng ta có khả năng nhận biết hết mọi vật trong vũ trụ bằng trí tuệ. Chừng nào chúng ta triệt tiêu được sự chấp ngã, chừng đó chúng ta sẽ có khả năng thấy được tất cả những đau khổ của chúng sanh mọi loài, và chừng đó chúng ta sẽ có khả năng yêu thương chúng sanh với lòng đại bi. Như vậy Thiền Quán chẳng những giúp chúng ta thanh tịnh thân tâm, mà còn giúp cho chúng ta vượt thoát khỏi sự chấp ngã truyền kiếp của chúng sanh.

Thông thường mà nói, thiền định có nghĩa là giữ cái tâm bình tĩnh và không dao động trong mọi hoàn cảnh. Nhưng thiền định cũng có nghĩa là sự thực hành cần thiết để đạt được mục đích ấy. Nói cách khác, nó chỉ sự quan sát hay tập trung tâm vào một đối tượng độc nhất khi ngồi yên lặng một mình. Vậy thì chúng ta nên tập trung vào điều gì? Đây là câu hỏi quan trọng, và quả thực điều này là điểm mà tôn giáo khác với triết lý hay đạo đức. Cho dù chúng ta có thể kiên trì tập trung vào một điều gì đó, chúng ta cũng không thể giải thoát một cách

tuyệt đối khỏi khổ đau nếu chúng ta chỉ chú tâm vào đối tượng trực tiếp với một thái độ quy ngã. Thí dụ như chúng ta nỗ lực tư duy về một điều có tính chất vị kỷ như mong cầu không bị khó khăn rắc rối về công việc làm ăn hay mong cầu được lành bệnh, thì rõ ràng chúng ta không thể có lúc nào được giải thoát khỏi lo âu vì tâm chúng ta lúc nào cũng bị dao động bởi công việc làm ăn và bệnh tật. Loại tập trung tâm thức này không phải là thiền định mà chỉ là sự đấu tranh với ảo tưởng mà thôi. Hồi tưởng lại về cách hành xử của chúng ta trong quá khứ mà tự phê phán về điều mà ta nghĩ là sai và quyết định sửa chữa nó là một loại thiền định. Chúng ta có thể gọi đó là thiền định theo quan điểm đạo đức. Đây là cách tu tập rất tốt, có lợi ích cho việc thăng tiến tính hạnh của chúng ta. Suy nghĩ sâu xa hơn như thế về một đề tài là thiền định mà không có ý niệm quy ngã. Dò sâu vào những vấn đề như sự thành hình của thế giới, lối sống của con người, và xã hội lý tưởng, đó là thiền định từ quan điểm triết học. Loại thiền định này cũng là một cách thực hành tốt nhằm giúp nâng cao tánh hạnh của mình, tạo thêm chiều sâu cho tư tưởng và lại làm lợi ích cho xã hội. Tuy nhiên, điều đáng tiếc là chúng ta không thể đạt được trạng thái tâm thức bình an (Niết Bàn) thực sự qua các hình thức thiền định vừa kể. Sở dĩ như thế là vì chúng ta chỉ có thể đi xa tới mức mà tri thức con người cho phép tuy rằng chúng ta có thể tư duy nghiêm túc về chúng ta và tuy rằng chúng ta có thể dò sâu một cách triết lý vào con đường của thế giới và của đời người. Nếu chúng ta bảo rằng con người không thể tự dẫn dắt mình đến Niết Bàn dù cho con người tư duy về cách hành xử của mình, hối hận về cách hành xử sai trái và quyết định thực hành thiện hạnh, thì vấn đề sau đây cũng tự nhiên khởi lên: “Đành rằng khi suy nghĩ về đạo đức, xã hội và những quyết định thực hành thiện hạnh, thì vấn đề sau đây cũng sẽ tự nhiên khởi lên: “Hẳn là như thế khi suy nghĩ về đạo đức, xã hội và những quyết định dựa trên những suy nghĩ như vậy. Nhưng suy nghĩ về mình dưới ánh sáng của giáo lý của Đức Phật và quyết định phương hướng hành động của mình theo giáo lý ấy, đó không phải là con đường đưa đến Niết Bàn hay sao?” Kỳ thật, đây là quá trình mà chúng ta phải theo để tiến tới Niết Bàn, nhưng cách thức để đạt được Niết Bàn không dễ dàng như thế. Nếu đó chỉ là vấn đề hiểu biết và kiểm soát cái tâm có ý thức nhưng hời hợt bên ngoài thì vấn đề sẽ tương đối đơn giản. Hầu hết mọi người chúng ta đều có thể kiểm soát tâm thức mình nhờ tu tập giáo lý nhà Phật. Nhưng con người cũng có một cái tâm mà con

người không nhận biết được. Con người không nắm bắt được nó vì không hề có ý thức về nó. Con người không thể kiểm soát nó vì không thể nắm bắt nó được. Loại tâm này gọi là “A Lại Da” hay “Mạt Na” theo Phạn ngữ và tương ứng với tiềm thức theo thuật ngữ khoa học. Tất cả những gì mà người ta đã kinh nghiệm, suy nghĩ và cảm nhận trong quá khứ vẫn tồn tại trong chiều sâu của tiềm thức. Các nhà tâm lý học công nhận rằng tiềm thức không những chỉ gây ảnh hưởng lớn vào tính chất và chức năng tâm lý con người mà còn tạo ra nhiều rối loạn khác nhau. Vì nó thường ở bên ngoài tầm của ta nên chúng ta không thể kiểm soát tiềm thức chỉ bằng cách tư duy và thiền định suông được.

VII. Qua Kỹ Luật Tự Giác Đạt Tắt Suy Tưởng Sáng Tỏ Tâm

Linh:

Thiền không phải là trầm tư mặc tưởng. Ngộ không cốt tạo ra một điều kiện nào đó theo chủ tâm đã định trước bằng cách tập trung tư tưởng mạnh vào đó. Trái lại, Thiền là sự nhận chân một năng lực tâm linh mới có thể phán đoán sự vật trên một quan điểm mới. Pháp tu Thiền với mục đích là dứt khoát lật đổ ngôi nhà giả tạo mà mình đang có để dựng lên cái khác trên một nền móng hoàn toàn mới. Cơ cấu cũ gọi là vô minh, và ngôi nhà mới gọi là giác ngộ. Do đó trong Thiền không hề có việc trầm tư về những câu nói tượng trưng hoặc siêu hình nào thuộc về sản phẩm của ý thức hay cơ trí. Tuy nhiên, người tham thiền không nên nghĩ đến việc thành Phật, đừng để tâm đến chuyện khai ngộ, cũng đừng nghĩ đến chuyện chứng đắc trí huệ. Cứ nỗ lực dụng công, cần cù chăm chỉ tu hành. Khi thời gian chín muồi thì sẽ khai ngộ. Cứ ngồi thiền, xong lại đi kinh hành, rồi ngồi tiếp, xong lại đi kinh hành, rồi lại tiếp tục như vậy, sau một thời gian dài mình sẽ nhận chân ra năng lực của tâm linh của chính mình.

Phật tử tu tập Thiền định để huấn luyện tâm và kỹ luật tự giác bằng cách nhìn vào chính mình. Tu tập thiền định còn là tìm cách hiểu rõ bản chất của tâm và sử dụng nó một cách hữu hiệu trong cuộc sống hằng ngày, vì tâm là chìa khóa của hạnh phúc, mà cũng là chìa khóa của khổ đau phiền não. Tu tập thiền quán trong cuộc sống hằng ngày là giải thoát tinh thần ra khỏi những trói buộc của tư tưởng cũng như những nhiễm ô loạn động. Tu tập thiền quán là con đường trực tiếp nhất để đạt tới đại giác. Mục đích chủ yếu của sự tu tập thiền quán là đạt được cái tâm không vọng niệm nhưng vẫn tỉnh thức trước mọi sự mọi vật.

Tuy nhiên, không dễ gì chúng ta có thể đạt được cái tâm không vọng niệm vì những vọng niệm ngàn đời luôn chế ngự tâm mình. Vì vậy, nếu chúng ta không có đủ kiên nhẫn, chúng ta sẽ bỏ cuộc giữa chừng không biết lúc nào.

Thiền được chính thức giới thiệu vào Trung Quốc bởi Tổ Bồ Đề Đạt Ma, đầu trước đó người Trung Hoa đã biết đến, và kéo dài cho tới thời kỳ của các tông phái Thiền Thai. Thiền là chữ tắt của “Thiền Na” có nghĩa là tư duy tĩnh lự. Đây là một trong những nghệ thuật dập tắt dòng suy tưởng của tâm, để làm sáng tỏ tâm tính. Có suy tưởng hay không có suy tưởng, hoặc là động hay tịnh là do bởi sự suy nghĩ của chúng ta. Nếu chúng ta nghĩ cái gì đó động thì nó động; nếu chúng ta nghĩ tịnh thì nó tịnh. Nếu chúng ta không suy nghĩ gì hết thì động không động, tịnh không tịnh. Sự định tĩnh thật sự không tịnh mà cũng không động. Nếu chúng ta ngồi trong xe lắng nghe tiếng xe cộ qua lại với cái tâm trong sáng, không có khái niệm và suy tưởng chen vào, thì lúc đó âm thanh đối với chúng ta không động, mà chỉ là âm thanh thế thôi (như thị). Như vậy chuyện dập tắt dòng suy tưởng đối với hành giả tu thiền rất ư là quan trọng. Cách tốt nhất để chấm dứt dòng suy tưởng và làm sáng tỏ tâm trí là quán sát các vọng tưởng khi chúng phát sanh và ghi nhận chúng. Chúng ta không nên phê phán, mà chỉ đơn giản trở về với hiện trạng của mình trong phút giây hiện tại. Chúng ta phải kiên nhẫn vì chúng ta sẽ phải lập lại như vậy hàng triệu lần, và cái giá trị của sự tu tập chính là cái quá trình mà chúng ta đem tâm trở về với hiện tại hết lần này tới lần khác. Theo Kinh Duy Ma Cật, cư sĩ Duy Ma Cật đã nói với ông Xá Lợi Phất khi ông này ở trong rừng tọa thiền yên lặng dưới gốc cây như sau: “Thưa ngài Xá Lợi Phất! Bất tất ngồi cũng đó mới là ngồi thiền. Vả chăng ngồi thiền là ở trong ba cõi mà không hiện thân ý, mới là ngồi thiền; không khởi diệt tận định mà hiện các oai nghi, mới là ngồi thiền; không rời đạo pháp mà hiện các việc phạm phu, mới là ngồi thiền; tâm không trụ trong cũng không ở ngoài mới là ngồi thiền; đối với các kiến chấp không động mà tu ba mươi bảy phẩm trợ đạo mới là ngồi thiền; không đoạn phiền não mà vào Niết Bàn mới là ngồi thiền. Nếu ngồi thiền như thế là chỗ Phật ấn khả (chứng nhận) vậy.”

VIII. Thiền Quán Giúp Kiểm Soát & Thanh Tịnh Thân Tâm:

Hành giả nên kiểm soát thân tâm mọi lúc, chứ không chỉ lúc ngồi thiền. Lúc nào thân tâm chúng ta cũng phải thanh tịnh và tỉnh thức. Thiền là chấm dứt vọng niệm; tuy nhiên, nếu bạn không có khả năng chấm dứt vọng niệm thì bạn nên cố gắng tập trung tâm của bạn vào một tư tưởng hay một đối tượng quán tưởng mà thôi. Điều này có nghĩa là bạn nên biết bạn đang nghĩ gì hay đang làm gì trong những giây phút hiện tại này. Trong thiền không có lòng ham muốn, dù chỉ là ham muốn cái “định”, vì một khi đã có ham muốn thì sẽ có sự phấn đấu hay sự thôi thúc để thành đạt, và đây chính là ý niệm về một cái tâm bị điều kiện hóa. Khi bạn có khả năng quan sát và biết rõ chính bạn, ấy là bạn đang thực tập thiền quán. Khi bạn biết con đường bạn đi, bạn ăn cái gì và ăn như thế nào, bạn nói cái gì và nói như thế nào... ấy là bạn đang thực tập thiền quán vậy. Khi tâm bạn chứa đựng chuyện tào lao, hận thù hay ganh ghét, bạn biết tâm bạn đang dung chứa những thứ ấy, đó là bạn đang thực tập thiền vậy. Thiền không là cái gì khác với sinh hoạt hằng ngày của bạn. Nếu mỗi ngày bạn bỏ ra một hay hai tiếng để vào phòng ngồi thiền rồi sau đó bạn quay ngay về làm một kẻ lười gặt, thì bạn và kẻ suốt ngày lười gặt có gì khác nhau đâu? Như vậy chân thiền phải là một loại thiền mà bạn có thể thiền bất cứ lúc nào trong cuộc sinh hoạt hằng ngày của bạn. Và như vậy thiền không có bắt đầu lại cũng không có chấm dứt. Theo Thiền sư Độc Thể trong Tỳ Ni Nhật Dụng Thiết Yếu: “Vừa mới thức dậy vào ban sáng, tôi mong cho mọi người chóng đạt được trạng thái tỉnh thức lớn, hiểu biết thông suốt mười phương. Khi mức nước rửa tay, tôi mong cho mọi người có những bàn tay trong sạch để đón nhận chân lý. Mỗi khi mặc áo, rửa chân, đi cầu, trải chiếu, gánh nước, hay súc miệng... Tôi đều mong cho ai nấy đều có được thân tâm tỉnh thức và thanh tịnh.” Tuy nhiên, để thực hiện được tâm tỉnh thức và thân thanh tịnh, chúng ta nên thực hành tọa thiền mỗi ngày. Khi ngồi thiền nên ngồi thẳng thớm và luôn nghĩ rằng mình đang ngồi trên pháp tọa Bồ Đề vậy. Trong lúc tọa thiền, những cảm thọ và ý tưởng có thể khởi dậy trong ta. Nếu chúng ta không dùng những phương pháp quán niệm hơi thở hay niệm Phật thì chúng sẽ kéo chúng ta ra khỏi sự tỉnh thức. Nhưng theo dõi hay đếm hơi thở hay niệm Phật không chỉ là cách nhằm xua đuổi tư tưởng và cảm thọ tạp nhạp, mà chúng còn là cách nối thân và tâm và là cửa đi vào trí tuệ. Khi có tạp niệm khởi lên, chúng ta chỉ cần tiếp tục theo dõi, hay đếm hơi thở, hay

niệm Phật, chứ đừng có ý xua đuổi, ghét bỏ hay e sợ những tạp niệm này. Chúng ta chỉ cần nhận diện là có tạp niệm hay có cảm thọ đau nhức đang phát hiện nơi ta. Nếu tạp niệm còn tồn tại, ta tiếp tục nhận biết là tạp niệm tiếp tục tồn tại. Nếu cảm thọ đau nhức khởi lên, chúng ta nhận biết có đau nhức. Nếu cảm thọ đau nhức tiếp tục tồn tại, thì ta nhận diện nó còn tồn tại. Điều thiết yếu là đừng để cho bất cứ cảm thọ hay tạp niệm nào khởi lên mà mình không nhận biết. Như vậy Thiền là sự tỉnh thức về mọi việc xảy ra. Thiền là thức ăn cho thân tâm, đặc biệt là Thiền tọa. Thân thể cũng nhờ thiền tọa mà nhẹ nhàng và an lạc hơn. Từ sự quán tâm đi đến thấy tánh sẽ không gian nan vất vả. Thiền đòi hỏi một hình thức kỷ luật cao tột, không phải là sự gò ép hay sự bắt buộc, mà là sự thường xuyên thấy biết về chính bạn và những gì quanh bạn. Nếu bạn dùng phương cách gò ép hay bắt buộc trong cuộc hành thiền của bạn, bạn chỉ là người nấu cát mà muốn thành cơm mà thôi vì lúc đó chính sự gò ép hay sự bắt buộc trở thành một gánh nặng khác cho tâm bạn. Nên nhớ rằng một cái tâm hành thiền là một cái tâm thường xuyên tự biết chính mình, nghĩa là cái tâm tỉnh thức, sáng suốt và vô ngại. Như vậy những ai mong có được chứng nghiệm sâu hơn, lớn hơn hay siêu việt hơn, chỉ là những con người không biết tí gì về chân thiền, vì một cái tâm tỉnh thức, sáng suốt và vô ngại thì tại sao lại cần đến chứng nghiệm? Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng nếu bạn khởi tâm hành thiền, bạn sẽ không bao giờ có được một cuộc thiền chân chính, vì chính cái tâm muốn thiền ấy nó có khả năng phá nát cuộc thiền thật sự của bạn. Thiền không phải là một cái gì cách biệt với những sinh hoạt hằng ngày của bạn, mà nó chính là tinh hoa của những sinh hoạt ấy.

Có lẽ khi vài người thấy chúng ta ngồi thiền, họ sẽ hỏi tại sao chúng ta lại phí thời giờ như vậy. Đối với họ thiền quán không có nghĩa lý gì cả; nhưng với chúng ta là những người tu tập thiền quán, thì thiền quán là cốt yếu và rất có ý nghĩa trong đời sống của mình. Suốt cả ngày, rồi mỗi ngày trong tuần, mỗi tuần trong tháng, mỗi tháng trong năm... chúng ta bận rộn lu bù với công việc. Theo Phật giáo, tâm của chúng ta hành xử như con vượn chuyền cây, không chịu ở yên và luôn nhảy nhót; vì thế mà người ta gọi nó là 'tâm viên'. Đây là những lý do khiến tại sao chúng ta phải tham thiền. Để quân bình đời sống, chúng ta cần phải có lúc ngồi yên lặng để tập chấp nhận và thử nghiệm thay vì hưởng ngoại cầu hình, chúng ta nhìn vào bên trong để tự hiểu mình

hơn. Qua thiền quán, chúng ta cố gắng giữ cho cái tâm yên này đứng yên, giữ cho nó tĩnh lặng và thanh tịnh. Khi tâm ta đứng yên, chúng ta sẽ nhận thức rằng Phật ở ngay trong tâm mình, rằng cả vũ trụ ở trong ta, rằng tự tánh và Phật tánh không sai khác. Như vậy điều quan trọng nhất trong thiền tập là giữ cho tâm mình được yên tịnh, một việc có lẽ dễ hiểu nhưng không dễ làm chút nào cả. Thế nhưng thực hành là quan trọng hơn cả; cái hiểu biết tự nó không có giá trị gì cả nếu chúng ta không chịu đem cái hiểu biết ra mà thực hành. Phương pháp thiền tập là một phương pháp có khoa học, chúng ta học bằng cách thực hành và bằng kinh nghiệm của chính chúng ta. Tại sao chúng ta phải tu tập thiền quán? Một lý do khác khiến tại sao chúng ta nên tu tập thiền quán là vì thiền quán là đỉnh cao nhất trong tu tập Phật giáo. Nhờ thiền quán mà chúng ta chẳng những có thể thanh tịnh thân tâm, mà còn đạt được trí huệ giải thoát nữa. Hơn nữa, nhờ thiền quán mà chúng ta có khả năng thấy được vạn sự vạn vật như thật, từ đó khởi lòng từ bi, khiêm cung, nhẫn nhục, kiên trì, và biết ơn, vân vân.

IX. Thiền Quán Giúp Phát Triển Toàn Thể Con Người:

Danh từ “hành thiền” không thể nào tương đương được với từ “bhavana” mà nguyên nghĩa là mở mang và trau dồi, mà là mở mang và trau dồi tâm. Đó là nỗ lực nhằm xây dựng một cái tâm vắng lặng và an trụ để có thể thấy được rõ ràng bản chất thật sự của tất cả các pháp hữu vi và cuối cùng chứng nghiệm được niết bàn. Pháp hành thiền không chỉ dành riêng cho người Ấn Độ hay người Trung Hoa, hay chỉ cho thời Đức Phật còn tại thế, mà là cho tất cả mọi người, bất kể họ từ đâu đến, bất kể họ theo tôn giáo nào hay thuộc chủng tộc nào. Thiền tập không phải là pháp môn mới có hôm qua hay hôm nay. Từ vô thủy, người ta đã hành thiền bằng nhiều phương cách khác nhau. Sau khi chứng ngộ, một lần Đức Phật đã khẳng định: “Chưa hề bao giờ và sẽ không bao giờ có sự phát triển tâm linh hay thanh lọc bợn nhơ nơi tinh thần nào mà không nhờ hành thiền. Hành thiền là phương cách mà Ta đã chứng ngộ và đạt được Chánh đẳng Chánh giác.” Tất cả các tôn giáo đều có dạy về một loại thiền, nhằm rèn luyện tâm trí để phát triển nội tâm. Có thể là im lặng nguyện cầu, tụng niệm kinh thánh cá nhân hay tập thể, hay tập trung vào một đề mục, một nhân vật hay một ý niệm thiêng liêng nào đó. Và người ta tin rằng những cách thực tập tâm linh ấy, đôi khi có thể đưa đến kết quả là nhìn thấy thánh linh hay các

đáng thiêng liêng, để có thể nói chuyện với các ngài, hay nghe được tiếng nói của các ngài, hay một vài chuyện huyền bí có thể xảy ra. Chúng ta không thể cả quyết một cách chắc chắn những điều đó là những hiện tượng thực có hay chỉ là ảo tưởng, là trí tưởng tượng, là ảo giác, hay chỉ là một cái gì chỉ hiển hiện trong tâm hay trong tiềm thức. Nhưng Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng, theo giáo thuyết nhà Phật, tâm là một năng lực có thể gây nên tất cả những hiện tượng trên. Các kinh điển Phật giáo có ghi rằng do chứng đạt thiền định qua sự phát triển các giác quan, con người có thể đắc thần thông. Nhưng một điều cực kỳ quan trọng phải nhớ là thiền trong Phật giáo không phải là trạng thái tự thôi miên hay hôn mê. Nó là trạng thái tâm thanh tịnh, trong đó các dục vọng và khát vọng đều được khắc phục, từ đó tâm trở nên an trụ và tĩnh thức. Hành thiền chắc chắn không phải là sự lưu đày tự nguyện để tách rời khỏi cuộc sống, cũng không phải là thực tập cái gì đó cho kiếp sau. Hành thiền phải được áp dụng vào công việc của cuộc sống hằng ngày, và kết quả phải đạt được bây giờ và ở đây. Thiền không phải tách rời với công việc hằng ngày, mà nó là một phần của đời sống. Chúng ta vẫn tham gia các hoạt động thường nhật, nhưng giữ cho mình thoát được cảnh hối hả rộn rịp của thành phố và những phiền toái bức bối của thế gian, việc này nói dễ khó làm, nhưng nếu cố gắng thiền tập chúng ta có thể làm được. Bất cứ sự thiền tập nào cũng đều giúp chúng ta rất nhiều trong việc đối phó với các diễn biến trong cuộc sống một cách trầm tĩnh. Và chính sự trầm tĩnh này sẽ giúp chúng ta vượt qua những khổ đau và phiền não trong đời. Theo Phật giáo, hành thiền là một lối sống. Đó là lối sống trọn vẹn chứ không phải là sinh hoạt rời rạc. Pháp hành thiền là nhằm phát triển toàn thể con người chúng ta. Chúng ta hãy cố gắng đạt được sự toàn hảo ấy ở đây và ngay trong kiếp này, chứ không phải đợi đến một thời hoàng kim nào đó trong tương lai. Chúng ta sẽ thành gì nếu chúng ta vẫn tham gia những sinh hoạt thường nhật mà không vướng mắc, không mắc kẹt, không rắc rối với những trở ngại của thế tục. Chúng ta có phải là những chân tử của Đức Như Lai hay không. Vâng, chúng ta đích thực là những chân tử của Đức Như Lai. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng pháp hành thiền được dạy trong Phật giáo không nhằm gấp gỡ tâm linh với một đấng tối thượng nào, cũng không nhằm đạt đến những chứng nghiệm huyền bí, mà chỉ nhằm thành tựu vắng lặng và trí tuệ, và chỉ với một mục đích duy nhất là đạt được sự giải thoát không lay chuyển của tâm

mình. Điều này chỉ thực hiện được khi chúng ta tận diệt mọi nhớ bợn tinh thần mà thôi. Trong quá khứ, nhiều người tin rằng pháp hành thiền chỉ riêng dành cho chư Tăng Ni mà thôi, sự việc đã thay đổi, ngày nay hầu như mọi người đều thích thú lưu tâm đến thiền tập. Nếu hiểu rằng thiền là một kỷ luật tinh thần, hay một phương pháp trau dồi tâm trí thì mọi người nên hành thiền, bất kể là nam hay nữ, già hay trẻ, Tăng hay tục. Pháp hành thiền là một hiện tượng đặc thù của kiếp con người, do đó phải được đề cập theo quan điểm của con người, với những cảm giác và kiến thức của con người. Bản chất những khó khăn của con người và phương cách giải quyết những khó khăn ấy chủ yếu thuộc về tâm lý. Pháp thiền và huyền bí không tồn tại cùng một lúc. Đó là hai việc hoàn toàn khác biệt nhau. Trong khi huyền bí đưa chúng ta lìa khỏi thực tại, thì pháp hành thiền mang chúng ta trở về với thực tại, vì qua phép hành thiền chân chánh chúng ta có thể thấy được những ảo vọng và ảo tượng của chính mình không bị chúng lừa dối nữa. Điều này mang đến cho chúng ta một sự chuyển hóa toàn diện về con người của mình. Điều này là tháo gỡ những gì ta đã học ở thế tục. Chúng ta lại phải dứt bỏ nhiều điều mà trước kia chúng ta đã học và đã thích thú giữ chặt một khi chúng ta nhận ra rằng chúng chỉ là những trở ngại mà thôi.

X. Ai Có Thể Tu Tập Thiền Quán?:

Người tu thiền là ai? Con người ấy cố gắng tu tập nhằm đạt được giác ngộ từng phần hay giác ngộ hoàn toàn. Người tu thiền phải nên biết thân này là hư giả, vọng tưởng là hư giả không thật. Một khi nhận chân ra được cái ngã hư giả là biết được lý vô ngã mà Đức Phật đã dạy trong kinh điển. Đức Phật giác ngộ từ tu tập thiền định; chư tổ cũng theo bước chân Phật mà đạt thánh giác ngộ. Như vậy, chúng ta có con đường nào khác để đi nếu chúng ta muốn thành đạt giác ngộ hay sao? Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng tinh thần chân chính của thiền định là dùng trí tuệ để thấy được lẽ thật là thân và tâm không thật. Khi mà chúng ta thấy được cái lẽ thật ấy rồi thì chúng ta mới có thể buông bỏ lòng tham chấp và sân hận để tâm chúng ta được thanh tịnh và tỉnh thức, từ đó chúng ta mới thấy được cái chân thật của chính mình, đó là giải thoát bằng trí tuệ. Đức Phật chỉ là người cung cấp cho chúng ta những chỉ dẫn mà thôi, còn thì hoàn toàn tùy thuộc vào chúng ta áp dụng hay không áp dụng những kỹ thuật này trong cuộc sống hằng ngày của chính mình. Như vậy người tu thiền là người đang tu tập thiền

quán trong từng phút giây của cuộc đời mình. Có lẽ người ấy đã đạt được từng phần hay toàn phần giác ngộ. Khi tu tập Thiền, hành giả nhận biết rằng thân này không thật, rằng cái gọi là tâm đó vô thường, rằng ao ước vọng tưởng không thật, rằng chư pháp không có cái gọi là ‘ngã’. Chư tổ trong Phật giáo thường nói, “Kinh điển là miệng Phật, còn Thiền là tâm Phật. Miệng Phật và tâm Phật không phải là hai thứ khác nhau.” Những gì đức Phật nói ra là từ tâm của Ngài; vì vậy mà Thiền và kinh điển không phải là hai thứ khác nhau. Nhiều người vẫn còn hiểu lầm rằng Thiền là một tông phái ngoại giáo chứ không phải Phật giáo vì tông phái này không truyền bằng những lời dạy trong kinh điển, mà là tâm truyền tâm. Tông phái này không dựa vào kinh điển. Tuy nhiên, sau khi hiểu thấu đáo, chúng ta sẽ thấy rằng Thiền và kinh điển không có gì khác cả. Đức Phật đã đạt đến giác ngộ để thành Phật từ tu tập thiền quán; các vị thầy sau này cũng theo chân Ngài mà đạt được giác ngộ. Như vậy chúng ta tu thiền là tu tập con đường giác ngộ của đức Phật, chứ không là con đường nào khác. Tinh thần chân chính của Thiền Phật giáo là dùng trí tuệ để thấy được chân lý; để thấy thân này và tâm này không thật. Khi chúng ta thấy được chân lý ấy rồi thì chúng ta buông bỏ tham sân để tâm chúng ta trở nên tĩnh lặng. Ngoài ra, khi tu tập thiền quán, chúng ta còn thấy được cái chân thật trong chính chúng ta, đó chính là giải thoát bằng trí tuệ. Đức Phật chỉ có thể là cung cấp cho chúng ta những hướng dẫn về tu tập thiền quán. Còn thì hoàn toàn tùy thuộc vào chúng ta có áp dụng những kỹ thuật thiền định này vào cuộc sống hằng ngày của mình hay không mà thôi.

XI. Sự Cần Thiết Của Thiền Quán:

Theo đạo Phật, ngoài mục tiêu tối thượng là giải thoát, đạo này còn giúp cho hành giả có được cuộc sống an lạc và hạnh phúc. Để đạt được những mục tiêu này, con đường duy nhất có thể đạt được phải do trí tuệ. Dầu rằng trau dồi đức hạnh và tuân giữ giới luật cũng rất cần thiết, nhưng muốn đạt được trí tuệ, hành giả không có con đường nào khác hơn là phải thanh lọc tâm ý qua thiền định. Thật vậy, thiền định một mặt giúp ta giữ giới, mặt khác nó giúp chuẩn bị cho tâm trí của chúng ta nhìn đúng sự vật và đạt đến trí huệ dẫn đến giải thoát. Trong thời Đức Phật còn tại thế, Ngài đã thường nhắc nhở chúng đệ tử rằng tâm thức là nguồn gốc của tất cả đức hạnh, tất cả những đức tính. Như vậy, muốn đạt được những đức hạnh này, chúng ta chỉ cần rèn luyện tâm ý,

vì tâm ý là chìa khóa thay đổi bản chất kinh nghiệm của chúng ta. Chính vì vậy mà đạo Phật luôn tập trung vào tâm thức như chìa khóa để đạt đến sự chuyển biến về cách con người kinh nghiệm cuộc sống và cách con người liên hệ với người khác. Đức Phật đã vạch ra: “Đã từ lâu, tâm của con người bị tham, sân, si làm ô nhiễm. Những bợn nhơ tinh thần làm cho chúng sanh bất tịnh; gội rửa thì tâm được thanh sạch.” Lối sống của người Phật tử là một tiến trình tích cực thanh lọc thân, khẩu, ý. Đó là tự trau dồi, tự phát triển và tự thanh lọc, để đi đến kết quả là tự mình chứng ngộ. Điều nhấn mạnh ở đây là kết quả thực tiễn chứ không phải là sự tranh luận triết học hay lý luận trừu tượng. Do đó nhu cầu thực hành mỗi ngày một ít thiền định là cần thiết. Nó cũng giống như con gà mái ấp trứng, chứ không như con sóc chạy loanh quanh lẫn lộn trong cái lồng.

Như trên đã nói, thiền quán là một tiến trình trọn đời. Cá bơi lội trong nước, nhưng chúng không biết chúng đang bơi trong nước. Từng phút, từng lúc chúng ta hít thở không khí, nhưng chúng ta không ý thức điều này. Chúng ta chỉ ý thức được không khí khi chúng ta không có nó. Tương tự như vậy, chúng ta luôn nghe âm thanh của tiếng thác nước, gió thổi, mưa rơi, chim hót. Tất cả những thứ này là những bài thuyết pháp tuyệt vời và sống động. Chúng chính là âm thanh của đức Như Lai đang giảng pháp cho chúng ta. Chúng ta nghe nhiều bài thuyết giảng mọi lúc, nhưng chúng ta làm ngơ như điếc. Nếu chúng ta thật sự đang sống trong tỉnh thức, bất cứ lúc nào chúng ta nghe, thấy, ngửi, nếm, xúc chạm, chúng ta sẽ nhận biết và nói với chính chúng ta “À, đây là một bài giảng tuyệt vời!” Vào lúc đó, chúng ta sẽ thấy rằng không có kinh sách nào dạy chúng ta hay hơn cái kinh nghiệm với thiên nhiên mà chúng ta đang sống trong đó. Cũng như chúng ta phải thở và phải ăn mỗi ngày. Cả hai thứ thở và ăn đều quan trọng cho đời sống, thì thiền quán cũng thế, vì thiền quán khiến cho đời sống của chúng ta được thăng bằng, cũng như giúp chúng ta hiểu được chính mình và bản chất cuộc đời. Nó cung cấp một nền móng vững chắc cho sự dung hòa giữa mình và người, cũng như giữa mình và vũ trụ. Như vậy thiền quán không phải là vấn đề từng ngày, từng tuần, từng tháng hay từng năm, mà là trọn đời. Nếu chúng ta quyết tâm tu tập một cách mạnh mẽ, thì chắc chắn chúng ta sẽ đạt được mục đích tối thượng của mình là thành Phật, thành tựu trí tuệ viên mãn và vô lượng từ bi.

Có ba thứ cần thiết tối thiểu. **Thứ nhất là Sự Cần Thiết của Kinh Điển:** Có người nói rằng lời nói không cần thiết, nhưng trên thực tế lời nói lại rất cần thiết, vì nếu không có lời nói thì không ai có thể truyền đạt phương pháp tu tập cho người khác. Nếu chúng ta bị trói buộc bởi lời nói thì chúng ta không thể nào quay về với tự tánh được. Nếu chúng ta không bị lời nói trói buộc, không sớm thì muộn chúng ta sẽ được tỏ ngộ. Trong nhà Thiền, không có luật lệ nào cấm cản hành giả đọc sách hay kinh điển; tuy nhiên, bạn nên đọc với một cái tâm buông bỏ mọi suy nghĩ. Nếu bạn đọc với cái tâm buông bỏ mọi suy nghĩ thì các sách về thiền, kinh Phật và ngay cả kinh Thánh đều là chân lý cả. Tuy nhiên, hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng kinh điển chỉ dạy lời Phật dạy, chứ không phải là tâm Phật. Dù chúng ta có quán triệt bao nhiêu kinh điển, chúng ta vẫn không đạt được sự hiểu biết đúng đắn. Mục đích của tham thiền là để làm tan chảy khối vọng tưởng này. Cuối cùng còn lại chân ngã. Chúng ta thể nhập vào cảnh giới của vô ngã. Và nếu chúng ta không dừng lại ở đó, nếu chúng ta không nghĩ tưởng hay chấp trước về cảnh giới này, chúng ta sẽ tiếp tục trong sự tu tập của mình đến khi chúng ta thể nhập thành một với Tuyệt đối. **Thứ nhì là Sự Cần Thiết của một vị Thầy Giỏi:** Mỗi khi chúng ta học bất cứ thứ gì, điều quan trọng là chúng ta phải tìm một ông thầy giỏi khi chúng ta muốn tu tập thiền quán. Nhờ những lời khuyên bảo của vị thầy mà chúng ta có thể đạt được kết quả nhanh và đi đúng đường. Chúng ta cần một vị thầy có đủ tư cách để chỉ dẫn cho mình, vì vị thầy sẽ giúp mình điều chỉnh sai lầm và hướng dẫn mình mỗi khi gặp trở ngại trong lúc hành thiền. Chỉ có vị thầy mới có thể biết được mức độ tiến bộ của mình để điều chỉnh và hướng dẫn trong những lúc cần thiết. Nếu chúng ta không tìm ra được một vị thầy, chúng ta có thể nhờ vào sách vở, nhưng không cuốn sách nào có thể hoàn toàn thay thế vị trí của ông thầy được. Chúng ta có thể đạt được một số tiến bộ khi đọc kỹ lời chỉ dẫn và thực hành đúng theo những điều ấy, nhưng chúng ta cần phải thường xuyên trao đổi ý kiến và thảo luận với thầy mới có thể đạt được kết quả tốt được. **Thứ ba là Sự Cần Thiết của Các Khóa Thiền Tập:** Khóa thiền tập cho chúng ta cơ hội thực tập thiền quán sâu hơn nhờ sự hỗ trợ của hoàn cảnh chung quanh. Mọi việc mình làm trong khóa thiền đều là đề mục hành thiền cả. Ngày tu tập thiền quán trong khóa thiền sẽ là thực tập liên tục giữa tọa thiền và đi kinh hành; đến đêm thì có các buổi thuyết giảng hay các buổi tham vấn với một vị thầy. Mọi hoạt động

trong khóa thiền sẽ khiến sự thực tập liên tục tiến triển tốt đẹp. Sự im lặng tuyệt đối được tuân giữ trong suốt khóa thiền. Khóa thiền có thể kéo dài một ngày, một cuối tuần, một tuần, hay lâu hơn. Sự thực tập liên tục trong khóa thiền giúp cho tâm an trụ và tĩnh lặng. Vì sự trụ tâm rất cần thiết cho việc phát sanh trí huệ, nên khóa thiền là cơ hội tốt có thể giúp chúng ta thấy được thực tướng của chư pháp.

XII. Mục Đích & Lợi Ích Của Thiền Tập:

Phải, mục tiêu tối hậu của thiền Phật giáo là chứng ngộ toàn giác, hoàn toàn tự chủ và tâm trí tuyệt đối lành mạnh hay trạng thái niết bàn qua điều phục tâm và gột rửa hết thảy những bợn nhơ tinh thần. Tuy nhiên, ngoài cái mục tiêu tối hậu ấy còn có những lợi ích mà hành giả có thể thọ hưởng được. Thiền tập có thể gợi nguồn cảm hứng cho chúng ta khám phá trạng thái sáng suốt minh mẫn (sự thông minh) và sự phong phú của phẩm cách tự nhiên của chính mình. Hành thiền cũng có thể giúp chúng ta khơi dậy tiềm năng trong tâm, suy nghĩ sáng suốt, hiểu biết sâu sắc, và cân bằng và làm dịu đi tình trạng căng thẳng trong tâm. Hành thiền là một tiến trình sáng tạo nhằm biến đổi những cảm xúc vọng động và tư tưởng bất thiện thành trạng thái tinh thần điều hòa và thanh sạch. Nếu hành thiền có nghĩa là kỷ luật tinh thần hay phương pháp trau dồi tâm trí, thì khỏi phải nói gì cả, tất cả mọi người không phân biệt giới tính, màu da, chủng tộc, hay bất luận là lỗi phân chia nào đi nữa, đều nên hành thiền. Xã hội tân tiến hiện nay đang sa lầy vào trong những vọng động và quuyến rũ mà chỉ có công phu thiền tập mới mong kiểm soát được. Tất cả chúng ta nên tỉnh thức và nhận diện ra sự kiện chúng ta cần phải thay đổi cách sống bằng cách thay đổi nhân sinh quan mà chúng ta đang có, và muốn được như vậy, chúng ta cần phải tu tập thiền quán. Chúng ta cần phải thông suốt sự khác biệt giữa cái “Bản Ngã” và “Tánh Giác”; và chỉ có công phu tu tập mới có khả năng làm cho sự khác biệt nhỏ dần; cho đến một lúc nào đó cả hai hòa nhập thành một, lúc đó chúng ta nhận diện được chân lý cuộc đời. Có lẽ ai trong chúng ta cũng thấy rằng cuộc sống nầy đầy dẫy những khó khăn chướng ngại, hoang mang và bất công. Ngay những lúc mà mọi việc đều trôi chảy tốt đẹp, chúng ta cũng cảm thấy lo lắng rằng chúng sẽ không tồn tại lâu dài. Đây chính là lý do mà ai trong chúng ta cũng nên hành thiền. Nói về thiền, tại sao chúng ta phải tu thiền? Chúng ta thường nghe nói đến thuật ngữ “định” hay “thiền”, tức là phương thức

làm cho tâm mình an định. Khi tâm được an định, nó không vọng động và chúng ta đạt được nhất điểm tâm. Mục đích của thiền là làm tan chảy đi khối vọng tưởng chồng chất bấy lâu nay của chúng ta. Cái còn tồn đọng lại trong chúng ta chỉ là cái chân ngã và cuối cùng chúng ta thể nhập vào cảnh giới vô ngã. Nếu chúng ta không dừng lại ở đây, không nghĩ tưởng hay chấp trước về cảnh giới này, chúng ta sẽ tiếp tục tu tập cho đến khi chứng nhập vào Tuyệt đối. Như vậy thì phương pháp tu thiền có khác những phương pháp tu Phật khác hay không? Trong khi tụng kinh, niệm chú, niệm Phật, chúng ta ngồi yên và chỉ nhiếp tâm vào tụng kinh, niệm chú, hay niệm Phật mà thôi. Vì vậy khi tụng kinh, niệm chú, hay niệm Phật, chúng ta kiểm soát được cả thân, khẩu và ý nếu chúng ta không muốn cho ý rong ruổi (thân ngồi yên, khẩu chỉ tụng niệm và ý chỉ chú tâm vào việc tụng kinh, niệm chú, hay niệm Phật mà thôi). Cũng như thế, khi tu tập thiền định, chúng ta cũng kiểm soát được cả thân, khẩu và ý nếu chúng ta không muốn cho ý dong ruổi. Thật là khó khăn trong việc điều phục tâm ý; tuy nhiên, nếu chúng ta kèm giữ được thân khẩu là chúng ta cũng có nhiều công đức lắm rồi vậy. Nếu muốn đạt tới mức độ công đức cao hơn, chúng ta phải cố gắng điều phục cho bằng được tâm ý của mình. Mục đích chính của hành giả tu thiền là tầm cầu chân lý, tầm cầu giác ngộ. Trên cuộc hành trình này, nếu chúng ta bước đi một bước tức là chúng ta tiến gần đến giác ngộ một bước. Đức Phật là bậc Giác Ngộ, vì vậy học Phật là học phương pháp giác ngộ. Như vậy trên đường giác ngộ, càng tiến tới là càng đến gần với giác ngộ. Thiền quán là tu tập để đạt được cái thấy vượt ra ngoài tầm mức thông thường, thấy một cách rõ ràng, chứ không chỉ thấy phớt qua nơi bề mặt, hay thấy cái dáng bề ngoài, mà là thấy sự vật đúng trong bối cảnh của nó, tức là thấy dưới ba đặc tướng hay ‘tam pháp ấn’ trong nhà Phật, đó là vô thường, khổ và vô ngã. Đây là ba dấu hiệu đặc thù của tất cả các pháp hữu vi, tất cả nhng hiện tượng sinh tồn. Chính thiền minh sát này dựa trên nền tảng của thiền vắng lặng, giúp cho hành giả có khả năng gột rửa tất cả mọi ô nhiễm trong tâm đến mức tận cùng, buông bỏ mọi ảo kiến về cái ‘ngã’, nhìn thấy thực tướng của vạn pháp và chứng ngộ Niết Bàn. Như vậy, cả hai pháp thiền vắng lặng và minh sát đều hỗ trợ cho nhau giúp hành giả chứng ngộ được Niết Bàn. Mục tiêu tối hậu của thiền là để loại trừ những bợn nhơ trong tâm của chúng ta. Trước khi đạt được mục tiêu này, hành giả sẽ có được những lợi ích thiết thực như sẽ có một cái tâm bình an, tĩnh lặng

và có đủ năng lực để chấp nhận những gì xảy đến cho mình. Thiền giúp chúng ta nhìn sự vật đúng như thực tướng của chúng chứ không phải thấy chúng qua những biểu hiện bên ngoài. Sự vật xuất hiện trước mắt chúng ta dưới trạng thái trường tồn, vững bền, đáng yêu và có thực chất, nhưng trên thực tế thì chúng không phải như vậy. Khi thực hành thiền quán, chúng ta sẽ tự mình thấy được sự sinh diệt của hiện tượng vật chất và tinh thần. Đồng thời chúng ta cũng ý thức được một cách rõ ràng hơn những diễn biến trong thân tâm mình. Chúng ta sẽ có đủ khả năng chấp nhận mọi chuyện xảy đến với mình với một phong cách an nhiên, chứ không bị xao động hay cảm xúc và đương đầu với hoàn cảnh một cách lạc quan hơn. Đúng, mục tiêu cao nhất trong thiền tập Phật giáo là chứng ngộ toàn giác, hoàn toàn tự chủ và tâm trí hoàn toàn lành mạnh hay trạng thái Niết Bàn, bằng cách điều phục tâm và gột rửa tận cùng những bợn nhơ tinh thần. Tuy nhiên, ngoài cái mục tiêu cùng tột ấy, thiền tập còn có nhiều lợi ích mà hành giả có thể hưởng được. Thiền gợi hứng cho ta khám phá trạng thái sáng suốt minh mẫn của chính mình, sự phong phú và phẩm cách tự nhiên của mình. Hành thiền còn có thể khơi dậy khả năng tiềm tàng trong tâm, giúp chúng ta suy nghĩ sáng suốt, hiểu biết thâm sâu, cân bằng trạng thái tâm và sự tĩnh lặng. Hành thiền là một tiến trình sáng tạo nhằm biến đổi những cảm xúc vọng động và những tư tưởng bất thiện thành trạng thái tinh thần hòa hợp và thanh sạch. Như vậy, nếu chúng ta chờ đến lúc ngồi xuống mới thực tập thiền trong một vài giờ thì những giờ khác trong ngày của chúng ta sẽ ra sao? Nếu nói tọa thiền là tu tập thiền định là chúng ta thật sự phá hủy cái khái niệm thật của thiền. Nếu chúng ta biết cách tu tập thiền định thì chúng ta phải biết lợi dụng tất cả thời giờ có được trong ngày của mình. Để làm được chuyện này, chúng ta nên thực tập thiền ngay trong những công việc hằng ngày của mình.

Chúng ta thấy những giá trị nổi bật trong đời sống của Đức Phật như tâm từ bi và trí tuệ Bát Nhã... Do đâu mà Ngài có những thứ đó? Nếu không phải do sự tu tập thiền định của Ngài thì không còn lý do nào khác để nói nữa. Ngoài lợi ích tối thượng là giúp cho hành giả tu hành giải thoát, ngày nay người ta đã công nhận rằng thiền có những lợi ích trên phạm trù rộng lớn. Thiền có thể giúp cho chúng ta suy nghĩ rõ ràng hơn và giúp chúng ta cải thiện năng lượng để từ đó chúng ta có thể làm việc có hiệu quả hơn. Thiền còn có thể giúp chúng ta nghỉ ngơi thư giãn và tạo được cho mình một khoảng cách với những tình huống

căng thẳng, để từ đó chúng ta có thể kiểm soát cũng như không bị những cảm xúc tiêu cực khống chế. Bên cạnh đó, thiền còn giúp cho chúng ta tự hiểu chính mình và chấp nhận được những tình huống. Trên hết, chúng ta sẽ thấy ngay những lợi ích trước mắt khi tu tập thiền quán như sự cải thiện sức khỏe hay sự cải thiện cuộc sống, làm cho chúng ta hạnh phúc và thư giãn hơn.

Vì thiền nào luôn luôn theo sát chúng ta nên lúc nào chúng ta cũng cần phải thực tập thiền quán. Sáng, trưa, chiều, trước khi đi ngủ hay trong những lúc làm việc, nói chuyện, rửa chén, vân vân đều là cơ hội để hành thiền. Và mọi lứa tuổi đều có thể thực hành được thiền quán. Thiền quán là phương pháp chữa trị các chứng bệnh nơi tâm, những bệnh nằm dưới hình thức bợn nhơ nơi tâm như tham, sân, si, vân vân. Tất cả chúng ta đều có những thứ nhiễm ô này, vì vậy ít nhiều gì ai trong chúng ta cũng cần phải thực tập thiền quán. Hơn thế nữa, không có yếu tố tôn giáo trong thiền quán. Vì vậy mọi người, dẫu theo tôn giáo nào cũng đều có thể thực hành thiền quán. Thiền quán là sự theo dõi và quan sát chính bản thân mình một cách khoa học. Chúng ta chỉ cần chú tâm quan sát những diễn biến của thân và tâm trong khoảnh khắc hiện tại mà thôi.

Theo Tỳ Kheo Piyananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, hành thiền có nhiều lợi ích. Thiền tập giúp đạt được sự nhận thức sâu xa về nghĩa của Phật và làm sao thành Phật. Hiểu biết chơn tánh của vạn hữu. Tuy nhiên, chỉ sau khi thành Phật mới thật sự đạt được Vô Thượng Chánh Giác. Thiền tập diệt trừ được si mê và phát sanh trí tuệ. Ngoài ra, thiền tập còn giúp mang lại sức khỏe, hạnh phúc, và sự lạc quan. Nếu bạn là người bận bịu, thiền tập giúp bạn quét sạch căng thẳng và tìm thấy thư giãn. Nếu bạn là người hay lo lắng, thiền tập giúp bạn bình tĩnh và thấy thanh bình dài lâu hay tạm thời. Nếu bạn là người có quá nhiều vấn đề, thiền tập giúp bạn có can đảm và sức mạnh để đương đầu và khắc phục các vấn đề ấy. Nếu bạn thiếu tự tin, thiền tập sẽ giúp bạn lấy lại tự tin mà bạn cần. Lòng tự tin là bí quyết của thành công. Nếu bạn sợ hãi trong lòng, thiền có thể giúp bạn hiểu rõ bản chất thực sự của đối tượng làm bạn sợ hãi, từ đó có thể khắc phục được sợ hãi trong lòng. Nếu bạn lúc nào cũng bất mãn với mọi thứ, không có thứ gì trên đời này vừa ý bạn, thiền tập sẽ giúp bạn có cơ hội để phát triển và duy trì sự “tri túc” nội tâm. Nếu bạn hoài nghi và không lưu tâm đến tôn giáo, thiền tập sẽ giúp bạn vượt qua tính hoài nghi và nhìn

thấy giá trị thực tiễn trong giáo lý. Nếu bạn thất vọng và thất tình do sự thiếu hiểu biết bản chất về đời sống và thế giới, thiền tập sẽ hướng dẫn và giúp bạn hiểu điều đã làm xáo trộn bạn bởi những thứ không cần thiết. Nếu bạn là một người giàu có, thiền tập sẽ giúp bạn nhận thức được bản chất thật sự của của cải cũng như cách sử dụng của cải cho hạnh phúc của chính bạn và những người chung quanh. Nếu bạn là người nghèo, thiền tập sẽ giúp bạn đạt sự mãn; không nuôi dưỡng ganh tỵ với những người giàu có. Nếu bạn là người trẻ đang đứng trước những ngã rẽ cuộc đời, bạn không biết phải bước vào ngã nào, thiền tập sẽ giúp bạn hiểu biết con đường phải đi để tiến tới mục đích mà bạn nhắm tới. Nếu bạn là người già yếu chán chường cuộc sống, thiền tập sẽ mang lại cho bạn sự hiểu biết sâu xa hơn về cuộc đời; sự hiểu biết này sẽ giảm thiểu nỗi đau đớn của cuộc sống và làm tăng sự vui sống. Nếu bạn là người nóng nảy, thiền tập có thể giúp bạn phát triển sức mạnh để khắc phục những yếu điểm nóng giận, hận thù và bất mãn. Nếu bạn hay ganh ghét, thiền tập có thể giúp bạn hiểu được cái nguy hiểm của sự ganh ghét. Nếu bạn là người nô lệ cho năm giác quan, thiền tập có thể giúp bạn học hỏi cách trở nên chủ tể của những giác quan tham dục này. Nếu bạn nghiện rượu, thuốc lá hay ma túy, bạn có thể nhận thức được cách vượt qua được những thói xấu nguy hiểm này. Nếu bạn là người ám muội, thiền tập sẽ cho bạn cơ hội trau dồi kiến thức hữu dụng và lợi ích cho cả bạn lẫn bạn bè và gia đình. Nếu bạn là người tâm tư suy nhược, thiền tập sẽ giúp làm tăng sức mạnh cho tâm bạn để phát triển sức mạnh ý chí hầu khắc phục được những nhược điểm của bạn. Nếu bạn là người trí, thiền tập sẽ mang bạn tới giác ngộ tối thượng. Bạn sẽ nhìn thấy sự vật một cách như thị.

Chương Sáu

Bức Thông Điệp Vô Giá Của Đức Phật Về Tu Tập Thiền

I. Đức Phật Theo Quan Điểm Của Truyền Thống Thiền:

Theo các tông phái Thiền thì Phật tử chấp nhận rằng vị Phật lịch sử ấy không phải là vị thần tối thượng, cũng không phải là đấng cứu thế cứu người bằng cách tự mình gánh lấy tội lỗi của loài người. Người Phật tử chỉ tôn kính Đức Phật như một con người toàn giác toàn hảo đã đạt được sự giải thoát thân tâm qua những nỗ lực của con người và không qua ân điển của bất cứ một đấng siêu nhiên nào. Theo Phật giáo, ai trong chúng ta cũng là một vị Phật, nghĩa là mỗi người chúng ta đều có khả năng làm Phật; tuy nhiên, muốn thành Phật, chúng ta phải đi theo con đường gian truân đến giác ngộ. Trong các kinh điển, chúng ta thấy có nhiều sự xếp loại khác nhau về các giai đoạn Phật quả. Một vị Phật ở giai đoạn cao nhất không những là một người giác ngộ viên mãn mà còn là một người hoàn toàn, một người đã trở thành toàn thể, bản thân tự đầy đủ, nghĩa là một người trong ấy tất cả các khả năng tâm linh và tâm thần đã đến mức hoàn hảo, đến một giai đoạn hài hòa hoàn toàn và tâm thức bao hàm cả vũ trụ vô biên. Một người như thế không thể nào đồng nhất được nữa với những giới hạn của nhân cách và cá tính và sự hiện hữu của người ấy. Không có gì có thể đo lường được, không có lời nào có thể miêu tả được con người ấy.

II. Hành Giả Tu Thiền Nên Luôn Nhớ Hình Ảnh Đức Phật Trong Kinh Pháp Cú:

Chẳng ai hơn nổi người đã thắng phục dục tình. Người đã thắng phục dục tình không còn bị thất bại trở lại, hướng Phật trí mệnh mộng không dấu tích, các người lấy gì mà hòng cảm dỗ được (179). Người dứt hết trói buộc, ái dục còn khó cảm dỗ được họ, hướng Phật trí mệnh mộng không dấu tích, các người lấy gì mà hòng cảm dỗ được ư? (180). Người trí thường ưa tu thiền định, ưa xuất gia và ở chỗ thanh vắng. Người có Chánh niệm và Chánh giác bao giờ cũng được sự ái kính của Thiên nhơn (181). Được sinh làm người là khó, được sống còn là khó,

được nghe Chánh pháp là khó, được gặp Phật ra đời là khó (182). Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy (183). Chư Phật thường dạy: “Niết bàn là quả vị tối thượng, nhẩn nhục là khổ hạnh tối cao. Xuất gia mà náo hại người khác, không gọi là xuất gia Sa-môn.” (184). Chớ nên phỉ báng, đừng làm náo hại, giữ giới luật tinh nghiêm, uống ăn có chừng mực, riêng ở chỗ tịch tịnh, siêng tu tập thiền định; ấy lời chư Phật dạy (185). Giả sử mưa xuống bạc vàng cũng chẳng thỏa mãn được lòng tham dục. Người trí đã biết rõ sự dâm dật vui ít khổ nhiều (186). Thế nên, dù sự dục lạc ở cõi trời, người cũng chớ sanh tâm mong cầu. Đệ tử các đấng Giác ngộ, chỉ mong cầu diệt trừ ái dục mà thôi (187). Vì sợ hãi bất an mà đến quy-y thần núi, quy-y rừng cây, quy-y miếu thờ thọ thần (188). Nhưng đó chẳng phải là chỗ nương dựa yên ổn, là chỗ quy-y tối thượng, ai quy-y như thế khổ não vẫn còn nguyên (189). Trái lại, quy-y Phật, Pháp, Tăng, phát trí huệ chơn chánh (190). Hiểu thấu bốn lẽ mầu: biết khổ, biết khổ nhân, biết khổ diệt và biết tám chi Thánh đạo, diệt trừ hết khổ não (191). Đó là chỗ quy-y an ổn, là chỗ quy-y tối thượng. Ai quy-y được như vậy mới giải thoát khổ đau (192). Rất khó gặp được các bậc Thánh nhân, vì chẳng thường có. Phạm ở đâu có vị Thánh nhơn ra đời thì gia tộc đó được an lành (193). Hạnh phúc thay đức Phật ra đời! Hạnh phúc thay diễn nói Chánh pháp! Hạnh phúc thay Tăng già hòa hợp! Hạnh phúc thay đồng tiến đồng tu! (194). Kẻ nào cúng dường những vị đáng cúng dường, hoặc chư Phật hay đệ tử, những vị thoát ly hư vọng, vượt khỏi hối hận lo âu (195). Công đức của người ấy đã cúng dường các bậc tịch tịnh vô úy ấy, không thể kể lường (196). Tu Du-già thì trí phát, bỏ Du-già thì tuệ tiêu. Biết rõ hay lẽ này thế nào là đắc thất, rồi nỗ lực thực hành, sẽ tăng trưởng thêm trí tuệ (282). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (362). Này các Tỳ Kheo, hãy mau tu thiền định! Chớ buông lung, chớ mê hoặc theo dục ái. Đừng đợi đến khi nuốt hườn sắt nóng, mới ăn năn than thở (371). Ai nhập vào thiền định, an trụ chỗ ly trần, sự tu hành viên mãn, phiền não lậu dứt sạch, chứng cảnh giới tối cao, Ta gọi họ là Bà-la-môn (386).

III. Bức Thông điệp Vô Giá Của Đức Phật Liên Quan Đến Sự Tu Tập Thiền Định:

Thông điệp vô giá của Đức Phật hay Tứ Diệu Đế là một trong những phần quan trọng nhất trong giáo pháp của Đức Phật. Đức Phật đã ban truyền thông điệp này nhằm hướng dẫn nhân loại đau khổ, cõi mở những trói buộc bất toại nguyện để đi đến hạnh phúc, tương đối và tuyệt đối (hạnh phúc tương đối hay hạnh phúc trần thế, hạnh phúc tuyệt đối hay Niết Bàn). Đức Phật nói: “Ta không phải là cái gọi một cách mù mờ ‘Thần linh’ ta cũng không phải là hiện thân của bất cứ cái gọi thần linh mù mờ nào. Ta chỉ là một con người khám phá ra những gì đã bị che lấp. Ta chỉ là một con người đạt được toàn giác bằng cách hoàn toàn thấu triệt hết thảy những chân lý.” Thật vậy, đối với chúng ta, Đức Phật là một con người đáng được kính mộ và tôn sùng, không phải chỉ như một vị thầy mà như một vị Thánh. Ngài là một con người, nhưng là một người siêu phàm, một chúng sanh duy nhất trong vũ trụ đạt đến tuyệt luân tuyệt hảo. Tất cả những gì mà Ngài thành đạt, tất cả những gì mà Ngài thấu triệt đều là thành quả của những cố gắng của chính Ngài, của một con người. Ngài thành tựu sự chứng ngộ tri thức và tâm linh cao siêu nhất, tiến đến tuyệt đỉnh của sự thanh tịnh và trạng thái toàn hảo trong những phẩm hạnh cao cả nhất của con người. Ngài là hiện thân của từ bi và trí tuệ, hai phẩm hạnh cao cả nhất trong Phật giáo. Đức Phật không bao giờ tự xưng mình là vị cứu thế và không tự hào là mình cứu rỗi những linh hồn theo lối thần linh mặc khải của những tôn giáo khác. Theo Đức Phật, chỉ qua thiền tập liên tục chúng ta có thể thấy được tâm thanh tịnh. Chỉ có thiền tập liên tục, chúng ta có thể vượt qua trạng thái tâm dong ruổi và xả bỏ những loạn động. Cùng lúc chính nhờ thiền tập mà chúng ta có thể tập trung tư tưởng để quán sát những gì khởi lên trong tư tưởng, trong thân, trong cảm thọ, nghe, nếm, ngửi và tưởng tượng, vân vân. Qua thiền tập liên tục, chúng ta có thể quán sát rằng tất cả là vô thường, từ đó chúng ta có khả năng buông bỏ, và Niết bàn hiển hiện ngay lúc chúng ta buông bỏ tất cả. Thông điệp của Ngài thật đơn giản nhưng vô giá đối với chúng ta: “Bên trong mỗi con người có ngủ ngầm một khả năng vô cùng vô tận mà con người phải nỗ lực tinh tấn trau dồi và phát triển những tiềm năng ấy. Nghĩa là trong mỗi con người đều có Phật tánh,

nhưng giác ngộ và giải thoát nằm trọn vẹn trong tầm mức nỗ lực và cố gắng của chính con người.”

Chương Bảy

Hình Ảnh Của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni Theo Quan Điểm Thiên Tông

I. Sáu Năm Khổ Hạnh Để Cố Gắng Tìm Ra Chân Lý:

Sau khi rời bỏ cung vua, Thái tử Sĩ Đạt Đa đi vào rừng khổ hạnh. Có rất nhiều đạo sĩ đang thực hành khổ hạnh tại đó. Thái tử đến xin chỉ giáo một vị trưởng lão: “Làm sao mới được giác ngộ và giải thoát?” Vị trưởng lão đáp: “Chúng tôi siêng năng tu hành khổ hạnh, chỉ mong sau khi chết được lên Thiên giới hưởng lạc, chứ không biết cái gì gọi là giác ngộ hay giải thoát cả.” Vị trưởng lão tiếp theo: “Phương pháp hành xác của chúng tôi là đói thì ăn rễ cỏ, vỏ cây, hoa quả. Có lúc chúng tôi dội nước lạnh lên đầu suốt ngày. Có lúc thì chúng tôi ngủ cạnh lửa nóng cho cơ thể bị nóng đỏ. Có lúc thì chúng tôi treo ngược trên những cành cây. Chúng tôi thực hành khổ hạnh bằng nhiều cách khác nhau và mục đích là để thờ mặt trời, mặt trăng, các vì sao, hay nước chảy và lửa hồng. Sau khi nghe những lời giải thích của vị trưởng lão, vị Thái tử vốn thông minh biết ngay là những người này chẳng biết gì đến vấn đề sanh tử, họ đã không thể tự cứu mình nói chi đến cứu độ những chúng sanh khác. Sau đó Thái tử Tất Đạt Đa đến gặp ngài A La La, rồi ngài Uất Đầu Lam Phát. Trong thời gian ngắn, Thái tử đều thông hiểu hết tất cả những điều mà các đạo sư này đã chỉ dạy. Nhưng Ngài vẫn chưa thỏa mãn, và tự nhủ: “Các vị Thầy của Ta mặc dầu là những đạo sư thánh thiện, nhưng những lời chỉ giáo của họ vẫn chưa giúp con người chấm dứt khổ đau. Nên Ta phải tự mình cố gắng tìm ra chân lý.” Thế là Thái tử quyết định rời bỏ khổ hạnh lâm để hướng về vùng tu của các ẩn sĩ. Ngài lên núi Gaya để tự mình khổ tu và tham thiền nhập định. Sự khổ hạnh của Thái tử rất đơn giản, mỗi ngày Ngài chỉ ăn một chút lúa mì và lúa mạch trong khi chuyên tâm tu trì nên cơ thể của Ngài ngày càng yếu dần. Thân thể của ngài mất đi vẻ đẹp trong sáng, bao phủ đầy bụi đất dơ dáy. Nhìn ngài chẳng khác gì một bộ xương đang sống. Nhưng ngài vẫn kiên trì không chịu từ bỏ sự khổ hạnh. Sau sáu năm tu hành khổ hạnh trong rừng, nhưng Ngài vẫn không đạt được tận cùng ý nguyện. Ngài thấy khổ hạnh hành xác là

một sự sai lầm trong việc tự hủy hoại thân thể của chính mình. Cuối cùng Thái tử nghĩ rằng việc lớn giác ngộ và giải thoát không thể bằng tu hành khổ hạnh mà được. Để tìm ra chân lý, ngài phải theo con đường trung đạo nằm giữa cuộc sống quá dục lạc và quá khổ hạnh.

II. Hình Ảnh Đức Phật Theo Quan Điểm Của Truyền Thống Thiên:

Theo các tông phái Thiên thì Phật tử chấp nhận rằng vị Phật lịch sử ấy không phải là vị thần tối thượng, cũng không phải là đấng cứu thế cứu người bằng cách tự mình gánh lấy tội lỗi của loài người. Người Phật tử chỉ tôn kính Đức Phật như một con người toàn giác toàn hảo đã đạt được sự giải thoát thân tâm qua những nỗ lực của con người và không qua ân điển của bất cứ một đấng siêu nhiên nào. Theo Phật giáo, ai trong chúng ta cũng là một vị Phật, nghĩa là mỗi người chúng ta đều có khả năng làm Phật; tuy nhiên, muốn thành Phật, chúng ta phải đi theo con đường gian truân đến giác ngộ. Trong các kinh điển, chúng ta thấy có nhiều sự xếp loại khác nhau về các giai đoạn Phật quả. Một vị Phật ở giai đoạn cao nhất không những là một người giác ngộ viên mãn mà còn là một người hoàn toàn, một người đã trở thành toàn thể, bản thân tự đầy đủ, nghĩa là một người trong ấy tất cả các khả năng tâm linh và tâm thần đã đến mức hoàn hảo, đến một giai đoạn hài hòa hoàn toàn và tâm thức bao hàm cả vũ trụ vô biên. Một người như thế không thể nào đồng nhất được nữa với những giới hạn của nhân cách và cá tính và sự hiện hữu của người ấy. Không có gì có thể đo lường được, không có lời nào có thể miêu tả được con người ấy.

Chương Tám

Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma: Người Truyền Trao Kinh Lăng Già Cho Nhị Tổ Huệ Khả

I. Tổng Quan Về Tổ Sư Bồ Đề Đạt Ma:

Bồ Đề Đạt Ma là một vị cao Tăng Ấn Độ đến vương triều Hán võ Đế của Trung quốc vào khoảng năm 520 sau Tây lịch. Tuy nhiên, sau đó, ông đã diện bích 9 năm và âm thầm ra đi. Bồ Đề Đạt Ma là vị Tổ thứ 28 của dòng Thiền Ấn Độ và là sơ Tổ của dòng Thiền Trung Hoa. Ngài là một biểu tượng cho sự kiên trì tu tập. Theo truyền thống Ấn Độ, Bồ Đề Đạt Ma, một thiền sư người Ấn Độ, được xem như là vị Tổ thứ 28 trong Thiền tông Ấn Độ. Theo huyền thoại Đông Á, ngài du hành hoằng pháp từ xứ Ấn Độ và người ta nghĩ rằng ngài đã đến Lạc Dương, thuộc miền Nam Trung Hoa giữa năm 516 và 526. Huyền thoại kể rằng ngài du hành đến chùa Thiếu Lâm trên Núi Tống, tại đó ngài đã thiền diện bích trong 9 năm trường. Trong thời gian đó người ta kể rằng chân của ngài đã bị rớt ra, và người ta cũng nói rằng ngài đã cắt đi đôi mí mắt để cho mình khỏi phải buồn ngủ. Một truyền thuyết khác cho rằng khi ngài cắt bỏ đôi mí mắt liệng xuống đất thì cây trà đã mọc phún lên, và loại cây này có công năng chống buồn ngủ vì chất caffeine trong đó và người ta nghĩ đó là món quà của Tổ Đạt Ma ban cho những thế hệ hành giả sau này. Về sau này vị đại đệ tử của ngài là Huệ Khả đã cắt một cánh tay để chứng tỏ lòng thành muốn được ngài chỉ dạy. Huệ Khả được xem như là nhị tổ Thiền Tông Trung Hoa.

Theo Thiền sử Trung Hoa, vào năm 527, Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma trụ lại chùa Thiếu Lâm để dạy Thiền. Giáo pháp của ngài có thể được chia làm hai hướng tới: thứ nhất là vào Thiền qua cửa hiểu biết, và thứ hai là vào qua cửa tu tập. Sự hiểu biết chỉ cho trí tuệ đạt được qua thiền định, qua đó người học đạt được sự hiểu biết về chân lý vũ trụ. Hình thức thực hành thiền định do Bồ Đề Đạt Ma dạy vẫn còn đậm nét trong Phật giáo Ấn Độ. Những lời dạy của ông phần lớn dựa vào các kinh điển Phật giáo Đại thừa. Bồ Đề Đạt Ma đặc biệt nhấn mạnh đến tầm quan trọng của kinh Lăng Già. Thiền theo lối Trung Hoa là kết quả một sự pha trộn thiền định Phật giáo được Bồ Đề Đạt Ma đưa vào

Trung Hoa và Đạo giáo chính thống tại đây, và nó được mô tả như là sự "truyền thụ riêng biệt, nằm ngoài các bản kinh chính thống", được tổ thứ sáu là Huệ Năng và những vị thầy thiền thời Đường kế tục sau này phát triển.

Tưởng cũng nên nhắc lại, Thiếu Lâm Tự là một trong những đại tự viện ở Trung Quốc, tọa lạc trên núi Tung Sơn, thuộc huyện Đãng Phong, tỉnh Hồ Nam, được xây vào năm 477, dưới thời hoàng đế Hiếu Văn thuộc triều đại Bắc Ngụy. Một nhà sư người Thiên Trúc tên Bồ Đề Lưu Chi đã sống tại đây và ngài đã dịch nhiều kinh điển sang tiếng Trung Hoa. Theo truyền thuyết về Thiền tông, tổ Bồ Đề Đạt Ma sau cuộc gặp gỡ với vua Lương Vũ Đế. Khi Vũ Đế chưa sẵn sàng nên đã để mất cơ hội đạt ngộ này, tổ Bồ Đề Đạt Ma đi về hướng Bắc đến dòng sông Dương Tử, bước lên một bè lau bồng bênh và dùng thần thông lực của mình vượt qua dòng sông chia hai Nam Bắc Trung Hoa này. Ngài đã quyết định xứ này chưa sẵn sàng cho giáo pháp của mình, nên đi đến Thiếu Lâm và ngồi diện bích trong 9 năm cho đến khi Huệ Khả đến gặp và thuyết phục được ngài dạy đạo. Tuy nhiên, ngày nay, rất nhiều người, đặc biệt là những người trong vùng Đông Á, thường gán cho chùa Thiếu Lâm với việc luyện tập công phu, một hình thức của khí công, thường được hiểu lầm như là một thứ võ, chứ thật ra đó là một phương pháp vừa rèn luyện tâm linh vừa thực hành nơi thể chất.

Diện Bích là tọa thiền mặt xoay vào tường, như Tổ Bồ Đề Đạt Ma đã 9 năm diện bích mà không nói một lời. Đây là một loại thiền trong đó Bồ Đề Đạt Ma đã thực hành tại Chùa Thiếu Lâm trong chín năm khi ngài mới đến Trung quốc. Loại tu tập này vẫn còn thông dụng ở các tu viện Tào Động của Nhật Bản, trong đó các nhà sư trẻ hơn thường tu tập thiền diện bích. Khi Pháp sư Thần Quang đến chùa Thiếu Lâm thì chỉ thấy Tổ Bồ Đề Đạt Ma đang tọa thiền diện bích. Pháp sư thấy Tổ ngồi thiền liền quỳ xuống ngay đó không đứng dậy, nói: “Thưa Ngài! Lúc đầu gặp Ngài con không biết Ngài là Tổ sư, là Thánh nhân, mà còn lấy xâu chuỗi đánh Ngài, con rất hối hận và con xin thành tâm sám hối. Con biết Ngài là bậc thật có đạo đức, là một đạo sĩ vì đạo. Nay con thật lòng xin cầu đạo, cầu Pháp với Ngài.” Tổ Bồ Đề Đạt Ma nhìn qua không nói một lời nào mà vẫn ngồi đó tọa thiền. Pháp sư Thần Quang cũng quỳ nơi đó cầu Pháp. Quỳ như thế trải qua chín năm. Bởi vì Tổ Bồ Đề Đạt Ma quay mặt vào vách tọa thiền mãi chín năm, Pháp sư Thần Quang cũng quỳ như vậy ròng rã chín năm.

Loại tu tập này vẫn còn thông dụng ở các tu viện Tào Động của Nhật Bản, trong đó các nhà sư trẻ hơn thường tu tập thiền điện bích.

II. Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma: Người Truyền Trao Kinh Lăng Già Cho Nhị Tổ Huệ Khả:

Khi nghe tin Bồ Đề Đạt Ma từ Ấn sang, Huệ Khả (487-593) tìm đến gặp Tổ Bồ Đề Đạt Ma ở Thiếu Lâm Tự để hỏi pháp. Khi đến cầu đạo với tổ Đạt Ma, nhưng thấy cứ ngồi im lặng quay mặt vào vách. Huệ Khả suy nghĩ: “Người xưa cầu đạo đến phải chẻ xương lấy tủy, đổ máu nuôi người đói, xỏ tóc phủ đường lầy, hay đến cả gieo mình vào miệng cọp đói. Còn ta là kẻ nào? Ta há không thể hiến mình để phụng thờ chánh pháp hay sao?” vào ngày mồng chín tháng chạp cùng năm, vì muốn làm cho tổ có ấn tượng sâu đậm, ông đã đứng trong tuyết lạnh, rồi quỳ gối trong sân phủ đầy tuyết trong nhiều ngày. Bấy giờ Tổ Bồ Đề Đạt Ma động lòng thương xót bèn hỏi: “Nhà ngươi muốn gì mà đứng mãi trong tuyết như thế?” Huệ Khả đáp: “Tôi đến để mong được lời dạy vô giá của thầy; ngưỡng mong thầy mở cửa từ bi đuổi tay tể độ quần sanh đau khổ này.” Tổ bảo: “Giáo lý vô thượng của Phật chỉ có thể hiểu khi đã trải qua một thời gian dài cần khổ, nhẫn cái khó nhẫn, hành cái khó hành. Những người trí và đức thấp kém mà lòng thì khinh mạn, đâu có thể ghé mắt trông vào chân thừa của đạo Phật; chỉ luống công mà thôi.” Huệ Khả bị xúc cảm sâu xa, và cuối cùng để chứng tỏ tấm lòng thành khẩn mong được học hỏi đạo lý của chư Phật, ngài đã dùng dao chặt đứt cánh tay trái của mình dâng lên Tổ để được nhận làm đệ tử. Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển III, Huệ Khả đã cố gắng trình bày đủ mọi cách về bốn thể của tâm, nhưng không thực chứng được chính cái chân lý. Một hôm, Huệ Khả nói: “Con đã dứt hết chư duyên.” Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma chỉ nói: “Không! Không!” Bồ Đề Đạt Ma không chú ý giải thích cho Huệ Khả cái gì là tâm yếu trong trạng thái vô tâm; đó là trạng thái thanh tịnh. Về sau này, Huệ Khả nói: “Con đã biết làm sao để dứt hết chư duyên rồi.” Bồ Đề Đạt Ma hỏi: “Ông không biến thành đoạn diệt chứ?” Huệ Khả nói: “Bạch thầy, không. Chẳng thành đoạn diệt.” Bồ Đề Đạt Ma lại hỏi: “Lấy gì làm tin là ngươi chẳng thành đoạn diệt?” Huệ Khả nói: “Vì con biết bằng cách tự nhiên nhất, còn nói thì chẳng được.” Bồ Đề Đạt Ma nói: “Đó là chỗ tâm truyền của chư Phật, Người chớ có nghi ngờ gì về nó!” ***Đoạn, Bồ Đề Đạt Ma trao cho Huệ Khả quyển Kinh Lăng Già làm tín vật tâm***

truyền tâm cho những thế hệ đệ tử về sau này. Như vậy, Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma là người đầu tiên đã truyền trao Kinh Lăng Già cho Nhị Tổ Huệ Khả. Và cuối cùng Huệ Khả được truyền y bát làm Nhị Tổ Thiền Tông Trung Hoa kế nghiệp tổ Bồ Đề Đạt Ma. Qua lời dạy này của Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma, Ngài nhấn nhủ chư đệ tử về sau này cứ nhắm thẳng vào tâm mà một vị thầy trao cho đệ tử khi vị đệ tử đã sẵn sàng nhận lời dạy. Có nghĩa là "Trực Chỉ Nhân Tâm, Kiến Tánh Thành Phật." Có nhiều cách chỉ thẳng vào tâm như dùng chiếc giày đánh vào đệ tử hay la hét người đệ tử này. Đây là lời dạy riêng cho từng đệ tử của từng vị thầy. Chỉ thẳng vào tâm người, qua đó người ta thấy được tánh của chính mình và thành Phật. Đây là hai trong tám nguyên tắc căn bản, của trực giác hay liên hệ trực tiếp với tâm linh của trường phái Thiền Tông. Trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật. Nhìn thấy được Phật tánh hay nhìn thấy bản tánh thật của chính mình. Về mặt từ nghĩa, "kiến tánh" và "ngộ" có cùng một ý nghĩa và chúng thường được dùng lẫn lộn với nhau. Tuy nhiên khi nói về sự giác ngộ của Phật và chư tổ, người ta thường dùng chữ "ngộ" hơn là "kiến tánh" vì ngộ ám chỉ một kinh nghiệm sâu hơn. Đây là một câu nói thông dụng trong nhà Thiền. Trong nhà Thiền, thấy được tự tánh có nghĩa là đạt được Phật quả hay thành Phật.

Chương Chín

Kinh Lăng Già: Một Trong Những Triết Lý Cao Tuyệt Trong Đạo Phật

Lăng Già là một đỉnh núi nằm về phía đông nam đảo Tích Lan, bây giờ gọi là đỉnh A Đam (về phía đông nam Sư Tử quốc có một ngọn núi tên Lăng Già, hang núi hiểm trở, quỷ thần thường đến chơi, Đức Phật xưa đã từng đến đây giảng kinh Lăng Già). Đảo Tích Lan, một vương quốc nổi tiếng được thành lập bởi một thương gia tên Sư Tử, trước là thương gia, sau hàng phục ma quỷ mà lập quốc và làm vua tại đảo quốc nay. Người ta nói kinh Lăng Già được đức Phật thuyết giảng trên đảo Lăng Già, bây giờ là Tích Lan. Kinh Lăng Già là giáo thuyết triết học được Đức Phật Thích Ca Mâu Ni thuyết trên núi Lăng Già ở Tích Lan. Có lẽ kinh này được soạn lại vào thế kỷ thứ tư hay thứ năm sau Tây Lịch. Kinh nhấn mạnh về tám thức, Như Lai Tạng và “tiệm ngộ,” qua những tiến bộ từ từ trong thiền định; điểm chính trong kinh này coi kinh điển là sự chỉ bày như tay chỉ; tuy nhiên đối tượng thật chỉ đạt được qua thiền định mà thôi. Kinh có bốn bản dịch ra Hán tự, nay còn lưu lại ba bản. Bản dịch đầu tiên do Ngài Pháp Hộ Đàm Ma La sát dịch giữa những năm 412 và 433, nay đã thất truyền; bản thứ nhì do ngài Cầu Na Bạt Đà La dịch vào năm 443, gọi là Lăng Già A Bạt Đa La Bảo Kinh, gồm 4 quyển, còn gọi là Tứ Quyển Lăng Già; bản thứ ba do Ngài Bồ Đề Lưu Chi dịch sang Hán tự vào năm 513, gồm 10 quyển, gọi là Nhập Lăng Già Kinh; bản thứ tư do Ngài Thực Xoa Nan Đà dịch vào những năm 700 đến 704 đời Đường, gọi là Đại Thừa Nhập Lăng Già Kinh, gồm 7 quyển, nên còn gọi là Thất Quyển Lăng Già. Đây là một trong những bộ kinh mà hai trường phái Du Già và Thiền tông lấy làm giáo thuyết căn bản. Kỳ thật bộ kinh này được Tổ Bồ Đề Đạt Ma chấp thuận như là bộ giáo điển được nhà Thiền thừa nhận. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã tiên đoán rằng, “về sau này tại miền nam Ấn Độ sẽ xuất hiện một vị đại sư đạo cao đức trọng tên là Long Thọ. Vị này sẽ đạt đến sơ địa Bồ Tát và vãng sanh Cực Lạc.” Đây là một trong những bản kinh quan trọng trong trường phái Thiền Đại thừa. Người ta cho rằng đây là kinh văn trả lời cho những câu hỏi của Bồ Tát Mahamati. Kinh còn thảo luận rộng rãi

về học thuyết, bao gồm một số giáo thuyết liên hệ tới trường phái Du Già. Trong số đó giáo thuyết về “Bát Thức,” mà căn bản nhất là “Tàng Thức,” gồm những chủng tử của hành động. Kinh văn nhấn mạnh về tư tưởng “Thai Tạng” vì sự xác nhận rằng tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, và Phật tánh ấy chỉ hiển lộ qua thiền tập. Kinh Lăng Già có ảnh hưởng rất lớn tại các xứ Đông Á, đặc biệt là trong các trường phái về Thiền. Như trên đã nói, Lăng Già là một trong những bộ kinh mà hai trường phái Du Già và Thiền tông lấy làm giáo thuyết căn bản. Kỳ thật bộ kinh này được Tổ Bồ Đề Đạt Ma chấp thuận như là bộ giáo điển được nhà Thiền thừa nhận. Lăng Già Tâm Ấn khởi nguồn từ Thiền Pháp của Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã tiên đoán rằng, “về sau này tại miền nam Ấn Độ sẽ xuất hiện một vị đại sư đạo cao đức trọng tên là Long Thọ. Vị này sẽ đạt đến sơ địa Bồ Tát và vãng sanh Cực Lạc.”

Chương Mười

Duy Tâm Duy Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Sơ Lược Về Tâm Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Người ta nói kinh Lăng Già được đức Phật thuyết giảng trên đảo Lăng Già, bây giờ là Tích Lan. Kinh Lăng Già là giáo thuyết triết học được Đức Phật Thích Ca Mâu Ni thuyết trên núi Lăng Già ở Tích Lan. Có lẽ kinh này được soạn lại vào thế kỷ thứ tư hay thứ năm sau Tây Lịch. Kinh nhấn mạnh về tám thức, Như Lai Tạng và “tiệm ngộ,” qua những tiến bộ từ từ trong thiền định; điểm chính trong kinh này coi kinh điển là sự chỉ bày như tay chỉ; tuy nhiên đối tượng thật chỉ đạt được qua thiền định mà thôi. Kinh có bốn bản dịch ra Hán tự, nay còn lưu lại ba bản. Bản dịch đầu tiên do Ngài Pháp Hộ Đàm Ma La sát dịch giữa những năm 412 và 433, nay đã thất truyền; bản thứ nhì do ngài Cầu Na Bạt Đà La dịch vào năm 443, gọi là Lăng Già A Bạt Đa La Bảo Kinh, gồm 4 quyển, còn gọi là Tứ Quyển Lăng Già; bản thứ ba do Ngài Bồ Đề Lưu Chi dịch sang Hán tự vào năm 513, gồm 10 quyển, gọi là Nhập Lăng Già Kinh; bản thứ tư do Ngài Thực Xoa Nan Đà dịch vào những năm 700 đến 704 đời Đường, gọi là Đại Thừa Nhập Lăng Già Kinh, gồm 7 quyển, nên còn gọi là Thất Quyển Lăng Già. Đây là một trong những bộ kinh mà hai trường phái Du Già và Thiền tông lấy làm giáo thuyết căn bản. Kỳ thật bộ kinh này được Tổ Bồ Đề Đạt Ma chấp thuận như là bộ giáo điển được nhà Thiền thừa nhận. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã tiên đoán rằng, “về sau này tại miền nam Ấn Độ sẽ xuất hiện một vị đại sư đạo cao đức trọng tên là Long Thọ. Vị này sẽ đạt đến sơ địa Bồ Tát và vắng sanh Cực Lạc.” Đây là một trong những bản kinh quan trọng trong trường phái Thiền Đại thừa. Người ta cho rằng đây là kinh văn trả lời cho những câu hỏi của Bồ Tát Mahamati. Kinh còn thảo luận rộng rãi về học thuyết, bao gồm một số giáo thuyết liên hệ tới trường phái Du Già. Trong số đó giáo thuyết về “Bát Thức,” mà căn bản nhất là “Tàng Thức,” gồm những chủng tử của hành động. Kinh văn nhấn mạnh về tư tưởng “Thai Tạng” vì sự xác nhận rằng tất cả chúng sanh đều có Phật

tánh, và Phật tánh ấy chỉ hiển lộ qua thiền tập. Kinh Lăng Già có ảnh hưởng rất lớn tại các xứ Đông Á, đặc biệt là trong các trường phái về Thiền. Trong Kinh Lăng Già, “Tâm Thức” có nghĩa là toàn bộ máy móc của tâm thức. Khi “Citta” được kèm theo với “Mana” và “Vijnana,” thì nó tương ứng với cái tâm thức thực nghiệm, tức là “Citta” trong khía cạnh tương đối của nó cùng với sự phân biệt sai lầm.

Theo kinh Lăng Già, có ba loại thức: *Thứ nhất* là Chân Thức hay Như Lai tạng, tự tính thanh tịnh không uế nhiễm, hay thức A Lại Da, hay thức thứ tám. *Thứ nhì* là Hiện Thức hay Tạng Thức hay chân tâm cùng với vô minh hòa hợp mà sinh ra pháp nhiễm, tịnh, xấu tốt. *Thứ ba* là Phân Biệt Sự Thức hay Chuyển Thức, do thức với cảnh tương bên ngoài làm duyên hiện lên mà phát sinh từ ngũ quan (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân). Kinh Lăng Già cũng đề cập về tám thức. Trong tám thức, sáu thức đầu bao gồm: Nhãn thức (Caksur-vijnana (skt), Nhĩ thức (Srotra-vijnana (skt), Tỷ thức (Ghrana-vijnana (skt), Thiệt thức (Jihva-vijnana (skt), Thân thức (Kaya-vijnana (skt), Ý thức (Mano-vijnana (skt) hay sự suy nghĩ phối hợp với các căn. Hai thức sau bao gồm: Mạt-Na thức hay Ý căn. Đây là lý trí tạo ra mọi hư vọng. Nó chính là nguyên nhân gây ra bản ngã (tạo ra hư vọng về một cái “tôi” chủ thể đứng tách rời với thế giới khách thể). Mạt Na Thức cũng tác động như là cơ quan chuyển vận “hạt giống” hay “chủng tử” của các kinh nghiệm giác quan đến thức thứ tám (hay tàng thức). A Lại Da thức hay Tàng thức. Tàng thức là nơi chứa đựng tất cả chủng tử của các thức, từ đây tương ứng với các nhân duyên, các hạt giống đặc biệt lại được thức Mạt Na chuyển vận đến sáu thức kia, kết thành hành động mới đến lượt các hành động này lại sản xuất ra các hạt giống khác. Quá trình này có tính cách đồng thời và bất tận.

Theo Kinh Lăng Già, Mạt Na Thức và năm tâm thức tập hợp lại với nhau như các triết gia đã vạch ra. Hệ thống năm căn thức này phân biệt cái gì thiện với cái gì không thiện. Mạt Na Thức phối hợp với năm căn thức thủ chấp các hình sắc và tướng trạng trong khía cạnh đa phức của chúng; và không có lúc nào ngưng hoạt động cả. Điều này ta gọi là đặc tính sát na chuyển (tạm bợ của các thức). Toàn bộ hệ thống các thức này bị quấy động không ngừng và vào mọi lúc giống như sóng của biển lớn. Từ một đến năm (nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, vị thức, và xúc thức). *Như Lai Tạng Thức*: Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Này Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả

tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân nầy mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’” A Lại Da có nghĩa là chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. Chức năng của A Lại Da Thức là nhìn vào chính nó trong đó tất cả tập khí (vasana) từ thời vô thủy được giữ lại theo một cách vượt ngoài tri thức (bất tư nghi: acintya) và sẵn sàng chuyển biến (parinama), nhưng nó không có hoạt năng trong tự nó, nó không bao giờ hoạt động, nó chỉ nhận thức, theo ý nghĩa nầy thì nó giống như một tấm kiếng; nó lại giống như biển, hoàn toàn phẳng lặng không có sóng xao động sự yên tĩnh của nó; và nó thanh tịnh không bị ô nhiễm, nghĩa là nó thoát khỏi cái nhị biên của chủ thể và đối tượng. Vì nó là cái hành động nhận thức đơn thuần, chưa có sự khác biệt giữa người biết và cái được biết. *Mạt Na thức*: Những cơn sóng làm gợn mặt biển A Lại Da thức khi cái nguyên lý của đặc thù gọi là vishaya hay cảnh giới thổi vào trên đó như gió. Những cơn sóng được khởi đầu như thế là thế giới của những đặc thù nầy đây trong đó tri thức phân biệt, tình cảm chấp thủ, và phiền não, dục vọng đấu tranh để được hiện hữu và được sự tối thắng. Cái nhân tố phân biệt nầy nằm bên trong hệ thống các thức và được gọi là mạt na (manas); thực ra, chính là khi mạt na khởi sự vận hành thì một hệ thống các thức hiển lộ ra. Do đó mà các thức được gọi là “cái thức phân biệt các đối tượng” (sự phân biệt thức: vastu-prativikalpa-vijnana). Chức năng của Mạt na chủ yếu là suy nghĩ về A Lại Da, sáng tạo và phân biệt chủ thể và đối tượng từ cái nhất thể thuần túy của A Lại Da. Tập khí tích tập trong A Lại Da giờ đây bị phân ra thành cái nhị biên tính của tất cả các hình thức và tất cả các loại. Điều nầy được so sánh với đa phức của sóng quấy động biển A Lại Da. Mạt na là một tinh linh xấu theo một nghĩa và là một tinh linh tốt theo nghĩa khác, vì sự phân biệt tự nó không phải là xấu, không nhất thiết luôn luôn là sự phán đoán lầm lạc hay hư vọng phân biệt (abhuta-parikalpa) hay lý luận sai trái (hý luận quá ác: prapanca-daushtulya). Nhưng nó trở thành nguồn gốc của tai họa lớn lao khi nó tạo ra những khát vọng được đặt căn bản trên những phán đoán lầm lạc, như là khi nó tin vào cái thực tính của một ngã thể rồi trở nên chấp vào ngã thể mà cho rằng đấy là chân lý tối hậu. Vì mạt na không những chỉ là cái tri thức phân biệt mà còn là một nhân tố ước vọng và do đó là một tác giả. Chức năng của mạt na thức theo giả thiết

là suy nghĩ về mặt na, như nhãn thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mặt na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mặt na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chính vì thế mà trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mặt na thức phân biệt sai lầm. Vì mặt na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mặt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mặt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mặt na và mặt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ: citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mặt na thức.” Theo kinh Lăng Già, tạng thức là một trong tám thức rất quen thuộc với truyền thống Phật giáo. Tiềm thức hay tạng thức, thức thứ tám hay Nghiệp thức. Tất cả nghiệp được thành lập trong hiện đời và quá khứ đều được tàng trữ trong A Lại Da thức. Tàng thức còn được coi như là “Tiềm Thức,” là nơi mà kinh nghiệm quá khứ được đăng ký và lưu trữ, kết quả của những kinh nghiệm này trở thành căn tánh cho cuộc tái sinh sắp tới. A Lại Da thức hành xử như nơi tồn chứa tất cả những dữ kiện được Mặt Na thức thu thập. Khi một sinh vật chết thì bảy thức kia sẽ chết theo, nhưng A-Lại-Da thức vẫn tiếp tục. Nó là quyết định tối hậu cho sự đầu thai trong lục đạo. Tàng thức là nơi tích lũy tất cả những ấn tượng, tất cả những hạt giống ký ức, và tất cả những hạt giống nghiệp. Tàng thức còn là một trong năm uẩn. Sự liên hệ giữa chủ và khách. Tạng thức là tâm kinh nghiệm, qua đó người ta nhận biết thế giới hiện tượng và có được kinh nghiệm đời sống. Tạng thức là một trong tám thức rất quen thuộc với truyền thống Phật giáo. Theo Kinh Lăng Già, tạng thức đóng một vai trò quan trọng đặc biệt không những hiện hữu khi biển sâu tĩnh lặng mà còn hoạt động như kho lưu

trữ. Đó là lý do tại sao nó được gọi là tạng thức, vì nó thu thập những hạt giống, những ấn tượng và hành động giác quan. Kỳ thật, ý niệm về tạng thức cực kỳ quan trọng cho Phật giáo Đại Thừa. Nó còn được gọi là “Thức căn bản” hay cơ sở của tất cả các thức. Điều này ngụ ý là trong chính nó có tiềm năng về cả luân hồi lẫn Niết Bàn.

II. Duy Tâm Duy Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Duy tâm ý nói hết thấy chư pháp đều ở bên trong cái tâm, không có pháp nào ở ngoài tâm (tâm có nghĩa là nhóm khởi lên các pháp; thức có nghĩa là phân biệt các pháp). Giống như ý niệm Duy Thức trong Kinh Lăng Già. Duy tâm là học thuyết chỉ có thực thể duy nhất là phần tinh thần, là tâm. Hết thấy chư pháp đều ở bên trong cái tâm, không có pháp nào ở ngoài tâm (tâm có nghĩa là nhóm khởi lên các pháp; thức có nghĩa là phân biệt các pháp). “Vijnapti” là thuật ngữ Bắc Phạn có nghĩa là “Duy Tâm.” Từ ngữ ám chỉ rằng Tâm tạo tác và chi phối tất cả. Tâm là gốc của sự phân biệt về thế giới hiện tượng và sự vật. “Duy Tâm” thường liên hệ tới truyền thống Du Già của Phật giáo Ấn Độ, mặc những tác phẩm của Du Già ít khi đề cập tới “Duy Tâm,” thường thì truyền thống này sử dụng từ “Duy Thức.” Mặc dù trong kinh văn Du Già từ “Duy Tâm” hiếm thấy, nó thường được Phật giáo Tây Tạng dùng để chỉ truyền thống hơn là dùng từ đã được xác chứng hơn như “Du Già,” hay “Tu Tập Du Già.” Từ “Vijnapti” (A Lại Da) phát sanh hai loại nhận thức phân biệt gọi là mặt na thức và liễu biệt cảnh thức. Liễu biệt cảnh thức làm phát hiện cảm giác, tri giác, khái niệm và tư tưởng. Căn cứ phát sinh của nó là giác quan, thần kinh hệ và não bộ. Chỉ trong trường hợp cảm giác và tri giác thuần túy và trực tiếp thì đối tượng của nó mới có thể là tánh cảnh. Khi nhìn qua bức màn khái niệm, thì đối tượng của nó chỉ là đối chất cảnh và độc ảnh cảnh trong các trạng thái mơ mộng. Dù đối tượng của cảm giác thuần túy là thực tại của tự nó, khi thực tại này được nhìn qua khái niệm và tư tưởng thì nó đã bị méo mó mất rồi. Thực tại tự nó chính là một dòng sống, luôn biến động không ngừng. Hình ảnh của thực tại được sản sanh bởi thế giới khái niệm là những cấu trúc cụ thể trong khuôn khổ bởi khái niệm không gian và thời gian, sanh và tử, sanh và diệt, có và không, một cái và nhiều cái. Trong liễu biệt cảnh có sáu loại nhận thức: thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm và ý thức. Ý thức là tác dụng tâm lý hoạt động rộng rãi nhất; khi thì nó hoạt động chung với các thức cảm giác (trong

trường hợp tri giác), khi thì nó hoạt động riêng lẻ (trong các trường hợp khái niệm, tư duy, tưởng tượng, mơ mộng, v.v...) đến sau năm thức cảm giác, nó được gọi là thứ thứ sáu. Mạt na là thức thứ bảy, còn A lại da là thức thứ tám. Theo giáo lý “Duy Thức” thì chỉ có duy thức bên trong là thực hữu chứ không phải là những vật thể bên ngoài. Còn gọi là Duy Thức Gia hay Pháp Tướng tông. Học thuyết của Duy Thức tông chú trọng đến tướng của tất cả các pháp; dựa trên đó, luận thuyết về Duy Thức Học được lập nên để minh giải rằng ly thức vô biệt pháp hay không có pháp nào tách biệt khỏi thức được. Mặc dù tông này thường được biểu lộ bằng cách nói rằng tất cả các pháp đều chỉ là thức, hay rằng không có gì ngoài thức; thực ra ý nghĩa chân chính của nó lại khác biệt. Nói duy thức, chỉ vì tất cả các pháp bằng cách này hay cách khác luôn luôn liên hệ với thức. Thuyết này dựa vào những lời dạy của Đức Phật trong Kinh Hoa Nghiêm, theo đó tam giới chỉ hiện hữu trong thức. Theo đó thế giới ngoại tại không hiện hữu, nhưng nội thức phát hiện giả tướng của nó như là thế giới ngoại tại. Toàn thể thế giới do đó là tạo nên do ảo tưởng hay do nhân duyên, và không có thực tại thường tồn nào cả. Tại Ấn Độ, tông phái này chuyên chú vào việc nghiên cứu Duy Thức Luận và các kinh sách cùng loại, nên có tên là Duy Thức Tướng Giáo. Tác giả các bộ sách này là Vô Trước và Thiện Thân, họ từng có một đệ tử xuất sắc là Giới Hiền, một người Ấn Độ, sống trong tu viện Na Lan Đà. Giới Hiền là người đã lập ra Duy Thức Tông tại Ấn Độ và có nhiều công lao trong việc sắp xếp các kinh điển Phật Giáo. Tại Trung Quốc, sau khi Huyền Trang được Giới Hiền trao cho bộ luận, đã lập nên tông phái này. Về sau, tông này cũng có tên là Pháp Tướng Tông và do một đồ đệ của Huyền Trang là Khuy Cơ dẫn dắt.

Vào những năm đầu công nguyên. Một tông phái Phật giáo mới được biết dưới tên “Duy Thức” bắt đầu phát triển. Sau năm 500 sau Tây lịch, tông phái này ngày càng phát triển và chế ngự tư tưởng của trường phái Đại Thừa. Giáo lý đặc thù của Du Già Sư dạy rằng tuyệt đối thể là “Thức.” Lý thuyết này thực ra không có gì mới mẻ. Nó đã được kinh điển của mọi tông phái nói đến. Giữa năm 150 và 400 sau Tây lịch, có vài tài liệu kinh giảng thuyết về Duy Thức là Kinh Lăng Già và Hoa Nghiêm, giữ địa vị trung gian giữa Trung Quán Luận và Duy Thức tông. Abhisamayalankara là một sở giải quan trọng về Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa, đã hướng dẫn những giải thích về kinh Bát

Nhã vào khoảng những năm 350 sau Tây lịch và trở về sau này, và bây giờ vẫn còn là căn bản giải thích kinh trên trong những tịnh xá ở Tây Tạng và Mông Cổ. Kinh Hoa Nghiêm lấy lại giáo nghĩa về đồng nhất tính của vạn pháp và giải thích nó như sự tương nhập của các yếu tố với nhau.

Học thuyết Duy Tâm trải suốt trong Kinh Lăng Già. Hiểu được nó là thể nghiệm được chân lý tối hậu và không hiểu nó là tiếp tục luân hồi sanh tử. Kinh Lăng Già đặt nhiều sự nhấn mạnh vào tầm quan trọng của học thuyết này, quả thực, quá nhiều đến nỗi nó làm cho mọi sự đều xoay quanh sự cứu độ thế giới, chứ không nói đến những gì thuộc về cá nhân. Cũng trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy Mahamati: “Này Mahamati, Thứ nhất, Duy Tâm dẫn đến sự thể chứng tối hậu, chứ ngôn ngữ không phải là chân lý tối hậu. Tại sao? Vì chân lý tối hậu là điều mà người ta ưa thích; nhờ vào ngôn thuyết mà người ta có thể nhập vào chân lý, nhưng từ ngữ tự chúng không phải là chân lý. Chân lý là sự tự chứng được kinh nghiệm một cách nội tại bởi người trí bằng trí tuệ tối thượng của họ, chứ không thuộc phạm vi của ngôn từ, phân biệt hay trí thức; và do đó, phân biệt không mở được cái chân lý tối hậu. Này Mahamati, ngôn ngữ phải chịu sự sinh và diệt, không ổn cố, ảnh hưởng lẫn nhau, được tạo ra theo luật nhân quả, nhưng chân lý tối hậu không phải là những gì ảnh hưởng lẫn nhau hay được tạo ra theo luật nhân quả, cũng không phải phát sinh từ những điều kiện như thế, vì nó vượt lên trên mọi khía cạnh của tính tương đối, và vẫn tự không thể tạo ra được chân lý, vì chân lý tối hậu là phù hợp với cái kiến giải cho rằng thế giới sở kiến chính là cái tâm của chúng ta, và vì không có những sự vật bên ngoài như thế xuất hiện trong những khía cạnh đa dạng của đặc thù nên chân lý tối hậu không bị ảnh hưởng của phân biệt. Này Mahamati, khi một người nhìn thấy trí xứ của thực tính mà ở đấy tất cả các sự vật hiện hữu thì người ấy thể nhập cái chân lý rằng những gì xuất hiện ra trước người ấy không khác gì hơn chính cái tâm. Thứ nhì, Duy tâm được thủ nhiếp bằng ý tưởng thuần túy. Cái trí tuyệt đối hay trí Bát Nhã không thuộc về hai thừa. Thực ra nó không dính dáng gì đến các sự vật đặc thù; hàng Thanh Văn bị ràng buộc vào cái ý niệm “hữu;” trí tuyệt đối thanh tịnh trong bản thể thuộc Như Lai, bậc đã thể nhập Duy Tâm. Thứ ba, chư Bồ Tát không nhập Niết Bàn do vì chư vị thông hiểu cái chân lý của Duy Tâm. Tất cả những hành động khác nhau trong ba cõi (tam giới: traidhatuka) như thăng lên từng

địa trong sự tu tập của vị Bồ Tát và tinh tấn vững vàng của vị ấy đều chỉ là những biểu hiện của Tâm. Người ngu không hiểu điều này, do đó mà chư Phật nói đến tất cả những thứ ấy. Lại nữa, hàng Thanh Văn và Bích Chi, khi đạt đến địa thứ tám, trở nên quá mê đắm về hạnh phúc của sự tịch tịnh của tâm hay tận diệt định đến nỗi họ không thể hiểu được rằng cái sở kiến không là gì khác hơn cái tâm. Họ đang còn trong lãnh vực của đặc thù, cái tuệ kiến thâm nhập thực tính của họ chưa thanh tịnh. Mặt khác, chư Bồ Tát ý thức về các bốn nguyện của mình, những bốn nguyện phát sinh từ trái tim từ ái bao trùm hết thấy của mình; chư vị không nhập Niết Bàn; chư vị biết rằng thế giới sở kiến chỉ là sự biểu hiện của chính cái Tâm; chư vị thoát khỏi những ý niệm như tâm, ý, và ý thức, thế giới bên ngoài, ngã thể, và những dấu hiệu phân biệt. Thứ tư, Duy Tâm và cái quan niệm nhị biên về hữu và phi hữu phát sinh từ phân biệt sai lầm thì đối lập với nhau, và không thể dung hòa cho đến khi cái quan niệm nhị biên ấy bị hút vào trong Duy Tâm. Giáo lý của Duy Tâm, nói theo tri thức luận, là chỉ vào sự sai lạc của một thế giới quan được đặt căn bản trên phân biệt để đưa chúng ta quay vào trong cách nhận thức đúng đắn cái thực tính đúng như thực tính: “Vì người ngu và kẻ thiếu trí không hiểu giáo lý của Duy Tâm, nên họ bị ràng buộc vào các sự vật bên ngoài; họ đi từ hình thức phân biệt này sang hình thức phân biệt khác, như cái nhìn nhị biên tính về hữu và phi hữu, đồng và dị, vừa đồng vừa dị, thường và vô thường, ngã thể, tập khí, nhân duyên, vân vân. Sau khi phân biệt những ý niệm này, họ tiếp tục chấp vào chúng như là thực một cách khách quan và không thay đổi, giống như những con vật kia, bị cơn khát trong mùa hè lôi cuốn mà chạy ào vào những con suối tưởng tượng. Nghĩ rằng các thành tố chủ yếu hay những thành tố đầu tiên hiện hữu thực sự là do bởi phân biệt sai lầm chứ không có gì khác nữa. Khi chân lý Duy Tâm được hiểu thì không có sự vật bên ngoài nào được nhìn thấy, tất cả các sự vật ấy đều do bởi phân biệt về những gì mà người ta nhìn thấy trong cái tâm của chính mình. Thứ năm, không hiểu Duy Tâm sẽ đưa người ta đến chỗ luân hồi mãi mãi. Vì các triết gia ngoại đạo không thể vượt khỏi nhị biên nên họ làm tổn hại không những cho chính mình, mà cả cho những người ngu nữa. Cứ liên tục quanh quẩn trong lục đạo, từ sự hiện hữu này đến sự hiện hữu khác, mà không hiểu rằng những gì được nhìn thấy chỉ là cái tâm của chính họ và chấp vào cái ý niệm rằng các sự vật bên ngoài là có ngã thể, họ không thể thoát

khỏi phân biệt sai lầm. Thứ sáu, sự sinh khởi của A Lại Da Thức là do bởi chúng ta tưởng những biểu hiện của tâm là một thế giới của những thực tính khách quan. Kỳ thật, A Lại Da thức là chủ thể (nhân) và khách thể (duyên) của chính nó; và nó chấp vào một thế giới của những biểu hiện tâm thức của chính nó, một hệ thống tâm thức phát sinh mà gây ảnh hưởng lẫn nhau. Giống như sóng biển bị gió quấy động; tức là, một thế giới được làm thành khả kiến bởi chính cái tâm mà trong đó những cơn sóng tâm thức đến và đi. Đây là một thí dụ hay đối với những người theo Phật Giáo Đại Thừa. Thứ bảy, như thế chúng ta thấy rằng không có gì trên thế giới là không phải của tâm, do đấy mà có học thuyết Duy Tâm. Và điều này áp dụng với sự nhấn mạnh đặc biệt vào tất cả mọi tranh cãi có tính cách luận lý là những thứ mà theo Kinh Lăng Già, chỉ là những chế tạo có tính cách chủ quan suông mà thôi: thân thể, tài sản và nhà cửa, những thứ này không gì khác hơn là những cái bóng của tâm, người ngu không hiểu điều ấy. Họ khẳng định hay kiến lập, hay bác bỏ, bài báng, và sợ hãi như thế là do bởi cái Tâm mà thôi, ngoài cái Tâm này thì không thể có cái gì nữa. Ngay cả các cấp độ tâm linh của quả vị Bồ Tát cũng chỉ là những phản ảnh của Tâm: ‘Các trú xứ của Phật và các cõi Phật đều thuộc Tâm mà thôi, trong đó không có những cái bóng nào; tức là không có những gì do chư Phật quá khứ, hiện tại và vị lai thuyết giảng.’ Thứ tám, khi tất cả các hình tướng đặc thù bị chối bỏ sẽ xảy ra một sự đột chuyển trong tâm ta, và chúng ta thấy cái chân lý rằng: ‘Ngay từ lúc khởi đầu, không có cái gì ngoài tâm và từ đó chúng ta được giải thoát khỏi những trói buộc của sự phân biệt sai lầm.’”

Chương Mười Một

Bốn Nguyên Nhân Khơi Dậy Nhãn Căn Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Khơi Dậy Nhãn Căn Theo Phật Giáo:

Nhãn căn là một trong lục căn (một trong sáu giác quan) hay sáu chỗ để nhận biết. Trong Kinh Pháp Hoa, phẩm 19, Đức Phật dạy về công đức về mắt như sau: “Thiện nam tử hay thiện nữ nhân ấy, bằng đôi mắt thanh tịnh tự nhiên có được từ khi cha mẹ sanh ra (có nghĩa là những người đã có công đức về mắt mang theo từ đời trước), sẽ được bất cứ những gì bên trong hay bên ngoài tam thiên đại thiên thế giới, núi, rừng, sông, biển, xuống tận A Tỳ địa ngục và lên tới Trời Hữu Đỉnh, và cũng thấy được mọi chúng sanh trong đó, cũng như thấy và biết rõ các nghiệp duyên và các cõi tái sanh theo quả báo của họ. Ngay cả khi các chúng sanh chưa có được thiên nhãn như chư Thiên để có thể hiểu rõ thật tướng của vạn hữu, các chúng sanh ấy vẫn có được cái năng lực như thế trong khi sống trong cõi Ta Bà vì họ đã có những con mắt thanh tịnh được vén sạch ảo tưởng tâm thức. Nói rõ hơn họ có thể được như thế là do tâm họ trở nên thanh tịnh đến nỗi họ hoàn toàn chẳng chút vị ngã cho nên khi nhìn thấy các sự vật mà không bị ảnh hưởng của thành kiến hay chủ quan. Họ có thể nhìn thấy các sự vật một cách đúng thực như chính các sự vật vì họ luôn giữ tâm mình yên tĩnh và không bị kích động. Nên nhớ một vật không phản chiếu mặt thật của nó qua nước sôi trên lửa. Một vật không phản chiếu mặt của nó qua mặt nước bị cỏ cây che kín. Một vật không phản chiếu mặt thật của nó trên mặt nước đang cuộn chảy vì gió quấy động.” Đức Phật đã dạy một cách rõ ràng chúng ta không thể nhìn thấy thực tướng của các sự vật nếu chúng ta chưa thoát khỏi ảo tưởng tâm thức do vị kỷ và mê đắm gây nên.

II. Bốn Nguyên Nhân Khơi Dậy Nhãn Căn Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật đã nhắc Mahamati về bốn nguyên nhân khơi dậy nhãn căn. Thứ nhất là chấp vào thế giới sở kiến, không

biết rằng đây là do tâm tạo nên. *Thứ nhì* là bám chặt vào các hình sắc do bởi tập khí của những suy luận không vững chắc và những kiến giải sai lầm từ vô thủy. *Thứ ba* là tự tính của chính cái thức. *Thứ tư* là quá ham muốn cái phức tạp của các hình sắc và tướng trạng. Do đó Đức Phật nói: “Này Mahamati! Do bởi bốn nguyên nhân khơi dậy nhãn căn này mà các con sóng của các thức phát sinh được vận động ở trong A Lại Da tuôn chảy như những dòng nước giữa biển. Này Mahamati, cũng như trường hợp nhãn căn, các căn khác cũng vậy, sự nhận thức về thế giới đối tượng xảy ra đồng thời và đều đặn trong tất cả các căn, các nguyên tử, và các lỗ chân lông; cũng như tấm gương phản chiếu hình ảnh, và này Mahamati, giống như gió làm biển động, biển tâm xao động bởi gió của cảnh giới và những con sóng lông lên không dứt. Nguyên nhân và sự biểu hiện về hoạt động của nó không tách rời nhau, và vì khía cạnh nghiệp của thức được nối kết chặt chẽ với khía cạnh bốn nguyên nên tự tính về hình sắc hay một thế giới đối tượng không được xác quyết đúng đắn, và này Mahamati, do đó mà hệ thống năm thức phát sanh. Này Mahamati, khi kết hợp năm thức này, thế giới đối tượng được xem như là lý do của sự sai biệt và các đối tượng được nêu định rõ ràng thì bấy giờ chúng ta có Mạt Na Thức. Do đó mà có sự sinh ra của thân thể hay hệ thống các thức. Tuy nhiên, các thức ấy không nghĩ rằng chúng phụ thuộc vào nhau mà gắn chặt vào thế giới sở kiến hay thế giới sinh khởi từ chính cái tâm của người ta hay tự tâm sở hiện, và được cái tâm ấy phân biệt. Các thức và Mạt Na Thức sinh khởi đồng thời, phụ thuộc vào nhau, và không bị phá vỡ, mà mỗi thứ tự nhận lấy môi trường thể hiện riêng.

Chương Mười Hai

Sáu Luận Chứng Về Duy Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Duy Thức:

Duy thức có nghĩa là chỉ có duy thức bên trong là thực hữu chứ không phải là những vật thể bên ngoài. Còn gọi là Duy Thức Gia hay Pháp Tướng tông. Học thuyết của Duy Thức tông chú trọng đến tướng của tất cả các pháp; dựa trên đó, luận thuyết về Duy Thức Học được lập nên để minh giải rằng ly thức vô biệt pháp hay không có pháp nào tách biệt khỏi thức được. Mặc dù tông này thường được biểu lộ bằng cách nói rằng tất cả các pháp đều chỉ là thức, hay rằng không có gì ngoài thức; thực ra ý nghĩa chân chính của nó lại khác biệt. Nói duy thức, chỉ vì tất cả các pháp bằng cách này hay cách khác luôn luôn liên hệ với thức. Thuyết này dựa vào những lời dạy của Đức Phật trong Kinh Hoa Nghiêm, theo đó tam giới chỉ hiện hữu trong thức. Theo đó thế giới ngoại tại không hiện hữu, nhưng nội thức phát hiện giả tướng của nó như là thế giới ngoại tại. Toàn thể thế giới do đó là tạo nên do ảo tưởng hay do nhân duyên, và không có thực tại thường tồn nào cả. Tại Ấn Độ, tông phái này chuyên chú vào việc nghiên cứu Duy Thức Luận và các kinh sách cùng loại, nên có tên là Duy Thức Tướng Giáo. Tác giả các bộ sách này là Vô Trước và Thiên Thân, họ từng có một đệ tử xuất sắc là Giới Hiền, một người Ấn Độ, sống trong tu viện Na Lan Đà. Giới Hiền là người đã lập ra Duy Thức Tông tại Ấn Độ và có nhiều công lao trong việc sắp xếp các kinh điển Phật Giáo.

II. Sáu Luận Chứng Về Duy Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Trong Kinh Lăng Già, có sáu luận chứng về Duy Thức. *Luận Chứng Thứ Nhất:* Sự việc các sự vật không như vẻ đáng bề ngoài của chúng, được chứng tỏ từ sự so sánh với một giấc mộng và với những sáng tạo bằng huyền thuật. Khi vua La Bà Na, vua xứ Lăng Già, nhìn thấy những hình ảnh của Đức Phật quanh khắp ông rồi sau đó những hình ảnh này biến mất, ông nghĩ “Có thể đây là một giấc mộng? Hay

một hiện tượng huyền ảo giống như thành của các Càn Thác Bà?” Rồi ông lại suy nghĩ “Đây chỉ là sự phóng chiếu của những sáng tạo tâm thức của chính ta.” Vì chúng ta không thực sự hiểu các sự vật đúng như các sự vật nên chúng ta tách biệt cái bị thấy với người thấy; do đó mà tạo ra một thế giới nhị biên. “Ở chỗ nào không có sự phân biệt sai lầm, ở đấy người ta thực sự nhìn thấy Đức Phật.” Hễ chừng nào chúng ta còn ở trong mộng, chúng ta vẫn không hiểu được rằng tất cả chúng ta đều đang mộng, rằng chúng ta là những nô lệ của sự phân biệt sai lầm. Vì chỉ khi nào chúng ta tỉnh mộng thì khi ấy chúng ta mới biết chúng ta ở đâu. Thí dụ về giấc mộng hoàn toàn là một luận điểm chống lại cái thực tính của một thế giới bên ngoài, nhưng thí dụ ấy không có giá trị gì đối với những ai đang thực sự nằm mộng. Những sáng tạo thuộc ảo thuật cũng như thế, người Ấn Độ đã được ghi nhận là tinh xảo trong khoa phù phép và không có dân tộc nào mà việc sử dụng các mật chú và đà la ni phổ biến như người Ấn Độ. Do đó mà trong văn học Phật giáo Đại Thừa và Tiểu Thừa thường có những ám chỉ về ảo thuật. Nhà ảo thuật hết sức thành thạo trong việc làm cho các khán giả trông thấy các sự vật ở tại nơi không có cái gì cả. Chừng nào các khán giả còn bị ảnh hưởng bởi phù phép của ông ta thì vẫn không có cách nào làm cho họ hiểu rằng họ là những nạn nhân của thuật thôi miên. Những ví dụ hay ngoài ví dụ về giấc mộng, về huyền thuật được rút ra từ Lăng Già để chỉ vào sự không thực của các sự vật được nhìn thấy bên ngoài và bên trong như là: a) các bức tranh, b) một vòng tóc đối với người bị nhắm mắt, c) sự quay tròn của một bánh xe lửa, d) một bong bóng trông giống như mặt trời, e) cây cối phản chiếu trong nước, f) các hình ảnh trong một tấm kiếng, g) một tiếng dội, h) ảo ảnh, i) người máy, j) đám mây trôi, và k) ánh chớp. *Luận Chứng Thứ Nhì*: Tất cả các sự vật đều tương đối và không có cái tự tính nào mãi mãi phân biệt một cách tuyệt đối sự vật này với sự vật khác. Các sự vật chỉ là những tương đối; hãy phân tách chúng thành những thành phần của chúng thì sẽ không còn lại gì cả. Và những cấu trúc của tâm há chẳng phải đều là những tương đối? Cái tâm nhìn thấy nó bị phản ánh là do bởi sự phản ánh hay suy nghĩ và phân biệt; đến đây thì sự việc chẳng gây hại gì, vì những cấu trúc tâm thức được nhận thức như thế và không có những phán đoán sai lầm về chúng. Sự rắc rối khởi đầu ngay khi chúng ta bị chấp như là có thực ở bên ngoài, có giá trị riêng của chúng, độc lập với chính cái tâm đánh giá. Đây là lý do khiến bộ kinh nhấn mạnh sự quan trọng của cái

nhìn vào sự vật như thực, đúng thực như các sự vật khi chúng được nhìn bằng cái nhìn như thực thì chúng chỉ là cái tâm mà thôi. Nguyên lý về tương đối tạo thành một thế giới của các đặc thù, nhưng khi nguyên lý này bị vượt qua, thì đó chính là cái tâm mình. *Luận Chứng Thứ Ba*: Các tên gọi hay danh và các hình ảnh hay tướng chỉ là những dấu hiệu giả danh và không có thực tính nào (phi hữu) trong tự chúng, vì chúng thuộc về sự tưởng tượng hay biên kiến sở chấp. Sự tưởng tượng là một cái tên khác dùng cho sự phân biệt sai lầm vốn là tác nhân tinh quái của sự sáng tạo. Sự kiện nhất tâm do đó bị chôn vùi trong sự sai biệt của những hiện hữu đặc thù. Lại nữa, theo ngôn từ, họ phân biệt một cách sai lầm và nêu ra những khẳng định về thực tính; và vì những khẳng định này mà họ bị đốt trong địa ngục. Trong sự giao tiếp hằng ngày mà ta mang nợ ngôn từ biết bao nhiêu. Và tuy thế, do từ ngôn từ, không những về luận lý mà cả về mặt tâm linh nữa, ta phải chịu hậu quả trầm trọng biết bao nhiêu! Ánh sáng của tâm bị che phủ hết trong ngôn từ. Và với ngôn từ quả thực là do tâm tạo ra, và bây giờ tưởng ngôn từ là những thực tính độc lập với cái tạo ra nó, tâm trở thành vướng víu trong ngôn từ, để rồi bị nuốt chửng trong cơn sóng của luân hồi sanh tử. Người ngu tưởng những gì do chính cái tâm biểu hiện là những thực tính khách quan vốn không thực sự hiện hữu, và do bởi sự diễn tả sai lạc này mà phân biệt bị trở thành sai lầm. Tuy nhiên, trường hợp của người trí thì không như thế. Người trí biết rằng các tên gọi, các hình tướng và các tượng trưng phải được xem là những gì mà chúng được định từ ban đầu. Trong khi người ngu thì chấp vào chúng như chúng là những thực tính và để cho tâm họ mù quáng bám riết theo sự chấp trước này. Như thế họ trở thành bị ràng buộc vào nhiều hình tướng và nuôi dưỡng cái kiến giải rằng quả thực có cái “tôi” và cái “của tôi,” do bởi làm như thế, họ chấp chặt vào các tướng trong cái tính phức tạp của chúng. Do bởi những ràng buộc chấp trước này mà trí tuệ của họ bị ngăn ngại không vươn lên được; tham, sân, si bị khuấy động lên, và mọi thứ nghiệp bị mắc phạm. Vì những chấp trước này cứ bị mắc phạm mãi bên người ngu thấy mình bị cuốn chặt một cách vô vọng bên trong những cái kén được dệt thành do bởi những phân biệt sai lầm của họ. Họ bị nuốt chửng trong những cơn sóng luân hồi sanh tử, không biết làm sao để tiến lên trong công việc giải thoát, vì họ cứ quay tròn giống như cái bánh xe nước. Quả thực do bởi vô minh mà họ không thể hiểu được rằng tất cả các sự vật, giống như huyễn ảo, như hạt bụi sáng, hay

như ánh trăng trên nước, không có tự tánh hay ngã thể, rằng trong chúng không có gì để chấp làm “tôi” hay “của tôi;” rằng tất cả các sự vật là không thực hay hư vọng, được sinh ra do phân biệt sai lầm; rằng thực tính tối hậu vượt khỏi cái nhị biên của cái được định tính và cái định tính vượt khỏi dòng sinh, trụ, dị, diệt; rằng tất cả những gì được biểu hiện là do chính cái tâm người ta phân biệt những gì hiển lộ ra đối với nó. Tưởng rằng thế giới được sinh ra từ đấng Tự Tại, thời gian, nguyên tử hay linh hồn, vũ trụ; người ngu bị mê đắm vào các danh xưng và hình tướng, do đó mà để cho chúng thống trị. *Luận Chứng Thứ Tư*: “Những gì không được sinh ra thì không dính dáng gì đến nhân quả, không có người tạo lập, tất cả chỉ là sự kiến lập của tâm, như ta thuyết giảng về những gì bất sinh.” Sự việc không có người tạo lập nào như đấng Tự Tại, bậc Thắng giả hay Phạm Thiên là một trong những chủ đề chính của Phật giáo Đại Thừa. Theo kinh Lăng Già, ý niệm về một đấng tạo lập là do bởi phân biệt, điều này luôn luôn có khuynh hướng dẫn cái tâm theo một hướng sai lầm. Khi người ta thấy rằng tất cả là duy tâm thì những gì bất sinh sẽ hiện ra thay cho ý niệm ấy. Vô sinh không phải do vì phi hiện hữu, cũng không phải do vì hiện hữu là những thứ phải được xem là tùy thuộc lẫn nhau, cũng không phải do vì một cái tên gọi cho hiện hữu, cũng không phải vì tên gọi không có thực tính đằng sau nó. Sự việc tất cả là vô sinh không thuộc lãnh vực của hàng Thanh Văn, Duyên Giác hay các triết gia, hay của chư Bồ Tát đang còn ở địa thứ bảy. Vô sinh được xây dựng trên chân lý Duy Tâm. *Luận Chứng Thứ Năm*: Nhất Nguyên Luận Tuyệt Đối. Sự cần thiết về luận lý để đạt đến cái ý niệm tối hậu về nhất tính, vì thế mà Kinh Lăng Già chấp nhận học thuyết Duy Tâm thay vì Duy Sắc. Khi không có đấng tạo hóa tạo lập nào được nhận biết và tất cả các hình thức nhị biên đều bị gạt bỏ như là không phù hợp với trạng thái thực sự của các sự vật thì chỉ còn hai cách thành tựu sự thống nhất tư tưởng, đó là hiệp thực luận và lý niệm luận hay lý tưởng luận; vì Lăng Già bác bỏ cái thực tính của một thế giới bên ngoài hay cảnh giới, hay các sự vật bên ngoài (ngoại cảnh) là những thứ được định tính chủng chủng hợp thành, nên học thuyết Duy Tâm hẳn phải là kết quả tự nhiên. Do đó nhất nguyên luận tuyệt đối là luận bằng cái trí siêu việt vượt lên trên sự nhận biết nhiều chiều của một thế giới đối tượng bởi cái trí tương đối. Lại nữa, cái trí siêu việt này không ở trong phạm vi của hai thừa, vì quả thực nó vượt qua khỏi cảnh giới của hữu, cái trí hiểu biết của hàng

Thanh Văn vận hành bằng cách tự ràng buộc nó vào các hữu thể mà họ tưởng là các thực tính, trong khi cái trí siêu việt thanh tịnh hay lý nhất tính của Như Lai thì thấu nhập vào trong chân lý Duy Tâm. Trong khi thế giới đối tượng làm nhiễu động cái nhất tính và làm cho tâm bị nhiễu động. Thế rồi tâm này lại chấp vào những nhiễu động có tính cách phân biệt hóa này mà cho rằng đấy là thực và do đó mất hết sự tinh thuần hay nhất tính vốn có của nó trong chúng. Đây chính là nguồn gốc của những khổ đau. *Luận Chứng Thứ Sáu: Tam Giới Duy Thị Tự Tâm.* Luận chứng mạnh mẽ nhất trong tất cả các luận chứng có thể được nêu ra trước để khẳng định rằng thế giới là chính cái tâm hay tam giới duy thị tự tâm, là luận chứng về cái biết trực giác hay hiện lượng. Trong khi đây là cái biết tối hậu trong mọi hình thức xác quyết, thuộc lý thuyết hay thực tiễn thì người ta cảm thấy cái sức mạnh của nó đặc biệt mãnh liệt trong cái chân lý có tính cách tôn giáo vốn là những chân lý được xây dựng không phải trên lý luận mà là trên sự nhận thức trực tiếp. Theo Kinh Lăng Già thì nguyên lý tối hậu của cái biết không phụ thuộc vào bất cứ điều gì được lập luận bằng luận lý (điều tôi thấy và tôi tin), mà là điều được thể nghiệm bên trong chính mình, nhờ cái trí tối thượng của Đức Như Lai, hoặc đúng hơn, nó là chính cái trí tuệ tối thượng, vì sự tỉnh thức của trí tuệ này nghĩa là sự thủ nhiếp cái nguyên lý tối hậu vốn cùng một thứ với sự thể nghiệm bên trong cái tâm thức nội tại của người ta về cái chân lý bảo rằng không có gì trong thế giới ngoại trừ cái tâm. Chân lý này vượt khỏi phạm vi của cái trí lý luận. Cái trí chuyên biệt này vốn có thể được gọi là thuộc về trực giác. Đức Phật dạy ngài Mahamati trong Kinh Lăng Già: “Cái trí thủ đắc cái tối hậu thì không thể bị đưa vào một hệ thống các phạm trù; vì nếu nói về cái tối hậu bằng một điều gì đó thì điều này trở thành một ý niệm về tối hậu, và cái nhân thực không còn ở đấy nữa, và kết quả là chỉ chuốc lấy lầm lẫn hay hư vọng mà thôi. Chấp vào những thực tính mà cho rằng chúng có tự tính là do không biết rằng không có gì ngoài cái được phản ánh và được nhận thức bởi cái tâm của chính mình. Kỳ thật sự tỉnh giác một cái gì đó được thức tỉnh trong tâm thức và nó được nhận ra ngay rằng tất cả đều là tâm. Sự tỉnh giác thì ở bên trên cái nhị biên của hữu và phi hữu; hữu và phi hữu là do phân biệt sai lầm mà có, ngược lại tỉnh thức là sự thấy cái nguyên lý tối hậu về hiện hữu đúng như sự hiện hữu trong chính nó hoặc bằng cái khác với nó. Điều này gọi là thấy biết như thực.

Chương Mười Ba

Tam Tự Tính Tướng Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

Học thuyết của Kinh Lăng Già và Duy Thức tông chú trọng đến tướng của tất cả các pháp; dựa trên đó, luận thuyết về Duy Thức Học được lập nên để minh giải rằng lý thức vô biệt pháp hay không có pháp nào tách biệt khỏi thức được. Mục đích chính của Duy Thức Học là chuyển hóa tâm trong tu hành để đi đến giác ngộ và giải thoát. Mặc dù tông này thường được biểu lộ bằng cách nói rằng tất cả các pháp đều chỉ là thức, hay rằng không có gì ngoài thức; thực ra ý nghĩa chân chính của nó lại khác biệt. Nói duy thức, chỉ vì tất cả các pháp bằng cách này hay cách khác luôn luôn liên hệ với thức. Trong Duy Thức Tam Thập Tụng, tụng thứ tám nhấn mạnh đến Duy Thức Tam Tánh. Theo Kinh Lăng Già, có ba hình thức của trí còn được gọi là tam tự tính tướng.

Thứ Nhất Là Vọng Kế Tính (Biến Kế Sở Chấp): Biến Kế Sở Chấp là sự phân biệt sai lầm của sự phán đoán, và xuất phát từ sự hiểu đúng bản chất của các sự vật, bên trong cũng như bên ngoài và hiểu đúng mối liên hệ giữa các sự vật như là những cá thể độc lập hay thuộc cùng một loại. Đó là nhận thức về chủ thể và khách thể, do kinh nghiệm mà chúng ta coi mình như chủ thể tách biệt với những khách thể của thế giới bên ngoài. Đây là bản tánh tướng tượng, là loại hiện hữu mà người không giác ngộ nhận thức trong thế giới thông thường hằng ngày. Nó không hiện thực, và chỉ có hiện hữu thông thường, được phóng ra từ cái tâm không giác ngộ. Nó chỉ là sản phẩm của hoạt động sai lạc của ngôn ngữ tạo nên nhị nguyên trong dòng chảy của chư pháp lệ thuộc lẫn nhau. Những hiện tượng nhị nguyên này thật ra chỉ là tướng tượng mà thôi.

Thứ Nhì Là Y Tha Khởi Tính: Tự tính thứ hai là Y Tha Khởi Tính, nguyên nghĩa là phụ thuộc vào cái khác, là cái trí dựa vào một sự kiện nào đó, tuy những sự kiện này không liên hệ đến bản chất thực sự của hiện hữu. *Tổng Quan về Y Tha Khởi:* Ý niệm tương duyên về vạn vật có thể nói là gần gũi nhất với thực tại. Nó hủy diệt những khái niệm nhị nguyên mà tâm thường dùng để giam hãm và chia cắt thực tại, về một

và nhiều, bên trong và bên ngoài, thời gian và không gian, tâm và vật, vân vân. Nó vừa là phương tiện dùng để phá vỡ mà cũng là phương tiện dùng để hướng dẫn. Hành giả phải dùng nó như một công cụ, chứ không nên xem nó như là một thực tại. Y Tha Khởi là bản chất tối hậu của thực tại, là sự thiếu vắng về một cái “ngã.” Bạn không thể nói được rằng bất cứ thứ gì có thể tồn tại với tự tánh riêng lẻ của nó. Vì chúng không có bản chất độc lập, mọi hiện tượng được mô tả là không. Cái không ở đây có nghĩa là không có bản chất thật sự, riêng rẽ và độc lập, chứ không phải là không có hiện tượng. Y Tha Khởi Tính là quán chú pháp được sanh ra bởi nhân duyên. Không có tánh độc lập, chỉ nương nhau mà thành. Y tha khởi tính hay duyên khởi tính (tính chất nương tựa vào những yếu tố chung quanh mà sinh khởi nên hiện hữu, hiện tượng và sự vật). *Y Tha Khởi Trí*: Y Tha Khởi Trí nguyên nghĩa là cái trí dựa vào một sự kiện nào đó, tuy những sự kiện này không liên hệ đến bản chất thực sự của hiện hữu. Đặc trưng của cái trí này là nó hoàn toàn không phải là một sáng tạo chủ quan được sinh ra từ cái “không” suông, mà nó được cấu trúc của một thực tính khách quan nào đó mà nó phụ thuộc để làm chất liệu. Do đó, nó có nghĩa là “sinh khởi dựa vào một chỗ tựa hay một căn bản.” (sở y). Và chính do bởi cái trí này mà tất cả các loại sự vật, bên ngoài và bên trong, được nhận biết và tính đặc thù và phổ quát được phân biệt. Y tha khởi tính do đó tương đương với cái mà ngày nay ta gọi là trí hay biết tương đối hay “tương đối tính;” trong khi Y Tha Khởi là sự tạo ra sự tưởng tượng hay tâm của người ta. Trong bóng tối, một người dẫm lên một vật gì đó, vì tưởng rằng đấy là con rắn nên anh ta sợ hãi. Đây là Y Tha Khởi, một phán đoán sai lầm hay một cấu trúc tưởng tượng được kèm theo bằng một sự kích thích không xác đáng. Khi nhìn kỹ lại thấy rằng vật ấy là sợi dây thừng. Đây là Y Tha Khởi, cái trí tương đối. Anh ta không biết sợi dây thừng thực sự là gì và tưởng nó là một thực tính, đặc thù và tối hậu. Trong khi khó mà phân biệt một cách tinh tế sự khác biệt giữa Biến Kế Sở Chấp và Y Tha Khởi từ những định nghĩa ngắn trên, thì Y Tha Khởi hình như ít ra cũng có một mức độ sự thật nào đó về mặt tự chính các đối tượng, nhưng Biến Kế Sở Chấp không chỉ bao gồm một sai lầm tri thức mà còn gồm một số chức năng cảm nhận được vận hành theo với sự phán đoán lầm lạc. Khi một đối tượng được nhận thức như là một đối tượng hiện hữu, bên trong hay bên ngoài, thì cái hình thức nhận biết gọi là Y Tha Khởi xảy ra. Nhận đối tượng này là thực, cái tâm nhận xét kỹ

hơn về nó cả về mặt trí thức cả về mặt cảm nhận, và đây là hình thức hiểu biết gọi là Biến Kế Sở Chấp. Sau cùng, có thể chúng ta càng làm cho rối ren thêm khi áp dụng những cách suy nghĩ ngày nay của chúng ta vào những cách suy nghĩ thời xưa khi những cách suy nghĩ này chỉ đơn thuần được vận hành do những đòi hỏi có tính cách tôn giáo chứ không do những đòi hỏi vô tư có tính triết lý.

Thứ Ba Là Viên Thành Thực Tánh: *Viên Thành Thực Tính:* Viên Thành Thực Tính có nghĩa là Chân Như hay Thực Tướng. Viên Thành Thực Tính Quán là một trong ba đối tượng trong Duy Thức quán. Quán chỉ có Chân như là hiện thực. Tính chân thực của chư pháp hay chân lý tuyệt đối. Tịnh thức có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tưởng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thực, tức là viên thành thực tánh. *Viên Thành Thực Trí:* Viên thành thực trí tức là cái biết toàn hảo và tương đương với Chánh Trí (samyagjnana) và Như Như (Tathata) của năm pháp. Đây là cái trí có được khi ta đạt tới trạng thái tự chứng bằng cách vượt qua Danh, Tướng, và tất cả các hình thức phân biệt hay phán đoán (vikalpa). Đây cũng là Như Như, Như Lai Tạng Tâm, đây là một cái gì không thể bị hủy hoại. Sợi dây thừng giữ dây được nhận biết theo thể diện chân thực của nó. Nó không phải là một sự vật được cấu thành do các nguyên nhân và điều kiện hay nhân duyên và giờ đây đang nằm trước mặt chúng ta như là một cái gì ở bên ngoài. Từ quan điểm của nhà Duy Thức Tuyệt Đối theo như Lăng Già chủ trương, sợi dây thừng là phản ánh của chính cái tâm của chúng ta, tách ra khỏi cái tâm thì nó không có khách quan tính, về mặt này thì nó là phi hiện hữu. Nhưng cái tâm vốn do từ đó mà thế giới phát sinh, là một đối tượng của Viên Thành Thực hay trí toàn đức.

Chương Mười Bốn

Tám Nghĩa Của Duy Tâm Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Ý Nghĩa Của Duy Tâm:

Duy tâm ý nói hết thấy chư pháp đều ở bên trong cái tâm, không có pháp nào ở ngoài tâm (tâm có nghĩa là nhóm khởi lên các pháp; thức có nghĩa là phân biệt các pháp). Giống như ý niệm Duy Thức trong Kinh Lăng Già. Duy tâm là học thuyết chỉ có thực thể duy nhất là phần tinh thần, là tâm. Hết thấy chư pháp đều ở bên trong cái tâm, không có pháp nào ở ngoài tâm (tâm có nghĩa là nhóm khởi lên các pháp; thức có nghĩa là phân biệt các pháp). “Vijnapti” là thuật ngữ Bắc Phạn có nghĩa là “Duy Tâm.” Từ ngữ ám chỉ rằng Tâm tạo tác và chi phối tất cả. Tâm là gốc của sự phân biệt về thế giới hiện tượng và sự vật. “Duy Tâm” thường liên hệ tới truyền thống Du Già của Phật giáo Ấn Độ, mặc những tác phẩm của Du Già ít khi đề cập tới “Duy Tâm,” thường thì truyền thống này sử dụng từ “Duy Thức.” Mặc dù trong kinh văn Du Già từ “Duy Tâm” hiếm thấy, nó thường được Phật giáo Tây Tạng dùng để chỉ truyền thống hơn là dùng từ đã được xác chứng hơn như “Du Già,” hay “Tu Tập Du Già.” Từ “Vijnapti” (A Lại Da) phát sanh hai loại nhận thức phân biệt gọi là mạt na thức và liễu biệt cảnh thức. Liễu biệt cảnh thức làm phát hiện cảm giác, tri giác, khái niệm và tư tưởng. Căn cứ phát sinh của nó là giác quan, thần kinh hệ và não bộ. Chỉ trong trường hợp cảm giác và tri giác thuần túy và trực tiếp thì đối tượng của nó mới có thể là tánh cảnh. Khi nhìn qua bức màn khái niệm, thì đối tượng của nó chỉ là đối chất cảnh và độc ảnh cảnh trong các trạng thái mơ mộng. Dù đối tượng của cảm giác thuần túy là thực tại của tự nó, khi thực tại này được nhìn qua khái niệm và tư tưởng thì nó đã bị méo mó mất rồi. Thực tại tự nó chính là một dòng sống, luôn biến động không ngừng. Hình ảnh của thực tại được sản sanh bởi thế giới khái niệm là những cấu trúc cụ thể trong khuôn khổ bởi khái niệm không gian và thời gian, sanh và tử, sanh và diệt, có và không, một cái và nhiều cái. Trong liễu biệt cảnh có sáu loại nhận thức: thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm và ý thức. Ý thức là tác dụng tâm lý hoạt động

rộng rãi nhất; khi thì nó hoạt động chung với các thức cảm giác (trong trường hợp tri giác), khi thì nó hoạt động riêng lẻ (trong các trường hợp khái niệm, tư duy, tưởng tượng, mơ mộng, v.v...) đến sau năm thức cảm giác, nó được gọi là thứ thứ sáu. Mạt na là thức thứ bảy, còn A lại da là thức thứ tám.

II. Tám Nghĩa Của Duy Tâm Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Học thuyết Duy Tâm trải suốt trong Kinh Lăng Già. Theo Duy Thức Học, hết thảy chư pháp đều ở bên trong cái tâm, không có pháp nào ở ngoài tâm (tâm có nghĩa là nhóm khởi lên các pháp; thức có nghĩa là phân biệt các pháp). Giống như ý niệm Duy Thức trong Kinh Lăng Già. Hiểu được nó là thể nghiệm được chân lý tối hậu và không hiểu nó là tiếp tục luân hồi sanh tử. Kinh Lăng Già đặt nhiều sự nhấn mạnh vào tầm quan trọng của học thuyết này, quả thực, quá nhiều đến nỗi nó làm cho mọi sự đều xoay quanh sự cứu độ thế giới, chứ không nói đến những gì thuộc về cá nhân. Đức Phật dạy về tám ý nghĩa của Duy Tâm như sau: *Ý nghĩa thứ nhất* là Duy Tâm dẫn đến sự thể chứng tối hậu. Đức Phật dạy Mahamati: “Này Mahamati, ngôn ngữ không phải là chân lý tối hậu. Tại sao? Vì chân lý tối hậu là điều mà người ta ưa thích; nhờ vào ngôn thuyết mà người ta có thể nhập vào chân lý, nhưng từ ngữ tự chúng không phải là chân lý. Chân lý là sự tự chứng được kinh nghiệm một cách nội tại bởi người trí bằng trí tuệ tối thượng của họ, chứ không thuộc phạm vi của ngôn từ, phân biệt hay trí thức; và do đó, phân biệt không mở được cái chân lý tối hậu. Này Mahamati, ngôn ngữ phải chịu sự sinh và diệt, không ổn cố, ảnh hưởng lẫn nhau, được tạo ra theo luật nhân quả, nhưng chân lý tối hậu không phải là những gì ảnh hưởng lẫn nhau hay được tạo ra theo luật nhân quả, cũng không phải phát sinh từ những điều kiện như thế, vì nó vượt lên trên mọi khía cạnh của tính tương đối, và vẫn tự không thể tạo ra được chân lý, vì chân lý tối hậu là phù hợp với cái kiến giải cho rằng thế giới sở kiến chính là cái tâm của chúng ta, và vì không có những sự vật bên ngoài như thế xuất hiện trong những khía cạnh đa dạng của đặc thù nên chân lý tối hậu không bị ảnh hưởng của phân biệt. Này Mahamati, khi một người nhìn thấy trú xứ của thực tính mà ở đấy tất cả các sự vật hiện hữu thì người ấy thể nhập cái chân lý rằng những gì xuất hiện ra trước người ấy không khác gì hơn chính cái tâm. *Ý nghĩa thứ hai* là Duy tâm

được thủ nhiếp bằng ý tưởng thuần túy. Cái trí tuyệt đối hay trí Bát Nhã không thuộc về hai thừa. Thực ra nó không dính dáng gì đến các sự vật đặc thù; hàng Thanh Văn bị ràng buộc vào cái ý niệm “hữu;” trí tuyệt đối thanh tịnh trong bản thể thuộc Như Lai, bậc đã thể nhập Duy Tâm. *Ý nghĩa thứ ba* là chư Bồ Tát không nhập Niết Bàn do vì chư vị thông hiểu cái chân lý của Duy Tâm. Tất cả những hành động khác nhau trong ba cõi (tam giới: traidhatuka) như thăng lên từng địa trong sự tu tập của vị Bồ Tát và tinh tấn vững vàng của vị ấy đều chỉ là những biểu hiện của Tâm. Người ngu không hiểu điều này, do đó mà chư Phật nói đến tất cả những thứ ấy. Lại nữa, hàng Thanh Văn và Bích Chi, khi đạt đến địa thứ tám, trở nên quá mê đắm về hạnh phúc của sự tịch tịnh của tâm hay tận diệt định đến nỗi họ không thể hiểu được rằng cái sở kiến không là gì khác hơn cái tâm. Họ đang còn trong lãnh vực của đặc thù, cái tuệ kiến thâm nhập thực tính của họ chưa thanh tịnh. Mặt khác, chư Bồ Tát ý thức về các bốn nguyện của mình, những bốn nguyện phát sinh từ trái tim từ ái bao trùm hết thảy của mình; chư vị không nhập Niết Bàn; chư vị biết rằng thế giới sở kiến chỉ là sự biểu hiện của chính cái Tâm; chư vị thoát khỏi những ý niệm như tâm, ý, và ý thức, thế giới bên ngoài, ngã thể, và những dấu hiệu phân biệt. *Ý nghĩa thứ tư* là Duy Tâm và cái quan niệm nhị biên về hữu và phi hữu phát sinh từ phân biệt sai lầm thì đối lập với nhau, và không thể dung hòa cho đến khi cái quan niệm nhị biên ấy bị hút vào trong Duy Tâm. Giáo lý của Duy Tâm, nói theo tri thức luận, là trở vào sự sai lạc của một thế giới quan được đặt căn bản trên phân biệt để đưa chúng ta quay vào trong cách nhận thức đúng đắn cái thực tính đúng như thực tính: “Vì người ngu và kẻ thiếu trí không hiểu giáo lý của Duy Tâm, nên họ bị ràng buộc vào các sự vật bên ngoài; họ đi từ hình thức phân biệt này sang hình thức phân biệt khác, như cái nhìn nhị biên tính về hữu và phi hữu, đồng và dị, vừa đồng vừa dị, thường và vô thường, ngã thể, tập khí, nhân duyên, vân vân. Sau khi phân biệt những ý niệm này, họ tiếp tục chấp vào chúng như là thực một cách khách quan và không thay đổi, giống như những con vật kia, bị cơn khát trong mùa hè lôi cuốn mà chạy ào vào những con suối tưởng tượng. Nghĩ rằng các thành tố chủ yếu hay những thành tố đầu tiên hiện hữu thực sự là do bởi phân biệt sai lầm chứ không có gì khác nữa. Khi chân lý Duy Tâm được hiểu thì không có sự vật bên ngoài nào được nhìn thấy, tất cả các sự vật ấy đều do bởi phân biệt về những gì mà người ta nhìn thấy trong cái tâm của chính

mình. *Ý nghĩa thứ năm* là không hiểu Duy Tâm đưa người ta đến chỗ luân hồi mãi mãi. Vì các triết gia ngoại đạo không thể vượt khỏi nhị biên nên họ làm tổn hại không những cho chính mình, mà cả cho những người ngu nữa. Cứ liên tục quanh quẩn trong lục đạo, từ sự hiện hữu này đến sự hiện hữu khác, mà không hiểu rằng những gì được nhìn thấy chỉ là cái tâm của chính họ và chấp vào cái ý niệm rằng các sự vật bên ngoài là có ngã thể, họ không thể thoát khỏi phân biệt sai lầm. *Ý nghĩa thứ sáu* là sự sinh khởi của A Lại Da Thức là do bởi chúng ta tưởng những biểu hiện của tâm là một thế giới của những thực tính khách quan. Kỳ thật, A Lại Da thức là chủ thể (nhân) và khách thể (duyên) của chính nó; và nó chấp vào một thế giới của những biểu hiện tâm thức của chính nó, một hệ thống tâm thức phát sinh mà gây ảnh hưởng lẫn nhau. Giống như sóng biển bị gió quấy động; tức là, một thế giới được làm thành khả kiến bởi chính cái tâm mà trong đó những cơn sóng tâm thức đến và đi. Đây là một thí dụ hay đối với những người theo Phật Giáo Đại Thừa. *Ý nghĩa thứ bảy*, như thế chúng ta thấy rằng không có gì trên thế giới là không phải của tâm, do đấy mà có học thuyết Duy Tâm. Và điều này áp dụng với sự nhấn mạnh đặc biệt vào tất cả mọi tranh cãi có tính cách luận lý là những thứ mà theo Kinh Lăng Già, chỉ là những chế tạo có tính cách chủ quan suông mà thôi: thân thể, tài sản và nhà cửa, những thứ này không gì khác hơn là những cái bóng của tâm, người ngu không hiểu điều ấy. Họ khẳng định hay kiến lập, hay bác bỏ, bài báng, và sở dĩ như thế là do bởi cái Tâm mà thôi, ngoài cái Tâm này thì không thể có cái gì nữa. Ngay cả các cấp độ tâm linh của quả vị Bồ Tát cũng chỉ là những phản ảnh của Tâm: “Các trú xứ của Phật và các cõi Phật đều thuộc Tâm mà thôi, trong đó không có những cái bóng nào; tức là không có những gì do chư Phật quá khứ, hiện tại và vị lai thuyết giảng. *Ý nghĩa thứ tám*, khi tất cả các hình tướng đặc thù bị chối bỏ sẽ xảy ra một sự đột chuyển trong tâm ta, và chúng ta thấy cái chân lý rằng: “Ngay từ lúc khởi đầu, không có cái gì ngoài tâm và từ đó chúng ta được giải thoát khỏi những trói buộc của sự phân biệt sai lầm.

Chương Mười Lăm

Pháp Giới Duy Tâm Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Pháp Giới Trong Phật Giáo:

Pháp giới là tên của sự vật khi nói chung cả lý lẫn sự. Trong pháp giới hay thế giới hiện tượng, có ba thế giới là dục, sắc và tâm. Hết thấy các loài tạo vật, cả Thánh lẫn phàm, nhân và quả, đều ở trong pháp giới đó. Chỉ có Phật là ở ngoài pháp giới. Pháp Giới có đến hai nghĩa: Thứ nhất là vũ trụ hiện thực. Thứ nhì là thế giới không hạn định hay Niết Bàn. Nó chính là Chân Như của Phật. Niết Bàn tịch diệt vừa có nghĩa là sự diệt vọng của thể xác con người (theo nghĩa tiêu cực), và vừa là sự diệt tận của các điều kiện sinh tử (theo nghĩa tích cực). Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, pháp giới trong ý nghĩa là cảnh giới của lý tắc và vừa là sự tướng của tất cả sự tướng, đồng nghĩa với Như Lai Tạng và cũng đồng nghĩa với vũ trụ hay thế giới hiện thực, nghĩa là cảnh giới của tất cả sự tướng. Theo triết học Trung Quán, Pháp Giới cũng có nghĩa là Chân Như hoặc Thực Tại hay Niết Bàn. Ở đây chữ ‘Giới’ có nghĩa là bản chất thâm sâu nhất, hay bản chất tối hậu. Pháp Giới và Chân Như đều là siêu việt và nội tồn. Nó là siêu việt như Thực Tại tối hậu, nhưng nó hiện hữu trong mỗi người như là cơ sở và bản chất thâm sâu nhất của họ. Theo Phật giáo, Pháp Giới Viên Dung là sự thấu suốt thực tại một cách trọn vẹn. Các pháp thuộc pháp giới, mỗi sự việc đều đan bện và thâm nhập vào nhau. Đây là thuyết “vô ngại” của tông Hoa Nghiêm và là thuyết “tính cụ” của tông Thiên Thai. Đạo Phật chủ trương rằng không có cái được tạo độc nhất và riêng rẽ. Vạn hữu trong vũ trụ, tâm và vật, khởi lên đồng thời; vạn hữu trong vũ trụ nương tựa lẫn nhau, ảnh hưởng lẫn nhau, và do đó tạo ra một bản đại hòa tấu vũ trụ của toàn thể diệu. Nếu thiếu một, vũ trụ sẽ không toàn vẹn; nếu không có tất cả, cái một cũng không. Khi toàn thể vũ trụ tiến tới một bản hòa âm toàn hảo, nó được gọi là “Nhất Chân Pháp Giới,” vũ trụ của cái một và cái thực, hay “Liên Hoa Tạng.” Trong vũ trụ lý tưởng đó, vạn hữu sẽ tồn tại trong hòa điệu toàn diện, mỗi hữu không chướng ngại hiện hữu và hoạt động của các hữu khác.

Pháp Giới có đến hai nghĩa: thứ nhất là vũ trụ hiện thực, và thứ nhì là thế giới không hạn định hay Niết Bàn. Đây chính là Chân Như của Phật. Niết Bàn tịch diệt vừa có nghĩa là sự diệt vọng của thể xác con người (theo nghĩa tiêu cực), và vừa là sự diệt tận của các điều kiện sinh tử (theo nghĩa tích cực). Trong pháp giới hay thế giới hiện tượng, có ba thế giới là dục, sắc và tâm. Hết thấy các loài tạo vật, cả Thánh lẫn phàm, nhân và quả, đều ở trong pháp giới đó. Chỉ có Phật là ở ngoài pháp giới. Từ ngữ “Pháp giới” (Dharmadhatu) đôi khi được dùng đồng nghĩa với chân lý. Việt ngữ dịch là “Pháp thể của Vạn Pháp.” Tuy nhiên, đôi lúc nó lại có nghĩa là “Vũ trụ,” hay “cảnh giới của tất cả các pháp.” Cả hai nghĩa vũ trụ và nguyên lý phổ biến, luôn luôn phải được in sâu trong tâm trí chúng ta mỗi khi từ ngữ này được dùng đến. Nghĩa nào cũng dùng được cho danh hiệu của thuyết “Duyên Khởi.” Trong pháp giới duyên khởi, mọi hiện tượng đều tùy thuộc lẫn nhau, cái này tùy thuộc cái kia, do đó một trong tất cả và tất cả trong một. Theo nguyên lý pháp giới duyên khởi này, không một sự hữu nào hiện hữu bởi chính nó và hiện hữu cho cái khác, nhưng toàn thể thế giới sẽ vận động và hành sự trong nhất trí, cơ hồ toàn thể được đặt dưới tổ chức tổng quát. Một thế giới lý tưởng như thế được gọi là “Nhất chân pháp giới” hay “Liên Hoa tạng.” Nguyên lý này căn cứ trên pháp giới duyên khởi của cảnh vực lý tánh (Dharmadhatu) mà chúng ta có thể coi như là sự tự tạo của chính vũ trụ. Đừng quên rằng đó chỉ là duyên khởi do cộng nghiệp của tất cả mọi loài, và nguyên lý này cũng dựa trên thuyết vô ngã. Trong thuật ngữ Phật giáo, nguyên lý viên dung được gọi là “Hoa Nghiêm” (Avatamsaka). Theo Kinh Lăng Già và Kinh Hoa Nghiêm thì vạn hữu trong vũ trụ chỉ do tâm tạo. Pháp giới tỏa khắp hư không vũ trụ, nhưng nói chung có 10 Pháp giới. Mười pháp giới này là lục phàm tứ Thánh. Mười pháp giới này không chạy ra ngoài vòng suy tưởng của bạn. Trong đó có thế giới giác ngộ, đó là Pháp giới của Đức Phật. Pháp giới duy tâm. Chư Phật đã xác chứng điều này khi các Ngài thành tựu Pháp Thân... vô tận và đồng đẳng với Pháp Giới, trong đó thân của các Đức Như Lai tỏa khắp. Như vậy, pháp giới Phật hay Phổ Phật, chỉ những bậc đã thành Phật, đã chứng được tuệ nhất chân pháp giới đại trí, có đại quang minh phổ chiếu chúng sanh. Pháp Giới trong Mật giáo bao gồm Thai Tạng Giới (vật chất) và Kim Cang Giới (bất hoại). Thai tạng là nguồn gốc của sự sản sanh mọi thứ, như đứa trẻ được nuôi dưỡng trong thai mẹ (cả thân tâm

được chứa đựng và nuôi dưỡng). Thai Tạng Giới là cấu trúc và sự phát triển của thế giới tâm linh. Thai Tạng Giới quan niệm thế giới như là một cảnh giới trên đó Đức Tỳ Lô Giá Na an trú trong cái tâm thâm sâu nhất của mỗi chúng sanh mà phát triển những khả năng vốn có của Ngài. Thai Tạng Giới tiêu biểu cho “Lý Tính” về cả hai phương diện yếu tố vật chất và bồ đề thanh tịnh. Thai tạng là lý. Thai Tạng giới tiêu biểu cho tâm chúng sanh với tám múi thịt như hình sen tám cánh. Thai Tạng giới là cái “bổn giác” (vốn đã giác ngộ rồi), đối lại với Kim Cang giới tiêu biểu cho “thủy giác” (bắt đầu giác ngộ). Thai Tạng giới là cái từ quả đến nhân, trong khi Kim Cang giới là cái từ nhân đến quả. Thai Tạng giới tiêu biểu cho sự “lợi tha,” trong khi Kim Cang giới lại tiêu biểu cho “tự lợi.” Kim Cang Giới miêu tả Đức Phật trong những biến hóa riêng của Ngài. Trong Kim Cang Giới, những hình ảnh minh họa sơ đồ và quá trình của những phát triển này được gọi là Mạn Đà La. Kim Cương tạng là trí.

Pháp giới là chân lý tuyệt đối hay chân như pháp tính là nhân, nương dựa vào đó mà vạn pháp sanh ra. Đây là một trong 18 pháp giới. Theo triết học Trung Quán, Pháp Giới cũng có nghĩa là Chân Như hoặc Thực Tại hay Niết Bàn. Ở đây chữ ‘Giới’ có nghĩa là bản chất thâm sâu nhất, hay bản chất tối hậu. Pháp Giới và Chân Như đều là siêu việt và nội tồn. Nó là siêu việt như Thực Tại tối hậu, nhưng nó hiện hữu trong mỗi người như là cơ sở và bản chất thâm sâu nhất của họ. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, pháp giới trong ý nghĩa là cảnh giới của lý tắc và vừa là sự tướng của tất cả sự tướng, đồng nghĩa với Như Lai Tạng và cũng đồng nghĩa với vũ trụ hay thế giới hiện thực, nghĩa là cảnh giới của tất cả sự tướng. Pháp giới duyên khởi là cực điểm của tất cả những thuyết nhân quả; thực sự đó là kết luận của thuyết duyên khởi bởi vì nó là lý tắc nhân quả phổ biến và đã nằm trong lý bản hữu, thông huyền của vũ trụ, hay nói thế nào cũng được. Lý tắc duyên khởi được giải thích trước tiên bằng nghiệp cảm duyên khởi, nhưng vì nghiệp phát khởi trong tạng thức, nên thứ đến chúng ta có A Lại Da duyên khởi. Vì A Lại Da, hay tạng thức, là kho tàng của chủng tử, sanh khởi từ một cái khác nên chúng ta có Như Lai Tạng duyên khởi, hay chân như. Từ ngữ kỳ lạ này chỉ cho cái làm khuấy lấp Phật tánh. Do sự che khuấy này mà có phần bất tịnh, nhưng vì có Phật tánh nên có cả phần tịnh nữa. Nó đồng nghĩa với Chân Như (Tathata: Không phải như thế này hay như thế kia) mà

theo nghĩa rộng nhất thì có đủ cả bản chất tịnh và bất tịnh. Do công năng của những căn nhân tịnh và bất tịnh, nó biểu lộ sai biệt tướng của hữu tình như sống và chết, thiện và ác. Chân như bảo trì vạn hữu, hay nói đúng hơn, tất cả vạn hữu đều ở trong Chân như. Nơi đây, giai đoạn thứ tư, Pháp giới Duyên khởi được nêu lên. Đó là lý tắc tự khởi và tự tạo của hữu tình và vũ trụ, hoặc giả chúng ta có thể gọi nó là duyên khởi nghiệp cảm chung của tất cả mọi loài. Nói hẹp thì vũ trụ sẽ là một sự biểu hiện của Chân như hay Như Lai Tạng. Nhưng nói rộng thì đó là duyên khởi của vũ trụ do chính vũ trụ, chứ không gì khác.

II. Pháp Giới Duy Tâm Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Theo Kinh Lăng Già và Kinh Hoa Nghiêm thì vạn hữu trong vũ trụ chỉ do tâm tạo. Mọi thứ đều được nhìn thấy từ tâm hay cái gì cũng được nhìn thấy từ tâm và chỉ từ tâm mà thôi. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Những ai bị ràng buộc vào ý niệm nhị biên, có đối tượng và chủ thể, sẽ không bao giờ hiểu được rằng chỉ có cái được nhìn thấy do từ tâm.” Nói cách khác, hết thảy chư pháp đều ở bên trong cái tâm, không có pháp nào ở ngoài tâm (tâm có nghĩa là nhóm khởi lên các pháp; thức có nghĩa là phân biệt các pháp). Giống như ý niệm Duy Thức trong Kinh Lăng Già. Theo Kinh Lăng Già và Kinh Hoa Nghiêm thì vạn hữu trong vũ trụ chỉ do tâm tạo. Học thuyết Duy Tâm trải suốt trong Kinh Lăng Già. Hiểu được nó là thể nghiệm được chân lý tối hậu và không hiểu nó là tiếp tục luân hồi sanh tử. Kinh Lăng Già đặt nhiều sự nhấn mạnh vào tầm quan trọng của học thuyết này, quả thực, quá nhiều đến nỗi nó làm cho mọi sự đều xoay quanh sự cứu độ thế giới, chứ không nói đến những gì thuộc về cá nhân. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Vị Bồ tát Ma ha Tát thấy rằng thế giới chỉ là sự sáng tạo của tâm, mặt na và ý thức; rằng thế giới được sinh tạo do phân biệt sai lầm bởi cái tâm của chính mình; rằng không có những tướng trạng hay dấu hiệu nào của một thế giới bên ngoài mà trong đó nguyên lý đa phức điều động; và cuối cùng rằng ba cõi chỉ là cái tâm của chính mình. Cũng trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy Mahamati: “Này Mahamati, Thứ nhất, Duy Tâm dẫn đến sự thể chứng tối hậu, chứ ngôn ngữ không phải là chân lý tối hậu. Tại sao? Vì chân lý tối hậu là điều mà người ta ưa thích; nhờ vào ngôn thuyết mà người ta có thể nhập vào chân lý, nhưng từ ngữ tự chúng không phải là chân lý. Chân lý là sự tự chứng được kinh nghiệm một

cách nội tại bởi người trí bằng trí tuệ tối thượng của họ, chứ không thuộc phạm vi của ngôn từ, phân biệt hay trí thức; và do đó, phân biệt không mở được cái chân lý tối hậu. Nay Mahamati, ngôn ngữ phải chịu sự sinh và diệt, không ổn cố, ảnh hưởng lẫn nhau, được tạo ra theo luật nhân quả, nhưng chân lý tối hậu không phải là những gì ảnh hưởng lẫn nhau hay được tạo ra theo luật nhân quả, cũng không phải phát sinh từ những điều kiện như thế, vì nó vượt lên trên mọi khía cạnh của tính tương đối, và vẫn tự không thể tạo ra được chân lý, vì chân lý tối hậu là phù hợp với cái kiến giải cho rằng thế giới sở kiến chính là cái tâm của chúng ta, và vì không có những sự vật bên ngoài như thế xuất hiện trong những khía cạnh đa dạng của đặc thù nên chân lý tối hậu không bị ảnh hưởng của phân biệt. Nay Mahamati, khi một người nhìn thấy trú xứ của thực tính mà ở đấy tất cả các sự vật hiện hữu thì người ấy thể nhập cái chân lý rằng những gì xuất hiện ra trước người ấy không khác gì hơn chính cái tâm. Thứ nhì, Duy tâm được thủ nhiếp bằng ý tưởng thuần túy. Cái trí tuyệt đối hay trí Bát Nhã không thuộc về hai thừa. Thực ra nó không dính dáng gì đến các sự vật đặc thù; hàng Thanh Văn bị ràng buộc vào cái ý niệm “hữu;” trí tuyệt đối thanh tịnh trong bản thể thuộc Như Lai, bậc đã thể nhập Duy Tâm. Thứ ba, chư Bồ Tát không nhập Niết Bàn do vì chư vị thông hiểu cái chân lý của Duy Tâm. Tất cả những hành động khác nhau trong ba cõi (tam giới: traidhatuka) như thăng lên từng địa trong sự tu tập của vị Bồ Tát và tinh tấn vững vàng của vị ấy đều chỉ là những biểu hiện của Tâm. Người ngu không hiểu điều này, do đó mà chư Phật nói đến tất cả những thứ ấy. Lại nữa, hàng Thanh Văn và Bích Chi, khi đạt đến địa thứ tám, trở nên quá mê đắm về hạnh phúc của sự tịch tịnh của tâm hay tận diệt định đến nỗi họ không thể hiểu được rằng cái sở kiến không là gì khác hơn cái tâm. Họ đang còn trong lãnh vực của đặc thù, cái tuệ kiến thâm nhập thực tính của họ chưa thanh tịnh. Mặt khác, chư Bồ Tát ý thức về các bốn nguyện của mình, những bốn nguyện phát sinh từ trái tim từ ái bao trùm hết thảy của mình; chư vị không nhập Niết Bàn; chư vị biết rằng thế giới sở kiến chỉ là sự biểu hiện của chính cái Tâm; chư vị thoát khỏi những ý niệm như tâm, ý, và ý thức, thế giới bên ngoài, ngã thể, và những dấu hiệu phân biệt. Thứ tư, Duy Tâm và cái quan niệm nhị biên về hữu và phi hữu phát sinh từ phân biệt sai lầm thì đối lập với nhau, và không thể dung hòa cho đến khi cái quan niệm nhị biên ấy bị hút vào trong Duy Tâm. Giáo lý của Duy

Tâm, nói theo tri thức luận, là chỉ vào sự sai lạc của một thế giới quan được đặt căn bản trên phân biệt để đưa chúng ta quay vào trong cách nhận thức đúng đắn cái thực tính đúng như thực tính: “Vì người ngu và kẻ thiếu trí không hiểu giáo lý của Duy Tâm, nên họ bị ràng buộc vào các sự vật bên ngoài; họ đi từ hình thức phân biệt này sang hình thức phân biệt khác, như cái nhìn nhị biên tính về hữu và phi hữu, đồng và dị, vừa đồng vừa dị, thường và vô thường, ngã thể, tập khí, nhân duyên, vân vân. Sau khi phân biệt những ý niệm này, họ tiếp tục chấp vào chúng như là thực một cách khách quan và không thay đổi, giống như những con vật kia, bị cơn khát trong mùa hè lôi cuốn mà chạy ào vào những con suối tưởng tượng. Nghĩ rằng các thành tố chủ yếu hay những thành tố đầu tiên hiện hữu thực sự là do bởi phân biệt sai lầm chứ không có gì khác nữa. Khi chân lý Duy Tâm được hiểu thì không có sự vật bên ngoài nào được nhìn thấy, tất cả các sự vật ấy đều do bởi phân biệt về những gì mà người ta nhìn thấy trong cái tâm của chính mình. Thứ năm, không hiểu Duy Tâm sẽ đưa người ta đến chỗ luân hồi mãi mãi. Vì các triết gia ngoại đạo không thể vượt khỏi nhị biên nên họ làm tổn hại không những cho chính mình, mà cả cho những người ngu nữa. Cứ liên tục quanh quẩn trong lục đạo, từ sự hiện hữu này đến sự hiện hữu khác, mà không hiểu rằng những gì được nhìn thấy chỉ là cái tâm của chính họ và chấp vào cái ý niệm rằng các sự vật bên ngoài là có ngã thể, họ không thể thoát khỏi phân biệt sai lầm. Thứ sáu, sự sinh khởi của A Lại Da Thức là do bởi chúng ta tưởng những biểu hiện của tâm là một thế giới của những thực tính khách quan. Kỳ thật, A Lại Da thức là chủ thể (nhân) và khách thể (duyên) của chính nó; và nó chấp vào một thế giới của những biểu hiện tâm thức của chính nó, một hệ thống tâm thức phát sinh mà gây ảnh hưởng lẫn nhau. Giống như sóng biển bị gió quấy động; tức là, một thế giới được làm thành khả kiến bởi chính cái tâm mà trong đó những cơn sóng tâm thức đến và đi. Đây là một thí dụ hay đối với những người theo Phật Giáo Đại Thừa. Thứ bảy, như thế chúng ta thấy rằng không có gì trên thế giới là không phải của tâm, do đấy mà có học thuyết Duy Tâm. Và điều này áp dụng với sự nhấn mạnh đặc biệt vào tất cả mọi tranh cãi có tính cách luận lý là những thứ mà theo Kinh Lăng Già, chỉ là những chế tạo có tính cách chủ quan suông mà thôi: thân thể, tài sản và nhà cửa, những thứ này không gì khác hơn là những cái bóng của tâm, người ngu không hiểu điều ấy. Họ khẳng định hay kiến lập, hay bác bỏ, bài

báng, và sở dĩ như thế là do bởi cái Tâm mà thôi, ngoài cái Tâm này thì không thể có cái gì nữa. Ngay cả các cấp độ tâm linh của quả vị Bồ Tát cũng chỉ là những phản ảnh của Tâm: ‘Các trú xứ của Phật và các cõi Phật đều thuộc Tâm mà thôi, trong đó không có những cái bóng nào; tức là không có những gì do chư Phật quá khứ, hiện tại và vị lai thuyết giảng.’ Thứ tám, khi tất cả các hình tướng đặc thù bị chối bỏ sẽ xảy ra một sự đột chuyển trong tâm ta, và chúng ta thấy cái chân lý rằng: ‘Ngay từ lúc khởi đầu, không có cái gì ngoài tâm và từ đó chúng ta được giải thoát khỏi những trói buộc của sự phân biệt sai lầm.’” Nói tóm lại, trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Những ai bị ràng buộc vào ý niệm nhị biên, có đối tượng và chủ thể, sẽ không bao giờ hiểu được rằng chỉ có cái được nhìn thấy do từ tâm.”

Chương Mười Sáu

Tám Tánh Của Pháp Thân Như Lai Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Pháp Thân:

Pháp thân là cái thân của Pháp, theo đó Dharma có nghĩa là phép tắc, tổ chức, cơ cấu, hoặc nguyên lý điều hành. Nhưng chữ Dharma còn có nhiều nghĩa sâu xa hơn, nhất là khi ghép với chữ Kaya thành Dharmakaya. Nó gợi lên một cá thể, một tánh cách người. Chân lý tối cao của đạo Phật không phải chỉ là một khái niệm trừu tượng như vậy, trái lại nó sống động với tất cả ý nghĩa, thông suốt, và minh mẫn, và nhất là với tình thương thuần túy, gột sạch tất cả bệnh tật và bợn nhơ của con người. Trong đạo Phật, Thân Pháp là thân lìa hẳn thọ sanh các loài, vì đây là thân Phật tuyệt đối (cuối cùng). Theo Thiền Sư D.T. Suzuki trong Cốt Tủy Đạo Phật, Pháp Thân không có trí và bi. Pháp thân tự nó là trí hoặc là bi, tùy lúc ta cần nhấn mạnh ở mặt này hay mặt khác. Nếu ta hình dung Pháp thân như hình ảnh hoặc phản ảnh của chính ta sẵn có về con người là chúng ta lầm. Pháp thân không hề có thứ thân nào nương tựa như vậy. Pháp Thân là Tâm, là miếng đất của hành động, tại đó bi và trí hòa đồng trong nhau, chuyển hóa cái này thành cái kia, và gây thành nguồn năng lực kích động thế giới giác quan và tri thức.

II. Tám Tánh Của Pháp Thân Như Lai Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Theo Thiền sư D.T. Suzuki trong Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, ý niệm về Pháp thân không phải không có trong Kinh Lăng Già; tuy nhiên, ý niệm ấy không được dùng theo ý nghĩa pháp thân của học thuyết Tam Thân. Lăng Già nói đến Pháp Thân Như Lai, đến Pháp Thân bất khả tư nghì, và đến Pháp thân như là Ý sinh thân. Pháp thân ấy có tám đặc tính như sau: *Pháp Tánh Thứ Nhất*: Ở chỗ nào mà sự đạt Như Lai thân trong các cõi trời được nói đến như là kết quả của sự hiểu biết những chân lý tâm linh tối thượng thuộc Phật giáo Đại Thừa, thì tại đấy Pháp thân được dùng kèm với Như Lai như là một cái gì

vượt khỏi bản chất của năm pháp, có được những thứ phát xuất từ Trí tuệ tối thượng (prajna), và chính nó an trụ trong cảnh giới của những tướng trạng huyền ảo (mayavishaya). Ở đây, chúng ta có thể xem tất cả từ Pháp thân, Như Lai thân, và Như Lai đồng nghĩa với nhau. *Pháp Tánh Thứ Nhì*: Như Lai thân cũng được nói đến khi vị Bồ Tát đạt đến một hình thức thiền định nào đó mà nhờ đấy vị ấy thấy mình phù hợp với sự như như của các sự vật và những biến hóa của như như. Như Lai thân được thể chứng khi những hoạt động tâm linh của vị ấy vận hành một cách có điều kiện ngưng dứt và bấy giờ xảy ra một sự chuyển biến từ gốc trong tâm thức của vị ấy, thân không khác gì Pháp thân. *Pháp Tánh Thứ Ba*: Khi vị Bồ Tát được mô tả như là được đăng quang giống như vị đại vương bởi tất cả chư Phật, vị ấy đã vượt khỏi Bồ Tát địa sau cùng thì bảo rằng vị ấy cuối cùng đã thể chứng Pháp thân. Cái thân này được định tính là “Tự Tại” (vasavartin) và được đồng nghĩa với Như Lai trong Phật giáo, tự tại được dùng trong nghĩa quyền năng tối thượng mà ý muốn là hành động vì không có gì ngăn chặn trong thể cách điều ngự của quyền năng ấy. Pháp thân ở đây có thể đồng nhất với Báo Thân, chi phần thứ hai của Tam thân. Ở đây vị Bồ Tát đang ngồi trên điện Liên Hoa được trang hoàng bằng đủ loại ngọc, được vây quanh bởi các Bồ Tát có phẩm chất tương tự và bởi tất cả chư Phật duỗi tay đón nhận. Hẳn không cần phải nói rằng vị Bồ Tát ở đây được miêu tả đã hiểu cái chân lý Đại Thừa rằng không có tự tánh trong các sự vật ở bên ngoài hay bên trong, và rằng vị ấy đang an trú trong sự thể chứng viên mãn được hiển lộ cho tâm thức của ngài ở chỗ thâm sâu nhất. *Pháp Tánh Thứ Tư*: Ta còn thấy Pháp thân nối kết với những sản phẩm tinh thần đạt được trong một cảnh giới của cái tâm hoàn toàn thanh tịnh. Thuật ngữ này giờ đây đi kèm với “acintya,” bất khả tư nghì, cũng như với “vasavartin,” tự tại tính. *Pháp Tánh Thứ Năm*: Ở chỗ nào mà tất cả chư Phật được nói đến như là cùng một tính chất hay bình đẳng tính (samata) theo bốn cách thì sự bình đẳng của Thân (kayasamata) được xem là một trong bốn cách ấy. Hết thấy chư Phật vốn là chư Như Lai, bậc Giác Ngộ, và A La Hán, đều chia sẻ tính chất bình đẳng về mặt Pháp thân và về sắc thân (rupakaya) của chư vị với ba mươi hai tướng hảo và tám mươi vẻ đẹp, trừ khi chư vị khoác lấy những hình tướng khác nhau trong những thế giới khác nhau để giữ cho hết thấy chúng sanh khéo tu tập. Ngoài cái Pháp thân được bàn đến một cách rõ ràng, chúng ta thấy có Báo Thân được long trọng hóa

bằng tất cả những đặc trưng có tính cách vật lý của một con người thượng đẳng, và cả Hóa Thân, cái thân biến hóa, đáp ứng với những yêu cầu của các chúng sanh đang ở riêng trong cảnh giới của họ. *Pháp Tánh Thứ Sáu*: Bất sinh (anutpada) được bảo là một tên khác nữa của Pháp Thân do ý sinh của Như Lai (Như Lai Ý Thành Pháp Thân). Manomaya có nghĩa là được tạo thành do ý muốn, và như đã được giải thích, một vị Bồ Tát có thể mang nhiều hình tướng khác nhau tùy theo ý muốn của ngài, thật dễ dàng như người ta dùng ý nghĩ vượt qua hay vượt lên trên mọi thứ trở ngại vật lý. Thế thì có phải cái Pháp Thân do ý sanh không nhằm chỉ cái Pháp Thân trong chính nó mà chỉ là cái Pháp thân trong liên hệ của nó với một thế giới đa phức ở đấy nó có thể mang những hình tướng mà nó muốn tùy theo hoàn cảnh hay không? Trong trường hợp Pháp thân được định tính như thế thì nó không khác gì Hóa Thân. Cho nên chúng ta còn đọc thấy rằng những danh xưng khác của Như Lai là rất nhiều trong thế giới này, thế nhưng các chúng sanh không thể nhận ra được, ngay cả khi họ nghe được cái danh xưng ấy. *Pháp Tánh Thứ Bảy*: Pháp thân của Như Lai sánh với tính chất bất diệt của cát sông Hằng là thứ bao giờ cũng vẫn giữ nguyên như thế khi chúng bị bỏ vào lửa. Xa hơn nữa, Kinh Lăng Già bản dịch thời nhà Đường còn cho rằng Pháp thân không có thân thể nào cả, vì lý do ấy nên nó không bao giờ bị hủy diệt. Trong Lăng Già bản Phạn, Pháp thân là xá lợi (sirira hay sariravat), chứ không phải là Dharmakaya, nhưng theo văn bản thì “Sarira” đồng nghĩa với “Dharmakaya.” Trong Phật giáo, xá lợi là một cái gì rắn chắc và không thể bị hủy hoại được sau khi một thi thể bị đốt cháy, và người ta nghĩ rằng chỉ có các Thánh nhân mới để lại xá lợi mà thôi. Quan niệm này có lẽ phát sinh từ sự suy diễn rằng Pháp thân vẫn sống mãi và tạo thành bản chất tinh linh của Phật tính. *Pháp Tánh Thứ Tám*: Cát sông Hằng, Phật tính của Đức Phật (Buddhasyabuddhatah) thay vì Pháp thân được làm chủ thể so sánh với cát là những thứ thoát khỏi mọi sai lầm vốn có trong các sự vật tương đối. Chắc chắn rằng Pháp tính cũng có nghĩa là Pháp thân của Như Lai, chỉ khác nhau về cách được gán cho mà thôi.

Chương Mười Bảy

Năm Loại Duy Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Ý Nghĩa Của Duy Thức:

Duy tâm ý nói hết thấy chư pháp đều ở bên trong cái tâm, không có pháp nào ở ngoài tâm (tâm có nghĩa là nhóm khởi lên các pháp; thức có nghĩa là phân biệt các pháp). Giống như ý niệm Duy Thức trong Kinh Lăng Già. Duy tâm là học thuyết chỉ có thực thể duy nhất là phần tinh thần, là tâm. Hết thấy chư pháp đều ở bên trong cái tâm, không có pháp nào ở ngoài tâm (tâm có nghĩa là nhóm khởi lên các pháp; thức có nghĩa là phân biệt các pháp). “Vijnapti” là thuật ngữ Bắc Phạn có nghĩa là “Duy Tâm.” Từ ngữ ám chỉ rằng Tâm tạo tác và chi phối tất cả. Tâm là gốc của sự phân biệt về thế giới hiện tượng và sự vật. “Duy Tâm” thường liên hệ tới truyền thống Du Già của Phật giáo Ấn Độ, mặc những tác phẩm của Du Già ít khi đề cập tới “Duy Tâm,” thường thì truyền thống này sử dụng từ “Duy Thức.” Mặc dù trong kinh văn Du Già từ “Duy Tâm” hiếm thấy, nó thường được Phật giáo Tây Tạng dùng để chỉ truyền thống hơn là dùng từ đã được xác chứng hơn như “Du Già,” hay “Tu Tập Du Già.” Từ “Vijnapti” (A Lại Da) phát sanh hai loại nhận thức phân biệt gọi là mạt na thức và liễu biệt cảnh thức. Liễu biệt cảnh thức làm phát hiện cảm giác, tri giác, khái niệm và tư tưởng. Căn cứ phát sinh của nó là giác quan, thần kinh hệ và não bộ. Chỉ trong trường hợp cảm giác và tri giác thuần túy và trực tiếp thì đối tượng của nó mới có thể là tánh cảnh. Khi nhìn qua bức màn khái niệm, thì đối tượng của nó chỉ là đối chất cảnh và độc ảnh cảnh trong các trạng thái mơ mộng. Dù đối tượng của cảm giác thuần túy là thực tại của tự nó, khi thực tại này được nhìn qua khái niệm và tư tưởng thì nó đã bị méo mó mất rồi. Thực tại tự nó chính là một dòng sống, luôn biến động không ngừng. Hình ảnh của thực tại được sản sanh bởi thế giới khái niệm là những cấu trúc cụ thể trong khuôn khổ bởi khái niệm không gian và thời gian, sanh và tử, sanh và diệt, có và không, một cái và nhiều cái. Trong liễu biệt cảnh có sáu loại nhận thức: thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm và ý thức. Ý thức là tác dụng tâm lý hoạt động rộng rãi nhất; khi thì nó hoạt động chung với các thức cảm giác (trong

trường hợp tri giác), khi thì nó hoạt động riêng lẻ (trong các trường hợp khái niệm, tư duy, tưởng tượng, mơ mộng, v.v...) đến sau năm thức cảm giác, nó được gọi là thứ thứ sáu. Mạt na là thức thứ bảy, còn A lại da là thức thứ tám.

Theo giáo lý “Duy Thức” thì chỉ có duy thức bên trong là thực hữu chứ không phải là những vật thể bên ngoài. Còn gọi là Duy Thức Gia hay Pháp Tướng tông. Học thuyết của Duy Thức tông chú trọng đến tướng của tất cả các pháp; dựa trên đó, luận thuyết về Duy Thức Học được lập nên để minh giải rằng ly thức vô biệt pháp hay không có pháp nào tách biệt khỏi thức được. Mặc dù tông này thường được biểu lộ bằng cách nói rằng tất cả các pháp đều chỉ là thức, hay rằng không có gì ngoài thức; thực ra ý nghĩa chân chính của nó lại khác biệt. Nói duy thức, chỉ vì tất cả các pháp bằng cách này hay cách khác luôn luôn liên hệ với thức. Thuyết này dựa vào những lời dạy của Đức Phật trong Kinh Hoa Nghiêm, theo đó tam giới chỉ hiện hữu trong thức. Theo đó thế giới ngoại tại không hiện hữu, nhưng nội thức phát hiện giả tướng của nó như là thế giới ngoại tại. Toàn thể thế giới do đó là tạo nên do ảo tưởng hay do nhân duyên, và không có thực tại thường tồn nào cả. Tại Ấn Độ, tông phái này chuyên chú vào việc nghiên cứu Duy Thức Luận và các kinh sách cùng loại, nên có tên là Duy Thức Tướng Giáo. Tác giả các bộ sách này là Vô Trước và Thiện Thân, họ từng có một đệ tử xuất sắc là Giới Hiền, một người Ấn Độ, sống trong tu viện Na Lan Đà. Giới Hiền là người đã lập ra Duy Thức Tông tại Ấn Độ và có nhiều công lao trong việc sắp xếp các kinh điển Phật Giáo. Tại Trung Quốc, sau khi Huyền Trang được Giới Hiền trao cho bộ luận, đã lập nên tông phái này. Về sau, tông này cũng có tên là Pháp Tướng Tông và do một đồ đệ của Huyền Trang là Khuy Cơ dẫn dắt.

II. Năm Loại Duy Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Có năm loại Duy Thức. Thứ nhất là Cảnh Duy thức, hay căn cứ vào cảnh mà thuyết về Duy Thức. Thứ nhì là Giáo Duy thức, hay giải thích về Duy Thức. Thứ ba là Lý Duy thức, hay luận về thành tựu đạo lý Duy Thức. Thứ tư là Hành Duy thức, hay nói rõ quán pháp của Duy Thức. Thứ năm là Quả Duy thức, hay nói về diệu cảnh giới của Phật quả. Theo quan điểm kinh Lăng Già và Pháp Tướng Tông, có năm loại Duy Thức: Thứ nhất là Cảnh Duy thức, căn cứ vào cảnh mà thuyết về

Duy Thức. Thứ nhì là Giáo Duy thức hay giải thích về Duy Thức. Thứ ba là Lý Duy thức hay luận về thành tựu đạo lý Duy Thức. Thứ tư là Hành Duy thức hay nói rõ quán pháp của Duy Thức. Thứ năm là Quả Duy thức hay nói về diệu cảnh giới của Phật quả. Thứ nhất là Cảnh Duy Thức: Nơi tâm vin vào đó mà chạy theo gọi là cảnh, như pháp là nơi ý thức vin vào gọi là pháp cảnh, sắc là nhãn thức vin vào đó gọi là sắc cảnh, thanh là nơi nhĩ thức vin vào gọi là thanh cảnh, vân vân. Căn cứ vào cảnh mà thuyết về Duy Thức, một trong năm loại Duy Thức. Thứ nhì là Giáo Duy Thức: Giải thích về Duy Thức, một trong năm loại Duy Thức. Thứ ba là Lý Duy Thức: Luận về thành tựu đạo lý Duy Thức, một trong năm loại Duy Thức. Thứ tư là Hành Duy Thức: Nói rõ quán pháp của Duy Thức, một trong năm loại Duy Thức. Thứ năm là Quả Duy Thức: Trí tuệ đạt được do tư duy và quán sát cái lý của duy thức (tâm và tứ), bao gồm bốn thức đầu trong bát thức. Đây nói về diệu cảnh giới của Phật quả.

Chương Mười Tám

Tam Chứng Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Thức Trong Phật Giáo:

Thuật ngữ Bắc Phạn “Vijnana” có nghĩa là “Hồn Thần” là tên gọi khác của tâm thức. Nguyên Thủy lập ra sáu thức, Đại Thừa lập ra tám thức này đối với nhục thể gọi là “hồn thần,” mà ngoại đạo gọi là “linh hồn”. Thức là tên gọi khác của tâm. Thức có nghĩa là liễu biệt, phân biệt, hiểu rõ. Tâm phân biệt hiểu rõ được cảnh thì gọi là thức. Theo Phật giáo, “Tánh” tức là “Phật.” “Thức” tức là “Thần Thức”, “Ý” tức là “Tâm Phân Biệt”, và “Tâm” tức là sự suy nghĩ vọng tưởng. Bản tánh thì lúc nào cũng quang minh sáng suốt, không có bỉ, không có thử, không đẹp, không xấu; không rơi vào số lượng hay phân biệt... Nhưng khi có “Thức” rồi thì con người lại bị rơi vào số lượng và phân biệt. “Ý” cũng tạo nên sự phân biệt, và đây chính là thức thứ sáu. Đây là thức tương đối ô nhiễm. Trong khi thức thứ bảy và thức thứ tám thì tương đối thanh tịnh hơn. Có tám loại thức: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, mặt na, và a lại da thức. Về mặt cơ bản mà nói, thức không phải có tám loại dù nó có tám tên gọi. Thức chỉ là một nhưng lại có tám bộ phận khác nhau. Dầu có tám bộ phận khác nhau nhưng vẫn do chỉ một thức kiểm soát. “Thức” là hành động phân biệt bao gồm sự hiểu biết, nhận biết, trí thông minh, và kiến thức. Thức gồm có tám thứ; năm thứ đầu là kết quả của những hành động liên hệ đến ngũ căn; thức thứ sáu bao gồm tất cả những cảm giác, ý kiến và sự phán đoán; thức thứ bảy là ý thức (cái ngã thâm thâm); thức thứ tám là A Lại Da hay Tầng Thức, nơi chứa đựng tất cả những nghiệp, dù thiện, dù ác hay trung tính. Thức còn có nghĩa là sự nhận thức, sự phân biệt, ý thức, nhưng mỗi từ này đều không bao gồm hết ý nghĩa chứa đựng trong vijnana. Thức là cái trí hay cái biết tương đối. Từ này lắm khi được dùng theo nghĩa đối lập với Jnana trong ý nghĩa tri thức đơn thuần. Jnana là cái trí siêu việt thuộc các chủ đề như sự bất tử, sự phi tương đối, cái bất khả đắc, vân vân, trong khi Vijnana bị ràng buộc với tánh nhị biên của các sự vật.

II. Tam Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Theo kinh Lăng Già và Duy Thức Học, hết thấy các pháp môn là do thức biến ra. Tông Pháp Tướng đặc biệt tu pháp môn này. Theo kinh Lăng Già, có ba loại thức: *Thứ nhất là Chân Thức hay Như Lai tạng*, tự tính thanh tịnh không uế nhiễm, hay thức A Lại Da, hay thức thứ tám. *Thứ nhì là Hiện Thức* hay Tạng Thức hay chân tâm cùng với vô minh hòa hợp mà sinh ra pháp nhiễm, tịnh, xấu tốt. *Thứ ba là Phân Biệt SỰ Thức hay Chuyển Thức*, do thức với cảnh tướng bên ngoài làm duyên hiện lên mà phát sinh từ ngũ quan (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân). Cảnh duyên hay ngoại cảnh duyên của đệ bát thức (A Lại Da thức) rất rộng vì đây là thức căn bản của mọi thức khác. Cảnh duyên hay ngoại cảnh duyên của đệ thất thức rất hẹp. Cảnh duyên hay ngoại cảnh duyên của đệ lục thức (Ý thức) hơi rộng.

Thứ Nhất Là Chân Thức: Như Lai tạng, tự tính thanh tịnh không uế nhiễm, hay thức A Lại Da, hay thức thứ tám. Theo Khởi Tín Luận, chân thức là tâm thức là bỏ vọng niệm, là tịnh tâm hay thức thứ sáu (ý thức). Chân Thức hay trí huệ Phật, tâm vượt thoát khỏi luân hồi sanh tử. Đây là một trong ba thức được nói đến trong Kinh Lăng Già. Phạm ngữ “Tathagata-garbha” chỉ tiềm năng Phật tánh bẩm sinh sẵn có nơi mọi chúng sanh. Như Lai Tạng là cái thai tạng trong đó Như Lai được mang, được nuôi dưỡng và được thành thực. **Như Lai Tạng cũng còn là A Lại Da thức được hoàn toàn thanh tịnh, sạch tập khí hay năng lực của thói quen và các khuynh hướng xấu.** Theo truyền thống Đại thừa, mọi thực thể đều chứa Phật ở tận sâu trong bản thân mình dưới hình thức Pháp thân. Như Lai Tạng là nguyên nhân của thiện cũng như bất thiện, sinh ra nhiều con đường hiện hữu khác nhau, như lục thú chẳng hạn. Trong một số giáo điển, chẳng hạn như giáo điển Đại Thừa, Như Lai Tạng tương đương với tánh không, và dựa trên khái niệm tất cả chúng sanh hay vạn hữu không có tự tánh, và luôn biến đổi, tùy thuộc vào nhân duyên bên ngoài, không có một cái tự tánh cố định. Vì vậy Phật tánh không phải là cái gì được phát triển qua thiền định hay do kết quả của thiền định, mà nó là bản chất cố hữu nhất của chúng sanh được làm cho hiển lộ qua việc tháo gỡ bức màn vô minh che mờ nó từ bấy lâu nay. Tuy nhiên, thiền định đóng vai trò vô cùng quan trọng trong đời sống tu tập của chúng ta, vì chính nó là công cụ chính giúp ta thanh tịnh thân tâm và tháo gỡ bức màn vô minh từ vô thủy

để Phật tánh được hiển lộ. Như Lai Tạng có hai nghĩa: Như Lai hay Phật đã hàm ẩn trong thai tạng hay nhân tính, và Phật tính trong tự tính. Như Lai Tạng là nơi chứa đựng hay thu nhiếp vạn pháp. Như vậy, chân như ở trong phiền não dục vọng, và chân như cũng ở trong vạn pháp bao hàm cả hai mặt hòa hợp và không hòa hợp, tịnh và bất tịnh, tốt và xấu. Cảnh giới của Như Lai Tạng vốn là một tên khác của A Lại Da thức, cảnh giới này vượt khỏi những kiến giải được đặt căn bản trên sự tưởng tượng của hàng Thanh Văn, Duyên Giác và các triết gia. Như Lai Tạng là cái thai tạng trong đó Như Lai được mang, được nuôi dưỡng và được thành thực. Như trên đã nói, Như Lai Tạng còn là A Lại Da thức được hoàn toàn thanh tịnh, sạch tập khí hay năng lực của thói quen và các khuynh hướng xấu. Như vậy Như Lai Tạng cũng có nghĩa là Phật tánh. Theo truyền thống Đại thừa, mọi thực thể đều chứa Phật ở tận sâu trong bản thân mình dưới hình thức Pháp thân. Như Lai Tạng là nguyên nhân của thiện cũng như bất thiện, sinh ra nhiều con đường hiện hữu khác nhau, như lục thú chẳng hạn. Hành giả tu tập để có được Tâm Như Lai Tạng là quan niệm phổ biến thường thấy trong nhiều phái Phật giáo Đại thừa, theo đó hành giả cố gắng toàn thiện nhân tâm về căn bản cho được hoàn hảo và giống với tâm Phật.

Thứ Nhì Là Tạng Thức A Lại Da: A lại da thức là thức hàm chứa tất cả các chủng tử thiện ác, cũng là thức thứ tám trong tám thức. Tạng thức là một trong tám thức rất quen thuộc với truyền thống Phật giáo. Tiềm thức hay tạng thức, thức thứ tám hay Nghiệp thức. Tất cả nghiệp được thành lập trong hiện đời và quá khứ đều được tàng trữ trong A Lại Da thức. Tàng thức còn được coi như là “Tiềm Thức,” là nơi mà kinh nghiệm quá khứ được đăng ký và lưu trữ, kết quả của những kinh nghiệm này trở thành căn tánh cho cuộc tái sinh sắp tới. A Lại Da thức hành xử như nơi tồn chứa tất cả những dữ kiện được Mạt Na thức thâm nhập. Khi một sinh vật chết thì bảy thức kia sẽ chết theo, nhưng A-Lại-Da thức vẫn tiếp tục. Nó là quyết định tối hậu cho sự đầu thai trong lục đạo. Tàng thức là nơi tích lũy tất cả những ấn tượng, tất cả những hạt giống ký ức, và tất cả những hạt giống nghiệp. Tàng thức còn là một trong năm uẩn. Sự liên hệ giữa chủ và khách. Tạng thức là tâm kinh nghiệm, qua đó người ta nhận biết thế giới hiện tượng và có được kinh nghiệm đời sống. Tạng thức là một trong tám thức rất quen thuộc với truyền thống Phật giáo. Theo Kinh Lăng Già, tạng thức đóng một vai trò quan trọng đặc biệt không những hiện hữu khi biến sâu tĩnh

lặng mà còn hoạt động như kho lưu trữ. Đó là lý do tại sao nó được gọi là tạng thức, vì nó thu thập những hạt giống, những ấn tượng và hành động giác quan. Kỳ thật, ý niệm về tạng thức cực kỳ quan trọng cho Phật giáo Đại Thừa. Nó còn được gọi là “Thức căn bản” hay cơ sở của tất cả các thức. Điều này ngụ ý là trong chính nó có tiềm năng về cả luân hồi lẫn Niết Bàn.

A Lại Da là thức căn bản, thức thứ tám trong Bát Thức, còn gọi là Tàng Thức. Tàng thức nơi chứa đựng tất cả chủng tử của các thức, từ đây tương ứng với các nhân duyên, các hạt giống đặc biệt lại được thức Mạt Na chuyển vận đến sáu thức kia, kết thành hành động mới đến lượt các hành động nảy lại sản xuất ra các hạt giống khác. Quá trình này có tính cách đồng thời và bất tận. A Lại da còn được gọi là “Hiển Thức”, chứa đựng mọi chủng tử thiện ác, hiển hiện được hết thấy mọi cảnh giới. Chữ “Alaya” có nghĩa là cái nhà nơi mà tất cả những gì có giá trị cho chúng ta dùng được tàng trữ và cũng là nơi cư ngụ của chúng ta. Thức A Lại Da, cũng còn được gọi là “Tàng Thức,” hay là “thức thứ tám,” hay là “tàng nghiệp.” Tất cả mọi nghiệp đã lập thành trong quá khứ hay đang được lập thành trong hiện tại đều được tàng trữ trong A Lại Da Thức này. Giáo điển dạy Tâm Lý Học, về tám thức (nhân, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý, Mạt na và A Lại Da). Những thức này giúp chúng sanh phân biệt phải trái. Tuy nhiên, chúng sanh con người có một cái thức thâm sâu gọi là A Lại Da Thức, là chủ thể chính của sự luân hồi sanh tử, và bị các thức khác hiểu lầm đó là một linh hồn hay một cái ngã trường cửu. Chính tại A Lại Da Thức này những ấn tượng hay kinh nghiệm của hành động được tàng trữ dưới hình thức những ‘chủng tử’ và chính những chủng tử này làm nảy nở những kinh nghiệm sắp tới tùy theo hoàn cảnh của từng cá nhân. Theo Bồ Tát Mã Minh trong Đại Thừa Khởi Tín Luận và Nhiếp Luận Tông, A Lại Da thức là nơi hòa hợp chân vọng. Khi nó trở nên thanh tịnh và không còn ô nhiễm, nó chính là “Chân Như.” A Lại Da có nghĩa là chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Này Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân này mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’” Chức năng của A Lại Da Thức là nhìn vào chính nó trong đó tất cả tập khí (vasana) từ thời vô thủy được

giữ lại theo một cách vượt ngoài tri thức (bất tư nghi-acintya) và sẵn sàng chuyển biến (parinama), nhưng nó không có hoạt năng trong tự nó, nó không bao giờ hoạt động, nó chỉ nhận thức, theo ý nghĩa này thì nó giống như một tấm kiếng; nó lại giống như biển, hoàn toàn phẳng lặng không có sóng xao động sự yên tĩnh của nó; và nó thanh tịnh không bị ô nhiễm, nghĩa là nó thoát khỏi cái nhị biên của chủ thể và đối tượng. Vì nó là cái hành động nhận thức đơn thuần, chưa có sự khác biệt giữa người biết và cái được biết. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, khi vạn vật phản chiếu trong tâm trí ta, thì thế lực phân biệt hay tưởng tượng của tâm ta sẽ sẵn sàng hoạt động ngay. Đây gọi là “thức” (vijnana). Chính vì thức kết hợp với tất cả yếu tố phản chiếu, tàng chứa chúng, nên được gọi là A Lại Da Thức hay “thức tạng.” Tạng thức chính nó là sự hiện hữu của tập hợp nhân quả và những tâm sở thanh tịnh hoặc nhiễm ô, được tập hợp hay lẫn lộn với chúng theo tương quan nhân quả. Khi tạng thức bắt đầu hoạt động và bước xuống thế giới thường nhật này, thì chúng ta có hiện hữu đa dạng vốn chỉ là thế giới tưởng tượng. Tạng thức, vốn là chủng tử thức, là trung tâm ý thức; và thế giới do thức biểu hiện là môi trường của nó. Chỉ có ở nơi sự giác ngộ viên mãn của Phật, thức thanh tịnh mới bừng chiếu lên. Tịnh thức này có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tưởng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thật, tức Viên Thành Thật tánh (parinispanna). Sau khi đạt đến đó, chủng tử tạng, tức là thức, sẽ biến mất và cuối cùng đưa đến trạng thái nơi mà chủ thể và đối tượng không còn phân biệt. Đây là vô phân biệt trí (avikalpa-vijnana). Trạng thái tối hậu là Vô Trụ Niết Bàn (apratisthita-nirvana) nghĩa là sự thành tựu tự do hoàn toàn, không còn bị ràng buộc ở nơi nào nữa. Cái tâm thứ biến hiện chư cảnh thành tám thức. A-Lại Da hay thức thứ tám được gọi là “Sơ Năng Biến” vì các thức khác đều từ đó mà ra. Một khái niệm về giáo thuyết đặc biệt quan trọng với trường phái Du Già. Thuật ngữ này có khi được các học giả Tây phương dịch là “Tàng Thức,” vì nó là cái kho chứa, nơi mà tất cả những hành động được sản sinh ra. Tàng thức cất giữ những gì được chứa vào nó cho đến khi có hoàn cảnh thích hợp cho chúng hiện ra. Những dịch giả Tây Tạng lại dịch nó là “Căn bản của tất cả” vì nó làm nền tảng cho mọi hiện tượng trong vòng sanh tử và Niết Bàn. Qua thiền tập và tham dự vào những thiện nghiệp, người ta từ từ thay thế

những chủng tử phiền não bằng những chủng tử thanh tịnh; một khi người ta thanh tịnh hóa một cách toàn diện A Lại Da, thì đó được coi như là “Tịnh Thức.” A Lại Da có nghĩa là cái tâm cất chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. A Lại Da tàng thức (đệ bát thức). Ý thức căn bản về mọi tồn tại hay ý thức di truyền, nơi những hạt giống karma lọt vào và gây ra hoạt động tâm thần. Tiềm thức hay tạng thức, thức thứ tám hay Nghiệp thức. Tất cả nghiệp được thành lập trong hiện đời và quá khứ đều được tàng trữ trong A Lại Da thức. A Lại Da thức hành xử như nơi tồn chứa tất cả những dữ kiện được Mạt Na thức thâm nhập. Khi một sinh vật chết thì bảy thức kia sẽ chết theo, nhưng A-Lại-Da thức vẫn tiếp tục. Nó là quyết định tối hậu cho sự đầu thai trong lục đạo.

Thứ Ba Là Phân Biệt Sự Thức: Chuyển Thức, do thức với cảnh tương bên ngoài làm duyên hiện lên mà phát sinh từ ngũ quan mắt, tai, mũi, lưỡi, thân (theo kinh Lăng Già). Đây là sự phân biệt thứ ba trong ba cách phân biệt (chân thức, hiện thức và phân biệt sự thức) được nói đến trong Kinh Lăng Già. Nó bao gồm tám thức ngoại trừ thức A-Lại-Da. Phân biệt là nguyên nhân trực tiếp của luân hồi sanh tử. Kỳ thật vạn hữu giai không. Vì thế Đức Phật dạy: “Mọi người nên sống chung đồng điệu với nhau trong mọi hoàn cảnh.” Sự hài hòa sẽ đưa đến hạnh phúc, ngược lại không hài hòa hay không đồng điệu sẽ đưa đến khổ đau phiền não vì nguyên nhân trực tiếp của sự không đồng điệu là sự phân biệt. Lịch sử thế giới đã cho thấy chính nạn phân biệt, phân biệt chủng tộc, màu da, tôn giáo, văn hóa, đã gây ra không biết bao nhiêu là thảm họa cho nhân loại. Sự phân biệt chẳng những gây ra không đồng điệu trong cuộc sống, nó còn gây ra sự bất ổn cho cả thế giới. Theo Tương Ứng Bộ Kinh, Phẩm Tầm Cầu, có ba loại kiêu mạn: phân biệt hay kiêu mạn ‘Tôi bằng’, phân biệt hay kiêu mạn ‘tôi hơn,’ phân biệt hay kiêu mạn ‘tôi thua.’ Theo Thiền Sư D. T. Suzuki trong Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, đây là một trong năm pháp tướng. Phân biệt là sự đặt tên cho tất cả các đối tượng và tính chất này mà phân biệt cái này khác với cái kia. Tâm phàm phu phân biệt tướng và hiện tượng, chủ quan lẫn khách quan, vì thế mà bảo rằng cái này là như thế này chứ không phải như thế kia. Từ đó chúng ta có những tên gọi như voi, ngựa, bánh xe, người hầu, đàn bà, đàn ông, từ đó mà phân biệt xảy ra.

Cũng theo kinh Lăng Già và Duy Thức học, có ba loại thức. **Thứ Nhất Là Dị Thục Thức:** Còn được gọi là A Lại Da thức. Gọi là Dị

Thục Thức vì nó chứa đựng và làm chín mùi những thiện ác nghiệp, từ đó có thể dẫn đến luân hồi sanh tử. Dị thực thức là cái tâm thức biến hiện chư cảnh thành tám thức, còn được gọi là A-Lại Da hay thức thứ tám được gọi là “Sơ Năng Biến” vì các thức khác đều từ đó mà ra. Một khái niệm về giáo thuyết đặc biệt quan trọng với trường phái Du Già. Thuật ngữ này có khi được các học giả Tây phương dịch là “Tàng Thức,” vì nó là cái kho chứa, nơi mà tất cả những hành động được sản sinh ra. Tàng thức cất giữ những gì được chứa vào nó cho đến khi có hoàn cảnh thích hợp cho chúng hiện ra. Những dịch giả Tây tạng lại dịch nó là “Căn bản của tất cả” vì nó làm nền tảng cho mọi hiện tượng trong vòng sanh tử và Niết Bàn. Qua thiền tập và tham dự vào những thiện nghiệp, người ta từ từ thay thế những chủng tử phiền não bằng những chủng tử thanh tịnh; một khi người ta thanh tịnh hóa một cách toàn diện A Lại Da, thì đó được coi như là “Tịnh Thức.” Theo Keith trong Trung Anh Phật Học Từ Điển của Giáo Sư Soothill, A Lại Da Thức (sở tri y thức) được diễn dịch như sau: a đàn na thức (chấp trì thức), bản thức (gốc rễ của chư pháp), dị thực thức, đệ bát thức (thức cuối cùng trong tám thức), đệ nhất thức, hiện thức, hữu tình căn bản chỉ tâm thức, chủng tử thức, tàng thức, tâm thức, trạch thức (là nhà ở của các hạt giống), vô cấu thức, vô một thức, và Như Lai tạng. Có ba loại cảnh của a lại da thức: chủng tử (sinh ra hạt giống của tất cả hiện hành pháp hữu lậu và vô lậu), ngũ căn, và khí giới (quả báo của tất cả chúng sanh như núi, sông, cây, cỏ, khí cụ, ăn uống, vân vân). **Thứ Nhì Là Tư Lương Thức:** Tư Lương thức là Năng Biến Thức thứ nhì. Còn gọi là thức thứ bảy. Tư Lương thức là thức chuẩn bị. Túc hành tâm đầu tiên khởi lên trong tiến trình đạt được sự định tĩnh hay giác ngộ. **Thứ Ba Là Liễu Biệt Thức:** Thức hiểu biết và phân biệt hiện tượng và sự vật. Đây là sáu thức đầu trong tám thức: nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, và ý thức.

Chương Mười Chín

Tám Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Tám Thức Trong Phật Giáo:

Khi nói đến “Thức” người ta thường lầm tưởng đến đây chỉ là phần ý thức, phần tinh thần mà theo tâm lý học Phật giáo gọi là thức thứ sáu. Kỳ thật, có sáu thức căn bản, trong đó thức thứ sáu là ý thức. Tâm lý học Phật giáo dựa trên quá trình nhận thức từ sáu năng lực nhận thức: thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, và suy nghĩ. Mỗi năng lực liên quan đến một giác quan cùng với một thức nhận biết hoạt động đặc biệt tương ứng với giác quan đó. Thức thứ sáu hay ý thức, không phải là tâm, nó là chức năng của tâm, nó không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng nó lệ thuộc vào sự tương tục của “Tâm”. Ý thức nhận biết tất cả sáu đối tượng (sắc, thanh, hương, vị, xúc, và hiện tượng) cả trong quá khứ, hiện tại và vị lai, rồi chuyển giao tất cả tin tức cho Mạt Na thức để nó chuyển giao cho Tàng Thức lưu trữ. Chúng ta hãy thử quan sát thân tâm để xem trong hai thứ đó chúng ta có thể tìm thấy được cái “Ta” nó nằm ở đâu, và chúng ta thấy cái “Ta” nó chẳng ở thân mà cũng chẳng ở tâm. Như vậy cái “Ta” chỉ là tên gọi của một tổng hợp những yếu tố vật chất và tinh thần. Hãy xét về sắc uẩn, sắc tương ứng với cái mà chúng ta gọi là vật chất hay yếu tố vật chất. Nó chẳng những là xác thân mà chúng ta đang có, mà còn là tất cả những vật chất chung quanh chúng ta như nhà cửa, đất đai, rừng núi, biển cả, vân vân. Tuy nhiên, yếu tố vật chất tự nó không đủ tạo nên sự nhận biết. Sự tiếp xúc đơn giản giữa mắt và đối tượng nhìn thấy, hay giữa tai và tiếng động không thể đem lại kết quả nhận biết nếu không có thức. Chỉ khi nào ý thức, năm giác quan và năm đối tượng của nó cùng hiện diện mới tạo nên sự nhận biết. Nói cách khác, khi mắt, đối tượng của mắt, và ý thức cùng hoạt động thì sự nhận biết về đối tượng của mắt mới được tạo nên. Vì vậy, ý thức là yếu tố tối cần thiết trong việc tạo nên sự nhận biết. Ý Thức tức là thức thứ sáu hay tâm. Giác quan này phối hợp với năm giác quan mắt, tai, mũi, lưỡi, và thân để tạo nên sự nhận biết. Việc phối hợp giữa những yếu tố vật chất và tinh thần tạo nên sự thành hình ý thức nội tâm, và tính chất của năm uẩn này đều ở

trong trạng thái thay đổi không ngừng. Ngoài ra, chúng ta còn có thức thứ bảy, hay Mạt Na Thức, có công năng chuyển tiếp tất cả tin tức từ ý thức qua A Lại Da Thức; và A Lại Da Thức có công năng như một Tầng Thức hay nơi lưu trữ tất cả tin tức. Theo Đại Thừa Khởi Tín Luận, sáu thức đầu bao gồm: Nhãn thức (Caksur-vijnana (skt), Nhĩ thức (Srotra-vijnana (skt), Tỷ thức (Ghrana-vijnana (skt), Thiệt thức (Jihva-vijnana (skt), Thân thức (Kaya-vijnana (skt), Ý thức (Mano-vijnana (skt) hay sự suy nghĩ phối hợp với các căn. Hai thức sau bao gồm: Mạt-Na thức hay Ý căn. Đây là lý trí tạo ra mọi hư vọng. Nó chính là nguyên nhân gây ra bản ngã (tạo ra hư vọng về một cái “tôi” chủ thể đứng tách rời với thế giới khách thể). Mạt Na Thức cũng tác động như là cơ quan chuyển vận “hạt giống” hay “chủng tử” của các kinh nghiệm giác quan đến thức thứ tám (hay tầng thức). A Lại Da thức hay Tầng thức. Tầng thức là nơi chứa đựng tất cả chủng tử của các thức, từ đây tương ứng với các nhân duyên, các hạt giống đặc biệt lại được thức Mạt Na chuyển vận đến sáu thức kia, kết thành hành động mới đến lượt các hành động này lại sản xuất ra các hạt giống khác. Quá trình này có tính cách đồng thời và bất tận.

II. Tám Thức Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Khi nói đến “Thức” người ta thường lầm tưởng đến đây chỉ là phần ý thức, phần tinh thần mà theo tâm lý học Phật giáo gọi là thức thứ sáu. Kỳ thật, có sáu thức căn bản, trong đó thức thứ sáu là ý thức. Tâm lý học Phật giáo dựa trên quá trình nhận thức từ sáu năng lực nhận thức: thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, và suy nghĩ. Mỗi năng lực liên quan đến một giác quan cùng với một thức nhận biết hoạt động đặc biệt tương ứng với giác quan đó. Thức thứ sáu hay ý thức, không phải là tâm, nó là chức năng của tâm, nó không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng nó lệ thuộc vào sự tương tục của “Tâm”, Ý thức nhận biết tất cả sáu đối tượng (sắc, thanh, hương, vị, xúc, và hiện tượng) cả trong quá khứ, hiện tại và vị lai, rồi chuyển giao tất cả tin tức cho Mạt Na thức để nó chuyển giao cho Tầng Thức lưu trữ. Chúng ta hãy thử quan sát thân tâm để xem trong hai thức đó chúng ta có thể tìm thấy được cái “Ta” nó nằm ở đâu, và chúng ta thấy cái “Ta” nó chẳng ở thân mà cũng chẳng ở tâm. Như vậy cái “Ta” chỉ là tên gọi của một tổng hợp những yếu tố vật chất và tinh thần. Hãy xét về sắc uẩn, sắc tương ứng với cái mà chúng ta gọi là vật chất hay yếu tố vật chất. Nó chẳng

những là xác thân mà chúng ta đang có, mà còn là tất cả những vật chất chung quanh chúng ta như nhà cửa, đất đai, rừng núi, biển cả, vân vân. Tuy nhiên, yếu tố vật chất tự nó không đủ tạo nên sự nhận biết. Sự tiếp xúc đơn giản giữa mắt và đối tượng nhìn thấy, hay giữa tai và tiếng động không thể đem lại kết quả nhận biết nếu không có thức. Chỉ khi nào ý thức, năm giác quan và năm đối tượng của nó cùng hiện diện mới tạo nên sự nhận biết. Nói cách khác, khi mắt, đối tượng của mắt, và ý thức cùng hoạt động thì sự nhận biết về đối tượng của mắt mới được tạo nên. Vì vậy, ý thức là yếu tố tối cần thiết trong việc tạo nên sự nhận biết. Thức tức là thức thứ sáu hay tâm. Giác quan này phối hợp với năm giác quan mắt, tai, mũi, lưỡi, và thân để tạo nên sự nhận biết. Việc phối hợp giữa những yếu tố vật chất và tinh thần tạo nên sự thành hình ý thức nội tâm, và tính chất của năm uẩn này đều ở trong trạng thái thay đổi không ngừng. Ngoài ra, chúng ta còn có thức thứ bảy, hay Mạt Na Thức, có công năng chuyển tiếp tất cả tin tức từ ý thức qua A Lại Da Thức; và A Lại Da Thức có công năng như một Tầng Thức hay nơi lưu trữ tất cả tin tức.

Theo Đại Thừa Khởi Tín Luận, có tám tâm vương: nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, ý thức, mạt na thức, và a lại da thức. Trong đó ý thức thức là sự suy nghĩ phối hợp với các căn. Mạt na thức là lý trí tạo ra mọi hư vọng. Nó chính là nguyên nhân gây ra bản ngã (tạo ra hư vọng về một cái “tôi” chủ thể đứng tách rời với thế giới khách thể). Mạt Na Thức cũng tác động như là cơ quan chuyển vận “hạt giống” hay “chủng tử” của các kinh nghiệm giác quan đến thức thứ tám (hay tàng thức). A Lại Da thức là tàng thức nơi chứa đựng tất cả chủng tử của các thức, từ đây tương ứng với các nhân duyên, các hạt giống đặc biệt lại được thức Mạt Na chuyển vận đến sáu thức kia, kết thành hành động mới đến lượt các hành động này lại sản xuất ra các hạt giống khác. Quá trình này có tính cách đồng thời và bất tận. Theo Kinh Lăng Già, Mạt Na Thức và năm tâm thức tập hợp lại với nhau như các triết gia đã vạch ra. Hệ thống năm căn thức này phân biệt cái gì thiện với cái gì không thiện. Mạt Na Thức phối hợp với năm căn thức thủ chấp các hình sắc và tướng trạng trong khía cạnh đa phức của chúng; và không có lúc nào ngưng hoạt động cả. Điều này ta gọi là đặc tính sát na chuyển (tạm bợ của các thức). Toàn bộ hệ thống các thức này bị quấy động không ngừng và vào mọi lúc giống như sóng của biển lớn.

Thứ Nhất Là Nhãn Thức: Nhiệm vụ của nhãn thức là nhận biết hình dáng. Không có nhãn thức, chúng ta sẽ không nhìn thấy gì cả; tuy nhiên nhãn thức lại tùy thuộc vào nhãn căn. Khi nhãn căn gặp một hình dạng thì nhãn thức liền phát sanh. Nếu Nhãn căn không gặp hình dáng thì nhãn thức không bao giờ phát sinh (một người bị mù không có nhãn căn, như vậy nhãn thức không bao giờ phát sinh). Người tu tập nên luôn thấu triệt điểm tối yếu này để thực tập sao cho hạn chế nhãn căn tiếp xúc với hình sắc, để làm giảm thiểu sự khởi dậy của nhãn thức. Phật nhắc nhở chúng đệ tử của Ngài rằng, phương pháp duy nhất để giảm thiểu sự khởi dậy của nhãn thức là thiền định.

Thứ Nhì Là Nhĩ Thức: Một trong bát thức. Nhiệm vụ của Nhĩ thức là nhận biết âm thanh; tuy nhiên, nhĩ thức tùy thuộc nơi nhĩ căn. Khi nhĩ căn và âm thanh gặp nhau, nhĩ thức liền phát sanh (nơi người điếc thì nhĩ căn và âm thanh không bao giờ gặp nhau, nên nhĩ thức không bao giờ khởi sanh). Hành giả nên luôn nhớ như vậy để tu tập thiền định mà đóng bớt nhĩ căn.

Thứ Ba Là Tỷ Thức: Tỷ thức phát triển trên những điều kiện của khứu giác. Tỷ thức tùy thuộc hoàn toàn nơi tỷ căn. Nơi một người mất khả năng khứu giác, thì khứu giác và mùi vị không bao giờ gặp nhau, do đó tỷ thức không khởi sanh. Người tu Phật phải cố gắng đóng bớt tỷ căn.

Thứ Tư Là Thiệt Thức: Thiệt thức phát sinh liền khi thiết căn tiếp xúc với một vị nào đó, lúc ấy chúng ta mới kinh qua phân biệt giữa vị này với vị khác, cũng từ đó dục vọng khởi sinh.

Thứ Năm Là Thân Thức: Không nên hiểu chỉ là sự xúc chạm vật lý suông vào một vật thể hay thân. Xúc còn phải được hiểu như là một yếu tố tinh thần. Thân thức phát triển khi điều kiện nổi bật trong đó thân tiếp xúc với đối tượng bên ngoài. Thân căn nằm khắp các nơi trong cơ thể. Ở đây vị Tỷ Kheo, thân xúc chạm, không có hoan hỷ, không có ưu phiền, an trú xả, chánh niệm, tỉnh giác. Đây là một trong sáu pháp hằng trú mà Đức Phật dạy trong Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh.

Thứ Sáu Là Ý Thức: Ý Thức là sự suy nghĩ phối hợp với các căn. Ý thức hay thức của trí thông minh không phải là tâm, nó là sự vận hành của tâm hay nói cách khác, nó là người dẫn đường năm thức trước (nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, và thân thức) trong sinh hoạt và sự hiểu biết vạn pháp. Tâm chúng sanh là một cơn xoáy không

ngừng xoay chuyển, trong đó những hoạt động của tâm không bao giờ ngừng nghỉ theo bốn tiến trình sanh, trụ, dị, diệt. Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Chức năng của mạt na thức theo giả thiết là suy nghĩ về mạt na, như nhân thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mạt na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mạt na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành.

Thứ Bảy Là Mạt-Na Thức (Ý căn): Mạt Na Thức hay thức thứ bảy trong bát thức. Phạm ngữ chỉ “tri giác.” Trong Phật giáo người ta gọi nó là “Ý Căn” vì nó có khả năng làm cho con người trở thành một sinh vật có trí khôn và đạo đức. Theo Kinh Lăng Già, Mạt Na Thức và năm tâm thức tập hợp lại với nhau như các triết gia đã nói ở trên. Hệ thống năm căn thức này phân biệt cái gì thiện với cái gì không thiện. Mạt Na Thức phối hợp với năm căn thức thủ chấp các hình sắc và tướng trạng trong khía cạnh đa phức của chúng; và không có lúc nào ngừng hoạt động cả. Điều này ta gọi là đặc tính sát na chuyển (tạm bợ của các thức). Toàn bộ hệ thống các thức này bị quấy động không ngừng và vào mọi lúc giống như sóng của biển lớn. Mạt Na thường được nghĩ tương đương với “tâm” hay “thức.” Nó được rút ra từ gốc chữ Phạn “Man” có nghĩa là “suy nghĩ hay tưởng tượng,” và nó liên hệ tới sinh hoạt tri thức của “thức.” Mạt Na hoạt động như một trạm thu thập tất cả những hoạt động của sáu thức kia. Mạt Na chính là thức thứ bảy trong tám thức, có nghĩa là “Tư Lường.” Nó là Ý thức hay những hoạt động của Ý Căn, nhưng tự nó cũng có nghĩa là “tâm.” Những cơn sóng làm gợn mặt biển A Lại Da thức khi cái nguyên lý của đặc thù gọi là vishaya hay cảnh giới thổi vào trên đó như gió. Những cơn sóng được khởi đầu như thế là thế giới của những đặc thù này đây trong đó tri thức phân biệt, tình cảm chấp thủ, và phiền não, dục vọng đấu tranh để được hiện hữu và được sự tối thắng. Cái nhân tố phân biệt này nằm bên trong hệ thống các thức và được gọi là mạt na (manas); thực ra, chính là khi mạt na khởi sự vận hành thì một hệ thống các thức hiển lộ

ra. Do đó mà các thức được gọi là “cái thức phân biệt các đối tượng” (sự phân biệt thức: vastu-prativikalpa-vijnana). Chức năng của mặt na thức theo giả thiết là suy nghĩ về mặt na, như nhãn thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mặt na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mặt na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chức năng của Mặt na chủ yếu là suy nghĩ về A Lại Da, sáng tạo và phân biệt chủ thể và đối tượng từ cái nhất thể thuần túy của A Lại Da. Tập khí tích tập trong A Lại Da giờ đây bị phân ra thành cái nhị biên tính của tất cả các hình thức và tất cả các loại. Điều này được so sánh với đa phức của sóng quấy động biển A Lại Da. Mặt na là một tinh linh xấu theo một nghĩa và là một tinh linh tốt theo nghĩa khác, vì sự phân biệt tự nó không phải là xấu, không nhất thiết luôn luôn là sự phán đoán lầm lạc hay hư vọng phân biệt (abhuta-parikalpa) hay lý luận sai trái (hý luận quá ác: prapanca-daushtulya). Nhưng nó trở thành nguồn gốc của tai họa lớn lao khi nó tạo ra những khát vọng được đặt căn bản trên những phán đoán lầm lạc, như là khi nó tin vào cái thực tính của một ngã thể rồi trở nên chấp vào ngã thể mà cho rằng đấy là chân lý tối hậu. Vì mặt na không những chỉ là cái tri thức phân biệt mà còn là một nhân tố ước vọng và do đó là một tác giả.

Mặt Na Thức cũng tác động như là cơ quan chuyển vận “hạt giống” hay “chủng tử” của các kinh nghiệm giác quan đến thức thứ tám (hay tàng thức). Mặt na thức được diễn tả như là một cái biển trong đó những dòng chảy tư tưởng cứ dâng trào lên không ngừng nghỉ. Nó là thức chuyển tiếp tất cả những tin tức từ ý thức qua A lại da thức. Mặt Na Thức và năm tâm thức tập hợp lại với nhau như các triết gia đã vạch ra. Theo Kinh Lăng Già, hệ thống năm căn thức này phân biệt cái gì thiện với cái gì không thiện. Mặt Na Thức phối hợp với năm căn thức thủ chấp các hình sắc và tướng trạng trong khía cạnh đa phức của chúng; và không có lúc nào ngưng hoạt động cả. Điều này ta gọi là đặc tính sát na chuyển (tạm bợ của các thức). Toàn bộ hệ thống các thức này bị quấy động không ngừng và vào mọi lúc giống như sóng của biển lớn. Mặt-Na thức hay Ý căn là sự suy nghĩ phối hợp với các căn. Ý thức hay thức của trí thông minh không phải là tâm, nó là sự vận hành của tâm. Tâm chúng sanh là một cơn xoáy không ngừng xoay chuyển, trong đó những hoạt động của tâm không bao giờ ngừng nghỉ

theo bốn tiến trình sanh, trụ, dị, diệt. Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Mạt Na hoạt động như một trạm đầu thập tất cả những hoạt động của sáu thức kia. Mạt Na chính là thức thứ bảy trong tám thức, có nghĩa là “Tư Lường.” Nó là Ý thức hay những hoạt động của Ý Căn, nhưng tự nó cũng có nghĩa là “tâm.” Những cơn sóng làm gợn mặt biển A Lại Da thức khi cái nguyên lý của đặc thù gọi là vishaya hay cảnh giới thối vào trên đó như gió. Những cơn sóng được khởi đầu như thế là thế giới của những đặc thù này đây trong đó tri thức phân biệt, tình cảm chấp thủ, và phiền não, dục vọng đấu tranh để được hiện hữu và được sự tối thắng. Cái nhân tố phân biệt này nằm bên trong hệ thống các thức và được gọi là mạt na (manas); thực ra, chính là khi mạt na khởi sự vận hành thì một hệ thống các thức hiển lộ ra. Do đó mà các thức được gọi là “cái thức phân biệt các đối tượng” (sự phân biệt thức-vastu-prativikalpa-vijnana). Chức năng của Mạt na chủ yếu là suy nghĩ về A Lại Da, sáng tạo và phân biệt chủ thể và đối tượng từ cái nhất thể thuần túy của A Lại Da. Tập khí tích tập trong A Lại Da giờ đây bị phân ra thành cái nhị biên tính của tất cả các hình thức và tất cả các loại. Điều này được so sánh với đa phức của sóng quấy động biển A Lại Da. Mạt na là một tinh linh xấu theo một nghĩa và là một tinh linh tốt theo nghĩa khác, vì sự phân biệt tự nó không phải là xấu, không nhất thiết luôn luôn là sự phán đoán lầm lạc hay hư vọng phân biệt (abhuta-parikalpa) hay lý luận sai trái (hý luận quá ác-prapanca-daushtulya). Nhưng nó trở thành nguồn gốc của tai họa lớn lao khi nó tạo ra những khát vọng được đặt căn bản trên những phán đoán lầm lạc, như là khi nó tin vào cái thực tính của một ngã thể rồi trở nên chấp vào ngã thể mà cho rằng đấy là chân lý tối hậu. Vì mạt na không những chỉ là cái tri thức phân biệt mà còn là một nhân tố ước vọng và do đó là một tác giả. Mạt na thức cũng được phát hiện từ A Lại Da Thức. Nó là một thứ trực giác, trực giác về sự có mặt của một bản ngã tồn tại và độc lập với thế giới vạn hữu. Trực giác này có tính cách tập quán và mê muội. Tính mê vọng của nó được cầu thành bởi liễu biệt cảnh thức, nhưng nó lại trở thành căn bản cho liễu biệt cảnh thức. Đối tượng của loại tuệ giác này

là một mảnh vụn biến hình của A lại da mà nó cho là cái ta, trong đó có linh hồn và thân xác. Đối tượng của nó không bao giờ là tánh cảnh mà chỉ là đối chất cảnh. Vừa là nhận thức về ngã, mặt na được xem như là chướng ngại căn bản cho sự thể nhập thực tại. Công phu thiền quán của liễu biệt cảnh thức có thể xóa được những nhận định sai lạc của mặt na. Chức năng của mặt na thức theo giả thiết là suy nghĩ về mặt na, như nhận thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mặt na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mặt na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chính vì thế mà trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mặt na thức phân biệt sai lầm. Vì mặt na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mặt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mặt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mặt na và mặt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ: citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mặt na thức.”

Thứ Tám Là A Lại Da Thức (Tàng thức): "Alaya-vijnana" là thuật ngữ Bắc Phạn dùng để chỉ “Tạng Thức.” Cái tâm thức biến hiện chư cảnh thành tám thức. A-Lại Da hay thức thứ tám được gọi là “Sơ Năng Biến” vì các thức khác đều từ đó mà ra. Một khái niệm về giáo thuyết đặc biệt quan trọng với trường phái Du Già. Thuật ngữ này có khi được các học giả Tây phương dịch là “Tàng Thức,” vì nó là cái kho chứa, nơi mà tất cả những hành động được sản sinh ra. Tàng thức cất giữ những gì được chứa vào nó cho đến khi có hoàn cảnh thích hợp cho chúng hiện ra. Những dịch giả Tây tạng lại dịch nó là “Căn bản của tất cả” vì nó làm nền tảng cho mọi hiện tượng trong vòng sanh tử và Niết Bàn. Qua thiền tập và tham dự vào những thiện nghiệp, người ta từ từ

thay thế những chủng tử phiền não bằng những chủng tử thanh tịnh; một khi người ta thanh tịnh hóa một cách toàn diện A Lại Da, thì đó được coi như là “Tịnh Thức.” A Lại Da có nghĩa là cái tâm cất chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. A Lại Da tàng thức (đệ bát thức). Ý thức căn bản về mọi tồn tại hay ý thức di truyền, nơi những hạt giống karma lọt vào và gây ra hoạt động tâm than. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Nầy Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân này mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’”

Chương Hai Mươi

Hai Loại Vận Hành Của Tâm

Tâm là một tên khác của A Lại Da Thức (vì nó tích tập hạt giống của chư pháp hoặc huân tập các hạt giống từ chủng tử chủng pháp mà nó huân tập). Không giống như xác thân vật chất, cái tâm là phi vật chất. Chúng ta nhận thức được những tư tưởng và cảm nghĩ của chúng ta cùng nhiều điều khác bằng trực giác, và chúng ta kết luận sự hiện hữu của chúng bằng phép loại suy. Tâm là gốc của muôn pháp. Trong Tâm Địa Quán Kinh, Đức Phật dạy: “Trong Phật pháp, lấy tâm làm chủ. Tất cả các pháp đều do tâm sanh.” Tâm tạo ra chư Phật, tâm tạo thiên đường, tâm tạo địa ngục. Tâm là động lực chính làm cho ta sung sướng hay đau khổ, vui hay buồn, trầm luân hay giải thoát. Trong Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, Thiền Sư D.T. Suzuki đã phân biệt hai loại vận hành của tâm. *Thứ Nhất Là Vận Hành Tùy Thuộc vào Tâm Phân Biệt*: Còn gọi là sự phân biệt trí, được hàng nhị thừa nhận biết. Nó được gọi là Ứng Thân hay cái thân đáp ứng. Vì họ không biết rằng đây là do cái tâm sinh khởi hay chuyển thức phóng chiếu ra, nên họ tưởng nó là cái gì ở bên ngoài họ, và khiến cho nó mang một hình tướng có thân thể mà không thể có một cái biết thông suốt về bản chất của nó. *Thứ Nhì Là Vận Hành Tùy Thuộc Vào Nghiệp Thức*: Đây là loại vận hành xuất hiện với tâm Bồ Tát nào đã nhập vào con đường Bồ Tát tính cũng như đối với tâm của những vị đã đạt đến địa cao nhất. Loại này được gọi là Báo Thân. Cái thân có thể nhìn thấy được trong vô số hình tướng, mỗi hình tướng có vô số nét, và mỗi nét cao vời với vô số cách, và cái thể giới trong đó thân trú ngụ cũng được trang nghiêm theo vô số thể cách. Vì thân thể hiện khắp mọi nơi nên nó không có giới hạn nào cả, nó có thể không bao giờ suy diệt, nó vượt khỏi mọi hoàn cảnh. Tùy theo yêu cầu của chúng sanh tín thủ. Nó không bị đoạn diệt cũng không biến mất. Những đặc điểm ấy của thân là những kết quả huân tập của những hành động thuần khiết như các đức hạnh toàn hảo hay Ba La Mật, và cũng là sự huân tập vi diệu vốn sẵn có trong Như Lai Tạng. Vì có được các tính chất vô lượng an lạc như thế nên nó được gọi là Báo Thân. *Bên Cạnh Hai Lối Vận Hành Trên, Còn Lối Vận Hành Thứ Ba Là Tâm Luôn Vận Hành Không Ngăn*

Ngại: Khi nói đến tâm, người ta nghĩ đến những hiện tượng tâm lý như cảm giác, tư tưởng và nhận thức, cũng như khi nói đến vật, chúng ta nghĩ ngay đến những hiện tượng vật lý như núi, sông, cây, cỏ, động vật. Như vậy là khi chúng ta nói đến tâm hay vật, chúng ta chỉ nghĩ đến hiện tượng (tâm tượng và cảnh tượng), chứ không nói đến tâm thể và vật thể. Chúng ta thấy rằng cả hai loại hiện tượng (tâm tượng và cảnh tượng) đều nương nhau mà thành, và thể tính của chúng là sự tương duyên, vậy sao chúng ta không thấy được rằng cả hai loại hiện tượng đều cùng một thể tính? Thể tính ấy có người thích gọi là “tâm”, có người thích gọi là “vật,” có người thích gọi là “chân như.” Dầu gọi là cái gì đi nữa, chúng ta không thể dùng khái niệm để đo lường thể tánh này được. Vì thể tánh ấy không bị ngăn ngại hoặc giới hạn. Từ quan điểm hợp nhất, người ta gọi nó là “Pháp thân.” Từ quan điểm nhị nguyên, người ta gọi nó là “Tâm không ngăn ngại” đối mặt với “thế giới vô ngại.” Kinh Lăng Già và kinh Hoa Nghiêm gọi nó là Tâm vô ngại và cảnh vô ngại. Cả hai dung hợp nhau một cách viên mãn nên gọi là “tâm cảnh viên dung.”

Chương Hai Mười Một

Nhị Trí Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng quan về “Trí” Trong Phật Giáo:

Trong Phật giáo, đối với đạo lý của hết thấy sự vật có khả năng đoán định phải trái chánh tà. Đôi khi khó mà vạch ra một cách rõ ràng sự khác biệt giữa Buddhi và Jnana, vì cả hai đều chỉ cái trí tương đối của thế tục cũng như trí siêu việt. Trong khi Prajna rõ ràng là cái trí siêu việt. Trong Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: Ngu mà tự biết ngu, tức là trí, ngu mà tự xưng rằng trí, chính đó mới thật là ngu (63). Người trí dù chỉ gần gũi người trí trong khoảnh khắc cũng hiểu ngay được Chánh pháp, chẳng khác gì cái lưỡi dù mới tiếp xúc với canh trong khoảnh khắc, đã biết ngay được mùi vị của canh (65). Được uống nước Chánh pháp thì tâm thanh tịnh an lạc, nên người trí thường vui mừng, ưa nghe Thánh như thuyết pháp (79). Người tưới nước lo dẫn nước, thợ làm cung tên lo uốn cung tên, thợ mộc lo nẩy mực đo cây, còn người trí thì lo tự điều phục lấy mình (80). Như ngọn núi kiên cố, chẳng bao giờ bị gió lay, cũng như thế, những lời hủy báng hoặc tán dương chẳng bao giờ làm lay động người đại trí (81). Như nước hồ sâu, vừa yên lặng trong sạch, những người có trí tuệ sau khi nghe pháp, tâm họ cũng thanh tịnh và yên lặng (82). Người lành thường xa lìa mà không bàn đến những điều tham dục. Kẻ trí đã xa lìa niệm lự mừng lo, nên chẳng còn bị lay động vì khổ lạc (83). Không vị tình thiên hạ, cũng không vị tình một người nào, người trí không làm bất cứ điều gì sai quấy: không nên cầu con trai, sự giàu có, vương quốc bằng việc sai quấy; không nên cầu mong thành công của mình bằng những phương tiện bất chánh. Được vậy mới thật là người đạo đức, trí tuệ và ngay thẳng (84). Con thiên nga chỉ bay được giữa không trung, người có thần thông chỉ bay được khỏi mặt đất, duy bậc đại trí, trừ hết ma quân mới bay được khỏi thế gian này (175).

II. Nhị Trí Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Theo Kinh Lăng Già có hai loại trí: *Thứ nhất là Kiến Lập Trí*” Kiến Lập Trí là cái trí kiến lập tất cả các loại phân biệt về một thế giới của các hình tướng, buộc cái tâm vào các hình tướng mà cho chúng là thực. Do đó, trí này thiết lập những nguyên tắc lý luận từ đó mà đưa ra các phán đoán về một thế giới của các đặc thù. Nó là một cái trí lý luận, nó là cái điều động cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Nhưng ngay khi một cái gì đó được xác lập để chứng tỏ nó, tức là ngay khi một mệnh đề được tạo thành, đồng thời nó lại kiến lập một cái gì khác nữa và tiếp tục tự chứng tỏ nó trái với cái gì khác ấy. Ở đây không có gì tuyệt đối cả. Sự kiến lập hay xác lập này được định nghĩa ở một chỗ khác là kiến lập. Có bốn loại kiến lập: các tướng đặc thù, các kiến giải, nguyên nhân, và hữu thể. Kỳ thật ở mọi nơi không có cái gì là thực cả, do bởi mệnh đề này được chấp chặt làm thực mà những mệnh đề đối lập chắc chắn sẽ sinh khởi và ở đây sẽ xảy ra sự tranh cãi hay bài bác giữa các phe đối nghịch. Vì thế mà Đức Phật khuyên các vị Bồ Tát phải tránh các biên kiến này để đạt tới một trạng thái chứng ngộ vượt khỏi lối nhìn xác định cũng như phủ định về thế giới. *Thứ nhì là Quán Sát Trí*: Trí quán sát là cái trí thấy suốt vào tự tính của hiện hữu là cái trí vượt khỏi tứ cú hay bốn mệnh đề của sự phân biệt. Đây là trí tuyệt đối, tương đương với Viên Thành Thực Trí. Chữ Phạn Pravicaya nghĩa là tìm tòi xuyên suốt hay khảo sát tường tận, và cái trí được định tính như thế thâm nhập vào bản chất căn bản của tất cả các sự vật, là cái vượt khỏi phân tích lý luận, và không thể được diễn tả bằng mệnh đề nào trong tứ cú chấp hay tứ cú phân biệt (1). Tưởng cũng nên nhắc lại, viên thành thực trí tức là cái biết toàn hảo và tương đương với Chánh Trí (samyagjnana) và Như Như (Tathata) của năm pháp. Đây là cái trí có được khi ta đạt tới trạng thái tự chứng bằng cách vượt qua Danh, Tướng, và tất cả các hình thức phân biệt hay phán đoán (vikalpa). Đây cũng là Như Như, Như Lai Tạng Tâm, đây là một cái gì không thể bị hủy hoại. Sợi dây thừng giờ đây được nhận biết theo thể diện chân thực của nó. Nó không phải là một sự vật được cấu thành do các nguyên nhân và điều kiện hay nhân duyên và giờ đây đang nằm trước mặt chúng ta như là một cái gì ở bên ngoài. Từ quan điểm của nhà Duy Thức Tuyệt Đối theo như Lăng Già chủ trương, sợi dây thừng là phản ánh của chính cái tâm của chúng ta, tách ra khỏi cái tâm thì nó không có khách quan tính, về mặt này thì nó là phi hiện hữu. Nhưng cái tâm

vốn do từ đó mà thế giới phát sinh, là một đối tượng của Viên Thành Thực hay trí toàn đức.

Notes:

- (1) Tứ Cú Chấp: Bốn thứ câu chấp của ngoại đạo: Thứ nhất là Thường Cú hay Câu Thường. Ngoại đạo chấp cái 'ngã' trong quá khứ tức là cái 'ngã' trong hiện tại, tương tục chẳng gián đoạn, nên gọi là thường kiến hay thường cú. Thứ nhì là Vô Thường Cú hay Câu Vô Thường. Ngoại đạo cho rằng cái 'ngã' đến đời nay mới sanh, chẳng phải sanh do cái nhân trong quá khứ, đây là đoạn kiến hay vô thường cú. Thứ ba là Diệc Thường Diệc Vô Thường Cú. Chấp rằng 'ngã' thường, 'thân' vô thường (nếu chấp như vậy thì lìa thân không có ngã). Thứ tư là Phi Thường Phi Vô Thường Cú. Ngoại đạo cho rằng thân có khác nên là phi thường; ngã thì không khác nên là phi vô thường—The four tenets held by various non-Buddhist schools: First, belief in the existence of everything (Externalism). The permanence of ego, i.e. that the ego of past lives is the ego of the present. Second, belief that nothing exists (Nihilism). Its permanence, i.e. that the present ego is of independent birth, not the result from the past causes. Third, belief that things exist and don't exist. Both permanent and impermanent, that the ego is permanent, the body is impermanent. Fourth, belief that things are neither existence nor non-existence. Neither permanent nor impermanent; that the body is impermanent, but the ego not impermanent.

Chương Hai Mươi Hai

Nhị Vô Ngã Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Vô Ngã Trong Phật Giáo:

Từ ngữ Bắc Phạn “Anatman” có nghĩa là “vô ngã.” Một trong ba đặc tính mà Đức Phật đã dạy áp dụng cho tất cả pháp hữu vi, hai đặc tính khác là vô thường và khổ đau hay bất toại. Giáo pháp này trái ngược với giáo pháp của Bà La Môn vào thời Đức Phật còn tại thế. Truyền thống Bà La Môn dạy rằng cốt lõi của mọi người là cái “thường ngã” hay cái ngã vĩnh hằng không thay đổi. Ngược lại, Đức Phật lại tuyên bố rằng cái được gọi là “ngã” ấy chỉ là một khái niệm được dựng lên, kỳ thật mỗi cá nhân đều là sự kết hợp của các uẩn luôn thay đổi. Vô ngã còn có nghĩa là không có sự hiện hữu của cái tự ngã trường tồn. Thân này chỉ là sự kết hợp của ngũ uẩn. Ngũ uẩn chỉ hiện hữu khi có đầy đủ nhơn duyên mà thôi. Khi Đức Phật đưa ra khái niệm về “Vô ngã,” Ngài đã làm đảo lộn không biết bao nhiêu quan niệm về vũ trụ và nhân sinh. Đức Phật đã giáng một đòn lớn trên ý niệm phổ biến và kiên cố nhất của loài người thời đó: ý niệm về sự tồn tại của cái “ngã” thường còn. Những ai thấu hiểu được vô ngã đều biết rằng nó được đưa ra để đánh đổ ý niệm về “ngã” chứ không phải là một đề án mới của thực tại. Khái niệm “Vô ngã” là phương tiện, chứ không phải là cứu cánh. Nếu nó trở thành một ý niệm thì nó cũng cần được phá vỡ như bao nhiêu ý niệm khác. Thuyết Vô Ngã có hai đặc tánh chính là pháp vô ngã và nhân vô ngã. Đôi khi giáo lý “vô ngã” gây ra bối rối và hiểu lầm. Bất cứ lúc nào chúng ta nói “Tôi đang nói”, hay “Tôi đang đi”, vân vân. Như vậy làm sao chúng ta có thể chối bỏ thực tế của cái “Ta”? Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng Đức Phật không bảo chúng ta chối bỏ việc xưng hô “Ta” hay “Tôi”. Chính Đức Phật còn phải dùng một từ nào đó để xưng hô, như từ “Như Lai” chẳng hạn, không cần biết từ này có nghĩa gì, nó vẫn là một từ hay một danh xưng. Khi Đức Phật dạy về “Vô ngã”, Ngài nhấn mạnh đến sự từ bỏ một ý niệm cho rằng “Tôi” là một thực thể thường hằng và không thay đổi. Ngài nói năm uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành và thức) không phải là cái “Ta”, và không có

cái “Ta” nào được tìm thấy trong năm uẩn này cả. Sự phủ nhận của Đức Phật có nghĩa là sự phủ nhận một niềm tin có một thực thể có thật, độc lập và thường còn được người ta gọi là “Ta” vì một thực thể như vậy phải độc lập, phải thường còn, không biến đổi, không hoán chuyển, nhưng một thực thể như vậy hay một cái “Ta” như thế không thể tìm thấy ở đâu được.

Chúng ta nên chối bỏ ý tưởng về cái “Ta” bởi hai lý do: 1) Chừng nào mà chúng ta còn chấp vào cái “Ta”, chừng ấy chúng ta còn phải bảo vệ mình, bảo vệ của cải, tài sản, uy tín, lập trường và ngay cả đến lời nói của mình. Nhưng một khi vứt bỏ được lòng tin vào cái “Ta” độc lập và thường còn, chúng ta có thể sống với mọi người một cách thoải mái và an bình. 2) Đức Phật dạy: “Hiếu được vô ngã là chìa khóa đi vào đại giác, vì tin vào cái “Ta” là đồng nghĩa với vô minh, và vô minh là một trong ba loại phiền não chính (tham, sân, si). Một khi nhận biết, hình dung hay quan niệm rằng chúng ta là một thực thể, ngay lập tức chúng ta tạo ra sự ly gián, phân chia giữa mình và người cũng như sự vật quanh mình. Một khi có ý niệm về cái ta, chúng ta sẽ phản ứng với người và sự vật quanh mình bằng cảm tình hay ác cảm. Đó là sự nguy hiểm thật sự của sự tin tưởng vào một cái ta có thật. Chính vì vậy mà sự chối bỏ cái ‘Ta’ chẳng những là chìa khóa chấm dứt khổ đau phiền não, mà nó còn là chìa khóa đi vào cửa đại giác.” Hành giả nên quán “Vô Ngã” trong từng bước chân đi. Hành giả có thể thông hiểu được ba đặc tánh này qua cách theo dõi bám sát các động tác bước đi và các nhận thức của động tác. Khi chuyên tâm chú niệm vào các chuyển động này, chúng ta sẽ thấy vạn hữu khởi sinh và hoại diệt, và từ đó, chúng ta sẽ nhận thức được tánh vô thường, khổ và vô ngã của của tất cả mọi hiện tượng hữu vi.

II. Nhị Vô Ngã Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: Thuyết Vô Ngã có hai đặc tánh chính là pháp vô ngã và nhân vô ngã. Như trên đã nói, vô ngã hay tính vô ngã là một trong những học thuyết trọng tâm của đạo Phật. Nó phủ định cái ngã bên trong một cá nhân theo nghĩa bất tử, bất diệt, duy nhất và độc lập. Giáo thuyết “Anatta” hay “Antma” được Đức Phật thuyết giảng mà hầu hết Phật tử, kể cả thiền gia đều cho rằng đây là ý tưởng “vô ngã” của chơn tánh con người. Phật tử không nên lầm “vô ngã” của Phật giáo với thuyết “vô ngã” của Ấn giáo với nghĩa là chơn

tánh mà tâm con người không thể nhận biết được. Làm thế nào người ta có thể nói là vô ngã nếu không có ngã? Chúng ta phải hiểu Đức Phật muốn nói gì với từ “Vô ngã” này. Đức Phật không hề có một ý gì đối lập với “Ngã” cả. Ngài không đặt hai từ này ở vị trí kế nhau và nói: “Đây là cái vô ngã của tôi đối lập với cái ngã này.” Từ Anatta, vì tiếp đầu ngữ “An” chỉ một sự không hiện hữu, abhava, chứ không phải đối lập. Anatta có nghĩa là không có “Atta,” đó chỉ đơn thuần là sự phủ nhận của một “Atta”, sự không hiện hữu của một “Atta” mà thôi. Những người tin có một “Atta” cố gắng để giữ cái “Atta” của họ, còn Đức Phật chỉ phủ nhận nó bằng cách thêm tiếp đầu ngữ “An” vào. Vì cái quan niệm có một “Atta”, tự ngã hay linh hồn này đã ăn sâu trong rất nhiều người mà Đức Phật từng gặp, nên Ngài đã phải thuyết những bài pháp dài về vấn đề Bản ngã này cho những nhà trí thức, những nhà biện chứng và những người giỏi tranh luận. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: Thuyết Vô Ngã có hai đặc tánh chính là pháp vô ngã và nhân vô ngã. Thứ nhất là Nhân Vô Ngã. Con người không có sự thường hằng của cái ngã. Thứ nhì là Pháp Vô Ngã, có nghĩa là vạn hữu không có thực ngã, không có tự tính, không độc lập. Cái ý niệm cho rằng không có tự tính hay ngã tạo nên tính đặc thù của mỗi sự vật được những người theo Phật Giáo Đại Thừa khẳng định là đặc biệt của họ chứ không phải của Tiểu Thừa. Ý niệm này thật tự nhiên vì ý niệm về “không tính” là một trong những đặc điểm nổi bật nhất của Đại Thừa, nên thật là tự nhiên khi các học giả Đại Thừa đặc “Pháp Vô Ngã” ở một vị trí nổi bật trong triết học của họ. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Khi một vị Bồ Tát Ma ha tát nhận ra rằng tất cả các pháp đều thoát ngoài tâm, mạt na, ý thức, ngũ pháp, và ba tự tính, thì vị ấy được gọi là hiểu rõ thực nghĩa của “Pháp Vô Ngã.”

Nhân Vô Ngã: Nhân Vô Ngã có nghĩa là con người không có sự thường hằng của cái ngã. Nói cách khác, ngũ uẩn trong con người đều không có tự ngã. Trong tu tập Phật giáo, quan điểm không phân biệt người với mình hay mình với người rất quan trọng. Người Phật tử nên luôn giữ quan điểm này trong tu tập của mình. Đạo Phật dạy rằng con người được năm yếu tố kết hợp nên, gọi là ngũ uẩn: vật chất, cảm giác, tư tưởng, hành nghiệp và nhận thức. Nếu vật chất là do tứ đại cấu thành, trống rỗng, không có thực chất thì con người, do ngũ uẩn kết hợp, cũng không có tự ngã vĩnh cửu, hay một chủ thể bất biến. Con người thay đổi từng giây từng phút, cũng trải qua sát na vô thường và

nhất kỳ vô thường. Nhờ nhìn sâu vào ngũ uẩn cho nên thấy “Ngũ ấm vô ngã, sinh diệt biến đổi, hư ngụy không chủ” và đánh tan được ảo giác cho rằng thân này là một bản ngã vĩnh cửu. Vô Ngã Quán là một đề tài thiền quán quan trọng vào bậc nhất của đạo Phật. Nhờ Vô Ngã Quán mà hành giả tháo tung được biên giới giữa ngã và phi ngã, thấy được hòa điệu đại đồng của vũ trụ, thấy ta trong người và người trong ta, thấy quá khứ và vị lai trong hiện tại, và siêu việt được sinh tử. Chữ Anatman trong Phạn ngữ có nghĩa là vô nhân tính, không có thực chất hay vô ngã. Thuyết Vô Ngã có hai đặc tánh chính là pháp vô ngã và nhân vô ngã. Đôi khi giáo lý “vô ngã” gây ra bối rối và hiểu lầm. Bất cứ lúc nào chúng ta nói “Tôi đang nói”, hay “Tôi đang đi”, vân vân. Như vậy làm sao chúng ta có thể chối bỏ thực tế của cái “Ta”? Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng Đức Phật không bảo chúng ta chối bỏ việc xưng hô “Ta” hay “Tôi”. Chính Đức Phật còn phải dùng một từ nào đó để xưng hô, như từ “Như Lai” chẳng hạn, không cần biết từ này có nghĩa gì, nó vẫn là một từ hay một danh xưng. Khi Đức Phật dạy về “Vô ngã”, Ngài nhấn mạnh đến sự từ bỏ một ý niệm cho rằng “Tôi” là một thực thể thường hằng và không thay đổi. Ngài nói năm uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành và thức) không phải là cái “Ta”, và không có cái “Ta” nào được tìm thấy trong năm uẩn này cả. Sự phủ nhận của Đức Phật có nghĩa là sự phủ nhận một niềm tin có một thực thể có thật, độc lập và thường còn được người ta gọi là “Ta” vì một thực thể như vậy phải độc lập, phải thường còn, không biến đổi, không hoán chuyển, nhưng một thực thể như vậy hay một cái “Ta” như thế không thể tìm thấy ở đâu được. Khi Đức Phật đưa ra khái niệm về “Vô ngã,” Ngài đã làm đảo lộn không biết bao nhiêu quan niệm về vũ trụ và nhân sinh. Đức Phật đã giáng một đòn lớn trên ý niệm phổ biến và kiên cố nhất của loài người thời đó: ý niệm về sự tồn tại của cái “ngã” thường còn. Những ai thấu hiểu được vô ngã đều biết rằng nó được đưa ra để đánh đổ ý niệm về “ngã” chứ không phải là một đồ án mới của thực tại. Khái niệm “Vô ngã” là phương tiện, chứ không phải là cứu cánh. Nếu nó trở thành một ý niệm thì nó cũng cần được phá vỡ như bao nhiêu ý niệm khác.

Một hôm, Cư Sĩ Thiền Sư Long Uẩn (740-803) tham dự một buổi giảng kinh Kim Cang. Khi tọa chủ giảng đến chỗ “Vô ngã, vô nhơn,” ông bèn hỏi: “Tọa chủ! Nếu có vô ngã vô nhơn (không ta không người), vậy thì ai giảng và ai nghe đây?” Tọa chủ không đáp được. Bàng Long Uẩn nói: “Tuy tôi là người phạm tục, nhưng tôi sẽ hiến cho ngài cái

hiếu biết thô thiển của tôi." Tọa chủ hỏi: "Theo cư sĩ ý thế nào?" Bàn Long Uẩn bèn đáp lại với bài kệ này:

"Vô ngã phục vô nhơn
 Tác ma hữu sơ thân
 Khuyển quân hựu lịch tọa
 Bất tợ trực cầu chơn
 Kim Cang Bát Nhã tánh
 Ngoại tuyệt nhất tim trần
 Ngã văn tịnh tín thọ
 Tổng thị giả danh trần."
 (Không ngã lại không nhơn
 Làm gì có thân sơ
 Khuyển ông đừng ngồi mãi
 Đâu bằng thẳng cầu chơn
 Tánh Kim Cang Bát Nhã
 Chẳng dính một mảy trần
 Tôi nghe với tin nhận
 Thấy đều giả danh trần).

Pháp Vô Ngã: Mọi pháp đều không có thực ngã, tất cả đều phải lệ thuộc vào luật nhân quả. Vạn hữu không có thực ngã, không có tự tính, không độc lập. Cái ý niệm cho rằng không có tự tính hay ngã tạo nên tính đặc thù của mỗi sự vật được những người theo Phật Giáo Đại Thừa khẳng định là đặc biệt của họ chứ không phải của Tiểu Thừa. Ý niệm này thật tự nhiên vì ý niệm về “không tính” là một trong những đặc điểm nổi bật nhất của Đại Thừa, nên thật là tự nhiên khi các học giả Đại Thừa đặc “Pháp Vô Ngã” ở một vị trí nổi bật trong triết học của họ. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Khi một vị Bồ Tát Ma ha tát nhận ra rằng tất cả các pháp đều thoát ngoài tâm, mặt na, ý thức, ngũ pháp, và ba tự tính, thì vị ấy được gọi là hiểu rõ thực nghĩa của “Pháp Vô Ngã.” Vô Ngã là một trong tám đặc tánh của giác ngộ trong Thiền. Có lẽ khía cạnh đáng chú ý nhất của kinh nghiệm Thiền là ở chỗ nó không có dấu vết nhân ngã. Trong sự chứng ngộ của Phật giáo, không hề có chút dính dáng với những quan hệ và xúc cảm cá nhân bằng những từ ngữ thông diễn dựa trên một hệ thống hữu hạn của tư tưởng; thực tình, chẳng liên quan gì với chính kinh nghiệm. Dù ở đâu đi nữa, thì sự chứng ngộ hoàn toàn mang tính cách vô ngã, hay đúng hơn, trí năng tối thượng. Không những sự chứng ngộ chỉ là một biến cố bình

thường, nhạt nhẽo, mà cái cơ duyên kích phát như cũng vô vị và thiếu hẳn cảm giác siêu nhiên. Sự chứng ngộ được kinh nghiệm ngay trong mọi biến cố bình sinh. Nó không xuất hiện như một hiện tượng phi thường mà người ta thấy ghi chép trong các tác phẩm thần bí của Thiên Chúa giáo. Khi sự bùng vỡ của tâm trí bạn đã đến lúc chín mùi, người ta nắm tay bạn, vỗ vai bạn, mang cho một chén trà, gây một chú ý tầm thường nhất, hay đọc một đoạn kinh, một bài thơ, bạn chứng ngộ tức khắc. Ở đây chẳng có tiếng gọi của Thánh linh, chẳng có sự sung mãn của Thánh sủng, chẳng có ánh sáng vinh danh nào hết. Và ở đây chẳng chút sắc màu lung lẫy; tất cả đều xám xịt, không một chút ấn tượng, không một chút quyến rũ.

Ai hiểu được Pháp Vô Ngã là đang trên đường làm khô cạn dòng suối Sanh Tử. Hành giả một khi quán chiếu và toàn chứng vạn pháp vô ngã là đang trên đường thoát vòng sanh tử luân hồi. Quán Pháp có nghĩa là tỉnh thức trên tất cả các pháp. Quán Pháp không phải là suy tư hay lý luận suông mà cùng đi chung với tâm tỉnh giác khi các pháp khởi diệt. Thí dụ như khi có tham dục khởi lên thì ta liền biết có tham dục đang khởi lên; khi có tham dục đang hiện hữu, ta liền biết có tham dục đang hiện hữu, và khi tham dục đang diệt, chúng ta liền biết tham dục đang diệt. Nói cách khác, khi có tham dục hay khi không có tham dục, chúng ta đều biết hay tỉnh thức là có hay không có tham dục trong chúng ta. Chúng ta nên luôn tỉnh thức cùng thể ấy với các triền cái (chướng ngại) khác, cũng như ngũ uẩn thủ (chấp vào ngũ uẩn). Chúng ta cũng nên tỉnh thức với lục căn bên trong và lục cảnh bên ngoài. Qua quán pháp trên lục căn và lục cảnh, chúng ta biết đây là mắt, hình thể và những trói buộc phát sanh do bởi mắt và trần cảnh ấy; rồi tai, âm thanh và những trói buộc; rồi mũi, mùi và những trói buộc của chúng; lưỡi, vị và những trói buộc liên hệ; thân, sự xúc chạm và những trói buộc; ý, đối tượng của tâm và những trói buộc do chúng gây nên. Chúng ta luôn tỉnh thức những trói buộc do lục căn và lục trần làm khởi lên cũng như lúc chúng hoại diệt. Tương tự như vậy, chúng ta tỉnh thức trên thất bồ đề phần hay thất giác chi, và Tứ Diệu Đế, vân vân. Nhờ vậy mà chúng ta luôn tỉnh thức quán chiếu và thấu hiểu các pháp, đối tượng của tâm, chúng ta sống giải thoát, không bám víu vào bất luận thứ gì trên thế gian. Cuộc sống của chúng ta như vậy là cuộc sống hoàn toàn thoát khỏi mọi trói buộc. Hành giả tu thiền phải quán sát để thấy rằng chư pháp vô ngã và không có thực tướng. Mọi vật trên đời, vật

chất hay tinh thần, đều tùy thuộc lẫn nhau để hoạt động hay sinh tồn. Chúng không tự hoạt động. Chúng không có tự tánh. Chúng không thể tự tồn tại được. Thân thể con người gồm hàng tỷ tế bào nương tựa vào nhau, một tế bào chết sẽ ảnh hưởng đến nhiều tế bào khác. Cũng như vậy, nhà cửa, xe cộ, đường xá, núi non, sông ngòi đều được kết hợp bởi nhiều thứ chứ không tự tồn. Do vậy, mọi vật trên đời này đều là sự kết hợp của nhiều vật khác. Chẳng hạn như nếu không có chất bổ dưỡng, nước, và không khí thì thân thể này chắc chắn sẽ ốm o gầy mòn và cuối cùng sẽ bị hoại diệt. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy rằng vạn pháp vô ngã, không, và vô thường. Hành giả nào thường quán pháp vô ngã thì những vị ấy sẽ trở nên khiêm nhường và đáng mến hơn. Thật vậy, vạn pháp không có thực tướng, chúng chỉ là sự kết hợp của tứ đại, và mỗi đại không có tự tánh, không thể đứng riêng lẻ, nên vạn pháp vô ngã. Quán pháp vô ngã, chúng chỉ nương tựa vào nhau để thành lập, từ đó phủ nhận ý nghĩ về “Ngã.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán pháp trên các pháp, tinh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời.

Chương Hai Mươi Ba

Cảnh Giới Như Lai Thánh Trí Tự Giác Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan & Ý Nghĩa Của Như Lai:

Như Lai nghĩa đen là như đến, hay như thế, chỉ trạng thái giác ngộ. Như Lai có thể được hiểu là “Giác ngộ như thế tôi đến” và dùng chung cho tất cả các Phật hơn là riêng cho Phật Thích Ca Mâu Ni. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng Như Lai không phải là đấng Thượng Đế hay nhà tiên tri của Thượng Đế. Như Lai là đấng đã giác ngộ toàn hảo cao nhất (samyak-sambuddha). Trong Phật giáo Đại thừa, Như Lai được dùng dưới hình thức hóa thân, làm trung gian giữa bản chất và hiện tượng. Như Lai còn đồng nghĩa với “Tuyệt đối,” “Bất Nhã” hay “Hư không.” Bậc Như Lai siêu việt lên trên tất cả đa nguyên tánh và phạm trù của tư tưởng, có thể coi là không phải vĩnh hằng mà cũng không phải là phi vĩnh hằng. Ngài là bậc không thể truy tầm dấu tích. Vĩnh hằng và phi vĩnh hằng chỉ được dùng trong lãnh vực nhị nguyên tánh chứ không thể dùng trong trường hợp phi nhị nguyên. Bởi lẽ các bậc Chân Như đều giống nhau trong sự hiển hiện, vì thế tất cả chúng sanh đều tiềm năng trở thành Như Lai. Chính Như Lai tánh hiện hữu trong chúng ta, khiến cho chúng ta khao khát tìm cầu Niết Bàn, và cuối cùng tánh ấy sẽ giúp giải thoát chúng ta. Như Lai là một trong mười danh hiệu của Phật mà Đức Phật dùng khi xưng hô. Ngài đã sanh ra, đã sống và đã diệt độ như mọi người. Ngài không để lại trong giáo lý của Ngài bất cứ một giả thuyết nào. Biến cố về cuộc đời của đấng Như Lai đã là nguồn cảm hứng và hy vọng cho con người vì ai cũng có thể hy vọng rằng rồi đây mình cũng sẽ được như Ngài nếu mình quyết chí hết mình tu tập.

Từ vô lượng vô biên kiếp trước khi Đức Phật thị hiện, đã có hằng hà sa số chư Phật đã tìm ra con đường và đã chỉ giáo cho chúng sanh. Chư Phật khác đã sống ở những thời xa xưa đến nỗi không còn dấu tích lịch sử ghi lại về các Ngài, nhưng những Chân lý mà các Ngài giảng dạy cũng giống như những điều mà Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã giảng dạy chúng ta gần 2.600 năm về trước, vì đó là những chân lý không bao giờ thay đổi. Nghĩa đen của “Như Lai” là như đến, hay như

thế, chỉ trạng thái giác ngộ. Như Lai có thể được hiểu là “Giác ngộ như thế tôi đến” và dùng chung cho tất cả các đức Phật hơn là riêng cho Phật Thích Ca Mâu Ni; đáng đã khám phá ra (đạt đến) chân lý; một trong mười danh hiệu của Phật, thường được Phật dùng khi Ngài nói về Ngài và chư Phật; những chúng sanh thuộc hàng Như Lai. Như Lai còn có nghĩa là đáng đã đạt được giác ngộ tối thượng. Phạm ngữ có nghĩa là “Như Lai.” Danh hiệu của chư Phật, có nghĩa là sự thành đạt Bồ Đề, một trạng thái siêu thoát vượt qua tất cả những thành đạt phàm tục. Từ này có thể được chia làm hai phần, hoặc theo biểu thức Tatha+gata, hoặc Tatha+agata. Trong trường hợp thứ nhất nó có nghĩa là “Như khứ,” và trong trường hợp thứ nhì nó có nghĩa là “Như Lai.” Danh hiệu mà đệ tử dùng để gọi Phật. Đức Phật cũng dùng danh hiệu này để tự xưng hô. Tathagata còn có nghĩa là những vị Phật trước đây đã đến và đi. Theo Kinh Trung A Hàm, người ta bảo dấu vết của Như Lai bất khả truy tầm, nghĩa là Ngài vượt lên trên tất cả những nhị nguyên của tư tưởng. Theo Kinh Pháp Cú (254), thì Tathagata có nghĩa là ‘không thể truy tầm dấu tích không trung.’ Ý nghĩa của Như Lai là ‘đã đi như thế,’ tức là không có dấu tích, dấu tích ấy không thể xử dụng phạm trù tư tưởng để tư duy và truy tầm. Theo Ngài Long Thọ trong Trung Quán Luận, bất luận khởi nguyên của chữ “Như Lai” như thế nào, chức năng của nó đã rất rõ ràng. Ngài giáng thế để truyền thọ ánh sáng của Chân Lý cho thế nhân và sau đó đã ra đi mà không để lại dấu vết nào. Ngài là hiện thân của Chân Như. Khi Đức Phật được gọi là Như Lai, nhân cách cá biệt của Ngài được gác qua một bên, mà Ngài được xem là một loại kiểu mẫu điển hình thỉnh thoảng lại xuất hiện trên đời. Ngài là sự thể hiện trên trần thế của Pháp. Như Lai gồm có tại triền và xuất triền Như Lai. Như Lai tại triền, giới hạn và chịu sự chi phối của cuộc sống khổ đau phiền não; hay lý chân như pháp tính ẩn trong phiền não triền phược. Như Lai xuất triền, không giới hạn và không còn chịu sự chi phối của cuộc sống khổ đau phiền não nữa, hay lý chân như không phiền trước, đối nghĩa lại với tại triền chân như.

Không tánh và từ bi là hai đặc tính thiết yếu của Như Lai. Không tánh ở đây có nghĩa là Bát Nhã hay trí tuệ siêu việt. Vốn sẵn không tánh hoặc Bát Nhã cho nên Như Lai đồng nhất với Chân Như; vốn sẵn có từ bi cho nên Như Lai là đáng cứu độ của tất cả chúng sanh hữu tình. “Tathagata” là sự tồn hữu chân chính của tất cả. Khi nói ‘sự tồn hữu chân chính của Như Lai cũng là sự tồn hữu chân chính của tất cả’

là điều bất khả tư nghì. Trong bản chất tối hậu của Ngài thì Như Lai là ‘cực kỳ thâm sâu, không thể đo lường được.’ Các pháp hay những thành tố của sự tồn tại là bất khả xác định, vì chúng chịu những điều kiện và vì chúng là tương đối. Bậc Như Lai là bất khả xác định hiểu theo nghĩa khác. Như Lai không thể xác định là vì bản chất tối hậu của Ngài, Ngài không phải được sanh ra từ nhân duyên. Vì thế trong Trung Quán Tụng, Ngài Long Thọ đã khẳng định: “Đức Phật siêu việt đối với tư tưởng và ngôn ngữ, và vô sanh vô tử; những ai sử dụng khái niệm phạm trù để mô tả Đức Phật đều là nạn nhân của loại trí tuệ bị chi phối bởi ngôn ngữ và lý luận, và như vậy không thể nào thấy được Như Lai trong bản thể đích thực của Ngài.”

II. Cảnh Giới Như Lai Thánh Trí Tự Giác Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Trong kinh Lăng Già, đức Phật còn chỉ cho hành giả về cảnh giới Như Lai Thánh trí Tự Giác. Chủ đề của Kinh Lăng Già là khai thác nội dung của "Ngộ", nghĩa là cảnh giới tự giác của đức Phật, và cũng là chân lý tối thượng của Phật giáo Đại Thừa. Kinh chủ trương A Lại Da là chỗ chứa tất cả những hạt giống nghiệp; tuy nhiên, điều này thật sự không phải là trung tâm tư tưởng của bộ kinh, mà đó chỉ là mượn sự dễ hiểu, nhằm minh giải "Thánh Trí Tự Giác của chư Phật". Theo Kinh Lăng Già, khi vua Dạ Xoa La Bà Na nhờ Bồ Tát Đại Huệ thỉnh Phật khai thị "Cảnh Giới Như Lai Thánh Trí Tự Giác", đức Phật bèn hóa sơn cung điện của nhà vua thành vô số ngọn núi bằng ngọc ngà châu báu, và trang nghiêm lộng lẫy nhất như cung điện vua trời, trên mỗi ngọn núi có Phật nói kinh, trước mỗi vị Phật nói kinh đều có quý vương cùng quyến thuộc nghe kinh, như thế, ở khắp nước trong mười phương thế giới, trong mỗi nước có Như Lai hiện ra, trước Như Lai lại có quý vương, quyến thuộc, cung điện, vườn cảnh, tất cả đều được trang trí y hệt như tại núi Lăng Già. Ngoài ra, trong mỗi pháp hội còn có Bồ Tát Đại Huệ thỉnh Phật nói về "cảnh giới Như Lai tự giác"; rồi khi Phật nói xong thời pháp bằng trăm ngàn diệu âm thời đột nhiên toàn thể cảnh trước mắt tan mất, và Phật cùng chư Bồ Tát và đoàn tùy tùng cũng biến mất luôn, còn lại giữa cung điện cũ chỉ có quý vương La Bà Na trở lại một mình. Bấy giờ nhà vua lại nghĩ như vậy "Người hỏi là ai? Người nghe là ai? Cảnh hiện trước mắt là gì? Mộng chăng? Ảo chăng?" Rồi vua La Bà Na cũng tự đáp: "Tất cả đều như vậy hết, toàn

do tâm tạo ra. Vì tâm có phân biệt vọng tưởng nên có muôn vật. Nếu trong tâm không phân biệt thì ngoài muôn vật hiện toàn chân." Nghĩ đến đây, nhà vua nghe rền khắp, trên không trung, và cả cung điện, tiếng nói: "Đúng vậy, Đại Vương, đúng vậy! Đại Vương, hãy theo đó mà hành trì!" Không phải chỉ riêng kinh Lăng Già ghi chép những phép lạ vượt ra ngoài tất cả điều kiện tương đối về không gian thời gian, cũng như về nhân sự, cả vật chất và tinh thần, mà phần lớn văn học Đại Thừa đều có nhiều giai thoại như vậy. Bên cạnh đó, văn học Nguyên Thủy cũng không thua kém gì trong khi văn học này không những chỉ nói đến "Tam Minh" của Phật, biết quá khứ, vị lai và giải thoát hiện tại, mà còn nói Phật đã làm ba phép lạ, là phép biến hóa, phép giáo hóa và phép thị hiện. Tuy nhiên, xét cho kỹ ra những phép lạ ấy được mô tả trong các kinh điển đều có mục đích là trang nghiêm hóa và thần tượng hóa nhân cách của đức Phật mà thôi.

Chương Hai Mươi Bốn

Ngũ Uẩn Không Có Tự Ngã Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Uẩn Trong Phật Giáo:

Phạn ngữ Skandha có nghĩa là “nhóm, cụm hay đồng.” Theo đạo Phật Skandha có nghĩa là thân cây hay thân người. Nó cũng có nghĩa là năm nhóm, năm hiện tượng hay năm yếu tố kết thành sự tồn tại của chúng sanh. Theo triết học Phật giáo, mỗi hiện hữu cá nhân gồm năm thành tố hay uẩn, đó là sắc, thọ, tưởng, hành, thức, và vì chúng luôn thay đổi nên những ai cố gắng luyến chấp vào chúng sẽ phải chịu khổ đau phiền não. Tuy những yếu tố này thường được coi như là “sự luyến ái của các uẩn” vì, dù chúng là vô thường và luôn thay đổi, phàm phu luôn luôn phát triển những ham muốn về chúng. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm nhóm cấu thành một con người (ngũ uẩn). Ngũ uẩn là năm thứ làm thành con người. Ngũ uẩn là căn đế của mọi si mê làm cho chúng sanh xa rời Phật Tánh hằng hữu của mình. Ngũ uẩn được coi như là những ma quân chống lại với Phật tính nơi mỗi con người. Sắc cùng bốn yếu tố tinh thần cùng nhau kết hợp thành đời sống. Theo kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Nhì, Đức Phật đã nhắc ngài A Nan về Ngũ Ấm như sau: “Ông A Nan! Ông còn chưa biết hết thấy các tướng huyễn hóa nơi phù trần đều do nơi vọng niệm phân biệt mà sinh ra, lại cũng do nơi đó mà mất. Huyễn vọng là cái tướng bên ngoài. Tính sâu xa vẫn là diệu giác minh. Như vậy cho đến ngũ ấm, lục nhập, từ thập nhị xứ đến thập bát giới, khi nhân duyên hòa hợp, hư vọng như có sinh. Khi nhân duyên chia rẽ, hư vọng gọi là diệt. Không biết rằng dù sinh diệt, đi lại, đều trong vòng Như Lai tạng trùm khắp mười phương, không lay động, không thêm bớt, sinh diệt. Trong tính chân thường ấy, cầu những sự đi, lại, mê, ngộ, sinh, tử, đều không thể được.

Theo Tiểu Kinh Phương Quảng, Trung Bộ Kinh, số 44, để trả lời cư sĩ Visakha về Thân kiến hay Ngũ uẩn thủ, Tỳ Kheo Ni Dhammadinna đã giải thích: “Thủ nầy tức là năm thủ uẩn kia, thủ nầy không khác với năm thủ uẩn kia. Phàm có dục tham đối với năm thủ uẩn, tức là chấp thủ đối với chúng. Kẻ vô văn phàm phu không đến yết kiến các bậc

Thánh, không thuần thực pháp các bậc Thánh, không tu tập pháp các bậc Thánh, không đến yết kiến các bậc Chân nhân, không thuần thực pháp các bậc Chân nhân, không tu tập pháp các bậc Chân nhân, xem sắc là tự ngã hay xem tự ngã là có sắc, hay xem tự ngã là trong sắc; xem thọ là tự ngã hay xem tự ngã là có thọ, hay xem thọ là trong tự ngã; xem tưởng là tự ngã, hay xem tự ngã là có tưởng, hay xem tưởng là trong tự ngã, hay xem tự ngã là trong tưởng; xem hành là tự ngã, hay xem tự ngã là có hành, hay xem hành là trong tự ngã, hay xem tự ngã là trong hành; xem thức là tự ngã, hay xem tự ngã là có thức, hay xem thức là trong tự ngã, hay xem tự ngã là trong thức. Đó là thân kiến. Ngược lại, vị đa văn Thánh đệ tử đến yết kiến các bậc Thánh, thuần thực pháp các bậc Thánh, tu tập pháp các bậc Thánh, đến yết kiến các bậc Chân nhân, thuần thực pháp các bậc Chân nhân, tu tập pháp các bậc Chân nhân, không xem sắc là tự ngã, không xem tự ngã là có sắc, không xem tự ngã là trong sắc; không xem thọ là tự ngã, không xem tự ngã là trong thọ, không xem thọ là trong tự ngã; không xem tưởng là tự ngã, không xem tự ngã là có tưởng, không xem tưởng là trong tự ngã, không xem tự ngã là trong tưởng; không xem hành là tự ngã, không xem tự ngã là có hành, không xem hành là trong tự ngã, không xem tự ngã là trong hành; không xem thức là tự ngã, không xem tự ngã là có thức, không xem thức là trong tự ngã, không xem tự ngã là trong thức. Đó là không có thân kiến.”

Thuyết tắt định chỉ cho lý thuyết có sự quyết định của ‘định mệnh,’ hay Thiên mệnh, hay thượng đế. Phật giáo chủ trương sự vắng mặt của một bản ngã thường hằng bất biến. Theo Kinh Duy Ma Cật, vô ngã có nghĩa là sự hiểu biết chơn chánh rằng thân gồm ngũ uẩn chứ không có cái gọi là “bản ngã trường tồn.” Tứ đại chỉ hiện hữu bởi những duyên hợp. Không có vật chất trường tồn bất biến trong thân này. Khi tứ đại hết duyên tan rã thì thân này lập tức biến mất. Vì vật chất do tứ đại cấu thành, trống rỗng, không có thực chất, nên con người do ngũ uẩn kết hợp, cũng không có tự ngã vĩnh cửu. Đây chính là giáo lý cốt lõi của đạo Phật, tứ đại thì bất tịnh và ngũ uẩn vô ngã. Chính vì những lý do này mà con người thay đổi từng giây từng phút. Theo giáo lý Tiểu Thừa thì “Vô Ngã” chỉ áp dụng cho loài người, nhưng trong Phật giáo Đại Thừa thì vạn hữu đều vô ngã. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật giáo, Đức Phật xem thế giới này là thế giới của khổ đau, và Ngài đã dạy những phương pháp đối trị nó.

Vậy cái gì đã làm thế giới này trở thành khổ đau? Lý do đầu tiên như Đức Phật đã dạy, là các pháp đều vô ngã, nghĩa là vạn vật, hữu tình hay vô tình, tất cả đều không có cái mà chúng ta có thể gọi là bản ngã hay thực thể. Chúng ta thử khảo sát con người. Một người không thể xem tinh thần hay hồn của y là một thực ngã. Y hiện hữu nhưng không thể nào nắm được cái thực thể của y, không thể tìm thấy được tinh thần của y, bởi vì sự hiện hữu của con người không gì ngoài cái ‘hiện hữu tùy thuộc vào một chuỗi nhân duyên.’

II. Ngũ Uẩn Không Có Tự Ngã Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Như trên đã đề cập, theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm uẩn thủ: Sắc Thủ Uẩn (chấp thủ sắc), Thọ Thủ Uẩn (chấp thủ thọ), Tưởng Thủ Uẩn (chấp thủ tưởng), Hành Thủ Uẩn (chấp thủ hành), Thức Thủ Uẩn (chấp thủ thức). Trong Trung Bộ kinh, đức Phật đưa ra năm hình ảnh cụ thể để chỉ dạy về bản chất vô thường của ngũ uẩn thủ. Ngài ví hình thể vật chất hay sắc như một khối bọt, cảm giác hay thọ như bong bóng nước, tri giác hay tưởng như ảo cảnh, những hoạt động có tác ý của tâm hay hành như một loại cây mềm rỗng ruột, và thức như ảo tưởng. Vì vậy Ngài bảo chư Tăng: “Này chư Tỳ Kheo, có thể nào chẳng một bản thể vững bền nằm trong một khối bọt, trong bong bóng nước, trong ảo cảnh, trong loại cây mềm rỗng ruột, hay trong ảo tưởng? Bất cứ hình thể vật chất nào, dầu trong quá khứ, vị lai hay hiện tại, ở trong hay ở ngoài, thô thiển hay vi tế, thấp hay cao, xa hay gần... mà hành giả nhìn thấy, hành giả nên quán sát hình thể vật chất ấy với sự chú tâm khôn ngoan hay sự chú tâm chân chánh. Một khi hành giả nhìn thấy, suy niệm, và quán sát hình thể vật chất với sự chú tâm chân chánh thì hành giả sẽ thấy rằng nó rỗng không, nó không có thực chất và không có bản thể. Này chư Tỳ Kheo có chẳng một bản thể trong hình thể vật chất?” Và cùng thế ấy Đức Phật tiếp tục giảng giải về bốn uẩn còn lại: “Này chư Tỳ Kheo, có thể nào thọ, tưởng, hành, thức lại có thể nằm trong một khối bọt, trong bong bóng nước, trong ảo cảnh, trong loại cây mềm rỗng ruột, hay trong ảo tưởng?”

Đức Phật dạy trong Kinh Sati Patthana: “Nếu chịu nhẫn nại và có ý chí, bạn sẽ thấy được bộ mặt thật của sự vật. Nếu bạn chịu quay vào nội tâm và quán chiếu bề sâu của tâm khảm, chú tâm nhận xét một cách khách quan, không liên tưởng đến bản ngã, và chịu trau dồi như

vậy trong một thời gian, bạn sẽ thấy ngũ uẩn không phải là một thực thể mà là một loạt các tiến trình vật chất và tinh thần. Rồi bạn sẽ không còn lầm lẫn cái bề ngoài với cái thực. Bạn sẽ thấy ngũ uẩn phát sinh và biến đi một cách liên tục và nhanh chóng. Chúng luôn luôn biến đổi từng phút từng giây, không bao giờ tĩnh mà luôn động, không bao giờ là thực thể mà luôn biến hiện. **Và Đức Phật dạy tiếp trong Kinh Lăng Già: “Như Lai không khác cũng không phải không khác với các uẩn”.** Thuyết Vô Ngã có hai đặc tánh chính là pháp vô ngã và nhân vô ngã. Pháp Vô Ngã (Dharmanairatmya): Vạn hữu không có thực ngã, không có tự tính, không độc lập. Cái ý niệm cho rằng không có tự tính hay ngã tạo nên tính đặc thù của mỗi sự vật được những người theo Phật Giáo Đại Thừa khẳng định là đặc biệt của họ chứ không phải của Tiểu Thừa. Ý niệm này thật tự nhiên vì ý niệm về “không tính” là một trong những đặc điểm nổi bật nhất của Đại Thừa, nên thật là tự nhiên khi các học giả Đại Thừa đặc “Pháp Vô Ngã” ở một vị trí nổi bật trong triết học của họ. **Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Khi một vị Bồ Tát Ma ha tát nhận ra rằng tất cả các pháp đều thoát ngoài tâm, mặt na, ý thức, ngũ pháp, và ba tự tính, thì vị ấy được gọi là hiểu rõ thực nghĩa của “Pháp Vô Ngã.” Nhân Vô Ngã có nghĩa là con người không có sự thường hằng của cái ngã. Nói cách khác, ngũ uẩn trong con người đều không có tự ngã.**

Nói tóm lại, theo kinh Lăng Già, ngũ uẩn cấu tạo nên con người không có tự ngã của chính chúng. Mọi vật hiện hữu đều là vì nhân duyên, và nó sẽ tan biến khi những tác dụng của chuỗi nhân duyên ấy chấm dứt. Những làn sóng trên mặt nước quả là hiện hữu, nhưng có thể gọi mỗi làn sóng đều có tự ngã hay không? Sóng chỉ hiện hữu khi có gió lay động. Mỗi làn sóng đều có riêng đặc tính tùy theo sự phối hợp của những nhân duyên, cường độ của gió và những chuyển động, phương hướng của gió, vân vân. Nhưng khi những tác dụng của những nhân duyên đó chấm dứt, sóng sẽ không còn nữa. Cũng vậy, không thể nào có cái ngã biệt lập với nhân duyên được. Khi con người còn là một hiện hữu tùy thuộc một chuỗi nhân duyên thì, nếu cố gắng trì giữ lấy chính mình và nhìn mọi vật quanh mình từ quan điểm độc tôn ngã là một điều thật vô lý. Mọi người phải từ bỏ cái ngã của mình, cố gắng giúp đỡ kẻ khác và phải nhận hức cái hiện hữu cộng đồng, vì không thể nào con người hoàn toàn hiện hữu độc lập được. Nếu mọi vật đều hiện hữu tùy thuộc vào một chuỗi những nhân duyên thì cái hiện hữu

đó cũng chỉ là tùy thuộc điều kiện mà thôi; không có một vật chất nào trong vũ trụ này có thể trường tồn hay tự tại. Do đó Đức Phật dạy rằng vô ngã là yếu tính của vạn vật, và từ đó, đưa đến một lý thuyết nữa là vạn vật đều vô thường, là điều không thể tránh. Hầu hết mọi người đều dốc hết năng lực vào việc gìn giữ sự hiện hữu của mình và những tư hữu của họ. Nhưng thực ra, không thể nào tìm được trung tâm hiện hữu của nó, cũng không thể nào giữ nó đời đời được. Không vật nào là không biến chuyển, ngay cả trong một sát na. Không những nó bất ổn trong tương quan với không gian, mà nó cũng bất ổn trong tương quan với thời gian nữa. Nếu ta có thể tìm được một thế giới không có không gian và thời gian, thế giới đó mới thật là thế giới tự do chân thật, tức là Niết Bàn. Nếu như những nhà vật lý hiện đại xác nhận, không gian là một trong những số lượng biến đổi và thời gian là tương đối thì thế giới của không gian thời gian này là cái ngục tù mà chúng ta không thể nào thoát ra được, tức là chúng ta đã bị trói buộc trong vòng nhân quả rồi vậy. Khi nào con người chưa tìm được cái thế giới không bị hạn cuộc bởi thời gian và không gian, con người vẫn phải là một tạo vật khổ đau. Xác nhận rằng con người có thể đạt được cảnh giới đó, cảnh giới không bị hạn cuộc bởi thời gian và không gian là sứ mệnh của Phật Giáo. Lẽ dĩ nhiên không có gì có thể được xem như là không gian vô hạn và thời gian vô cùng. Ngay cả vật lý học ngày nay cũng nhìn nhận cái vô tận của thời gian và không gian. Tuy nhiên, Đức Phật đã xướng thuyết về lý tưởng Niết Bàn hay tịch diệt, theo nguyên tắc vô thường và vô ngã. Niết Bàn có nghĩa là hủy diệt sinh tử, hủy diệt thế giới dục vọng, hủy diệt những điều kiện thời gian và không gian. Sau hết, Niết Bàn có nghĩa là cảnh giới của giải thoát viên mãn. Vô ngã hay không có sự bất biến, vô thường hay không có sự trường tồn là trạng huống thật sự của sự hiện hữu của chúng ta. Niết Bàn theo nghĩa tiêu cực là hủy diệt, nhưng theo nghĩa tích cực là tròn đầy, là lý tưởng của chúng ta, ấy là sự giải thoát trọn vẹn.

Chương Hai Mười Lăm

Tâm Cảnh Như Nhất & Bất Khả Phân Ly Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Tâm Cảnh Như Nhất Theo Phật Giáo:

Như trên đã đề cập, tâm là một tên khác của A Lại Da Thức (vì nó tích tập hạt giống của chư pháp hoặc huân tập các hạt giống từ chủng tử chủng pháp mà nó huân tập). Không giống như xác thân vật chất, cái tâm là phi vật chất. Chúng ta nhận thức được những tư tưởng và cảm nghĩ của chúng ta cùng nhiều điều khác bằng trực giác, và chúng ta kết luận sự hiện hữu của chúng bằng phép loại suy. Tâm là gốc của muôn pháp. Trong Tâm Địa Quán Kinh, Đức Phật dạy: “Trong Phật pháp, lấy tâm làm chủ. Tất cả các pháp đều do tâm sanh.” Tâm tạo ra chư Phật, tâm tạo thiên đường, tâm tạo địa ngục. Tâm là động lực chính làm cho ta sung sướng hay đau khổ, vui hay buồn, trầm luân hay giải thoát. Cảnh là nơi tâm vin vào đó mà chạy theo gọi là cảnh, như pháp là nơi ý thức vin vào gọi là pháp cảnh, sắc là nhãn thức vin vào đó gọi là sắc cảnh, thanh là nơi nhĩ thức vin vào gọi là thanh cảnh, vân vân.

Tâm cảnh như nhất có nghĩa là tâm và cảnh là một. Theo Thiền sư Nội Sơn Hưng Chính trong quyển Mở Vòng Tay Tư Duy, Thiền thường được nghĩ như là một tâm thái trong đó bạn trở thành một với môi trường chung quanh. Có sự diễn tả nói rằng tâm và cảnh là một. Người ta hiểu giác ngộ như là rơi vào trạng thái một thứ tâm hoan hỷ nào đó trong đó các hiện tượng ngoại giới nhập vào làm một với bản thể của chính mình. Tuy nhiên, nếu tâm thái đó là tinh thần của Thiền, thì, để đạt đến, người ta chỉ cần giữ cho thân bất động, không nhúc nhích là được. Để làm được điều đó, người ta phải mất rất nhiều thời gian rảnh rỗi, không phải lo lắng cho bữa ăn sắp tới. Điều này có nghĩa là Thiền không thật sự dành cho những ai phải dùng hầu hết thời gian và năng lượng để kiếm sống. Tọa thiền, là một tôn giáo chân chính, khó có thể được coi như một trò tiêu khiển của những người giàu có và nhàn hạ. Quan điểm tuyệt vời về tu tập của Thiền sư Đạo Nguyên Hy Huyền cho rằng tọa thiền là một tôn giáo phải hoạt động một cách cụ thể trong cuộc sống hằng ngày. Nói rằng "Tâm và Cảnh là một" là đúng,

nhưng điều này không có nghĩa là chúng ta bị lạc vào trạng thái tâm mê mờ đờ đẫn. Đúng hơn, điều này có nghĩa là chúng ta nên đặt hết năng lượng của chúng ta vào công việc.

II. Tâm Cảnh Như Nhất & Bất Khả Phân Ly Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Trước khi đi vào chi tiết về cảnh và tâm không thể tách rời, chúng ta hãy nói về phân biệt và vô phân biệt, vì hai vấn đề này liên hệ mật thiết với nhau. “Vikalpa” là thuật ngữ Bắc Phạn dùng để chỉ “Phân Biệt,” một trong những từ Phật giáo quan trọng trong nhiều kinh điển và luận điển khác nhau. Từ Trung Hoa là “Fen-Pieh,” có nghĩa là cắt và chia ra bằng dao, điều này tương ứng chính xác với từ gốc Phạn ngữ “Viklp.” Như thế người ta có thể nói “phân biệt” là nhận thức có tính cách phân tích, nó gọi lên sự hiểu biết có tính cách tương đối và biện luận mà chúng ta dùng trong các mối giao thiệp hằng ngày giữa chúng ta và thế giới bên ngoài, cũng như trong tư tưởng suy tư cao độ của chúng ta. Vì cốt lõi của tư tưởng là phân tích, nghĩa là phân biệt, con dao giải phẫu càng sắc bén, thì sự suy lý càng vi tế và kết quả càng vi diệu hơn. Nhưng theo cách tư duy của Phật giáo, hoặc đúng hơn theo kinh nghiệm của Phật giáo, năng lực phân biệt này đặt căn bản bên Trí Vô Phân Biệt. Trí huệ là cái có nền tảng trong tri thức con người, và nhờ nó mà chúng ta có thể phóng cái nhìn vào tự tánh mà tất cả chúng ta đều có, nó cũng được biết như là Phật tánh. Thực ra Tự tánh chính là Trí tuệ. Và Trí Vô Phân Biệt này là cái “tự tại với ái nhiễm.” Tâm không phân biệt là tâm thức xa lìa vượt bỏ cái ý thức phân biệt (đạt đến trí tuệ bình đẳng chân thực). Có hai loại: Vô Phân Biệt Tâm Vô Lậu, tức cái trí thể hội chân như. Cái trí vô lậu không phân biệt. Trạng thái mà chủ thể và đối tượng không còn phân biệt. Vô Phân Biệt Tâm Hữu Lậu, tức là tâm hiện lượng tư tính của cảnh bao gồm trí nhớ do suy nghĩ, lý luận và tự thức. Theo Kinh Lăng Già, tâm cảnh như nhất và bất khả phân ly, vì phân biệt trái nghịch với sự hiểu biết trực giác là sự hiểu biết vượt ngoài phân biệt. Trong cuộc sống thế tục hằng ngày, nếu “phân biệt” được xử lý một cách hợp lý sẽ vận hành để sản sinh ra những hiệu quả tốt, nhưng nó không thể đi sâu vào tâm thức mà chân lý tối hậu tiềm ẩn trong đó. Để đánh thức chân lý ra khỏi giấc ngủ sâu, chúng ta phải từ bỏ phân biệt. Pháp Tướng hay Duy Thức tông cho rằng mọi hình thức chỉ là sự phân biệt chứ không có ngoại lệ.

Phân biệt khởi là các mê hoặc khởi lên từ tư duy, giáo pháp và thầy bạn, ngược lại với những phân biệt sai lầm được huân tập tự nhiên hay là câu sinh khởi. Ý nghĩa về sự chấp trước được phát triển từ kết quả của sự lý luận. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật đã nhắc nhở Ngài Mahamati: “Này Mahamati, huyền ảo không tạo ra các sai lầm, vì các sai lầm phát xuất từ sự phân biệt hư vọng.

Trong Phật giáo, cao, bằng, và kém chỉ là những trạng thái tương đối, chúng luôn biến đổi theo thời gian, không gian và hoàn cảnh. Cái mà bạn xem là vượt trội ở Việt Nam có thể không được xem như vậy tại Hoa Kỳ. Cái mà người ta xem là thấp kém ở Âu châu có thể không bị xem như vậy ở Á châu. Tỷ như tại hầu hết các nơi bên Âu châu, khi có người chết, thân nhân còn lại sẽ đem thi thể người chết chôn hay hỏa thiêu với những nghi thức thích đáng và họ cho như vậy là văn minh. Tuy nhiên, tại một vài nơi ở Á châu, người ta đem thi thể người chết cắt ra từ khúc, rồi đem bỏ vào rừng cho chim hoang ăn, và họ cũng xem như vậy là hợp lý. Bên cạnh đó, trong vòng luân hồi sanh tử, trải qua nhiều đời kiếp, chúng ta đã từng có những địa vị vượt trội, hoặc bằng hoặc thấp kém lẫn nhau. Có lúc bạn là vua, nhưng lúc khác lại là một tên ăn mày. Vì vậy Đức Phật khuyên hàng đệ tử của Ngài là đừng bao giờ cố công so sánh hơn kém trong bất cứ hoàn cảnh nào. Vì khi bạn so sánh cao, bằng và thấp có nghĩa là bạn phân biệt giữa trạng thái tốt và xấu của tâm. Bạn có thể tránh được những lo âu không cần thiết nếu bạn cố gắng đừng so sánh mình với người khác. Kỳ thật, hành động so sánh tự nó không sai trái nếu bạn có khả năng sử dụng nó chỉ nhằm giúp tư tưởng và hành động của bạn tốt hơn. Tuy nhiên, thường thì hành động so sánh hơn kém sẽ đưa bạn đến chỗ lo âu không cần thiết. Nếu bạn nghĩ bạn hơn người, bạn có thể trở nên kiêu ngạo. Nếu bạn nghĩ bạn bằng người, bạn có thể sanh tâm lười biếng, trì trệ và không phấn đấu. Nếu bạn nghĩ bạn kém cỏi hơn người, bạn có thể trở nên nhút nhát, rụt rè, thậm chí đổ kỵ nữa là khác. Vì vậy người Phật tử chân thuần không nên so sánh hơn kém với ai.

Theo Phật giáo, cảnh và tâm không thể tách rời. người Phật tử không bao giờ quan sát bất cứ thứ gì một cách khách quan được. Nghĩa là tâm không thể tách rời khỏi cảnh. Vì thế mà Phật tử ngày nay đề nghị từ “Tham dự viên” thay vì chỉ là “quan sát viên.” Vì khi là quan sát viên, hành giả bị giới hạn trong sự phân biệt giữa chủ thể và đối tượng, nhưng khi đã là một “tham dự viên” thì sự phân biệt giữa chủ

thể và đối tượng biến mất, nhường chỗ cho kinh nghiệm trực tiếp. Ý niệm “tham dự viên” đưa hành giả đến gần sự thực tập thiền quán. Khi chúng ta quán thân trên thân, theo kinh Niệm Xứ, hành giả biết mình quán niệm thân trên thân. Nghĩa là hành giả không coi thân mình như một đối tượng biệt lập với tâm quán niệm của mình. Thiền quán không là sự đo lường hay suy tư trên đối tượng quán niệm mà là một kinh nghiệm trực tiếp về đối tượng ấy. Cái kinh nghiệm trực tiếp này được gọi là nhận thức “vô phân biệt.” Vấn đề đặt ra cho người Phật tử là: “Làm sao tâm con người có thể vượt qua từ phân biệt đến không phân biệt, từ ái nhiễm đến không ái nhiễm, từ hiện hữu đến không hiện hữu, từ tương đối đến tánh không, từ vạn vật đến cái bản tánh sáng như gương hay tự tánh, hoặc theo thuật ngữ Phật giáo từ mê đến ngộ. Làm thế nào bước di chuyển này được hiện thực này tạo nên sự kỳ diệu vĩ đại nhất, không chỉ có trong Phật giáo, mà còn trong tất cả mọi tôn giáo và triết học. Chừng nào thế giới này, như tâm con người nhận thức nó, còn là cảnh giới đối lập, chừng ấy vẫn chưa có con đường để vượt thoát nó và hài lòng với thế giới của “tánh không,” ở đó tất cả những đối lập được cho là tiêu tan hết. Phải sạch dần những thứ hỗn tạp, được biết với cái tên là “vạn pháp,” để thấy ngay chính trong cái gọi là gương bản tánh tự nó là một thứ bất khả tuyệt đối. Tuy nhiên, tất cả mọi Phật tử đều nỗ lực đi đến đó. Được nói theo lối triết học thì câu hỏi “từ phân biệt đến Không phân biệt” được đặt ra không đúng chỗ. Quả thực nó không có tác động quét sạch vạn pháp, đi từ phân biệt đến chỗ vô phân biệt, từ tương đối đến tánh không, vân vân. Nếu người ta chấp nhận một quá trình thanh tẩy, người ta nghĩ rằng một khi sự thanh tẩy này thành tựu, thì cái gương sẽ cho thấy vẻ sáng nguyên thủy của nó, và quá trình vẫn được tiếp tục như thế trên cùng một dòng chuyển động. Nhưng trong thực tế chính sự thanh tẩy là một tác phẩm của vẻ sáng nguyên thủy. Cái gì là “nguyên thủy” thì không còn gì liên hệ với thời gian và không có ai nghĩ rằng trong quá khứ xa xôi thì thanh tịnh và không ô nhiễm, rồi bởi vì nó không còn như thế nữa nên phải lau sạch và trả lại cho nó vẻ sáng như xưa kia. Vẻ sáng ấy hiện hữu trong khắp nơi trong mọi lúc, ngay cả khi người ta tin rằng nó bị phủ bụi và không phản ánh đúng sự vật. Vẻ sáng ấy không phải được phục hồi, nó không phải là một cái gì đó như sự cùng tốt của một quá trình, nó không bao giờ rời bỏ cái gương. Nó là cái mà Pháp Bảo Đàn Kinh và các bản văn kinh khác của Phật giáo nói đến khi nói rằng Phật

tánh thì đồng nhất nơi tất cả chúng sanh, ngu cũng như trí. Như vậy “Trí vô phân biệt,” “tự tại với ái nhiễm,” hay “xưa nay không một vật,” tất cả đều dẫn chúng ta đến cùng một nguồn, đó là suối nguồn chính của kinh nghiệm Thiền. Thiền thường được nghĩ như là một tâm thái trong đó bạn trở thành một với môi trường chung quanh.

Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật đã nhắc nhở Ngài Mahamati: “Này Mahamati, huyền ảo không tạo ra các sai lầm, vì các sai lầm phát xuất từ sự phân biệt hư vọng. Sự vô minh đã cấu thúc phạm phu tạo ra sự phân biệt sai lầm về tự tính. Tức là, vì quá mê đắm vào các phạm trù hữu và phi hữu, sinh và diệt, sự tạo lập và sự hủy hoại, vân vân, vốn là những sản phẩm của phân biệt, nên chúng ta không thể nhìn suốt vào chân lý và thực tính của các sự vật, chúng ta phải thoát ra khỏi sự cấu thúc của cái gọi là sự cần thiết thuộc luận lý về những đối lập và quay trở về với kinh nghiệm cơ bản nếu như chúng ta có được mà nhìn thấy và diễn dịch các sự vật bằng cái trí huệ được hiển lộ ở trong kinh nghiệm cơ bản này, vốn không thuộc luận lý mà phát sinh do tu tập, mà ta thủ đắc được sự hiện hữu trong ý nghĩa chân thật của nó, tất cả mọi giàn giá và kiến trúc của tri thức do đó mà bị phá vỡ, và điều được gọi là cái trí vô phân biệt sẽ tỏa sáng, và kết quả là chúng ta thấy rằng tất cả các sự vật là không sinh ra, không được tạo lập và không bao giờ tiêu diệt; và thấy rằng mọi tướng trạng đều giống như những hình tượng được tạo ra bằng ảo thuật, hay giống như một giấc mộng, những cái bóng được phản chiếu trên mặt tấm màn của sự tịch tĩnh miên trường. Điều này cũng chưa phải là sự thủ đắc toàn hảo. Muốn được toàn hảo thì ngay cả tấm màn thường hằng cũng phải bị loại bỏ, và chỉ có như thế thì vô minh mới bị xua tan vĩnh viễn để cho chúng ta hoàn toàn tự tại, không còn bị trở ngại trong cái thấy và hành động của chúng ta.”

Chương Hai Mười Sáu

Như Lai Tứ Bình Đẳng Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Như Lai Theo Phật Giáo:

Theo nghĩa đen, Như Lai là như đến, hay như thế, chỉ trạng thái giác ngộ. Như Lai có thể được hiểu là “Giác ngộ như thế tôi đến” và dùng chung cho tất cả các Phật hơn là riêng cho Phật Thích Ca Mâu Ni. Người đã giác ngộ toàn hảo cao nhất (samyak-sambuddha). Đây là một trong mười danh hiệu của Phật mà Phật dùng khi xưng hô. Trong Phật giáo Đại thừa, Như Lai được dùng dưới hình thức hóa thân, làm trung gian giữa bản chất và hiện tượng. Như Lai còn đồng nghĩa với “Tuyệt đối,” “Bất Nhã” hay “Hư không.” Bậc Như Lai siêu việt lên trên tất cả đa nguyên tánh và phạm trù của tư tưởng, có thể coi là không phải vĩnh hằng mà cũng không phải là phi vĩnh hằng. Ngài là bậc không thể truy tầm dấu tích. Vĩnh hằng và phi vĩnh hằng chỉ được dùng trong lãnh vực nhị nguyên tánh chứ không thể dùng trong trường hợp phi nhị nguyên. Bởi lẽ các bậc Chân Như đều giống nhau trong sự hiển hiện, vì thế tất cả chúng sanh đều tiềm năng trở thành Như Lai. Chính Như Lai tánh hiện hữu trong chúng ta, khiến cho chúng ta khao khát tìm cầu Niết Bàn, và cuối cùng tánh ấy sẽ giúp giải thoát chúng ta.

II. Như Lai Tứ Bình Đẳng Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Như trên đã nói, ngôn ngữ văn tự bao gồm giáo lý, sự tụng đọc và chuyện kể, vân vân. Cũng trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nhấn mạnh vào sự đạt tự nội cái chân lý mà hết thấy các Đức Như Lai trong quá khứ, hiện tại và vị lai thể chứng, chứ không phải là ngữ ngôn văn tự. Cảnh giới của Như Lai tạng vốn là A Lại Da Thức thì thuộc về chư Bồ Tát Ma Ha Tát theo đuổi chân lý chứ không thuộc các triết gia chấp vào văn tự, học hành và suy diễn suông. Có bốn thứ bình đẳng trong ngôn ngữ. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Ta nói trong chúng hội giáo lý thâm mật về bốn bình đẳng rằng xưa kia Ta đã từng là Đức Phật Câu Lưu Tôn, Câu Na Hàm Mâu Ni, hay Ca Diếp.” Bốn loại bình

đẳng đối với những ai tu tập đời sống phạm hạnh. **Thứ Nhất Là Danh Tự Bình Đẳng:** Bình đẳng về chữ nghĩa là danh hiệu Phật được nêu như nhau cho hết thấy chữ Như Lai, không có sự phân biệt nào trong chữ vị trong phạm vi của chữ PHẬT. **Thứ Nhì Là Ngôn Từ Bình Đẳng:** Theo Phật giáo, ngôn từ là những điều được trình bày ra bằng lời nói. Ngôn ngữ hay ngôn từ là công cụ để giải thích, làm rõ nghĩa lý của sự việc. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Chính do con người không biết rõ cái bản tánh của các ngôn từ, nên người ta xem ngôn từ là đồng nhất với ý nghĩa.” Trong Phật giáo, ngữ ngôn văn tự bao gồm giáo lý, sự tụng đọc và chuyện kể, vân vân. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Chính do con người không biết rõ cái bản tánh của các ngôn từ, nên người ta xem ngôn từ là đồng nhất với ý nghĩa.” Đức Phật nhấn mạnh vào sự đạt tự nội cái chân lý mà hết thấy các Đức Như Lai trong quá khứ, hiện tại và vị lai thể chứng, chứ không phải là ngữ ngôn văn tự. Cảnh giới của Như Lai tạng vốn là A Lại Da Thức thì thuộc về chữ Bồ Tát Ma Ha Tát theo đuổi chân lý chứ không thuộc các triết gia chấp vào văn tự, học hành và suy diễn suông. Nhờ ngôn ngữ mà người ta có thể thuyết giảng pháp tướng hay giáo lý bằng ngôn từ cho người khác thông hiểu; trái với sự tự chứng. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Những ai hiểu rõ sự khác biệt giữa thể chứng và giáo lý, giữa cái biết tự nội và sự giáo huấn, đều được tách xa sự điều động của suy diễn hay tưởng tượng suông.” Theo kinh Lăng Già, bình đẳng về ngôn từ nghĩa là tất cả chữ Như Lai đều nói sáu mươi bốn âm giai hay âm thanh khác nhau mà ngôn ngữ của Phạm Thiên phát âm, và nghĩa là ngôn ngữ của chữ Như Lai nghe ra giống như âm giai của loài chim Ca Lăng Tần Già. **Thứ Ba Là Nghĩa Bình Đẳng:** Theo Phật giáo, hành giả tu Phật nên biết rõ nghĩa lý mà giáo pháp chuyên chở không chương ngại. Hiểu biết thông đạt và giảng giải nghĩa lý chữ pháp một cách trôi chảy không trở ngại. Nghĩa Bình Đẳng là bình đẳng về thân nghĩa là tất cả các Đức Như Lai đều không khác biệt khi được xét về Pháp Thân (Dharmakaya), về đặc trưng thuộc về thân thể hay sắc tướng (rupalakshana), và các nét cao đẹp phụ hay hảo tướng. Tuy vậy, chữ Như Lai khác nhau khi được nhìn bởi chúng sanh khác nhau mà chữ vị đang điều ngự dạy bảo. **Thứ Tư Là Pháp Bình Đẳng:** Bình đẳng về chân lý có nghĩa là tất cả chữ Như Lai đều đạt cùng một sự thể chứng nhờ vào ba mươi bảy phần chứng ngộ. Trong kinh Duy Ma Cật, chương ba, Đức Phật bảo Tu Bồ Đề: “Ông đi đến thăm bệnh ông

Duy Ma Cật dùm ta.” Tu Bồ Đề bạch Phật: “Bạch Thế Tôn! Con không kham lãnh đến thăm bệnh ông ta. Vì sao? Nhớ lại thuở trước, con vào khát thực nơi nhà ông, lúc đó trưởng giả Duy Ma Cật lấy cái bát của con đựng đầy cơm rồi nói với con rằng ‘Thưa ngài Tu Bồ Đề! Đối với cơm bình đẳng, thì các Pháp cũng bình đẳng, các Pháp bình đẳng thì cơm cũng bình đẳng, đi khát thực như thế mới nên lãnh món ăn. Như Tu Bồ Đề không trừ dâm nộ si, cũng không chung cùng với nó, không hoại thân mà theo một hình tướng, không dứt si ái sanh ra giải thoát, ở tướng ngũ nghịch mà đặng giải thoát, không mở cũng không buộc, không thấy tứ đế cũng không phải không đắc quả, không phải phạm phu cũng không phải rời phạm phu, không phải Thánh nhơn, không phải không Thánh nhơn, tuy làm nên tất cả các Pháp mà rời tướng các Pháp, thế mới nên lấy món ăn. Như Tu Bồ Đề không thấy Phật, không nghe Pháp, bọn lục sư ngoại đạo kia như Phú Lan Na Ca Diếp, Mạc Đà Lê Câu Xà Lê Tử, San Xà Dạ Tỳ La Chi Tử, A Kỳ Đa Xý Xá Khâm Ba La, Ca La Cưu Đà Ca Chiên Diên, Ni Kiền Đà Nhã Đề Tử là thầy của Ngài. Ngài theo bọn kia xuất gia, bọn lục sư kia dọa, Ngài cũng dọa theo, mới nên lấy món ăn. Tu Bồ Đề! Nếu Ngài vào nơi tà kiến, không đến bờ giác, ở nơi tám nạn, đồng với phiền não, lìa Pháp thanh tịnh, ngài được vô tránh tam muội, tất cả chúng sanh cũng được tam muội ấy, những người thí cho Ngài chẳng gọi phước điền, những kẻ cúng dường cho Ngài dọa vào ba đường ác, ngài cùng với ma nắm tay nhau làm bạn lữ, Ngài cùng với các ma và các trần lao như nhau không khác, đối với tất cả chúng sanh mà có lòng oán hận, khinh báng Phật, chê bai Pháp, không vào số chúng Tăng, hoàn toàn không được diệt độ, nếu Ngài được như thế mới nên lấy món ăn. Bạch Thế Tôn! Lúc đó con nghe những lời ấy rồi mờ mịt không biết là nói gì, cũng không biết lấy lời chi đáp, con liền để bát lại muốn ra khỏi nhà ông. Ông Duy Ma Cật nói ‘Thưa Ngài Tu Bồ Đề! Ngài lấy bát chớ sợ! Ý Ngài nghĩ sao? Như Phật biến ra một ngàn người huyễn hóa và nếu người huyễn hóa đó đem việc này hỏi Ngài, chừng ấy Ngài có sợ chẳng?’ Con đáp: “Không sợ!” Trưởng giả Duy Ma Cật lại nói: “Tất cả các Pháp như tướng huyễn hóa, ngài không nên có tâm sợ sệt. Vì sao? Vì tất cả lời nói năng không lìa tướng huyễn hóa, chỉ như người trí không chấp vào văn tự, nên không sợ. Vì sao thế? Tánh văn tự vốn ly, không có văn tự đó là giải thoát. Tướng giải thoát đó là các Pháp vậy.

Khi ông Duy Ma Cật nói Pháp ấy rồi, hai trăm Thiên tử được Pháp nhãn thanh tịnh.”

Chương Hai Mươi Bảy

Năm Đẳng Cấp Chúng Sanh Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Chúng Sanh Theo Phật Giáo:

Chúng sanh bao gồm chúng hữu tình và chúng vô tình. Chúng hữu tình là những chúng sanh có tình cảm và lý trí; trong khi chúng vô tình là những chúng sanh không có tình cảm và lý trí. Như vậy, hữu tình chúng sanh là những chúng sanh có tâm thức; trong khi vô tình chúng sanh tự sinh tồn bằng chính cơ thể của mình và những gì lấy được từ ánh nắng mặt trời, đất và không khí. Thực vật không được xem là loài hữu tình vì chúng không có tâm thức. Chúng sanh nói chung, kể cả vương quốc thảo mộc (những chúng sanh vô tình); tuy nhiên, từ “sattva” giới hạn nghĩa trong những chúng sanh có lý lẽ, tâm thức, cảm thọ; hay những chúng sanh có tri giác, nhạy cảm, sức sống, và lý trí. Theo Phật giáo, bất cứ sinh vật có thần thức và sống trong lục đạo (trời, người, a-tu-la, súc sanh, ngạ quỷ, và địa ngục). Có thể nói rằng tất cả chúng sanh đều có tánh giác hay Phật Tánh. Từ “Chúng sanh” nói đến tất cả những vật có đời sống. Mỗi sinh vật đến với cõi đời này là kết quả của nhiều nguyên nhân và điều kiện khác nhau. Những sinh vật nhỏ nhất như con kiến hay con muỗi, hay ngay cả những ký sinh trùng thật nhỏ, đều là những chúng sanh. Tuy nhiên, đa phần chúng sanh là những phạm nhân ngu dốt tối tăm, luôn xét mình là một kẻ phạm phu đầy tham sân si, cùng với vô số tội lỗi chất chồng trong quá khứ, hiện tại và vị lai, từ đó sanh lòng tầm quý, rồi phát nguyện tu tâm sửa tánh, sám hối, ăn năn, y theo lời Phật Tổ đã dạy mà hành trì, tu tập, như là tụng kinh, niệm Phật, ngồi thiền, vân vân, cầu cho nghiệp chướng chóng được tiêu trừ, mau bước lên bờ giác trong một tương lai rất gần. Trong triết lý Phật giáo, chúng sanh là một sinh vật có lý trí, nghĩa là sinh vật ấy biết được những gì đang xảy ra quanh mình và có khả năng suy tưởng. Trong văn học tâm lý của Phật giáo, để làm một chúng hữu tình phải có đủ năm thứ: 1) cảm thọ, 2) suy tưởng phân biệt, 3) hành uẩn, 4) tác ý, 5) cảm xúc. Chúng sanh có nhiều loại dị biệt, nhưng nói chung chỉ có hai loại là thiện và ác, và mỗi thứ đều khác nhau. Mỗi thứ tạo

những nghiệp riêng, rồi thọ những quả báo riêng. Nói chung, tất cả chúng sanh đều ở trong pháp Ngũ Uẩn. Mỗi chúng sanh là sự kết hợp của những thành tố, có thể phân biệt thành năm phần: sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Do đó, chúng sanh này không khác với chúng sanh khác, và con người bình thường không khác với các bậc Thánh nhân. Nhưng do bản chất và hình thể của năm yếu tố tồn tại trong từng cá thể được thành lập, nên chúng sanh này có khác với chúng sanh khác, con người bình thường có khác với các bậc Thánh. Sự kết hợp năm uẩn này là kết quả của nghiệp và thay đổi từng sát na, nghĩa là chuyển hóa, thành tố mới thay cho thành tố cũ đã tan rã hoặc biến mất. Năm uẩn được kết hợp sẽ thành một hữu tình từ vô thủy, hữu tình ấy đã tạo nghiệp với sự chấp thủ định kiến của cái ngã và ngã sở. Sự hiểu biết của vị ấy bị bóp méo hoặc che mờ bởi vô minh, nên không thấy được chân lý của từng sát na kết hợp và tan rã của từng thành phần trong năm uẩn. Mặt khác, vị ấy bị chi phối bởi bản chất vô thường của chúng. Một người thức tỉnh với sự hiểu biết với phương pháp tu tập của Đức Phật sẽ giác ngộ được bản chất của chư pháp, nghĩa là một hữu tình chỉ do năm uẩn kết hợp lại và không có một thực thể thường hằng hoặc bất biến nào gọi là linh hồn cả. Theo Phật giáo, trên phương diện thể chất, có bốn loại chúng sanh, bao gồm cả loài hữu tình và vô tình: loài bay, loài bơi, loài đi bằng chân và thảo mộc. Tất cả những loài có máu và thở bằng phổi đều gọi là “thú”, trong khi đó thảo mộc bao gồm, cỏ cây, và các loài cây trở bông. Bốn loại chúng sanh này từ đâu tới? Nguyên thủy của chúng là đâu? Theo Phật giáo, nguyên thủy của nhất thiết chúng sanh là Phật Tánh. Nếu không có Phật Tánh, mọi thứ đều triệt tiêu. Phật tánh là thứ duy nhất đã lưu truyền qua hàng ngàn thế hệ mà không bị tiêu diệt. Từ Phật tánh phát khởi các chúng sanh Bồ Tát, Thanh Văn, chư Thiên, A Tu La, con người, thú vật, ngạ quỷ và địa ngục. Đây là những chúng sanh trong mười pháp giới, và mười pháp giới chưa từng tách rời ra khỏi tâm này. Nhất niệm duy tâm cũng là hạt giống của Phật Tánh. Nhất chân niệm là một tên gọi khác của Phật Tánh. Bốn loại chúng sanh này bao gồm loài thai sanh, tức loài sanh bằng thai; loài noãn sanh, tức loài sanh bằng trứng; loài thấp sanh, tức loài sanh từ nơi ẩm thấp; và loài hóa sanh, tức loài từ biến hóa mà sanh ra.

II. Năm Đẳng Cấp Chúng Sanh Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Theo Kinh Lăng Già, về quan điểm tôn giáo, có năm đẳng cấp chúng sanh. Thứ nhất là những chúng sanh thuộc hàng Thanh Văn. Các chúng sanh thuộc hàng Thanh Văn được chứng ngộ khi nghe được những học thuyết về các Uẩn, Giới, Xứ, nhưng lại không đặc biệt lưu tâm đến lý nhân quả; các ngài đã giải thoát được sự trói buộc của các phiền não nhưng vẫn chưa đoạn diệt được tập khí của mình. Họ đạt được sự thể chứng Niết Bàn, và an trú trong trạng thái ấy, họ tuyên bố rằng họ đã chấm dứt sự hiện hữu, đạt được đời sống phạm hạnh, tất cả những gì cần phải làm đã được làm, họ sẽ không còn tái sinh nữa. Những vị này đã đạt được tuệ kiến về sự phi hiện hữu của “ngã thể” trong một con người, nhưng vẫn chưa thấy được sự phi hiện hữu trong các sự vật. Những nhà lãnh đạo triết học nào tin vào một đấng sáng tạo hay tin vào “linh hồn” cũng có thể được xếp vào đẳng cấp này. Thứ nhì là những chúng sanh thuộc hàng Bích Chi Phật. Đẳng cấp Bích Chi Phật bao gồm những vị hết sức lưu tâm đến những gì dẫn họ đến sự thể chứng quả vị Bích Chi Phật. Họ lui vào sống độc cư và không dính dáng gì đến các sự việc trên đời này. Khi họ nghe nói rằng Đức Phật hiện thân ra thành nhiều hình tướng khác nhau, khi thì nhiều thân, khi thì một thân, thì triển thần thông thì họ nghĩ rằng đấy là dành cho đẳng cấp của chính họ nên họ vô cùng ưa thích những thứ ấy mà đi theo và chấp nhận chúng. Thứ ba là những chúng sanh thuộc hàng Như Lai. Chư vị có thể nghe thuyết giảng về những chủ đề như những biểu hiện của tâm hay cảnh giới siêu việt của A Lại Da mà từ đấy khởi sinh thế giới của những đặc thù này, nhưng chư vị lại có thể không cảm thấy chút nào ngạc nhiên hay sợ hãi. Những chúng sanh trong đẳng cấp Như Lai có thể được chia làm ba loại. Thứ nhất là những vị đã đạt được tuệ kiến thấu suốt chân lý rằng không có một thực thể đặc thù nào đằng sau những gì mà người ta nhận thức. Thứ nhì là những vị biết rằng có một nhận thức tức thời về chân lý trong tâm thức sâu kín nhất của con người. Thứ ba là những vị nhận thức rằng ngoài thế giới này còn có vô số Phật độ rộng lớn bao la. Thứ tư là những chúng sanh không thuộc đẳng cấp rõ ràng nào. Những chúng sanh có bản chất bất định, vì những chúng sanh nào thuộc đẳng cấp này có thể nhập vào một trong ba đẳng cấp vừa kể trên tùy theo hoàn cảnh của mình. Thứ năm là những chúng sanh vượt ra ngoài các đẳng cấp trên. Hãy còn một đẳng cấp khác nữa

của những chúng sanh không thể được bao gồm trong bất cứ đẳng cấp nào trong bốn đẳng cấp vừa kể trên; vì họ không hề mong muốn cái gì để giải thoát, và vì không có mong muốn ấy nên không có giáo lý nào có thể nhập vào lòng họ được. Tuy nhiên, có hai nhóm phụ thuộc nhóm này và cả hai nhóm này đều được gọi là Nhất Xiển Đề. Những người đã từ bỏ tất cả các thiện căn. Những người phỉ báng các học thuyết dành cho chư Bồ Tát mà bảo rằng các học thuyết ấy không phù hợp với kinh luật cũng như học thuyết giải thoát. Vì sự phỉ báng này, họ tự cắt đứt mọi thiện căn và không thể nào vào được Niết Bàn. Những người lúc đã nguyện độ tận chúng sanh ngay từ lúc mới khởi đầu cuộc tu hành của họ. Họ gồm những vị Bồ Tát mong muốn đưa tất cả chúng sanh đến Niết Bàn mà tự mình thì từ chối cái hạnh phúc ấy. Từ lúc khởi sự đạo nghiệp của mình, các ngài đã nguyện rằng cho đến khi mọi chúng sanh của họ được đưa đến an hưởng hạnh phúc vĩnh cửu của Niết Bàn, họ sẽ không rời cuộc đời khổ đau này, mà phải hành động một cách kiên trì với mọi phương tiện có thể được để hoàn tất sứ mạng của mình. Nhưng vì vũ trụ còn tiếp tục hiện hữu thì sẽ không có sự chấm dứt cuộc sống, cho nên các vị này có thể không bao giờ có cơ hội để hoàn tất công việc mà tịnh trú trong Niết Bàn tĩnh lặng. Cơ may cũng đến cho cả những người phỉ báng Bồ tát thừa khi nhờ lực trí gia hộ của chư Phật, mà cuối cùng họ theo Đại thừa và do tích tập thiện nghiệp mà nhập Niết Bàn, vì chư Phật luôn luôn hành động vì lợi ích của tất cả mọi chúng sanh dù chúng sanh có thể nào đi nữa. Nhưng đối với các vị Bồ Tát, không bao giờ nhập Niết Bàn vì các ngài có tuệ giác sâu xa, nhìn suốt bản chất của các sự vật là những thứ dù đang như thế, vốn vẫn ở ngay trong Niết Bàn. Như vậy chúng ta biết đâu là vị trí của chư vị Bồ tát trong công việc vô tận của các ngài là dẫn dắt hết thấy chúng sanh đến trú xứ tối hậu.

Chương Hai Mười Tám

Tam Chủng Ba La Mật Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Ba La Mật:

Ba La Mật có nghĩa là sự toàn hảo hay đảo bỉ ngạn (đạt tới bên kia bờ. Ở bên kia bến bờ của thế giới nhị nguyên hay thế giới của sự phân biệt và chấp trước). Ba La Mật, theo Phạn ngữ, có nghĩa là đảo bỉ ngạn. Ba La Mật có công năng đưa chúng sanh qua biển sanh tử để đi đến Niết bàn. Ba La Mật là những giai đoạn hoàn thiện tinh thần của chư Bồ tát trong tiến trình thành Phật. Chẳng những Ba La Mật là đặc trưng cho Phật Giáo Đại Thừa trong nhiều phương diện, mà chúng còn gồm những cơ bản đạo đức chung cho tất cả các tôn giáo. Ba La Mật bao gồm sự thực tập và sự phát triển khả dĩ cao nhất. Vì vậy, thực hành Ba La Mật sẽ giúp hành giả vượt bờ mê qua đến bến giác. Ba La Mật là những đức tính được Bồ Tát thực hiện trong đời tu hành của mình. Thuật ngữ “Paramita” đã được nhiều học giả diễn dịch khác nhau. Theo T.R. David và William Stede, “Paramita” có nghĩa là “hoàn hảo,” “hoàn thiện,” hay “tối thượng.” H.C. Warren dịch là sự toàn thiện. Và vài học giả Phật giáo khác lại dịch là đức hạnh siêu việt, hay đức hạnh hoàn hảo. Tiếng Phạn “Paramita” được chuyển dịch sang Hán ngữ là Ba-la-mật. “Ba la” có nghĩa trái thơm, còn “mật” có nghĩa là ngọt. Trong Phật giáo, tiếng Phạn “Paramita” (dịch cũ là Độ Vô Cực, dịch mới là Đảo Bỉ Ngạn) nghĩa là đến bờ bên kia, đưa qua bờ bên kia, hay cứu độ không có giới hạn. Đảo bỉ ngạn (đạt tới bên kia bờ. Ở bên kia bến bờ của thế giới nhị nguyên hay thế giới của sự phân biệt và chấp trước) cũng có nghĩa là sự toàn hảo hay hoàn thành những thứ cần hoàn thành. Ba La Mật cũng có nghĩa là thành tựu, hoàn tất, hay làm xong một cách hoàn toàn cái mà chúng ta cần làm. Thí dụ như nếu chúng ta quyết chí tu hành để làm Phật thì việc đạt được Phật quả chính là “Đảo được bỉ ngạn.” Đây cũng là những (sáu hay mười) đức tính được Bồ Tát thực hiện trong đời tu hành của mình. Từ “Ba La Mật” thông dụng cho cả Phật giáo Đại Thừa lẫn Nguyên Thủy. Ba La Mật, theo Phạn ngữ, có nghĩa là đảo bỉ ngạn. Có sáu Ba La Mật đưa chúng sanh qua biển sanh tử để đi đến Niết Bàn. Sáu giai đoạn hoàn

thiện tinh thần của chư Bồ tát trong tiến trình thành Phật. Chẳng những Lục độ Ba La Mật là đặc trưng cho Phật Giáo Đại Thừa trong nhiều phương diện, mà chúng còn gồm những cơ bản đạo đức chung cho tất cả các tôn giáo. Lục độ bao gồm sự thực tập và sự phát triển khả dĩ cao nhất. Vì vậy, thực hành sáu Ba La Mật sẽ giúp hành giả vượt bờ mê qua đến bến giác. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật đưa ra ba loại Ba La Mật: Xuất thế gian thượng thượng Ba La Mật, Xuất thế gian Ba La Mật, Thế gian Ba La Mật. Tuy nhiên, theo kinh Hoa Nghiêm thì chỉ có một Ba La Mật, đó là Giải Thoát Bát Nhã Ba La Mật.

Sau khi giác ngộ, Đức Phật khám phá ra rằng mọi kiếp sống của tất cả chúng sanh đều có tương quan duyên với nhau, và Ngài cũng thấy thế gian nầy ngập tràn những khổ đau phiền não. Chúng sanh mọi loài, từ côn trùng nhỏ bé đến vua quan uy quyền tột đỉnh đều chạy theo thú vui dục lạc, và cuối cùng phải gặt lấy những khổ đau phiền não. Chính vì thương xót chúng sanh mọi loài mà Ngài đã xuất gia tu hành và tìm ra phương cách cứu độ chúng sanh. Sau sáu năm tu hành khổ hạnh, Ngài đã tìm ra những phương cách “Đáo Bỉ Ngạn,” còn gọi là “Ba La Mật Đa.” Theo đạo Phật, đáo bỉ ngạn hay vượt qua bờ sinh tử bên này để đến bờ bên kia, hay đạt đến cứu cánh Niết Bàn. Nếu chúng ta dụng công tu hành và nhìn thấy rõ ràng chân lý như Ngài đã nhìn thấy thì cuối cùng chắc chắn chúng ta sẽ chấm dứt hết mọi khổ đau phiền não. Theo các kinh điển Đại Thừa, sáu giáo pháp đưa người vượt qua biển sanh tử. Ngoài ra, Lục Độ Ba La Mật còn có mục tiêu cứu độ hết thảy chúng sanh. Lục độ Ba La Mật còn là sáu đức tính cốt yếu của Bồ Tát. Ngoài ra, Lục Độ còn là pháp môn Bồ Tát tu hành. Bố thí được dùng để độ tánh bồn xển và tham lam. Trì giới được dùng để độ việc hủy phạm. Nhẫn nhục thì độ sân hận và thù ghét. Tinh tấn được dùng để độ giải đãi, lười biếng. Thiền định được dùng để độ tâm tán loạn; trí tuệ được dùng để độ ngu si. Khi lục độ được tu tập viên mãn thì hành giả khai ngộ.

II. Tam Chủng Ba La Mật Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật đưa ra ba loại Ba La Mật: *Thứ nhất là xuất thế gian thượng thượng Ba La Mật*: Các loại Ba La Mật siêu thế gian trong ý nghĩa cao nhất được thực hành bởi một vị Bồ Tát hiểu rằng thế giới được quan niệm một cách nhị biên do bởi cái tâm phân biệt và vị ấy thoát khỏi những tưởng tượng sai lầm và những ràng

buộc hư vọng như tâm, hình tướng, đặc tính, vân vân. Vị ấy thực hành đức hạnh bố thí chỉ nhằm làm lợi cho tất cả chúng sanh hữu tình và đưa họ đến trạng thái tâm linh hạnh phúc. Vị ấy thực hành trì giới mà không ra bất cứ điều kiện hay sự ràng buộc nào, ấy là trì giới Ba La Mật của một vị Bồ Tát. Vị ấy biết được sự khác biệt giữa chủ thể và đối tượng, nhưng vẫn yên lặng chấp nhận mà không khởi lên bất cứ ý nghĩ nào về sự gắn bó hay tách rời nào, đó chính là nhẫn nhục Ba La Mật của một vị Bồ Tát. Vị ấy tu tập một cách mạnh mẽ suốt ngày suốt đêm, hòa mình theo mọi đòi hỏi của kỷ luật mà không khởi lên cái tâm phân biệt nào, đó chính là tinh tấn Ba La Mật. Vị ấy không chấp vào kiến giải về Niết Bàn của các triết gia và thoát khỏi mọi sự phân biệt, đó chính là Thiền định Ba La Mật. Còn về Bát Nhã Ba La Mật, vị ấy không sanh tâm phân biệt bên trong mình, không nhìn thế giới bằng bất cứ loại hiểu biết hay phân tách nào, không rơi vào nhị biên mà gây nên sự chuyển biến từ căn bản của tâm thức. Đó là không đoạn diệt sự vận hành của nghiệp trong quá khứ, mà cố gắng tu tập để tạo ra một trạng thái tự chứng. *Thứ nhì là xuất thế gian Ba La Mật:* Loại Ba La Mật siêu thế gian được chư Thanh Văn và Duyên Giác thực hành. Chư vị này chấp vào ý niệm về Niết Bàn và quyết đạt cho được Niết Bàn bằng mọi giá. Họ cũng giống như người thế gian bị ràng buộc vào sự hưởng thụ quy ngã. *Thứ ba là thế gian Ba La Mật:* Loại thế gian Ba La Mật được thực hành bởi những người thế gian tầm thường, thường chấp vào ý niệm về “ngã” và “ngã sở;” họ không thể vùng thoát khỏi những ràng buộc nhị biên như hữu và phi hữu, và tất cả những đức hạnh mà họ thực hành đều được đặt căn bản trên ý niệm đạt một cái gì đó có tính cách vật chất như là một sự đền đáp lại. Họ có thể đạt được một số khả năng tâm linh nào đó và sau khi chết được sanh vào cõi Trời của Phạm Thiên.

Chương Hai Mươi Chín

Lục Căn Nhân & Tứ Trợ Duyên Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

(A) Lục Căn Nhân Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Lục Căn Nhân Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Lục căn nhân là sáu nhân sanh ra các pháp hữu vi: Pháp hữu vi sanh ra đều do sự hòa hợp của nhân và duyên. Theo A Tỳ Đàm của tông Câu Xá, có sáu căn nhân trong thuyết nhân quả: *Thứ nhất là Năng tác nhân*: Năng tác nhân là yếu tố dẫn đạo trong sự phát sinh một hậu quả. Đây là lý do hiện hữu của mọi sự vật có thể có. Năng tác nhân có hai loại: Dữ lực nhân và Bất chướng nhân. *Thứ nhì là Câu hữu nhân*: Câu hữu nhân là loại nhân mà trên hai yếu tố luôn luôn cùng hành sự với nhau. Tứ đại cùng thay phiên nhau làm nhân duyên. Luật hỗ tương, tức là tình trạng hỗ tương ảnh hưởng làm điều kiện cho nhau. *Thứ ba là Đồng loại nhân*: Đồng Loại Nhân là loại nhân trợ giúp những nhân khác cùng loại với nó. Đồng loại nhân là luật gieo gặt ắt vậy. *Thứ tư là Tương ứng nhân*: Luật tương ứng hay phối hợp. Tương Ứng Nhân là loại nhân xuất hiện bất cứ lúc nào, từ bất cứ động lực nào, đối với bất cứ sự kiện nào, trong bất cứ cơ hội nào, và trong bất cứ trường hợp nào. *Thứ năm là Biến hành nhân*: Luật tổng quát có thể áp dụng vào một số đặc tính tâm thức làm căn bản chung cho các đặc tính khác, hay tà kiến là nhân ảnh hưởng mọi hành động. Biến Hành Nhân là nhân luôn luôn liên hệ với những tà kiến, hoài nghi hay vô minh, tạo ra tất cả những sai lầm của con người. *Thứ sáu là Dị thực nhân*: Quả mang lại khác với nhân. Đây là luật báo ứng hay kết quả. Dị Thực Nhân là nhân tạo ra kết quả của nó trong một đời sống khác, như khi những thưởng phạt nhận lãnh được trong đời kế tiếp sau khi chết. Dị thực nhân là loại nhân sanh ra quả khác với chính nó, thí dụ như thiện nhân không sanh ra thiện quả mà lại sanh ra lạc quả; ác nhân không sanh ra ác quả, mà lại sanh ra khổ quả (lạc quả và khổ quả đều là vô ký, chứ không phải là thiện ác).

II. Lục Căn Nhân Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Theo Kinh Lăng Già, có sáu loại nhân: *Thứ nhất là Thường Hữu Nhân*: Đây là sự khả hữu của một sự vật trở thành nguyên nhân cho các sự vật khác. *Thứ nhì là Tương Tục Nhân*: Đây là sự tùy thuộc lẫn nhau. *Thứ ba là Tướng Nhân*: Đây là tính tương tục không gián đoạn của các tướng trạng. *Thứ tư là Năng Tác Nhân*: Đây là nhân tố tạo thành quyền lực tối cao như một đại vương. *Thứ năm là Hiển Liễu Nhân*: Đây là điều kiện trong đó các sự vật được biểu hiện như là được ánh sáng chiếu rọi. *Thứ sáu là Quán Đãi Nhân*: Đây là luật về sự gián đoạn.

(B) Tứ Trụ Duyên Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Duyên Trong Giáo Thuyết Phật Giáo:

Trong Phật giáo, nhân là nguyên nhân, là năng lực phát động; quả là kết quả, là sự hình thành của năng lực phát động. Định luật nhân quả chi phối vạn sự vạn vật trong vũ trụ không có ngoại lệ. Luật nhân quả hay sự tương quan giữa nguyên nhân và kết quả trong luật về “Nghiệp” của Phật giáo. Mọi hành động là nhân sẽ có kết quả hay hậu quả của nó. Giống như vậy, mọi hậu quả đều có nhân của nó. Luật nhân quả là luật căn bản trong Phật giáo chi phối mọi hoàn cảnh. Theo Đức Phật, nhân là nhân mà bạn đã gieo, thì từ đó bạn phải gặt lấy kết quả tương ứng, không có ngoại lệ. Nếu bạn gieo nhân tốt, ắt gặt quả tốt. Và nếu bạn gieo nhân xấu, ắt nhận lấy quả xấu. Vì vậy mà nếu bạn gieo một nhân nào đó với những duyên khác đi kèm, một quả báo hay hậu quả nào đó sẽ đến, không có ngoại lệ. Đức Phật dạy: “Do sự nối kết của các chuỗi nhân duyên mà có sự sinh, có sự diệt.” Nhân quả trong đạo Phật không phải là chuyện tin hay không tin. Cho dù bạn không tin nhân quả thì nhân quả vẫn vận hành đúng theo chiều hướng mà nó phải vận hành. Nhân chính là chủng tử (hạt). Cái góp phần cho sự lớn mạnh của nó là duyên (hay điều kiện). Trồng một cái hạt xuống đất là gieo nhân. Những điều kiện là những yếu tố phụ vào góp phần làm cho cái hạt nảy mầm và lớn lên như đất đai, nước, ánh nắng mặt

trời, phân bón và người làm vườn, vân vân. Phật giáo gọi những góp phần làm cho cái nhân nảy mầm và lớn lên là “điều kiện” hay “duyên.”

Duyên là những hoàn cảnh bên ngoài. Nếu đạo lực yếu thì chúng ta có thể bị hoàn cảnh bên ngoài lôi cuốn; tuy nhiên nếu đạo lực cao thì không có thứ gì có thể lôi cuốn mình được, như lời của Lục Tổ Huệ Năng: “không phải phước động, cũng không phải gió động, mà chính tâm mình động.” Như vâng giữ đúng theo lời tổ dạy, thì không có duyên nào có thể làm phân bón cho kiếp luân hồi được. Có thể nghiệp đời trước hay đời này chúng ta đã từng lăn trôi tạo nghiệp. Tuy nhiên, Hòa thượng Thích Thanh Từ, một thiền sư nổi tiếng trong lịch sử Phật giáo Việt Nam cận đại đã khẳng định: “Tu là chuyển nghiệp.” Như vậy nhân tạo nghiệp của bất cứ đời nào, đều có thể chuyển được. Phật tử chơn thuần phải cố gắng dụng công tu hành sao cho không tạo thêm nhân mới. Cổ đức dạy: “Bồ tát sợ nhân, chúng sanh sợ quả.” Dù hãy còn là phàm phu, chúng ta nên biết sợ nhơn để không hái quả. Phật dạy tâm yên cảnh lặng. Như vậy, sự quyết định trong tâm cũng là sự quyết định Phật quả trong tương lai.

Duyên có nghĩa là điều kiện. Nói cách khác, duyên là một loại nhân gây ra do hoàn cảnh bên ngoài. Từ Bắc Phạn “Hetupratyaya” nghĩa là nguyên nhân hay nguyên nhân tính hay tính nhân duyên. Hetu và Pratyaya thực ra đồng nghĩa với nhau. Tuy nhiên, hetu được xem là một nhân tố thâm sâu và hiệu quả hơn Pratyaya. Cảnh đối đãi với tâm thức (pháp tâm và sở tâm là năng duyên, cảnh là sở duyên). Đây cũng chính là phương tiện nhân (chẳng hạn như nước và đất làm phương tiện cho hạt giống nảy mầm). Nhân phụ, hoàn cảnh hay điều kiện bên ngoài, đối lại với nhân chính hay chủng tử. Nhân (Hetu) là hạt, trong khi duyên (Pratyaya) là đất, mưa, nắng, vân vân. Duyên còn có nghĩa là trợ duyên hay duyên phát triển do những điều kiện bên ngoài (tất cả gốc thiện, công đức giúp đỡ cho cái nhân, làm nảy sinh cái tính của cái nhân chân chính). Duyên là hỗ trợ hay sự phát triển bên ngoài giúp phát triển Phật tánh, đối lại với Chính Nhân Phật Tánh hay chân như hay Phật tánh tự nó. Tất cả các pháp hữu vi đều do duyên hay điều kiện mà sanh ra (lấy quả mà gọi tên). Cái tâm duyên (nương) theo sự tướng, đối lại với duyên lý (tin vào sự tướng nhân quả báo ứng là duyên sự; tin vào diệu lý của pháp tính phi nhân phi quả là duyên lý); như thiền quán về hóa thân và báo thân đối lại với pháp thân.

Vạn sự vạn vật hay các pháp hữu vi đều từ duyên mà khởi lên, chứ không có tự tánh. Theo đạo Phật, nhân loại và các loài hữu tình đều tự tạo, hoặc chủ động hoặc thụ động. Vũ trụ không phải là quy tâm độc nhất; nó là môi trường cộng sinh của vạn hữu. Phật giáo không tin rằng vạn hữu đến từ một nguyên nhân độc nhất, nhưng cho rằng mọi vật nhất định phải được tạo thành ít nhất là hai nguyên nhân. Những sáng hóa hay biến thành của các nguyên nhân đi trước nối tiếp trong liên tục thời gian, quá khứ, hiện tại và vị lai, như một chuỗi dây xích. Chuỗi xích này được chia thành 12 bộ phận, gọi là 12 khoen nhân duyên vì mỗi bộ phận liên quan nhau với công thức như sau “Cái này có nên cái kia có; cái này sinh nên cái kia sinh. Cái này không nên cái kia không; cái này diệt nên cái kia diệt.” Theo giáo lý nhà Phật, nếu pháp quán tâm chính từ tâm này sinh khởi một cách tự nhiên, thì nhân duyên không cần thiết. Tâm có mặt do nhân và duyên. Tâm không có năng lực tự phát sinh một cách tự nhiên. Tâm không thể phát sinh một cách tự nhiên, nhưng duyên cũng không thể tự phát sinh một cách tự nhiên. Nếu như tâm và duyên, mỗi cái đều thiếu tự tánh, làm thế nào lại là một thực tại khi gặp gỡ nhau? Khó mà nói về tự tánh hoặc nói về sự sinh khởi khi cả hai gặp nhau; khi cách ly thì chúng hoàn toàn không sinh khởi. Bây giờ, nếu một cái sinh khởi thiếu tự tánh, làm cách nào người ta có thể nói đến một trăm cảnh giới hay một ngàn như thị như là có tự tánh? Bởi vì tâm không có tự tánh, vì vậy bất cứ những gì từ tâm sinh cũng là không.

II. Tứ Trụ Duyên Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Mục đích chính của Phật Giáo và Duy Thức Học là chuyển hóa tâm trong tu hành để đi đến giác ngộ và giải thoát. Học thuyết của Duy Thức tông chú trọng đến tánh tướng của tất cả các pháp; dựa trên đó, luận thuyết về Duy Thức Học được lập nên để minh giải rằng lý thức vô biệt pháp hay không có pháp nào tách biệt khỏi thức được. Còn thì đa phần giáo thuyết Duy Thức vẫn là giáp thuyết nhà Phật. Trong phần Nhân-Duyên-Quả, học thuyết Duy Thức có mười nhân, bốn duyên và năm quả chi phối mọi sự vận hành của thức. Trong Duy Thức Học, nhân nghĩa là nguyên nhân hay nguyên nhân tính hay tính nhân duyên. Hetu và Pratyaya thực ra đồng nghĩa với nhau. Tuy nhiên, hetu được xem là một nhân tố thâm sâu và hiệu quả hơn Pratyaya. Nhân căn bản tạo ra nghiệp quả và sự tái sanh. Hễ gây nhân ắt gặt

quả. Trong Phật giáo, hạt giống mà cây được trồng lên là nhân chính, trong khi những yếu tố khác như công sức, bón phân, tưới nước, vãn vãn được coi như là những nhân phụ hay duyên. Luật tổng quát về nhân duyên, nhân duyên hoạt động như một căn nhân, không có sự phân biệt nào giữa căn nhân và trợ duyên, thí dụ nước và gió tạo ra sóng. Trong Duy Thức Học, Quả Duy Thức là trí tuệ đạt được do tư duy và quán sát cái lý của duy thức (tâm và tứ), bao gồm bốn thức đầu trong bát thức. Đây nói về diệp cảnh giới của Phật quả.

Trợ Duyên còn được gọi là Duyên nhân Phật tánh, những trợ duyên hay sự phát triển bên ngoài giúp phát triển Phật tánh, đối lại với Chính Nhân Phật Tánh hay chân như hay Phật tánh tự nó. Theo Kinh Lăng Già, có bốn trợ duyên trong luật Nhân Quả. Thứ nhất là Nhân Duyên hay luật tổng quát về nhân duyên. Thứ nhì là Thứ Đệ Duyên (Đệ Vô Giáns Duyên) hay điều kiện điều động sự diễn tiến của các sự kiện. Thứ ba là Sở Duyên Duyên hay điều kiện trở thành một đối tượng của nhận thức. Thứ tư là Tăng Thượng Duyên hay hay điều kiện tối cao. **Thứ Nhất Là Nhân Duyên:** Nhân Duyên hoạt động như một căn nhân, không có sự phân biệt nào giữa căn nhân và trợ duyên, thí dụ nước và gió tạo ra sóng. Nhân Duyên là những trợ duyên hay duyên phát triển do những điều kiện bên ngoài (tất cả gốc thiện, công đức giúp đỡ cho cái nhân, làm nảy sinh cái tính của cái nhân chân chính). Những nhân ảnh hưởng đến việc tái sanh trở lại cõi người. Mọi pháp đều dựa vào chủng tử của mình mà sinh khởi (ba loại sở y là nhân duyên y, tăng thượng duyên y và đẳng vô giáns y). Mọi pháp đều khởi lên từ những nhân trực tiếp hay gián tiếp. Đức Phật dạy: “Do sự nối kết của các chuỗi nhân duyên mà có sự sinh, có sự diệt. **Thứ Nhì Là Thứ Đệ Duyên (Vô Giáns Duyên):** Thứ Đệ Duyên là loại duyên diễn ra trong trật tự, cái này tiếp theo cái kia, những hậu quả đến trực tiếp và bình đẳng sau những nhân trước, như những làn sóng này kế tiếp theo những làn sóng khác. Còn gọi là Đệ Vô Giáns Duyên, điều kiện điều động sự diễn tiến của các sự kiện. Duyên tức khắc tiếp theo hay sự liên tục không gián đoạn của dòng tư tưởng (tâm niệm trước diệt thì tâm niệm sau liền sinh, niệm trước niệm sau mỗi niệm đều ngang nhau). **Thứ Ba Là Sở Duyên Duyên:** Cảnh đối đãi với tâm thức (pháp tâm và sở tâm là năng duyên, cảnh là sở duyên). Cái duyên của sở duyên hay tâm thức đối với cảnh giới như mắt đối với sắc (tâm thức gọi là năng duyên, cảnh giới gọi là sở duyên). Sở duyên duyên có một

đối tượng hay môi trường khi một nguyên nhân diễn ra, thí dụ những làn sóng được tạo ra do ao, hồ, sông, biển hay tàu bè. ***Thứ Tư Là Tăng Thượng Duyên:*** Các khởi tha pháp mang lại cho sức mạnh lớn, thí dụ như nhân căn có thể nảy sinh ra nhãn thức. Theo kinh Lăng Già, Tăng Thượng Duyên là duyên có ảnh hưởng lớn. Các khởi tha pháp mang lại cho sức mạnh lớn, thí dụ như nhân căn có thể nảy sinh ra nhãn thức. Tăng thượng duyên là nguyên nhân có quyền năng nhất trong việc đưa những nguyên nhân tồn tại đến chỗ cực thành (trở quả nhanh nhất); thí dụ, làn sóng cuối cùng làm lật đổ con thuyền trong một cơn bão. Tăng thượng duyên và năng tác duyên là hai nguyên nhân quan trọng nhất. Năng tác nhân tự nó là tăng thượng duyên.

Chương Ba Mười

Tướng Danh Ngũ Pháp Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Tướng Danh Theo Phật Giáo:

Trong Phật Giáo, danh được dùng để gọi tên các tướng hay hiện tượng. Danh không phải là những cái gì thực, chúng chỉ là tướng trưng giả lập, chúng không đáng kể để cho người ta chấp vào như là những thực tính. Danh hay tâm; tâm, theo nguyên nghĩa, là cái hướng đến đối tượng hay cái làm cho những cái khác hướng đến chúng. Đây là một từ để chỉ mọi hiện tượng của tâm. Danh (name) có tính cách tâm lý đối chọi với thể chất. Naman bao gồm bốn trong năm uẩn tạo thành kinh nghiệm cá nhân là tri giác, ý thức, khái niệm, và nhận thức (uẩn thứ năm là hình thức bên ngoài hay tính thể chất). Trong khi tướng là sắc tướng hay tướng mạo sắc thân bên ngoài, có thể nhìn thấy được hay các đặc trưng của cơ thể. Phật Giáo cho rằng vạn hữu giai không (yếu tố không của tướng). Theo Kinh Kim Cang, Đức Phật dạy: “Phàm sở hữu tướng, giai thị hư vọng. Nhược kiến chư tướng phi tướng, tức kiến Như Lai (bất cứ vật gì hễ có hình tướng đều là giả dối. Nếu thấy các tướng không phải hình tướng, như thế mới tạm gọi là thấy được Như Lai).” Theo Thiền sư Tăng Xán trong Tín Tâm Minh, không trú ở nơi nào nhưng trú ở khắp nơi. Mười phương đang ở ngay trước mặt bạn. Cái nhỏ nhất cũng giống như cái lớn nhất nơi mà vô minh bị đoạn tận. Cái lớn nhất cũng giống như cái nhỏ nhất, không còn thấy biên giới nữa. Sự hiện hữu đúng là trống rỗng (Sắc là Không). Sự trống rỗng đúng là sự hiện hữu (Không là Sắc). Nếu nó không giống như thế thì bạn không nên duy trì nó.

II. Tướng Danh Ngũ Pháp Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Học thuyết của Kinh Lăng Già và Duy Thức tông chú trọng đến tánh tướng của tất cả các pháp; dựa trên đó, luận thuyết về Duy Thức Học được lập nên để minh giải rằng ly thức vô biệt pháp hay không có pháp nào tách biệt khỏi thức được. Mục đích chính của Duy Thức Học là chuyển hóa tâm trong tu hành để đi đến giác ngộ và giải thoát. Theo

Thiền Sư Suzuki trong Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, có năm pháp là Tướng, Danh, Phân Biệt, Chánh Trí, và Như Như. Những ai muốn đạt tới tinh thần của Đức Như Lai thì cần phải biết năm pháp này, những người tầm thường thì không biết chúng, vì không biết chúng nên thường phán đoán sai lầm và trở nên chấp trước vào những hình tướng bên ngoài. *Thứ nhất là Danh:* Tên gọi các tướng hay hiện tượng. Danh không phải là những cái gì thực, chúng chỉ là tượng trưng giả lập, chúng không đáng kể để cho người ta chấp vào như là những thực tính. Phàm phu cứ trôi lăn theo dòng chảy của những cấu trúc không thực mà lúc nào cũng nghĩ rằng quả thực là có những thứ như “tôi” và “của tôi.” Họ cứ nắm chắc lấy những đối tượng giả tưởng này, từ đó mà họ tôn giữ tham lam, sân hận và si mê, tất cả đều che lấp ánh sáng của trí tuệ. Các phiền não này dẫn họ đến các hành động mà những hành động này cứ tái diễn, tiếp tục dệt cái kén cho chính tác nhân. Tác nhân này giờ đây được giam giữ một cách an toàn trong cái kén ấy và không thể thoát ra khỏi sợi chỉ rối ren của các phán đoán sai lầm. Anh ta trôi dạt dờ trên biển luân hồi sanh tử, và như con tàu vô chủ, anh ta phải trôi theo các dòng nước biển ấy. Anh lại còn được ví như bánh xe kéo nước, cứ luôn quay tròn trên cùng một cái trục mà thôi. Anh không bao giờ vươn lên hay phát triển, anh vẫn chính là anh chàng xưa cũ khờ khạo, mù quáng mò mẫm và phạm tội ấy. Do bởi si mê, anh không thể thấy được rằng tất cả các sự vật đều như huyễn thuật, ảo ảnh hay bóng trắng trong nước. Do bởi si mê, anh không thể thoát ra khỏi ý niệm hư vọng về ngã thể hay tự tính về “tôi” và “của tôi,” về “chủ thể” và “đối tượng,” về “sinh trụ dị diệt.” Anh không thể hiểu được rằng tất cả những thứ này đều là những sáng tạo của tâm và bị diễn dịch sai lầm. Vì lý do ấy mà cuối cùng anh trở nên tôn giữ những khái niệm như đấng Tự Tại, Thời Gian, Nguyên Tử, và Thăng Giả, để rồi trở nên dính chặt trong các hình tướng mà không thể nào thoát ra được bánh xe vô minh. *Thứ nhì là Tướng:* Các pháp hữu vi hay hiện tượng. Tạo tác hay tiến trình của nghiệp lực (phàm các sự vật do nhân duyên sinh ra đều là hữu vi cả). Hiện tượng vốn có đặc tính như là biểu hiện của thực tại hay thế đế, bởi vì chúng phủ một bức màn lên thực tại. Nhưng đồng thời, chúng cũng có nhiệm vụ chỉ đường dẫn đến thực tại như là cơ sở của hiện tượng. Tướng nghĩa là các tính chất thuộc đối tượng cảm quan như mắt, mũi, vân vân. *Thứ ba là Phân Biệt (Vọng tướng):* Phân biệt là sự đặt tên cho tất cả các đối tượng và tính chất

nay mà phân biệt cái này khác với cái kia. Tâm phàm phu phân biệt tướng và hiện tượng, chủ quan lẫn khách quan, vì thế mà bảo rằng cái này là như thế này chứ không phải như thế kia. Từ đó chúng ta có những tên gọi như voi, ngựa, bánh xe, người hầu, đàn bà, đàn ông, từ đó mà phân biệt xảy ra. *Thứ tư là Chánh Trí*: Trí huệ chân chánh thấy rõ những lỗi lầm của sự phân biệt của phàm phu. Chánh trí bao gồm hiểu đúng bản chất của Danh và Tướng như là sự xác nhận và quyết định lẫn nhau. Chánh trí là ở chỗ nhìn thấy cái tâm không bị dao động bởi các đối tượng bên ngoài, ở chỗ không bị mang đi xa bởi nhị biên như đoạn diệt hay thường hằng, và ở chỗ không bị rơi vào trạng thái của Thanh Văn hay Duyên Giác, hay luận điệu của các triết gia. *Thứ năm là Chân Như (Như như)*: Chân như do chánh trí mà thấy được. Khi thế giới của Danh và Tướng được nhìn bằng con mắt của Chánh Trí thì người ta có thể hội được rằng phải biết Danh và Tướng không phải là phi hiện hữu, cũng không phải là hiện hữu. Chúng vốn vượt trên cái nhị biên về khẳng định và bác bỏ, và rằng tâm trụ trong một trạng thái yên tĩnh tuyệt đối, không bị Danh và Tướng làm sai lạc. Được như thế là đạt được trạng thái Như Như (tathata) và vì trong hoàn cảnh nay không ảnh hưởng nào nổi lên nên vị Bồ Tát thể nghiệm an lạc.

Chương Ba Mươi Một

Vọng Tưởng Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

Trong Phật Giáo, vọng tưởng là chấp giữ mọi phân biệt sai lầm, cho rằng tiêu cực là tích cực. Vọng tưởng bao gồm một lãnh vực tư tưởng rộng lớn. Nếu chúng ta ham muốn ăn ngon, chúng ta có thực vọng tưởng. Nếu chúng ta muốn nghe tiếng du dương, chúng ta có thanh vọng tưởng. Nếu chúng ta muốn có thú vui nhục dục, chúng ta có sắc dục vọng tưởng, vân vân. Tu tập thiền định là xả bỏ mọi vọng tưởng, lấy tâm chân thật để tu tập, thì công đức ấy là vô lượng. Ngược lại, nếu chúng ta không tu tập được như vậy thì chẳng có lợi ích gì khi chỉ nói pháp suông. Theo Duy Thức Học, những vọng tưởng dấy lên chỉ là bóng dáng của lục trần. Nếu chúng ta hiểu được điều này, chúng ta có thể khước từ ngay khi chúng vừa mới xuất hiện. Thật vậy, nếu chúng ta nhất quyết giữ cho tâm trong sáng không bị vướng bận bởi tư tưởng, thì các vọng tưởng ấy tự nó tan biến. Đó là một cách tu hành hết sức đơn giản không khổ nhọc gì, chỉ cần nhận đúng như vậy là đã biết tu Thiền rồi. Khi chúng ta đi, đứng, ngồi, nằm, một ý nghĩ vừa khởi lên, liền biết nó là bóng dáng của vọng tưởng, liền bỏ ngay không theo nó, đó là tu Thiền. Chúng ta không cần phải đợi đến giờ ngồi thiền mới gọi là tu thiền. Như vậy, đối với hành giả tu Thiền chân chánh, chúng ta có thể tu tập vào bất cứ giờ phút nào, và ở bất cứ nơi nào cũng gọi là tu, ở sở hay ở nhà, chỉ cần nhận chân ra chân lý. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng thật là hết sức trọng yếu để giữ cho tâm trong sáng để đạt được trí huệ và gỡ bỏ vô minh. Chúng ta phải dùng trí huệ Bát nhã để nhận chân ra rằng vọng tưởng là giả, là ảo ảnh, và chúng sẽ tan biến một cách tự nhiên.

Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật đã nhắc nhở Ngài Mahamati: "Này Mahamati, huyền ảo hay vọng tưởng không tạo ra các sai lầm, vì các sai lầm phát xuất từ sự phân biệt hư vọng." Một thí dụ điển hình trong tu tập Phật giáo là sự phân biệt ma cảnh sai lầm. Theo Phật giáo, ma là kẻ xấu ác, là những ảo tưởng hay chướng ngại trên bước đường tu tập. Bất cứ luyến ái, chướng ngại hay ảo tưởng nào lôi kéo sự chú tâm tu tập của mình. “Ma” tiếng Phạn gọi là mara, Tàu dịch là “sát,”

bởi nó hay cướp của công đức, giết hại mạng sống trí huệ của người tu. Ma gồm tất cả các chúng sanh ngăn trở con đường chân chánh. Ma dân nghĩa là những kẻ đi theo Ma. Chúng có năng lực đến nỗi chúng có thể xuất hiện liên tục trước mắt những người nỗ lực thực hiện chánh đạo, cám dỗ và quấy rối họ. Ma dân âm mưu gây trở ngại và hăm dọa những người nỗ lực tu theo chánh đạo. “Ma” cũng chỉ cho những duyên phá hoại làm hành giả thoái thất đạo tâm, cuồng loạn mất chánh niệm, hoặc sanh tà kiến làm điều ác, rồi kết cuộc bị sa đọa. Những việc phát sanh công đức trí huệ, đưa loài hữu tình đến niết bàn, gọi là Phật sự. Các điều phá hoại căn lành, khiến cho chúng sanh chịu khổ đọa trong luân hồi sanh tử, gọi là ma sự. Người tu càng lâu, đạo càng cao, mới thấy rõ việc ma càng hung hiểm cường thịnh. Theo Thiền Tông, có năm trường hợp phân biệt ma cảnh hay thật cảnh. Thứ nhất, các trường hợp thấy cảnh nhân quả không phù hợp, quán tưởng cái này lại thấy cái kia, hy vọng cảnh giới này lại thấy cảnh giới khác; hoặc giả cảnh hiện ra không giống như đã được diễn tả trong kinh, tất cả đều là ma cảnh. Thứ nhì, chư Phật và chư Bồ Tát đều có tâm từ bi thanh tịnh, nên dù quý Ngài có hiện tướng quỷ thần chúng ta vẫn cảm thấy an nhiên tự tại. Ngược lại, bản chất của ma quỷ là dữ tợn hung ác, nên dù chúng có hiện ra tướng Phật, Bồ Tát hay những người hiền lương đạo đức, chúng ta vẫn cảm thấy xao động nóng nảy không yên. Thứ ba, ánh sáng của Phật làm ta cảm thấy êm dịu mát mẻ, không có bóng, không chói mắt. Ánh sáng của ma, ngược lại, làm cho ta chói mắt, bức rức không yên, và có bóng như trong kinh Lăng Già đã nói. Thứ tư, lời thuyết giảng của chư Phật và chư Bồ Tát hợp với kinh điển và thuận theo chân lý. Lời của ma thì trái với lẽ phải và không đúng với lý kinh Phật dạy trong các kinh điển. Thứ năm, khi tướng tượng hiện ra, muốn thử nghiệm, hành giả chỉ nhứt tâm tụng Bát Nhã tâm kinh, hay nhiếp tâm trì chú, niệm Phật. Nếu là Thánh cảnh thì khi càng niệm, cảnh càng hiện rõ. Nếu là ma cảnh, khi càng tụng cảnh càng mờ đi rồi biến mất, bởi tà không bao giờ lấn được chánh. Tuy nhiên, hành giả thiền đã tiến tới một mức độ cao thì phải dẹp bỏ tất cả những hiện cảnh, dù Phật, Bồ Tát hay ma. Trong khi đó, theo Hòa Thượng Thích Thiền Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, có năm trường hợp ma cảnh. Thứ nhất, các cảnh nhân quả không phù hợp, quán tưởng này song thấy tướng khác, cầu cảnh nọ mà lại hiện cảnh kia, như trên vừa nói. Và lại, cảnh hiện ra không giống như trong kinh điển tả, đều là cảnh ma. Thứ

nhì, chư Phật chư Bồ Tát tâm từ bi trong sạch, cho nên dù các ngài có hiện tướng quỷ thần đến thử thách, ta vẫn cảm thấy an nhiên thanh tịnh. Trái lại, bản nghiệp các loài ma là phiền não hiểm ác, nên dù hiện tướng Phật đến khuyên dạy, ta tự cảm thấy xao động nóng nảy không yên. Thứ ba, ánh sáng của Phật làm cho ta cảm thấy êm dịu mát mẻ, lại không có bóng, không chói mắt. Ánh sáng của ma làm cho ta chói xót đôi mắt, bức rức không yên, và có bóng. Như trong Kinh Lăng Già đã diễn tả. Thứ tư, lời thuyết pháp của chư Phật chư Bồ Tát hợp với kinh điển, thuận theo chân lý. Lời của ma trái lẽ phải, không đúng với kinh Phật đã chỉ dạy. Thứ năm, khi thấy tướng hiện ra, muốn khảo nghiệm, hành giả chỉ chánh ý tụng Bát Nhã Tâm Kinh, hoặc nhiếp tâm trì chú niệm Phật. Nếu là Thánh cảnh, càng niệm lại càng rõ ràng, vì vàng thật không sợ lửa. Nếu là ma cảnh, trì niệm một hồi nó liền ẩn mất, bởi tà không thể lẩn chánh. Hành giả niệm Phật có khi thấy các tướng song lại là ma cảnh; điều này là do nhân quả không tương ứng. Chẳng hạn như người đang quán tưởng Phật, đột nhiên thấy tướng mỹ nữ. Người tinh tấn niệm Phật mong thấy tướng cảnh ở Tây Phương, song chợt thấy một vùng nhà cửa ô tạp, nam nữ cùng các loài súc vật đi qua đi lại lẫn xăn. Người mong thấy sen báu, nhưng bỗng thấy một cỗ xe nhỏ. Do nhân quả không hợp nhau như thế, nên biết là cảnh ma. Nói là có năm trường hợp; tuy nhiên, phải lấy tất cả năm điều kiện này để xét nghiệm, chớ không thể chỉ lấy một hay hai điều. Vì có những thiên ma hoặc thần tiên theo ngoại phái, muốn dắt dẫn ta hướng về đường lối của họ, nên giả hiện tướng chư Phật chư Bồ Tát để thuyết pháp. Tuy môn của họ không phải là con đường cứu cánh giải thoát, song họ có nghiệp lành, hoặc sức thiền định khá cao, nên hào quang phát ra cũng làm cho ta được mát mẻ êm dịu. Lại lối thuyết pháp của họ đôi khi cũng khuyên làm lành lánh dữ, giữ giới, ăn chay, niệm Phật, song có vài điểm sai khác không hợp với kinh Phật, phải nhận định kỹ và phải hiểu rõ giáo lý mới biết được. Chẳng hạn như họ cũng khuyên ăn chay niệm Phật, nhưng lại dạy phải vận hành câu niệm Phật khắp châu thân gọi là ‘Chuyển Pháp Luân’ để khai mạch Nhâm, Đốc, và mở Nê Hoàn Cung. Đây là lối thuyết pháp của hàng ma ngoại đạo. Hoặc có loài ma hiện ra tướng Tăng bảo: “Phật đồng Phật xi măng không độ được nước, vì xuống nước phải chìm; Phật tượng Phật gỗ không độ được lửa, vì gặp lửa phải bị cháy; chỉ có Phật tâm mới không bị vật chi làm hoại. Tu được Phật Tâm thanh tịnh thì không cần phải tu

thân khẩu nữa; cho nên dù ăn thịt uống rượu, có vợ con cũng vô hại. Lối tu thân và khẩu như giữ giới ăn chay, tụng kinh, trì chú, niệm Phật, là những cách khổ hạnh bó buộc vô ích.” Đây là lời thuyết pháp của hạnh tinh mị lâu năm, hoặc loài ma ái dục. Có những hạng ma ngoại đạo công năng tu khá cao, có thể dùng sức thiền định gia bị, khiến cho hành giả thân tâm được an định trong vòng bảy ngày, hoặc hai mươi một ngày. Nhưng lối thuyết pháp của họ không siêu thoát, kết cuộc chỉ trong vòng ngã chấp. Cổ đức bảo: “Thấy ma không ma, ma liền tự hoại; thấy quái không quái, quái liền tự bại.” Câu này có nghĩa là nếu thấy ma mà lòng không xao động sợ hãi, giữ chánh niệm được vững vàng, hoặc chí tâm niệm, loài ma quái ấy không làm chi được, sẽ tự bỏ đi. Chẳng những khi thấy ma quái phải như thế, mà dù cho lúc tu hành được một phần kết quả, hay thấy thắng tướng, cũng đừng nên quá bi cảm, kinh ngạc hoặc vui mừng. Ví như ta có hạt kim cương làm rớt dưới đáy hồ, vì nước đục nên dò kiếm mãi vẫn mất tích. Nay nước lắng trong lại tìm thấy được, hạt kim cương ấy nguyên là của đã có, việc chi đến đổi phải kinh ngạc, vui mừng? Người tu nếu tâm không bình tĩnh, quá bi thương, tất bị loài bi ma ám nhập làm cho thương tiếc mãi chẳng thôi. Nhưng nếu quá vui mừng, cũng bị loài ma hoan hỷ ám nhập, làm cho cười mãi như điên cuồng. Lại hành giả niệm Phật tuy cũng mong được thấy Thánh cảnh, nhưng đừng quá mơ tưởng ước ao, bởi niệm tức là đã cầu rồi. Nên giữ tâm trạng điềm tĩnh “cầu mà không cầu, không cầu mà cầu,” mới không bị sự mong cầu làm xao động. Cứ chí tâm niệm Phật, lâu ngày niệm lực thanh tịnh, đạo cảm ứng giao thông, tất thấy được Thánh cảnh. Nếu mãi để lòng mong ước, đó tức là vọng tưởng, ma sẽ thừa cơ len lỏi vào để phá hoại.

Chương Ba Mười Hai

Tam Chủng Hiện Hữu Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

Hiện hữu (sinh tồn) hay sự có mặt, sự sinh tồn của các hiện tượng thuộc cả vật chất lẫn tinh thần. Theo Phật Giáo, Hiện hữu còn được gọi là Pháp. Theo quan niệm Phật Giáo, vạn hữu sinh khởi do tâm, và chỉ có tâm mà thôi. Nhất là trong học thức “Duy Thức,” cái mà chúng ta gọi là hiện hữu nó tiến hành từ thức mà ra. Theo Kinh Lăng Già, có ba hình thức của hiện hữu còn được gọi là tam chủng hiện hữu. Nói cách khác, mọi vật hiện hữu được xếp tùy theo bản tánh của nó vào ba loại: *Thứ nhất là Vọng Hữu Tánh:* Còn được gọi là “Biến Kế Sở Chấp Tánh.” Những hiện hữu không thật vốn đồng thời không có một bản thể, như ma quỷ chỉ hiện hữu trong sự tưởng tượng của con người chứ không có trong thực tại. *Thứ nhì là Giả Hữu Tánh:* Còn được gọi là “Y Tha Khởi Tánh.” Những hữu thể giả tạm hay nhất thời không có tánh thường tại, như căn nhà được dựng bằng gỗ, gạch, ngói, vân vân. Nó chỉ hiện hữu bằng một tràng tổng hợp những nhân duyên và không tự hữu. Nó không có thực tại thường tồn. *Thứ ba là Chân Hữu Tánh:* Còn được gọi là “Viên Thành Thật Tánh.” Những hữu thể chân thật, nghĩa là phi hữu trong ý nghĩa cao nhất của danh từ này, xa lìa tất cả tướng không thật và giả tạm hay vô tướng. Sự thực, cái này không phải là phi hữu mà là hiện hữu siêu việt. Tánh này còn được gọi là “Bản Thể của tất cả” và chỉ có những người có trí tuệ siêu việt mới thấu hiểu nó được. Tánh này tiêu biểu những gì còn sót lại sau khi hai tánh trước đã bị loại bỏ.

Chương Ba Mười Ba

Tám Lý Do Không Nên Ăn Thịt Súc Vật Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Sơ Lược Về Lý Do Tại Sao Người Phật Tử Không Ăn Thịt Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Phật tử không nên giết hại chúng sanh để ăn thịt. Sát sanh là giới cấm đầu tiên trong ngũ giới. Sát sanh để lấy thịt chúng sanh làm thực phẩm là tội nặng nhất trong Phật giáo. Đức Phật đã không cho rằng việc đề ra cách ăn chay cho các đệ tử tu sĩ của mình là điều thích đáng, điều mà Ngài đã làm là khuyên họ tránh ăn thịt thú vật, vì cho dù là loại thịt gì đi nữa thì ăn thịt vẫn là tiếp tay cho sát sanh, và thú vật chỉ bị sát hại để làm thực phẩm cho người ta mà thôi. Chính vì thế mà trước khi nhập diệt, Ngài khuyên tứ chúng nên ăn chay. Tuy nhiên, có lẽ Đức Phật không đòi hỏi các đệ tử tại gia của Ngài phải trường chay. Người Phật tử nên ăn chay có phương pháp và từ từ. Không nên bỏ ăn mặn ngay tức thời để chuyển qua ăn chay, vì làm như vậy có thể gây sự xáo trộn và bệnh hoạn cho cơ thể vì không thể ăn những món chay có đủ chất dinh dưỡng; phải từ từ giảm số lượng cá thịt, rồi sau đó có thể bắt đầu mỗi tháng hai ngày, rồi bốn ngày, sáu ngày, mười ngày, và từ từ nhiều hơn. Phật tử nên ăn chay để nuôi dưỡng lòng từ bi và tinh thần bình đẳng, mà còn tránh được nhiều bệnh tật. Ngoài ra, thức ăn chay cũng có nhiều sinh tố bổ dưỡng, thanh khiết và dễ tiêu hóa. Chúng ta không nên phán xét ai thanh tịnh hay bất tịnh qua chay mặn, thanh tịnh hay bất tịnh là do tư tưởng và hành động thiện ác của người ấy. Tuy nhiên, dù sao thì những người ăn trường chay được thì thật là đáng tán thán. Còn những người ăn mặn cũng phải cẩn trọng, vì dù biện luận thế nào đi nữa, thì bạn vẫn là những người ăn thịt chúng sanh. Bạn có thể nói “tôi không nghe,” hay “tôi không thấy” con vật bị giết, nhưng bạn có chắc rằng những con vật ấy không bị giết vì mục đích để lấy thịt làm thực phẩm cho bạn hay không? Cẩn trọng!!!

II. Tám Lý Do Không Nên Ăn Thịt Súc Vật Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Theo Thiền Sư D.T. Suzuki trong Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, có tám lý do không nên ăn thịt được nêu ra trong Kinh Lăng Già: *Lý do thứ nhất*, tất cả chúng sanh hữu tình đều luôn luôn trải qua những vòng luân hồi và có thể có liên hệ với nhau trong mọi hình thức. Một số chúng sanh đó rất có thể giờ đang sống dưới hình thức những con vật thấp kém. Trong khi hiện tại chúng đang khác với chúng ta, tất cả chúng đều cùng một loại với ta. Giết và ăn thịt chúng tức là giết hại chúng ta vậy. Con người không thể cảm nhận điều này nếu họ quá nhẩn tâm. Khi hiểu được sự kiện này thì ngay cả các loài La Sát cũng không nỡ ăn thịt chúng sanh. Một vị Bồ Tát xem chúng sanh như con một của mình, không thể mê đắm trong việc ăn thịt. *Lý do thứ nhì*, cốt tủy của Bồ Tát đạo là lòng đại bi, vì nếu không có lòng đại bi thì Bồ Tát không còn là Bồ Tát nữa. Do đó kẻ nào xem người khác như là chính mình và có ý tưởng thương xót là làm lợi ích cho kẻ khác cũng như cho chính mình, thì kẻ ấy không ăn thịt. Vị Bồ Tát vì chơn lý nên hy sinh thân thể, đời sống, và tài sản của mình; vị ấy không ham muốn gì cả; vị ấy đầy lòng từ bi đối với tất cả chúng sanh hữu tình và sẵn sàng tích lũy thiện hạnh, thanh tịnh và tự tại đối với sự phân biệt sai lầm, thì làm sao vị ấy có thể có sự ham ăn thịt được? Làm sao vị ấy có thể mắc phải những thói quen ác hại của các loài ăn thịt được? *Lý do thứ ba*, thói quen ăn thịt tàn nhẫn này làm thay đổi toàn bộ dáng vẻ đặc trưng của một vị Bồ Tát, khiến da của vị ấy phát ra một mùi hôi thối khó chịu và độc hại. Những con vật khá nhạy bén để cảm thấy sự đến gần của một người như vậy, một người mà tự thân giống như loài La Sát, và chúng sẽ sợ hãi mà tránh xa. Do đó, ai bước vào con đường từ bi phải nên tránh việc ăn thịt. *Lý do thứ tư*, nhiệm vụ của một vị Bồ Tát là tạo ra thiện tâm và cái nhìn thân ái về giáo lý nhà Phật giữa các chúng sanh thân thiết của ngài. Nếu họ thấy ngài ăn thịt và gây kinh hãi cho thú vật, thì tâm của họ tự nhiên sẽ tránh xa vị ấy và cũng tránh xa giáo lý mà vị ấy đang thuyết giảng. Kế đó họ sẽ mất niềm tin về Phật giáo. *Lý do thứ năm*, nếu vị Bồ Tát mà ăn thịt thì vị ấy sẽ không thể nào đạt được cứu cánh mình muốn, vì vị ấy sẽ bị chư Thiên, những vị ái mộ và bảo hộ, ghét bỏ. Miệng của vị ấy sẽ có mùi hôi, vị ấy có thể ngủ không yên; khi thức dậy, vị ấy không cảm thấy sảng khoái; những giấc mộng của vị ấy sẽ đầy dẫy những điều bất tường; khi vị ấy

ở một nơi vắng vẻ riêng biệt một mình trong rừng, vị ấy sẽ bị ác quỷ ám ảnh; vị ấy sẽ bị rối ren loạn động; khi có một chút kích thích là vị ấy hoảng sợ; vị ấy sẽ luôn bệnh hoạn, không có khẩu vị riêng, cũng như không có sự tương đồng giữa việc ăn uống và tiêu hóa; quá trình tu tập tâm linh của vị ấy luôn bị gián đoạn. Do đó ai muốn làm lợi mình và lợi người trong sự tu tập tâm linh, đừng nên nghĩ đến việc ăn thịt thú vật. *Lý do thứ sáu*, thịt của thú vật dơ bẩn, chẳng sạch sẽ chút nào để làm nguồn dinh dưỡng cho một vị Bồ Tát. Nó đã hư hoại, thối rữa và dơ bẩn. Nó đầy cả ô uế và khi bị đốt nó phát ra mùi làm tổn hại bất cứ ai có sở thích tinh tế về các thứ thuộc về tâm linh. *Lý do thứ bảy*, về mặt tâm linh, người ăn thịt chia xẻ sự ô uế này. Khi xưa khi vua Sư Tử Tô Đà Bà vốn thích ăn thịt, khi ông bắt đầu ăn thịt người làm cho thần dân của ông chán ghét. Ông bị đuổi ra khỏi vương quốc của chính ông. Thích Đề Hoàn Nhân, một vị Trời, có lần biến thành một con điều hâu và đuổi theo một con bồ câu, do bởi ông có một quá khứ dơ bẩn là đã từng là một kẻ ăn thịt. Sự ăn thịt không những làm ô uế cuộc sống cá nhân, mà nó còn làm ô uế cuộc sống của con cháu sau này nữa. *Lý do thứ tám*, đồ ăn thích hợp của một vị Bồ Tát mà tất cả hàng Thánh Hiền đi theo chân lý trước đây đều công nhận là gạo, lúa mì, lúa mạch, tất cả các thứ đậu, bơ lọc, dầu, mật, và đường được làm theo nhiều cách. Ở chỗ nào không có sự ăn thịt, sẽ không có người đồ tể sát hại đời sống của chúng sanh và sẽ không có ai phạm những hành động nhẩn tâm trong thế giới này.

Chương Ba Mươi Bốn

Tam Giới Duy Nhất Tâm Hay Tâm Ngoại Vô Pháp

Thuật ngữ Tam Giới Duy Nhất Tâm hay Tâm Ngoại Vô Pháp này có nghĩa là 'ngoài tâm không có pháp nào cả', từ 'pháp' ở đây được dùng theo nghĩa 'hiện tượng'. Thật vậy, trong Kinh Hoa Nghiêm, đức Phật dạy, ngoại trừ tâm ra, không còn thứ gì khác. Tâm, Phật, chúng sanh không sai khác. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng trên đời này không có cái gì hết ngoài ý thức, vì các hiện tượng chỉ là những phóng chiếu của ý thức mà thôi. Nói tóm lại, hết thấy chư pháp đều ở bên trong cái tâm, không có pháp nào ở ngoài tâm (tâm có nghĩa là nhóm khởi lên các pháp; thức có nghĩa là phân biệt các pháp). Giống như ý niệm Duy Thức trong Kinh Lăng Già về vấn đề tam giới duy thị tự tâm hay tam giới duy chỉ do tâm nầy. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Vị Bồ tát Ma ha Tát thấy rằng thế giới chỉ là sự sáng tạo của tâm, mặt na và ý thức; rằng thế giới được sinh tạo do phân biệt sai lầm bởi cái tâm của chính mình; rằng không có những tướng trạng hay dấu hiệu nào của một thế giới bên ngoài mà trong đó nguyên lý đa phức điều động; và cuối cùng rằng ba cõi chỉ là cái tâm của chính mình.” Thuyết nầy cũng dựa vào những lời dạy của Đức Phật trong Kinh Hoa Nghiêm, theo đó tam giới chỉ hiện hữu trong tâm. Theo đó thế giới ngoại tại không hiện hữu, nhưng nội tâm phát hiện giả tướng của nó như là thế giới ngoại tại. Toàn thể thế giới do đó là tạo nên do ảo tưởng hay do nhân duyên, và không có thực tại thường tồn nào cả. Không giống như xác thân vật chất, cái tâm là phi vật chất. Chúng ta nhận thức được những tư tưởng và cảm nghĩ của chúng ta cùng nhiều điều khác bằng trực giác, và chúng ta kết luận sự hiện hữu của chúng bằng phép loại suy. Tâm là gốc của muôn pháp. Trong Tâm Địa Quán Kinh, Đức Phật dạy: “Trong Phật pháp, lấy tâm làm chủ. Tất cả các pháp đều do tâm sanh.” Tâm tạo ra chư Phật, tâm tạo thiên đường, tâm tạo địa ngục. Tâm là động lực chính làm cho ta sung sướng hay đau khổ, vui hay buồn, trầm luân hay giải thoát. Tâm kết hợp chặt chẽ với thân đến độ các trạng thái tinh thần ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe và sự an vui của thân. Một số bác sĩ khẳng quyết rằng không có một

chứng bệnh nào được xem thuần túy là thân bệnh cả. Do đó, trừ khi trạng thái tinh thần xấu này là do ác nghiệp do kiếp trước gây ra quá nặng, khó có thể thay đổi được trong một sớm một chiều, còn thì người ta có thể chuyển đổi những trạng thái xấu để tạo ra sự lành mạnh về tinh thần, và từ đó thân sẽ được an lạc. Tâm con người ảnh hưởng đến thân một cách sâu xa, nếu cứ để cho tâm hoạt động một cách bừa bãi và nuôi dưỡng những tư duy bất thiện, tâm có thể gây ra những tai hại khó lường được, thậm chí có thể gây ra sát nhân. Tuy nhiên, tâm cũng có thể chữa lành một cái thân bệnh hoạn. Khi tâm được tập trung vào những tư duy chân chánh với tinh tấn và sự hiểu biết chân chánh thì hiệu quả mà nó tạo ra cũng vô cùng tốt đẹp. Một cái tâm với những tư duy trong sáng và thiện lành thật sự sẽ dẫn đến một cuộc sống lành mạnh và thư thái. Theo Thiền sư Thái Tiên Đệ Tử Hoàn trong quyển Tham Vấn Một Vị Thiền Sư: "Chỉ cái tâm của bạn khổ thôi. Nếu bạn đang lo lắng tức là bạn đau khổ, nhưng nếu bạn dứt bỏ những căn nguyên của lo lắng, nỗi khổ đau của bạn sẽ biến mất... Cái tôi đau khổ vì chính nó, không có cái tôi thì không còn đau khổ nữa." Theo Đức Phật, bên cạnh cái khổ về thể chất, còn có những cái khổ về tinh thần như khổ vì thương yêu mà bị xa lìa, khổ vì bị khinh miệt, khổ vì cầu bất đắc (ham muốn mà không được toại nguyện), oán tắng hội khổ (khổ vì không ưa mà cứ mãi gặp), vân vân. Thật vậy, Ngoại trừ tâm ra, không còn thứ gì khác. Tâm, Phật, chúng sanh không sai khác. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng trên đời này không có cái gì hết ngoài ý thức, vì các hiện tượng chỉ là những phóng chiếu của ý thức mà thôi.

Chương Ba Mười Lăm

Thất Chứng Không Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Không Tánh:

Theo giáo thuyết Phật giáo, Không tánh là cái làm cho lửa có tính nóng và nước có tính lạnh, nó là bản chất nguyên sơ của mỗi vật thể cá biệt. Khi nói rằng nó Không, có nghĩa là không có Tự Ngã (Atman) bên trong nó để tạo ra bản chất nguyên sơ của nó, và ý niệm đích thực về bản chất nguyên sơ là một ý niệm Không. Chúng ta đã ghi nhận rằng không có tự ngã cá biệt nơi hậu cứ của cái chúng ta coi như vật thể cá biệt, bởi vì vạn hữu là những sản phẩm của vô số nhân và duyên, và chẳng có gì đáng gọi là một bản chất nguyên sơ độc lập, đơn độc, tự hữu. Tất cả là Không triệt để, và nếu có thứ bản chất nguyên sơ nào đó, thì có cách nào cũng vẫn là Không. Trong Phạn ngữ, thuật ngữ “Sunyata” là sự kết hợp của “Sunya” có nghĩa là không, trống rỗng, trống tuếch, với hậu tiếp từ “ta” có nghĩa là “sự” (dùng cho danh từ). Thuật ngữ rất khó mà dịch được sang Hoa ngữ; tuy nhiên, chúng ta có thể dịch sang Anh ngữ như là sự trống không, sự trống rỗng, hoặc chân không. Khái niệm của từ “Sunyata” căn bản thuộc về cả hợp lý và biện chứng. Thật khó để hiểu được khái niệm “Tánh không” vì ý niệm chân đế của nó (thắng nghĩa không, lìa các pháp thì không có tự tánh) liên quan đến ý nghĩa ngôn ngữ học, đặc biệt vì từ nguyên học (tánh không có nghĩa là trống rỗng hoặc không có gì trong hình dáng của chư pháp) không cung cấp thêm được gì vào ý thực tiễn hay lý thuyết của khái niệm này.

II. Thất Chứng Không Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Trong Kinh Lăng Già, Đức Thế Tôn đã nhắc tên giả Mahamati về bảy loại không: “Này Mahamati, hãy lắng nghe những gì ta sắp nói cho ông biết. Cái ý niệm về ‘không’ thuộc phạm vi của sự sáng kiến tưởng tượng hay biến kế sở chấp, và vì người ta có thể chấp vào thuật ngữ của phạm vi này nên chúng ta có các học thuyết về ‘không,’ ‘bất sinh,’ ‘bất nhị,’ ‘vô tự tính,’ với quan điểm giải thoát chúng ta khỏi sự

chấp thủ.” Một cách vắn tắt có bảy loại không. *Thứ Nhất Là Tướng Không (cái Không về Tướng)*: Cái không về tướng nghĩa là gì? Sự hiện hữu được định tính bằng sự tùy thuộc lẫn nhau; tính đặc thù và tính phổ quát đều không có khi cái này được xem là tách biệt với cái kia, khi các sự vật được phân tích cho đến mức độ cuối cùng thì người ta sẽ hiểu rằng chúng không hiện hữu; cuối cùng, không có những khía cạnh của đặc thù như ‘cái này,’ ‘cái kia’ hay ‘cả hai;’ không có những dấu hiệu sai biệt cực vi tối hậu. Vì lý do này nên bảo rằng tự tướng là không, nghĩa là tướng không phải là một sự kiện tối hậu. Theo Thiền Sư D.T. Suzuki trong Thiền Luận Tập III, trong bản dịch Kinh Bát Nhã của Ngài Huyền Trang, đây là một trong 18 hình thức của “Không”. Trong Tự Tướng Không, tướng là phương diện khả tri của mỗi vật thể cá biệt. Trong vài trường hợp, tướng không khác với bản chất nguyên sơ, chúng liên hệ bất phân. Bản chất của lửa có thể biết qua cái nóng của nó, và bản chất của nước qua cái lạnh của nó. Một nhà sư thì hiện bản chất cố hữu của ông ta qua việc tu trì các giới cấm, còn cái đầu cạo và chiếc áo bá nạp là tướng dạng riêng của ông ta. Kinh Bát Nhã nói với chúng ta rằng, những khía cạnh ngoại hiện, khả tri, của hết thảy mọi vật là không vì chúng là những giả tướng, kết quả do nhiều tập hợp của các nhân và duyên; vì tương đối nên chúng không có thực. Do đó, tự tướng không, có nghĩa rằng mỗi vật thể riêng biệt không có những bản sắc thường hằng và bất hoại nào đáng gọi là của riêng. *Thứ Nhì Là Tự Tính Không (cái Không về Tự Tính) hay Thể Không*: Cái không về tự tính nghĩa là gì? Đây là vì không có sự sinh ra của ngã thể, tức là sự đặc thù hóa là cấu trúc của tự tâm chúng ta. Nếu chúng ta nghĩ rằng thực ra những sự vật đặc thù như thế chỉ là ảo tưởng, chúng không có tự tính, do đó mà bảo rằng chúng là không. Theo Duy Thức Học hay giáo thuyết Đại Thừa, vạn hữu vi không, nghĩa là tất cả các pháp hữu vi tự nó là không chứ không cần phải lý luận phân tách mới làm cho chúng thành không. Mọi pháp đều do nhân duyên sanh diệt, chứ không có thực thể (trực tiếp căn cứ vào thể của pháp mà quán như huyễn như mộng là không; ngược lại, Tiểu Thừa giáo phân tách con người ra làm ngũ uẩn, 12 xứ, 18 giới, v.v., phân tách sắc ra những phần cực kỳ nhỏ, tâm ra thành một niệm, rồi từ kết quả của sự phân tách đó mới thấy vạn hữu vi không thì gọi là “tính không”). Cái không của tự tánh, một trong bảy loại không. Theo Thiền Sư D.T. Suzuki trong Thiền Luận Tập III, trong bản dịch Kinh Bát Nhã của Ngài Huyền

Trang, đây là một trong 18 hình thức của “Không”. Tự Tánh Không. Tự Tánh có nghĩa là ‘nó là nó,’ nhưng không có cái nó nào như thế. Cho nên Không. Vậy thì đối nghịch của hữu và vô là thực? Không, nó cũng không luôn, vì mỗi phần tử trong đối lập vốn là Không. *Thứ Ba Là Vô Hành Không (cái Không về Vô Hành)*: Cái không về vô hành nghĩa là gì? Từ lúc đầu tiên, có Niết bàn được chứa trong tất cả các uẩn mà không để lộ ra dấu hiệu gì về hoạt tính cả, tức là những hoạt động của uẩn như các giác quan của chúng ta nhận thức đều không thật trong tự bản chất, chúng là im lặng và không hành tác. Do đó chúng ta nói đến sự vô hành của các uẩn là cái được định tính là không. *Thứ Tư Là Hành Không (cái Không về Hành)*: Cái không về hành nghĩa là gì? Tất cả các uẩn thoát khỏi cái ngã tính và tất cả những gì thuộc về ngã tính, và rằng mọi hoạt động mà chúng biểu hiện đều do bởi sự tập hợp của các nguyên nhân và điều kiện hay nhân duyên, nghĩa là tự chúng không phải là những nhân tố sáng tạo độc lập, chúng không có cái gì để có thể tuyên bố là thuộc cái “ngã” của chúng, và hoạt động tạo nghiệp của chúng được sinh ra bởi sự nối kết của nhiều nguyên nhân hay sự kiện. Vì lý do ấy nên có cái mà ta nêu định là Không về Hành. *Thứ Năm Là Nhất Thiết Pháp Bất Khả Thuyết Không*: Cái Không với ý nghĩa là không thể gọi tên của Hiện Hữu. Nhất thiết pháp bất khả thuyết không (cái Không với ý nghĩa là không thể gọi tên của Hiện Hữu). Cái không về sự bất khả thuyết của tất cả các sự vật nghĩa là gì? Vì sự hiện hữu này phụ thuộc vào sáng kiến tưởng tượng hay biến kế sở chấp của chúng ta nên không có tự tính nào trong nó có thể được gọi tên và được miêu tả bởi cú pháp của trí tương đối của chúng ta. *Thứ Sáu Là Đệ Nhất Nghĩa Đế Không*: Cái không của cấp độ tối thượng, nghĩa là thực tính tối hậu hay Thánh trí hay Đại Không. Cái không về thực tính tối hậu nghĩa là gì? Khi trí tuệ tối thượng được thể chứng trong tâm thức nội tại của chúng ta, bấy giờ chúng ta sẽ thấy rằng tất cả mọi lý thuyết, ý niệm sai lầm, và tất cả những dấu vết của tập khí từ vô thủy đều bị tẩy sạch và hoàn toàn trống không. *Thứ Bảy Là Bì Bì Không*: Cái không về sự hỷ tương. Cái không về sự hỷ tương nghĩa là gì? Khi bất cứ một tính chất nào mà một sự vật có, nhưng tính chất này lại không có trong một sự vật khác, thì sự thiếu vắng này được gọi là không. Chẳng hạn như trong nhà của Lộc Mẫu không có voi, trâu, bò, cừu, vân vân, ta bảo cái nhà này trống không. Điều này không có nghĩa là không có các Tỳ Kheo ở đây. Các Tỳ Kheo là các

Tỳ Kheo, nhà là nhà, mỗi thứ đều có đặc tính riêng của nó. Còn về voi, ngựa, trâu, bò, vân vân chúng sẽ được tìm thấy ở nơi riêng dành cho chúng, chúng chỉ không có mặt ở nơi được dành cho mọi người ở đây. Theo cách như thế thì mỗi sự vật có những đặc trưng riêng của nó mà nhờ đó nó được phân biệt với sự vật khác, vì những đặc trưng ấy không có trong các sự vật khác. Sự thiếu vắng ấy được gọi là cái không hỗ tương.

Chương Ba Mười Sáu

Tự Tánh Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Tự Tánh Theo Phật Giáo:

Theo Phật giáo, tự tánh là thực chất của bản ngã, đồng nghĩa với bản tính thật hay Phật tính. Đây là bản tính cố hữu của mọi sự tồn tại, và chỉ có thể kinh nghiệm qua thực chứng mà thôi. Tự tánh hay bản tánh, trái lại với tánh linh thượng đẳng. Tự tánh luôn thanh tịnh trong bản thể của nó. Bản chất của hiện hữu hay cái gồm nên bản thể của sự vật. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo Mahamati: “Này Mahamati, bản chất của hiện hữu không phải như người ngu phân biệt nó.” Vạn hữu trong thế giới hiện tượng đều không thường bền, chỉ hiện hữu tạm thời, chứ không có tự tánh. Theo Phật giáo, tự tánh tự nó là trống không. Cái không về tự tính nghĩa là gì? Đây là vì không có sự sinh ra của ngã thể, tức là sự đặc thù hóa là cấu trúc của tự tâm chúng ta. Nếu chúng ta nghĩ rằng thực ra những sự vật đặc thù như thế chỉ là ảo tưởng, chúng không có tự tính, do đó mà bảo rằng chúng là không. Theo truyền thống Thiên Thai tông, tự tánh bất hư là chân lý chẳng phải là trống không cũng chẳng có định tánh, nhưng đồng thời là Không và Giả. Theo quan điểm của Bồ Đề Đạt Ma, Sơ Tổ sáng lập Thiền tông, chúng ta có lời nói về giới thứ nhì, được rút ra từ quyển Nghiên Cứu Phật Giáo của ngài Sangharakshita: “Tự tánh vốn trong sáng và hiển nhiên. Trong pháp giới, không nảy sinh ý tưởng trước được xem như đồng nghĩa với giới luật không trộm cắp.” Nếu không có ý tưởng thủ trước, sẽ không có gì đáng thủ trước. Theo Lục Tổ Huệ Năng trong kinh Pháp Bảo Đàn, phẩm thứ ba, ngày nào đó Bát Nhã phải được phát khởi trong tự tánh; vì chừng nào chúng ta chưa có kinh nghiệm này thì không bao giờ chúng ta có được cơ hội biết Phật, không những chỉ nơi bản thân chúng ta mà còn nơi những người khác nữa. Nhưng sự phát khởi này không phải là một hành động đặc thù thành tựu trong lãnh vực ngự trị của ý thức thực nghiệm, và việc này cũng có thể đem so sánh với phản ảnh của mặt trăng trong dòng suối; nó không phải liên tục; nó ở bên kia sanh tử; cũng như khi người ta bảo nó chết, nó không biết chết; chỉ khi nào đạt được trạng thái vô tâm thì mới có

những thuyết thoại chưa từng được nói ra, những hành động chưa từng được thực hiện.

II. Thất Chủng Tự Tánh Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Theo Kinh Lăng Già, có bảy loại tự tánh: Tập Tự Tánh (amudayasvabhava (skt), sự tập hợp hay tụ tập; Tánh Tự Tánh (bhavasvabhava (skt), hữu thể hay sự hiện hữu; Tướng Tự Tánh (lakshanasvabhava (skt), dấu hiệu hay cái tượng trưng; Đại Chủng Tự Tánh (mahabhutasvabhava (skt) hay các thành tố; Nhân Tự Tánh (hetusvabhava (skt), nguyên nhân hay lý do; Duyên Tự Tánh (pratyayasvabhava (skt), điều kiện hay duyên; Thành Tự Tánh (nishpattisvabhava (skt), sự hoàn thành hay sự toàn hảo. *Thứ Nhất Là Tập Tự Tánh:* Tập Tự Tánh là tánh nhóm họp hết thảy mọi thứ, bao gồm cả thiện lẫn ác. *Thứ Nhì Là Tánh Tự Tánh:* Hữu thể hay sự hiện hữu. Bản chất của hiện hữu hay cái gồm nên bản thể của sự vật. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo Mahamati: “Này Mahamati, bản chất của hiện hữu không phải như người ngu phân biệt nó.” *Thứ Ba Là Tướng Tự Tánh:* Dấu hiệu hay cái tượng trưng hay tánh sai khác giữa các tướng trạng. *Thứ Tư Là Đại Chủng Tánh Tự Tánh:* Bản chất của chính các yếu tố (hành). Đại Chủng bao gồm bốn thứ lớn trong khắp vạn pháp (đất, nước, lửa, gió), vạn vật không thể lìa bốn thứ này mà sinh được. *Thứ Năm Là Nhân Tự Tánh:* Nguyên nhân hay lý do. Tánh tự tánh làm sanh khởi các pháp. Đặc tính tự là nguyên nhân, tức là thực tính. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Phân biệt suông cũng giống như sừng thỏ, chứ không có những dấu hiệu thực sự của tự tính.” *Thứ Sáu Là Duyên Tự Tánh:* Điều kiện hay duyên. Duyên là nhân phụ, hoàn cảnh hay điều kiện bên ngoài, đối lại với nhân chính hay chủng tử. Nhân (Hetu) là hạt, trong khi duyên (Pratyaya) là đất, mưa, nắng, vân vân. *Thứ Bảy Là Thành Tự Tánh:* Sự hoàn thành hay sự toàn hảo.

III. Tự Tánh Không Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Chư pháp không có thực hữu nội tại, không có bản chất thường hằng, không có thứ gì có thực tánh của chính nó. Những gì hiện hữu đều có điều kiện, và có liên quan với những yếu tố khác. Theo Phật giáo, Không Tánh là bản tánh là cái làm cho lửa nóng và nước lạnh, nó là bản chất nguyên sơ của mỗi vật thể cá biệt. Khi nói rằng nó Không, có nghĩa là không có Tự Ngã (Atman) bên trong nó để tạo ra

bản chất nguyên sơ của nó, và ý niệm đích thực về bản chất nguyên sơ là một ý niệm Không. Chúng ta đã ghi nhận rằng không có tự ngã cá biệt nơi hậu cứ của cái chúng ta coi như vật thể cá biệt, bởi vì vạn hữu là những sản phẩm của vô số nhân và duyên, và chẳng có gì đáng gọi là một bản chất nguyên sơ độc lập, đơn độc, tự hữu. Tất cả là Không triệt để, và nếu có thứ bản chất nguyên sơ nào đó, thì có cách nào cũng vẫn là Không. Trong Phạn ngữ, thuật ngữ “Sunyata” là sự kết hợp của “Sunya” có nghĩa là không, trống rỗng, rỗng tuếch, với hậu tiếp từ “ta” có nghĩa là “sự” (dùng cho danh từ). Thuật ngữ rất khó mà dịch được sang Hoa ngữ; tuy nhiên, chúng ta có thể dịch sang Anh ngữ như là sự trống không, sự trống rỗng, hoặc chân không. Khái niệm của từ “Sunyata” căn bản thuộc về cả hợp lý và biện chứng. Thật khó để hiểu được khái niệm “Tánh không” vì ý niệm chân đế của nó (thắng nghĩa không, lìa các pháp thì không có tự tánh) liên quan đến ý nghĩa ngôn ngữ học, đặc biệt vì từ nguyên học (tánh không có nghĩa là trống rỗng hoặc không có gì trong hình dáng của chư pháp) không cung cấp thêm được gì vào ý thực tiễn hay lý thuyết của khái niệm này.

Theo Phật giáo, tự tánh là thực chất của bản ngã, đồng nghĩa với bản tính thật hay Phật tính. Đây là bản tính cố hữu của mọi sự tồn tại, và chỉ có thể kinh nghiệm qua thực chứng mà thôi. Tự tánh hay bản tánh, trái lại với tánh linh thượng đẳng. Tự tánh luôn thanh tịnh trong bản thể của nó. Bản chất của hiện hữu hay cái gồm nên bản thể của sự vật. Theo Phật giáo, cái không của tự tánh, tự tánh không hay tánh không tuyệt đối cũng có nghĩa là tự tánh, là bản chất của hiện hữu hay cái gồm nên bản thể của sự vật. Cái không về tự tính nghĩa là gì? Đây là vì không có sự sinh ra của ngã thể, tức là sự đặc thù hóa là cấu trúc của tự tâm chúng ta. Nếu chúng ta nghĩ rằng thực ra những sự vật đặc thù như thế chỉ là ảo tưởng, chúng không có tự tính, do đó mà bảo rằng chúng là không. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo Mahamati: “Này Mahamati, bản chất của hiện hữu không phải như người ngu phân biệt nó.” Vạn hữu trong thế giới hiện tượng đều không thường bền, chỉ hiện hữu tạm thời, chứ không có tự tánh. Cũng theo Kinh Lăng Già, có bảy loại tự tánh. Tự tánh là tánh nguyên lai của vạn hữu. Tự tánh hay bản tánh, trái lại với tánh linh thượng đẳng. Tự tánh luôn thanh tịnh trong bản thể của nó. Tự tánh còn có nghĩa là bản lai là điều kiện hay hình thái gốc, hay bản thể đầu tiên của bất cứ thứ gì. Tự tánh hay Phật tánh xưa nay là bản tánh thật của chư pháp. Bên cạnh đó, tự tánh còn có

nghĩa là bản thể đầu tiên, bản thể gốc, hình thái cơ bản, hay nguồn cội. Trong thuật ngữ truyền thống của Phật giáo, tự tánh có nghĩa là Phật tánh, nó tạo nên Phật quả; nó là Tánh Không tuyệt đối, nó là Chơn Như tuyệt đối. Người ta có thể gọi nó là tự thể thanh tịnh, từ mà triết học Tây Phương hay dùng hay không? Trong khi nó chẳng có quan hệ gì đến thế giới nhị nguyên giữa chủ thể và khách thể, mà nó được gọi một cách đơn giản là “Tâm” (với chữ đầu viết hoa), và cũng là Vô Thức. Ngôn từ Phật giáo có quá nhiều với những thuật ngữ tâm lý học và bởi vì tôn giáo này đặc biệt quan tâm đến triết lý về sự sống, những thuật ngữ như Tâm, Vô Thức, được dùng như đồng nghĩa với Tự Tánh, nhưng phải thận trọng để không lầm lẫn chúng với những thuật ngữ tâm lý học thực nghiệm hay dùng, vì chúng ta không nói đến tâm lý học thực nghiệm mà nói đến một thế giới siêu việt nơi đó không còn phân biệt về các ngoại hiện như vậy nữa. Trong tự tánh này, có một sự vận hành, một sự giác ngộ và Vô Thức trở nên ý thức về chính nó. Ở đây không đặt ra những câu hỏi “Tại sao?” hay “Thế nào?” Sự phát khởi hay sự vận hành này hay là bất cứ thứ gì phải được xem như là một sự kiện vượt lên trên tất cả chứng cứ biện luận. Cái chuông ngân nga và tôi nghe sự rung động của nó truyền qua không khí. Đây là một sự kiện đơn giản của nhận thức. Theo cùng cách thức, sự phóng rọi của ý thức vào Vô Thức là một vấn đề của kinh nghiệm, chẳng có sự huyền bí nào cả, nhưng theo quan điểm lý luận học, một sự mâu thuẫn bề ngoài, một sự mâu thuẫn mà nó phát khởi, tiếp tục sự mâu thuẫn vĩnh viễn. Dầu gì đi nữa, hiện giờ chúng ta vẫn có một cái Vô thức tự ý thức chính nó, hay một cái tâm tự phản chiếu chính nó. Sự chuyển hóa như vậy, tự tánh được biết là Bát Nhã.

Chương Ba Mười Bảy

Chánh Pháp Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Pháp Trong Phật Giáo:

Nói chung, pháp có nghĩa là sự vật. Pháp còn có nghĩa là luật và giáo pháp nói chung. Pháp còn có nghĩa là luật vũ trụ hay trật tự mà thế giới chúng ta phải phục tùng, nhưng theo đạo Phật, đây là luật “Luân Hồi Nhân Quả”. Pháp từ vô thi vô chung mà tất cả mọi hiện tượng theo nhân duyên tùy thuộc vào đó. Khi pháp có nghĩa là hiện tượng, nó chỉ mọi hiện tượng, sự vật và biểu hiện của hiện thực. Mọi hiện tượng đều chịu chung luật nhân quả, bao gồm cả cốt tủy giáo pháp Phật giáo. Pháp là một danh từ rắc rối, khó xử dụng cho đúng nghĩa; tuy vậy, pháp là một trong những thuật ngữ quan trọng và thiết yếu nhất trong Phật Giáo. Pháp có nhiều nghĩa. Do gốc chữ Phạn “dhr” có nghĩa là “nắm giữ” hay “mang vác”, hình như luôn luôn có một cái gì đó thuộc ý tưởng “tồn tại” đi kèm với nó. Nguyên thủy nó có nghĩa là luật vũ trụ, trật tự lớn mà chúng ta phải theo, chủ yếu là nghiệp lực và tái sinh. Học thuyết của Phật, người đầu tiên hiểu được và nêu ra những luật này. Kỳ thật, những giáo pháp chân thật đã có trước thời Phật lịch sử, bản thân Phật chỉ là một biểu hiện. Hiện nay từ “dharma” thường được dùng để chỉ giáo pháp và sự thực hành của đạo Phật. Pháp còn là một trong “tam bảo” theo đó người Phật tử đạt thành sự giải thoát, hai “bảo” khác là Phật bảo và Tăng bảo. Theo Phạn ngữ, chữ “Pháp” phát xuất từ căn ngữ “Dhri” có nghĩa là cầm nắm, mang, hiện hữu, hình như luôn luôn có một cái gì đó thuộc ý tưởng “tồn tại” đi kèm với nó. Ý nghĩa thông thường và quan trọng nhất của “Pháp” trong Phật giáo là chân lý. Thứ hai, pháp được dùng với nghĩa “hiện hữu,” hay “hữu thể,” “đối tượng,” hay “sự vật”. Thứ ba, pháp đồng nghĩa với “đức hạnh,” “công chánh,” “chuẩn tắc,” về cả đạo đức và tri thức. Thứ tư, có khi pháp được dùng theo cách bao hàm nhất, gồm tất cả những nghĩa lý vừa kể, nên chúng ta không thể dịch ra được. Trong trường hợp này cách tốt nhất là cứ để nguyên gốc chữ không dịch ra ngoại ngữ.

Theo Phật giáo, pháp có nghĩa là giáo pháp của Phật. Những lời dạy của Đức Phật chuyên chở chân lý. Phương cách hiểu và yêu thương được Đức Phật dạy trong giáo pháp của Ngài. Đức Phật dạy giáo pháp của Ngài nhằm giúp chúng ta thoát khỏi khổ đau phiền não do nguyên nhân cuộc sống hằng ngày và để cho chúng ta khỏi bị mất nhân phẩm, cũng như không bị sa vào ác đạo như địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, vân vân. Pháp như chiếc bè cho chúng ta cái gì đó để bám víu khi chúng ta triệt tiêu những vướng mắc gây cho chúng ta khổ đau phiền não và lăn trôi bên bờ sanh tử. Phật pháp chỉ những phương cách rọi sáng nội tâm, nhằm giúp cho chúng ta vượt thoát biển đời đau khổ để đáo được bỉ ngạn Niết Bàn. Một khi đã đáo được bỉ ngạn, thì ngay cả Phật pháp cũng phải xả bỏ. Pháp không phải là một luật lệ phi thường tạo ra hay ban bố bởi người nào đó. Theo Đức Phật, thân thể của chúng ta là Pháp, tâm ta là Pháp, toàn bộ vũ trụ là Pháp. Hiểu được thân, tâm và những điều kiện trần thế là hiểu được Pháp. Pháp từ vô thị vô chung mà tất cả mọi hiện tượng theo nhân duyên tùy thuộc vào đó. Pháp bao gồm những lời dạy và những bài thuyết pháp của Phật Thích Ca Mâu Ni trong ấy đã giải rõ ý nghĩa của Nhất Thể Tam Bảo và con đường đi đến thể hiện được nó. Pháp bảo, bao gồm những bài giảng, bài thuyết pháp của chư Phật (tức là những đấng giác ngộ viên mãn) như đã thấy trong các kinh điển và bản văn Phật giáo khác vẫn được phát triển.

Đối với giáo lý Phật giáo, chư pháp vô thường và không có thực thể, duyên hợp hay mượn các pháp khác mà có, như mượn uẩn mà có chúng sanh, mượn cột kèo mà có nhà cửa. Tất cả chỉ là hiện tượng giả tạm và không thật. Tên gọi chỉ là giả danh, là dấu hiệu hay cái tượng trưng tạm thời. Các pháp do nhân duyên giả hợp tạm bợ mà có chứ không có thực thể. Các pháp vô danh, do người ta giả trao cho cái tên, chứ đều là hư giả không thực. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nhắc ngài Mahamati: “Này Mahamati! Vì bị ràng buộc vào các tên gọi, các hình ảnh và dấu hiệu, nên phàm phu để mặc cho tâm thức của họ lang bạt.” Mọi sự mọi vật hiện hữu nhờ sự phối hợp của các vật khác và chỉ là gọi tên theo lối kinh nghiệm (như bốn thứ sắc, thanh, hương, vị, xúc, nhân duyên hòa hợp với nhau để thành một cái gì đó trong một thời gian hữu hạn rồi tan hoại, chẳng hạn như sữa bò, kỳ thật là do bốn thứ ấy duyên hợp mà thành, chứ không bao giờ có cái tự thể của sữa). Chư pháp hay mọi hiện tượng tùy theo nhân duyên mà giả hòa hợp, là sự

phối hợp của các yếu tố, chứ không có thực thể (hòa hợp ắt phải có ly tán, đó là sự hòa hợp nhất thời chứ không vĩnh cửu). Các pháp hay hiện tượng do nhân duyên sinh ra, như bóng hoa trong nước, hay ánh trăng nơi đáy giếng, không có thực tính. Tuy không có thực tính, lại không phải là pháp hư vô. Sự hiện hữu của chư pháp chỉ là giả hữu, nếu không muốn nói là không hơn gì sự hiện hữu của lông rùa sừng thỏ.

Theo Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh, bản chất của chư pháp đều không sanh, không diệt, không nhớ, không sạch, không tăng, không giảm. Đức Phật dạy: “Những ai thấy được Pháp là thấy Ta.” Pháp là giáo pháp của Phật hay những lời Phật dạy. Pháp là con đường hiểu và thương mà Đức Phật đã dạy. Pháp là toàn bộ giáo thuyết Phật giáo, các quy tắc đạo đức bao gồm kinh, luật, giới. Pháp còn là những phản ánh của các hiện tượng vào tâm con người, nội dung tâm thần, ý tưởng. Pháp là những nhân tố tồn tại mà trường phái Tiểu thừa cho đó là nền tảng của nhân cách kinh nghiệm. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, chữ “Pháp” (Dharma) có năm nghĩa như sau. Thứ nhất “Dharma” là cái được nắm giữ hay lý tưởng nếu chúng ta giới hạn ý nghĩa của nó trong những tác vụ tâm lý mà thôi. Trình độ của lý tưởng này sẽ sai biệt tùy theo sự tiếp nhận của mỗi cá thể khác nhau. Ở Đức Phật, nó là sự toàn giác hay viên mãn trí (Bodhi). Thứ đến, lý tưởng diễn tả trong ngôn từ sẽ là giáo thuyết, giáo lý, hay giáo pháp của Ngài. Thứ ba, lý tưởng đề ra cho các đệ tử của Ngài là luật nghi, giới cấm, giới điều, đức lý. Thứ tư, lý tưởng là để chứng ngộ sẽ là nguyên lý, thuyết lý, chân lý, lý tính, bản tính, luật tắc, điều kiện. Thứ năm, lý tưởng thể hiện trong một ý nghĩa tổng quát sẽ là thực tại, sự kiện, sự thể, yếu tố (bị tạo hay không bị tạo), tâm và vật, ý thể và hiện tượng, những phản ánh của các hiện tượng vào tâm con người, nội dung tâm thần, ý tưởng, và những nhân tố tồn tại mà trường phái Tiểu thừa cho đó là nền tảng của nhân cách kinh nghiệm. Theo phái Trung Quán, chữ Pháp trong Phật Giáo có nhiều ý nghĩa. Nghĩa rộng nhất thì nó là năng lực tinh thần, phi nhân cách bên trong và đằng sau tất cả mọi sự vật. Trong đạo Phật và triết học Phật giáo, chữ Pháp gồm có bốn nghĩa. Thứ nhất, pháp có nghĩa là thực tại tối hậu. Nó vừa siêu việt vừa ở bên trong thế giới, và cũng là luật chi phối thế giới. Thứ nhì, pháp theo ý nghĩa kinh điển, giáo nghĩa, tôn giáo pháp, như Phật Pháp. Thứ ba, pháp có nghĩa là sự ngay thẳng,

đức hạnh, lòng thành khẩn. Thứ tư, pháp có nghĩa là thành tố của sự sinh tồn. Khi dùng theo nghĩa này thì thường được dùng cho số nhiều.

II. Chánh Pháp Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi mệt. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không minh đạt chánh pháp (60). Hăng hái đừng buông lung, làm lành theo Chánh pháp. Người thực hành đúng Chánh pháp thì đời này vui đời sau cũng vui (168). Hãy làm lành theo Chánh pháp, việc ác tránh không làm. Người thực hành đúng Chánh pháp, thì đời này vui đời sau cũng vui (169).” Giáo pháp của Đức Phật được chia ra làm ba thời kỳ: thứ nhất là thời chánh pháp, thứ nhì là thời Tượng Pháp, thứ ba là thời Mạt Pháp. Thời kỳ chánh pháp là thời Đức Phật thị hiện trên thế gian để dạy Phật pháp. Trong thời kỳ này có nhiều bậc A La Hán, Bồ Tát và các bậc hiền thánh xuất hiện làm đệ tử của Đức Phật. Chánh pháp là giai đoạn kéo dài 500 năm (có người nói 1.000 năm) sau ngày Phật nhập diệt. Tuy Phật đã nhập diệt, nhưng pháp nghi giới luật của Ngài dạy và để lại vẫn còn vững chắc. Hơn nữa, trong giai đoạn này chúng sanh nghiệp nhẹ tâm thuần, nên có nhiều có tới 80 đến 90 phần trăm người nghe pháp tu hành đắc quả. Nghĩa là có người hành trì chân chánh và có người tu chứng. **Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Này Mahamati! Khi Chánh Pháp được hiểu thì sẽ không có sự gián đoạn của dòng giống Phật.”** Thời Chánh Pháp còn là thời kỳ mà phương pháp đúng, thường được dùng để tu tập như Tứ Diệu Đế và Bát Chánh Đạo. Trong Kinh Ma Ha Ma Gia, Đức Phật có tiên đoán: “Sau khi Ta nhập Niết Bàn rồi thì một trăm năm sau, có Tỳ Kheo Ưu Ba Cúc Đa, đủ biện tài thuyết pháp như Phú Lô Na, độ được vô lượng chúng sanh. Một trăm năm sau đó (tức là hai trăm năm sau khi Phật nhập diệt), có Tỳ Kheo Thi La Nan Đà, khéo nói pháp yếu, độ được mười hai triệu người trong châu Diêm Phù Đề. Một trăm năm kế đó (tức là ba trăm năm sau khi Phật nhập diệt), có Tỳ Kheo Thanh Liên Hoa Nhân, thuyết pháp độ được nửa triệu người. Một trăm năm kế nữa (tức bốn trăm năm sau khi Phật nhập diệt), có Tỳ Kheo Ngưu Khẩu thuyết pháp độ được một vạn người. Một trăm năm kế tiếp đó (tức 500 năm sau ngày Phật nhập diệt), có Tỳ Kheo Bảo Thiên thuyết pháp độ được hai vạn người và khiến cho vô số chúng sanh phát tâm vô thượng Bồ Đề. Sau đó thì thời kỳ Chánh

Pháp sẽ chấm dứt. Sáu trăm năm sau ngày Phật nhập Niết Bàn, có 96 thứ tà đạo sống dậy, tà thuyết nổi lên phá hoại Chánh Pháp. Lúc ấy có Tỳ Kheo Mã Minh ra đời. Tỳ Kheo này dùng trí huệ biện tài hàng phục ngoại đạo. Bảy trăm năm sau khi Phật nhập diệt, có Tỳ Kheo Long Thọ ra đời, dùng chánh trí hay trí huệ Bát Nhã chân chánh, xô ngã cột phước tà kiến, đốt sáng ngọn đuốc Chánh Pháp.”

Chương Ba Mười Tám

Tạng Nghiệp Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về A Lại Da Thức Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Alaya là thuật ngữ Bắc Phạn dùng để chỉ “Tạng Thức”, cái tâm thức biến hiện chư cảnh thành tám thức. A-Lại Da hay thức thứ tám được gọi là “Sơ Năng Biến” vì các thức khác đều từ đó mà ra. Một khái niệm về giáo thuyết đặc biệt quan trọng với trường phái Du Già. Thuật ngữ này có khi được các học giả Tây phương dịch là “Tàng Thức,” vì nó là cái kho chứa, nơi mà tất cả những hành động được sản sinh ra. Tàng thức cất giữ những gì được chứa vào nó cho đến khi có hoàn cảnh thích hợp cho chúng hiện ra. Những dịch giả Tây tạng lại dịch nó là “Căn bản của tất cả” vì nó làm nền tảng cho mọi hiện tượng trong vòng sanh tử và Niết Bàn. Qua thiền tập và tham dự vào những thiện nghiệp, người ta từ từ thay thế những chủng tử phiền não bằng những chủng tử thanh tịnh; một khi người ta thanh tịnh hóa một cách toàn diện A Lại Da, thì đó được coi như là “Tịnh Thức.” A Lại Da có nghĩa là cái tâm cất chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. A Lại Da tàng thức (đệ bát thức). Ý thức căn bản về mọi tồn tại hay ý thức di truyền, nơi những hạt giống karma lọt vào và gây ra hoạt động tâm thần. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Nầy Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân nầy mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’”

Theo Trung Anh Phật Học Từ Điển của Giáo Sư Soothill, A Lại Da Thức được diễn dịch như sau: *Thứ nhất là Chấp Trì Thức:* Còn gọi là A Đà Na Thức, vì nó giữ lấy tất cả các nhân thiện ác và giữ cho thân thể của hữu tình chúng luôn luân lưu trong luân hồi sanh tử. *Thứ nhì là Bản Thức:* Gốc rễ của chư pháp. *Thứ ba là Dị Thục Thức:* Gọi là dị thục thức vì nó chứa đựng và làm chín mùi những thiện ác nghiệp, từ đó có thể dẫn đến luân hồi sanh tử. *Thứ tư là Đệ Nhất Thức:* Đệ nhất thức từ gốc trở về ngọn (tầm quan trọng đệ nhất của A Lại Da Thức). *Thứ năm là Đệ Bát Thức:* Thức cuối cùng trong tám thức. *Thứ sáu là Hiện Thức:* Chư pháp đều hiển hiện trên bản thức. *Thứ bảy là Hữu Tình Căn Bản Chi Tâm Thức:* Tâm thức căn bản của loài hữu tình. *Thứ*

tám là Chủng Tử Thức: Chủng tử thức cơ bản vì từ đó mà phát sanh ra mọi pháp, mọi vật; giống như từ hạt giống nẩy mà sanh ra cây cối hoa quả. *Thứ chín là Sở Tri Y Thức:* Gọi là Sở Tri Y thức vì nó là cơ sở cho mọi pháp thiện ác dựa vào. *Thứ mười là Tàng thức:* Tiềm thức hay tạng thức, thức thứ tám hay Nghiệp thức. Tất cả nghiệp được thành lập trong hiện đời và quá khứ đều được tàng trữ trong A Lại Da thức. A Lại Da thức hành xử như nơi tồn chứa tất cả những dữ kiện được Mặt Na thức thu thập. Khi một sinh vật chết thì bảy thức kia sẽ chết theo, nhưng A-Lại-Da thức vẫn tiếp tục. Nó là quyết định tối hậu cho sự đầu thai trong lục đạo. Tàng thức là nơi tích lũy tất cả những ấn tượng, tất cả những hạt giống ký ức, tất cả những hạt giống nghiệp. *Thứ mười một là Tâm Thức:* Tâm là tên khác của a Lại Da Thức vì cả hai đều tích tụ các hạt giống của chư pháp và làm cho chúng khởi lên. *Thứ mười hai là Trạch Thức:* Là nhà ở của các hạt giống. *Thứ mười ba là Vô Cấu Thức:* Cực thanh tịnh thức ở bậc “Như Lai Địa,” nơi nương tựa của các pháp vô lậu. *Thứ mười bốn là Vô Một Thức:* Tất cả các chủng tử không bị mất mát (không mất, không tan). *Thứ mười lăm là Như Lai Tạng:* Như Lai Tạng là cái thai tạng trong đó Như Lai được mang, được nuôi dưỡng và được thành thực. Như Lai Tạng còn là A Lại Da thức được hoàn toàn thanh tịnh, sạch tập khí hay năng lực của thói quen và các khuynh hướng xấu. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, khi vạn vật phản chiếu trong tâm trí ta, thì thế lực phân biệt hay tưởng tượng của tâm ta sẽ sẵn sàng hoạt động ngay. Đây gọi là “thức” (vijñana). Chính vì thức kết hợp với tất cả yếu tố phản chiếu, tàng chứa chúng, nên được gọi là A Lại Da Thức hay “thức tạng.”

II. Tạng Nghiệp Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Như trên đã nói, A Lại Da có nghĩa là cái tâm cất chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. A Lại Da tàng thức (đệ bát thức). Ý thức căn bản về mọi tồn tại hay ý thức di truyền, nơi những hạt giống karma lọt vào và gây ra hoạt động tâm thần. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Nầy Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân nầy mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’” A Lại Da là thức căn

bản, thức thứ tám trong Bát Thức, còn gọi là Tàng Thức. Tàng thức nơi chứa đựng tất cả chủng tử của các thức, từ đây tương ứng với các nhân duyên, các hạt giống đặc biệt lại được thức Mạt Na chuyển vận đến sáu thức kia, kết thành hành động mới đến lượt các hành động này lại sản xuất ra các hạt giống khác. Quá trình này có tính cách đồng thời và bất tận. A Lại da còn được gọi là “Hiển Thức”, chứa đựng mọi chủng tử thiện ác, hiển hiện được hết thấy mọi cảnh giới. Chữ “Alaya” có nghĩa là cái nhà nơi mà tất cả những gì có giá trị cho chúng ta dùng được tàng trữ và cũng là nơi cư ngụ của chúng ta. Thức A Lại Da, cũng còn được gọi là “Tàng Thức,” hay là “thức thứ tám,” hay là “tàng nghiệp.” Tất cả mọi nghiệp đã lập thành trong quá khứ hay đang được lập thành trong hiện tại đều được tàng trữ trong A Lại Da Thức này. Giáo điển dạy Tâm Lý Học, về tám thức (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý, Mạt na và A Lại Da). Những thức này giúp chúng sanh phân biệt phải trái. Tuy nhiên, chúng sanh con người có một cái thức thâm sâu gọi là A Lại Da Thức, là chủ thể chính của sự luân hồi sanh tử, và bị các thức khác hiểu lầm đó là một linh hồn hay một cái ngã trường cửu. Chính tại A Lại Da Thức này những ấn tượng hay kinh nghiệm của hành động được tàng trữ dưới hình thức những ‘chủng tử’ và chính những chủng tử này làm nảy nở những kinh nghiệm sắp tới tùy theo hoàn cảnh của từng cá nhân. Theo Bồ Tát Mã Minh trong Đại Thừa Khởi Tín Luận và Nhiếp Luận Tông, A Lại Da thức là nơi hòa hợp chân vọng. Khi nó trở nên thanh tịnh và không còn ô nhiễm, nó chính là “Chân Như.” A Lại Da có nghĩa là chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Nầy Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân này mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’” Chức năng của A Lại Da Thức là nhìn vào chính nó trong đó tất cả tập khí (vasana) từ thời vô thủy được giữ lại theo một cách vượt ngoài tri thức (bất tư nghi-acintya) và sẵn sàng chuyển biến (parinama), nhưng nó không có hoạt năng trong tự nó, nó không bao giờ hoạt động, nó chỉ nhận thức, theo ý nghĩa này thì nó giống như một tấm kính; nó lại giống như biển, hoàn toàn phẳng lặng không có sóng xao động sự yên tĩnh của nó; và nó thanh tịnh không bị ô nhiễm, nghĩa là nó thoát khỏi cái nhị biên của chủ thể và đối tượng. Vì nó là cái hành động nhận

thức đơn thuần, chưa có sự khác biệt giữa người biết và cái được biết. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, khi vạn vật phản chiếu trong tâm trí ta, thì thế lực phân biệt hay tưởng tượng của tâm ta sẽ sẵn sàng hoạt động ngay. Đây gọi là “thức” (vijñana). Chính vì thức kết hợp với tất cả yếu tố phản chiếu, tàng chứa chúng, nên được gọi là A Lại Da Thức hay “thức tạng.” Tạng thức chính nó là sự hiện hữu của tập hợp nhân quả và những tâm sở thanh tịnh hoặc nhiễm ô, được tập hợp hay lẫn lộn với chúng theo tương quan nhân quả. Khi tạng thức bắt đầu hoạt động và bước xuống thế giới thường nhật này, thì chúng ta có hiện hữu đa dạng vốn chỉ là thế giới tưởng tượng. Tạng thức, vốn là chủng tử thức, là trung tâm ý thức; và thế giới do thức biểu hiện là môi trường của nó. Chỉ có ở nơi sự giác ngộ viên mãn của Phật, thức thanh tịnh mới bừng chiếu lên. Tịnh thức này có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tưởng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thật, tức Viên Thành Thật tánh (parinirvana). Sau khi đạt đến đó, chủng tử tạng, tức là thức, sẽ biến mất và cuối cùng đưa đến trạng thái nơi mà chủ thể và đối tượng không còn phân biệt. Đây là vô phân biệt trí (avikalpa-vijñana). Trạng thái tối hậu là Vô Trụ Niết Bàn (apratiṣṭhita-nirvāṇa) nghĩa là sự thành tựu tự do hoàn toàn, không còn bị ràng buộc ở nơi nào nữa. Cái tâm thứ biến hiện chư cảnh thành tám thức. A-Lại Da hay thức thứ tám được gọi là “Sơ Năng Biến” vì các thức khác đều từ đó mà ra. Một khái niệm về giáo thuyết đặc biệt quan trọng với trường phái Du Già. Thuật ngữ này có khi được các học giả Tây phương dịch là “Tàng Thức,” vì nó là cái kho chứa, nơi mà tất cả những hành động được sản sinh ra. Tàng thức cất giữ những gì được chứa vào nó cho đến khi có hoàn cảnh thích hợp cho chúng hiện ra. Những dịch giả Tây Tạng lại dịch nó là “Căn bản của tất cả” vì nó làm nền tảng cho mọi hiện tượng trong vòng sanh tử và Niết Bàn. Qua thiền tập và tham dự vào những thiện nghiệp, người ta từ từ thay thế những chủng tử phiền não bằng những chủng tử thanh tịnh; một khi người ta thanh tịnh hóa một cách toàn diện A Lại Da, thì đó được coi như là “Tịnh Thức.” A Lại Da có nghĩa là cái tâm cất chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. A Lại Da tàng thức (đệ bát thức). Ý thức căn bản về mọi tồn tại hay ý thức di truyền, nơi những hạt giống karma lọt vào và gây ra hoạt động tâm thần. Tiềm thức hay tạng thức, thức thứ

tám hay Nghiệp thức. Tất cả nghiệp được thành lập trong hiện đời và quá khứ đều được tàng trữ trong A Lại Da thức. A Lại Da thức hành xử như nơi tồn chứa tất cả những dữ kiện được Mạt Na thức thấu thập. Khi một sinh vật chết thì bảy thức kia sẽ chết theo, nhưng A-Lại-Da thức vẫn tiếp tục. Nó là quyết định tối hậu cho sự đầu thai trong lục đạo.

Tạng thức chính nó là sự hiện hữu của tập hợp nhân quả và những tâm sở thanh tịnh hoặc nhiễm ô, được tập hợp hay lẫn lộn với chúng theo tương quan nhân quả. Khi tạng thức bắt đầu hoạt động và bước xuống thế giới thường nhật này, thì chúng ta có hiện hữu đa dạng vốn chỉ là thế giới tưởng tượng. Tạng thức, vốn là chủng tử thức, là trung tâm ý thức; và thế giới do thức biểu hiện là môi trường của nó. Chỉ có ở nơi sự giác ngộ viên mãn của Phật, thức thanh tịnh mới bừng chiếu lên. Tịnh thức này có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tưởng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thật, tức Viên Thành Thật tánh (parinispanna). Sau khi đạt đến đó, chủng tử tạng, tức là thức, sẽ biến mất và cuối cùng đưa đến trạng thái nơi mà chủ thể và đối tượng không còn phân biệt. Đây là vô phân biệt trí (avikalpa-vijnana). Trạng thái tối hậu là Vô Trụ Niết Bàn (apratisthita-nirvana) nghĩa là sự thành tựu tự do hoàn toàn, không còn bị ràng buộc ở nơi nào nữa. Chức năng của A Lại Da Thức là nhìn vào chính nó trong đó tất cả tập khí (vasana) từ thời vô thủy được giữ lại theo một cách vượt ngoài tri thức (bất tư nghi: acintya) và sẵn sàng chuyển biến (parinama), nhưng nó không có hoạt năng trong tự nó, nó không bao giờ hoạt động, nó chỉ nhận thức, theo ý nghĩa này thì nó giống như một tấm kiếng; nó lại giống như biển, hoàn toàn phẳng lặng không có sóng xao động sự yên tĩnh của nó; và nó thanh tịnh không bị ô nhiễm, nghĩa là nó thoát khỏi cái nhị biên của chủ thể và đối tượng. Vì nó là cái hành động nhận thức đơn thuần, chưa có sự khác biệt giữa người biết và cái được biết.

Trong Phật giáo, tâm là gốc của muôn pháp. Tâm hay ý là Tạng Nghiệp, hay nơi tồn trữ nghiệp, thiện hay bất thiện. Thuật ngữ Bắc Phạn Citta còn được định nghĩa như là toàn bộ hệ thống của thức, bản nguyên thanh tịnh, hay tâm. Citta thường được dịch là “ý tưởng.” Trong Kinh Lăng Già cũng như trong các kinh điển Đại Thừa khác, citta được dịch đúng hơn là “tâm.” Khi nó được định nghĩa là “sự chất chứa” hay “nhà kho” trong đó các chủng tử nghiệp được cất chứa, thì citta không

chỉ riêng nghĩa ý tưởng mà nó còn có ý nghĩa có tính cách hữu thể học nữa. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Tâm dẫn đầu các hành vi, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả.” Tâm là một tên khác của A Lại Da Thức (vì nó tích tập hạt giống của chư pháp hoặc huân tập các hạt giống từ chủng tử chủng pháp mà nó huân tập). Không giống như xác thân vật chất, cái tâm là phi vật chất. Chúng ta nhận thức được những tư tưởng và cảm nghĩ của chúng ta cùng nhiều điều khác bằng trực giác, và chúng ta kết luận sự hiện hữu của chúng bằng phép loại suy. Tâm là gốc của muôn pháp. Trong Tâm Địa Quán Kinh, Đức Phật dạy: “Trong Phật pháp, lấy tâm làm chủ. Tất cả các pháp đều do tâm sanh.” Tâm tạo ra chư Phật, tâm tạo thiên đường, tâm tạo địa ngục. Tâm là động lực chính làm cho ta sung sướng hay đau khổ, vui hay buồn, trầm luân hay giải thoát. Người xưa tin rằng 'tâm' nằm ngay vùng ngực. Trong Thiền, từ này chỉ hoặc là tinh thần của một người theo nghĩa toàn bộ những sức mạnh về ý thức, tinh thần, trái tim, hay tâm hồn, hoặc là sự hiện thực tuyệt đối, tinh thần thật sự nằm bên ngoài nhị nguyên của tâm và vật. Để cho hành giả dễ hiểu hơn về Tâm, các vị thầy Phật giáo thường chia Tâm ra làm nhiều giai tầng, nhưng đối với Thiền, Tâm là một toàn thể vĩ đại, không có những thành phần hay phân bộ. Các đặc tính thể hiện, chiếu diệu và vô tướng của Tâm hiện hữu đồng thời và thường hằng, bất khả phân ly trong cái toàn thể.

Theo Phật giáo, trí tuệ không phải là sự chất đóng của tri thức. Trái lại, nó là sự vùng vẫy để thoát khỏi các tri thức ấy. Nó đập vỡ những tri thức cũ để làm phát sinh những tri thức mới phù hợp với thực tại hơn. Khi Copernicus phát hiện trái đất quay xung quanh nó và quay xung quanh mặt trời, có biết bao nhiêu ý niệm cũ về thiên văn học bị sụp đổ, trong đó có ý niệm trên và dưới. Thuyết Lượng Tử hiện thời đang phấn đấu mãnh liệt để vượt thoát các ý niệm đồng nhất và nhân quả vốn là những ý niệm căn bản xưa nay của khoa học. Khoa học cũng đang dần thân trên con đường rũ bỏ ý niệm như đạo học. Cái hiểu biết nơi con người được diễn dịch thành khái niệm, tư tưởng và ngôn ngữ. Cái biết ở đây là tri thức thu lượm được bằng cách chất chứa. Nó là cái thấy trực tiếp và mau lẹ. Về mặt tình cảm thì gọi là cảm xúc. Về mặt tri thức thì gọi là tri giác. Nó là một trực giác chứ không phải là kết quả của suy luận. Có khi nó hiện hữu tràn đầy trong chúng ta, nhưng chúng ta không diễn dịch nó thành khái niệm được, không dùng hình thức tư duy để chuyên chở nó được và do đó không

diễn tả được thành lời. Không thể diễn tả nên lời, đó là tâm trạng của chúng ta vào lúc đó. Có những tri thức được nói trong đạo Phật là “bất khả tư, bất khả nghị, bất khả thuyết,” nghĩa là không thể suy tư, nghị luận và lập thành học thuyết được. Ngoài ra, sự hiểu biết còn là miếng chần giúp bảo vệ hành giả khỏi sự tấn công của tham, sân và si. Con người thường hành động sai quấy là do bởi vô minh hoặc không thấy rõ được chính mình, không thấy rõ những khát vọng muốn đạt hạnh phúc cũng phương cách nào để đạt được chân hạnh phúc. Sự hiểu biết còn giúp hành giả có khả năng triệt tiêu nhiễm trước và tăng cường đức tính tốt nơi chính mình.

Hành giả nên luôn nhớ rằng tất cả dục vọng ham muốn khởi lên do tâm sở hành. Khi chúng ta thấy cái gì hấp dẫn thì chúng ta khởi sinh lòng ham muốn và muốn đạt cho bằng được. Ngược lại, khi chúng ta thấy cái gì không hấp dẫn thì chúng ta sanh tâm nhàm chán không muốn, có khi còn sanh tâm oán ghét nó nữa là khác. Những chức năng của tâm rất rộng lớn và không tính đếm được. Chính vì vậy mà Phật luôn nhắc nhở tứ chúng, “Tâm như vườn chuyển cây.” Tâm biến hóa vô cùng (nó hoạt động không giới hạn); tâm phát khởi mê lầm; tâm phát khởi giác ngộ. Theo Hoàng Bá Ngữ Lục, một hôm Thiền sư Hoàng Bá thượng đường dạy chúng: “Tâm là Phật, đừng tâm phân biệt ấy là Đạo.” Tất cả sự vật đều do tâm tạo; tâm tạo Niết bàn; tâm tạo địa ngục. Một cái tâm ô nhiễm bị vây hãm bởi thế giới ô nhiễm. Tâm thanh tịnh xuất hiện trong một thế giới thanh tịnh. Tâm làm ngoại giới biến hóa vô hạn; tâm làm Phật; tâm làm chúng sanh. Tâm là một họa sĩ kỳ tài có khả năng vẽ với mọi thứ thế giới; không có thứ gì trên thế gian này mà không do tâm tạo; sanh tử đều khởi lên và tồn tại từ tâm này. Tâm sanh khởi tham, sân, si; tuy nhiên, cũng chính tâm ấy sanh khởi bố thí, nhẫn nhục và trí huệ. Một cái tâm bị vây hãm trong thế giới ảo tưởng sẽ dẫn dắt chúng sanh đến cảnh sống si mê u tối. Nếu chúng ta thấy rằng không có thế giới ảo tưởng ngoài tâm này, thì tâm u tối trở thành trong sáng, không còn tạo cảnh bất tịnh, nên Bồ Đề hiển lộ. Tâm làm chủ tất cả. Do tâm mê mờ mà thế giới đầy phiền não xuất hiện. Thế giới thường lạc lại cũng do tâm tạo, nhưng là cái tâm trong sáng. Tâm như bánh xe theo bò kéo, vì vậy mà khổ đau phiền não đi liền với người nào dùng tâm bất tịnh để nói năng hành động.

Trong Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, Thiền Sư D.T. Suzuki đã phân biệt hai loại vận hành của tâm. Thứ nhất là Vận Hành Tùy Thuộc vào

Tâm Phân Biệt: Còn gọi là sự phân biệt trí, được hàng nhị thừa nhận biết. Nó được gọi là Ứng Thân hay cái thân đáp ứng. Vì họ không biết rằng đây là do cái tâm sinh khởi hay chuyển thức phóng chiếu ra, nên họ tưởng nó là cái gì ở bên ngoài họ, và khiến cho nó mang một hình tướng có thân thể mà không thể có một cái biết thông suốt về bản chất của nó. Thứ nhì là Vận Hành Tùy Thuộc Vào Nghiệp Thức: Đây là loại vận hành xuất hiện với tâm Bồ Tát nào đã nhập vào con đường Bồ Tát tính cũng như đối với tâm của những vị đã đạt đến địa cao nhất. Loại này được gọi là Báo Thân. Cái thân có thể nhìn thấy được trong vô số hình tướng, mỗi hình tướng có vô số nét, và mỗi nét cao vời vời vô số cách, và cái thế giới trong đó thân trú ngụ cũng được trang nghiêm theo vô số thể cách. Vì thân thể hiện khắp mọi nơi nên nó không có giới hạn nào cả, nó có thể không bao giờ suy diệt, nó vượt khỏi mọi hoàn cảnh. Tùy theo yêu cầu của chúng sanh tín thủ. Nó không bị đoạn diệt cũng không biến mất. Những đặc điểm ấy của thân là những kết quả huân tập của những hành động thuần khiết như các đức hạnh toàn hảo hay Ba La Mật, và cũng là sự huân tập vi diệu vốn sẵn có trong Như Lai Tạng. Vì có được các tính chất vô lượng an lạc như thế nên nó được gọi là Báo Thân.

Tâm Hiểu Biết Chính Mình, hiểu biết chính mình là sáng suốt hiểu biết tường tận sự vật đúng như thật sự sự vật là như vậy, là thấu triệt thực tướng của sự vật, tức là thấy rõ bản chất vô thường, khổ, vô ngã của ngũ uẩn ngay trong chính mình. Không phải tự mình hiểu biết mình một cách dễ dàng vì những khái niệm sai lầm, những ảo tưởng vô căn cứ, những thành kiến và ảo giác. Thật là khó mà thấy được con người thật của chúng ta. Đức Phật dạy rằng muốn có thể hiểu được chính mình, chúng ta phải trước hết thấy và hiểu sự vô thường nơi ngũ uẩn. Ngài ví sắc như một khối bọt, thọ như bong bóng nước, tưởng như ảo cảnh, hành lậu bều như lục bình trôi, và thức như ảo tưởng. Đức Phật dạy: “Bất luận hình thể vật chất nào trong quá khứ, vị lai và hiện tại, ở trong hay ở ngoài, thô thiển hay vi tế, thấp hay cao, xa hay gần... đều trống rỗng, không có thực chất, không có bản thể. Cùng thế ấy, các uẩn còn lại: thọ, tưởng, hành, thức... lại cũng như vậy. Như vậy ngũ uẩn là vô thường, mà hễ cái gì vô thường thì cái đó là khổ, bất toại và vô ngã. Ai hiểu được như vậy là hiểu được chính mình.”

Theo Phật Giáo, bạn không thể chạy trốn khỏi tâm. Với thiền bạn có thể huấn luyện cho tâm bình tĩnh và thoát khỏi những xáo trộn bên

trong hay bên ngoài. Áp dụng tập trung tỉnh thức với những hỗn loạn bên trong và mâu thuẫn tinh thần, quan sát hay chú tâm đến tất cả những trạng thái thay đổi của tâm. Khi tâm được phát triển đúng cách, nó sẽ mang lại niềm vui và hạnh phúc nhất. Nếu tâm bị xao lãng nó sẽ mang lại cho bạn trở ngại và khó khăn không thể kể xiết. Tâm kỹ luật rất mạnh mẽ và hữu hiệu. Người trí huấn luyện tâm họ như người ta huấn luyện ngựa vậy. Vì thế bạn nên quan sát tâm mình. Khi bạn ngồi một mình bạn nên quan sát những thay đổi nơi tâm. Chỉ nên quan sát mà không chống cự lại hay trốn chạy hay kiểm soát những thay đổi ấy. Khi tâm đang ở trạng thái tham dục, nên tỉnh thức biết mình đang có tâm tham dục. Khi tâm đang ở trạng thái sân hận hay không sân hận, nên tỉnh thức biết mình đang có tâm sân hận hay tâm không sân hận. Khi tâm tập trung hay tâm mê mông lung, bạn nên tỉnh thức biết mình đang có tâm tập trung hay tâm mê mông lung. Bạn nên luôn nhớ nhiệm vụ của mình là quan sát những hoàn cảnh thay đổi mà không đồng hóa với chúng. Nhiệm vụ của bạn là không chú tâm vào hoàn cảnh bên ngoài mà chú tâm vào chính bạn. Quả là khó khăn, nhưng có thể làm được. Trong mọi sinh hoạt của đời sống hằng ngày, bạn nên luôn quan sát tâm mình và quan sát tâm trong tất cả mọi hoàn cảnh. Quan sát sự làm việc của tâm nhưng không đồng nhất hay bào chữa cho tư tưởng của bạn mà không xây bức màn thành kiến; không mong chờ tưởng thưởng hay thỏa mãn. Quan sát thấy những cảm giác ham muốn, sân hận, ganh ghét, và nhiều trạng thái bất thiện khác phát sanh và làm đảo lộn sự quân bình của tâm, từ đó tiếp tục hành thiền để loại bỏ chúng. Hành giả nên luôn nhớ rằng tâm viên leo trèo nhảy nhót như vượn chuyền cây. Có ai đó hỏi vị Thiền sư làm sao nhìn vào tự tánh của mình. Vị Thiền sư đáp: “Làm sao thấy được? Vì nếu có một cái lồng với sáu cửa sổ và một con khỉ trong đó. Nếu có ai gọi ‘khỉ ơi,’ con khỉ liền trả lời, và nếu có ai khác lại gọi nữa ‘khỉ ơi’ thì khỉ lại trả lời. Và cứ thế nó tiếp tục trả lời. Tâm con người lại cũng như thế ấy”.

Theo quan điểm Phật giáo, tâm, thức hay tạng nghiệp là phần cốt lõi của kiếp nhân sinh. Tất cả những kinh nghiệm tâm lý như đau đớn hay sung sướng, buồn hay vui, thiện hay ác, sống hay chết, đều không do một nguyên lý bên ngoài nào, mà chỉ là kết quả của những tư tưởng của chúng ta và những hành động do những tư tưởng ấy đưa đến mà thôi. Tâm thật sự ảnh hưởng đến thân thể con người trong từng giây từng phút trong đời sống. Nếu chúng ta để mặc cho những tư tưởng hằn

học dày xéo, những trò tiêu khiển không lành mạnh thao túng, thì tâm này có thể gây nên thảm họa, thậm chí có thể giết chết sinh mạng khác. Tuy nhiên, chính tâm này lại có thể cứu được một thân xác bệnh hoạn. Khi tâm được tập trung vào những tư tưởng chính đáng, với những nỗ lực chân thành, và những hiểu biết xác đáng thì nó có thể mang lại một kết quả thù thắng. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy: “Không một kẻ thù nào có thể hại được mình hơn tâm niệm khát ái, sân hận và đố kỵ của chính mình.” Tâm với những niệm tưởng thanh tịnh và thiện lành thực sự sẽ mang lại cuộc sống an lành và thanh thản.

Tâm không phải là một thực tại biệt lập với thế giới cảm giác và suy tưởng để đi ra khỏi thế giới ấy rồi rút về tự thân. Khi chúng ta nhìn cái cây trước mặt chúng ta, tâm chúng ta không đi ra ngoài chúng ta để đi vào rừng, nó cũng không mở cửa để đón cảnh rừng đi vào. Tâm chúng ta chỉ nhắm vào cái cây, nhưng những cái cây ấy không phải là một đối tượng biệt lập. Mà lúc đó tâm và cảnh là một. Cảnh chỉ là những biểu hiện kỳ diệu của tâm mà thôi. Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 31, Đức Phật dạy: “Có người lo lắng vì lòng dâm dục không dứt nên muốn đoạn âm. Đoạn âm không bằng đoạn tâm. Tâm như người hướng dẫn, một khi người hướng dẫn ngừng thì những kẻ tùng sự đều phải ngừng. Tâm tà không ngưng thì đoạn âm có ích gì? Đức Phật Ca Diếp có dạy rằng: ‘Dục sinh từ nơi ý. Ý do tư tưởng sinh, hai tâm đều tịch lặng, không mê sắc cũng không hành dâm’.”

Tâm luôn vận hành không ngăn ngại. Khi nói đến tâm, người ta nghĩ đến những hiện tượng tâm lý như cảm giác, tư tưởng và nhận thức, cũng như khi nói đến vật, chúng ta nghĩ ngay đến những hiện tượng vật lý như núi, sông, cây, cỏ, động vật. Như vậy là khi chúng ta nói đến tâm hay vật, chúng ta chỉ nghĩ đến hiện tượng (tâm tượng và cảnh tượng), chứ không nói đến tâm thể và vật thể. Chúng ta thấy rằng cả hai loại hiện tượng (tâm tượng và cảnh tượng) đều nương nhau mà thành, và thể tính của chúng là sự tương duyên, vậy sao chúng ta không thấy được rằng cả hai loại hiện tượng đều cùng một thể tính? Thể tính ấy có người thích gọi là “tâm”, có người thích gọi là “vật”, có người thích gọi là “chân như.” Dầu gọi là cái gì đi nữa, chúng ta không thể dùng khái niệm để đo lường thể tánh này được. Vì thể tánh ấy không bị ngăn ngại hoặc giới hạn. Từ quan điểm hợp nhất, người ta gọi nó là “Pháp thân.” Từ quan điểm nhị nguyên, người ta gọi nó là “Tâm không ngăn ngại” đối mặt với “thế giới vô ngại.” Kinh Hoa Nghiêm

gọi nó là Tâm vô ngại và cảnh vô ngại. Cả hai dung hợp nhau một cách viên mãn nên gọi là “tâm cảnh viên dung.”

Trong tu tập Phật giáo, mặt trăng là biểu tượng của tâm. Tâm cũng giống như mặt trăng chiếu sáng và giúp cho chúng ta thấy được mọi thứ, nhưng tâm không phải là một vật mà chúng ta có thể chỉ vào được; tâm không có cả bóng lẫn hình dạng. Hiện thể là tâm đang hiển lộ; thực tánh của tâm chính là tánh không. Chúng ta có thể nghe tiếng sỏi chạm trên mặt đường; âm thanh của nó chính là tâm đang hiển lộ. Chúng ta có thể thấy phướn đang bay phất phới trong gió; sự bay phất phới trong gió của phướn chính là tâm hiển lộ. Thế thôi! “Tâm” còn được định nghĩa như là toàn bộ hệ thống thức, bốn nguyên thanh tịnh, hay tâm. Citta thường được dịch là “ý tưởng.” Trong Kinh Lăng Già cũng như trong các kinh điển Đại Thừa khác, citta được dịch đúng hơn là “tâm.” Khi nó được định nghĩa là “sự chất chứa” hay “nhà kho” trong đó các chủng tử nghiệp được cất chứa, thì citta không chỉ riêng nghĩa ý tưởng mà nó còn có ý nghĩa có tính cách hữu thể học nữa. Trong Phật giáo không có sự phân biệt giữa tâm và thức. Cả hai đều được dùng như đồng nghĩa. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Tâm dẫn đầu các hành vi, tâm là chủ, tâm tạo tác tất cả.” Theo Đại Sư Ấn Quang: “Tâm bao hàm hết khắp cả thập pháp giới, đó là Phật pháp giới, Bồ Tát pháp giới, Duyên Giác pháp giới, Thanh Văn pháp giới, Thiên pháp giới, Nhân pháp giới, A Tu La pháp giới, Súc Sanh pháp giới, Ngạ Quỷ pháp giới, và Địa Ngục pháp giới. Một tâm mà hay sanh tất cả. Phật cũng do tâm sanh, mà địa ngục cũng do tâm tạo.”

Hãy nhìn vào chính mình để thấy tâm chẳng có hình tướng gì cả. Hình ảnh đến và đi; tâm mình nhìn thấy hình ảnh đến và đi. Âm thanh đến và đi; tâm mình cũng nghe âm thanh đến và đi. Vì tâm không có hình tướng nên tâm có thể hiển lộ các pháp đến đi trong vô lượng hình tướng. Cũng bởi vì không có hình tướng nên tâm có thể hiển lộ như là hình ảnh và âm thanh mà mình thấy và nghe được. Hành giả nên thấy rằng tất cả chỉ là trạng thái của tâm mà thôi! Hãy nhìn vào tâm của chúng ta thì chúng ta sẽ thấy rằng niệm đến rồi đi, sinh rồi diệt. Tâm như một tấm gương cho chúng ta thấy hình ảnh vạn pháp được phản chiếu. Tất cả các ảnh đến rồi đi, nhưng tánh phản chiếu của tấm gương vẫn còn đó, bất động, bất diệt. Ngày trước, sớ dĩ chư tổ đánh thức đệ tử bằng tiếng vỗ của hai bàn tay, vì khi nghe tiếng vỗ là chúng ta nghe âm thanh; âm thanh đến rồi đi, nhưng tánh nghe vẫn còn đó, ngay cả

trong giấc ngủ của chúng ta, không dời đổi, bất động và bất diệt. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng cái tâm trong sáng cũng giống như ánh trăng tròn trên bầu trời. Thỉnh thoảng có mây kéo đến che nó, nhưng trăng luôn ở trên mây. Mây bay qua, trăng lại chiếu sáng. Vì vậy, Phật tử chân thuần không nên lo nghĩ về cái tâm trong sáng. Cái tâm ấy luôn hiện hữu. Nên nhớ, khi vọng tưởngập đến thì phía sau lớp vọng tưởng vẫn là cái tâm trong sáng. Vọng tưởng đến rồi đi, không có ngoại lệ. Chúng ta không nên vướng mắc về sự đến và đi của những vọng tưởng này. Chúng ta cùng sống và cùng hành xử trong tinh thần hòa hợp. Cùng nhau hành sự có nghĩa là đoạn trừ các ý tưởng của riêng mình, điều kiện và hoàn cảnh của riêng mình. Làm được như vậy thì tâm của chúng ta sẽ tự nhiên biến thành cái tâm không. Khi tâm chúng ta trở thành tâm không thì nó cũng giống như tờ giấy trắng. Chẳng đó ý tưởng chân thật, điều kiện và hoàn cảnh chân thật của chúng ta sẽ xuất hiện. Trong tu tập hằng ngày, khi chúng ta vái chào nhau, cùng tụng kinh, niệm Phật và cùng nhau thọ trai. Tâm chúng ta trở thành một (nhất tâm). Giống như nơi biển cả, khi có gió thổi thì tự nhiên sẽ có nhiều sóng. Khi gió dịu dần thì sóng cũng nhỏ hơn. Khi gió lặng thì mặt nước sẽ trở thành một tấm gương, trong đó mọi vật được phản ánh, từ núi non, cây cối đến mây trời, vân vân. Tâm của chúng ta cũng thế. Khi chúng ta có nhiều ham muốn và ý tưởng, sẽ giống như đại dương có nhiều sóng lớn. Nhưng sau khi chúng ta tu tập thiền định thì ý tưởng và ham muốn của chúng ta sẽ tan biến, cũng như sóng trong đại dương từ từ nhỏ dần. Rồi thì tâm chúng ta cũng giống như một tấm gương trong sáng, và mọi vật chúng ta nghe thấy, ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ đều là chân lý.

Hành giả nên luôn tỉnh thức rằng thân này đang biến đổi, và tâm này đang chạy đông chạy tây. Hãy dụng công tu tập cho đến khi chúng ta có thể nhận ra rằng tâm vốn tịch lặng giống như bản chất của nước vốn tịch lặng, bất biến và bất động cho dù sóng cứ trào lên và lặn xuống; và cho dù bọt sóng cứ thành hình và tan biến. Hành giả nên tự xem tâm mình như một con trâu. Thiền định giống như việc thuần hóa trâu vậy, nhưng kỳ thật, hành giả cũng không cần phải thuần hóa gì cả, mà chỉ cần quan sát trâu một cách liên tục. Chúng ta biết là chúng ta thấy tâm khi một niệm khởi lên. Cho tới khi nào chúng ta không còn thấy trâu và người giữ trâu nữa là chúng ta đã thấy được bản chất rỗng rang thật sự của tâm rồi đó! Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng vạn

pháp đang hiển lộ trong tâm mình. Khi chúng ta nhìn quanh thì mình lại không thể thấy được tâm, nhưng không vì thế mà mình nói là không có tâm, vì thức vẫn sinh và diệt. Chúng ta cũng không thể nói là có cái gọi là tâm, vì không không có dấu vết nào của nó cả. Các niệm đến và đi y hệt như ảo ảnh. Nếu chúng ta cố chấp giữ niệm trong tâm, vô hình trung chúng ta chỉ chấp giữ ảo ảnh, và không có cách nào chúng ta giải thoát ra khỏi khổ đau phiền não của cõi ta bà này. Tuy nhiên, hành giả cũng không nên tìm cách xóa đi bất cứ gì trong tâm mình, bởi vì điều này không ai có thể làm được. Hãy nhận ra định luật duyên khởi, hãy nhìn thấy tánh không của vạn pháp. Hãy cứ mở mắt ra và nhìn thấy tất cả. Chúng ta sẽ thấy rằng tất cả chỉ nằm trong bản chất của tánh không rỗng rang mà thôi!

Nói tóm lại, theo quan điểm Phật giáo, tâm của con người có thể ảnh hưởng đến cơ thể một cách sâu đậm. nếu cho phép tâm buông lung với những tư tưởng xấu xa, tâm có thể gây nên những tai họa, lắm khi tổn hại đến tánh mạng. Nhưng ngược lại, một cái tâm thấm nhuần tư tưởng thiện lành có thể chữa lành một thân xác bệnh hoạn. Khi tâm tập trung vào chánh tư duy và chánh tinh tấn cũng như chánh kiến (sự hiểu biết đúng đắn) thì ảnh hưởng của nó thật sâu rộng vô cùng. Vì vậy mà một cái tâm thanh tịnh và thiện lành sẽ làm cho cuộc sống mạnh khỏe và thư giãn hơn. Tâm là một hiện tượng vi tế và phức tạp đến nỗi không thể tìm ra hai người với cùng một tâm tánh giống nhau. Tư tưởng của con người diễn đạt ra lời nói và hành động. Sự lặp đi lặp lại của lời nói và hành động khởi lên thói quen và cuối cùng thói quen lâu ngày sẽ biến thành tâm tánh. Tâm tánh là kết quả của những hành động được hưởng bởi tâm, và như vậy tâm tánh của mỗi người khác nhau. Như vậy để thấu đạt bản chất thật sự của đời sống chúng ta cần phải khảo sát tường tận những hóc hiểm sâu tậm trong tâm chỉ có thể hoàn tất được bằng cách duy nhất là phải nhìn trở lại sâu vào bên trong của chính mình dựa trên giới đức và đạo hạnh của thiền định. Theo quan điểm Phật giáo, tâm hay thức, là phần cốt lõi của kiếp nhân sinh. Tất cả những kinh nghiệm tâm lý, như đau đớn và sung sướng, phiền muộn và hạnh phúc, thiện ác, sống chết, đều không do một nguyên lý ngoại cảnh nào mang đến, mà chỉ là kết quả của những tư tưởng của chúng ta cũng như những hành động do chính những tư tưởng ấy mang đến. Huấn luyện tâm lực có nghĩa là hướng dẫn tâm chúng ta đi theo thiện đạo và tránh xa ác đạo. Theo giáo thuyết nhà Phật, luyện tâm

không có nghĩa là hội nhập với thần linh, cũng không nhằm đạt tới những chứng nghiệm huyền bí, hay tự thôi miên, mà nhằm thành tựu sự tĩnh lặng và trí tuệ của tâm mình cho mục tiêu duy nhất là thành đạt tâm giải thoát không lay chuyển. Trong một thời gian dài chúng ta luôn nói về sự ô nhiễm của không khí, đất đai và môi trường, còn sự ô nhiễm trong tâm chúng ta thì sao? Chúng ta có nên làm một cái gì đó để tránh cho tâm chúng ta đừng đi sâu hơn vào những con đường ô nhiễm hay không? Vâng, chúng ta nên làm như vậy. Chúng ta nên vừa bảo vệ vừa thanh lọc tâm mình. Đức Phật dạy: “Từ lâu rồi tâm chúng ta đã từng bị tham, sân, si làm ô nhiễm. Những nhơ bợn trong tâm làm cho chúng sanh ô nhiễm, và chỉ có phương cách gội rửa tâm mới làm cho chúng sanh thanh sạch mà thôi.” Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng lối sống hằng ngày của chúng ta phải là một tiến trình thanh lọc ô nhiễm lời nói và hành động một cách tích cực. Và chúng ta chỉ có thể thực hiện loại thanh lọc này bằng thiền tập, chứ không phải bằng tranh luận triết lý hay lý luận trừu tượng. Đức Phật dạy: “Dẫu ta có chinh phục cả ngàn lần, cả ngàn người nơi chiến trường, người chinh phục vĩ đại nhất vẫn là người chinh phục được chính mình.” Chinh phục chính mình không gì khác hơn là tự chủ, hay tự làm chủ lấy mình. Chinh phục chính mình là nắm vững phần tâm linh của mình, làm chủ những cảm kích, tình cảm, những ưa thích và ghét bỏ của chính mình. Vì vậy, chinh phục chính mình là một vương quốc vĩ đại mà mọi người đều mơ ước, và bị dục vọng điều khiển là sự nô lệ đau đớn nhất của đời người.

Chương Ba Mười Chín

Tu Tập Tâm Ý Thanh Tịnh Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Tự Tịnh Kỳ Ý Trong Kinh Điển Phật Giáo:

Như đã nói trong các chương trước, trong tu tập Phật giáo, tự tịnh kỳ ý là giữ cho tâm ý thanh tịnh trong mọi lúc. Với Đức Phật, con người là tối thượng, nên Ngài đã dạy: “Hãy là ngọn đuốc và là nơi nương tựa của chính bạn, chớ đừng tìm nơi nương tựa vào bất cứ nơi nào khác.” Đó là lời nói chân thật của Đức Phật. Ngài đã từng dạy rằng tất cả những gì thực hiện được đều hoàn toàn do nỗ lực từ tâm và trí tuệ rút ra từ kinh nghiệm bản thân của con người. Con người làm chủ vận mệnh của mình. Chính tâm ngay trong cuộc sống này giúp con người làm cho cuộc đời mình tốt hơn hoặc xấu hơn. Cuối cùng, nếu con người tận sức tu tập nơi tâm đều có thể thành Phật. Theo Phật giáo, tâm đóng vai trò vô cùng quan trọng trong cuộc sống cuộc tu của người Phật tử. Tâm tạo ra chư Phật, tâm tạo thiên đường, tâm tạo địa ngục. Tâm là động lực chính làm cho ta sung sướng hay đau khổ, vui hay buồn, trầm luân hay giải thoát. Vì những lý do vừa kể trên mà chúng ta có thể thấy lời dạy về tự tịnh kỳ ý của đức Phật rải rác khắp trong tất cả giáo điển nhà Phật, đặc biệt là trong các kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh, kinh Bốn Mười Hai Chương, kinh Kim Cang, kinh Lăng Già, kinh Pháp Cú, kinh Tâm Địa Quán, kinh Thủ Lăng Nghiêm, kinh Tứ Niệm Xứ, vân vân.

II. Lời Phật Dạy Về Tu Tập Tâm Ý Thanh Tịnh Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Người ta nói kinh Lăng Già được đức Phật thuyết giảng trên đảo Lăng Già, bây giờ là Tích Lan. Kinh Lăng Già là giáo thuyết triết học được Đức Phật Thích Ca Mâu Ni thuyết trên núi Lăng Già ở Tích Lan. Có lẽ kinh này được soạn lại vào thế kỷ thứ tư hay thứ năm sau Tây Lịch. Kinh nhấn mạnh về tám thức, Như Lai Tạng và “tiệm ngộ,” qua những tiến bộ từ từ trong thiền định; điểm chính trong kinh này coi kinh điển là sự chỉ bày như tay chỉ; tuy nhiên đối tượng thật chỉ đạt được

qua thiền định mà thôi. Kinh có bốn bản dịch ra Hán tự, nay còn lưu lại ba bản. Bản dịch đầu tiên do Ngài Pháp Hộ Đàm Ma La sát dịch giữa những năm 412 và 433, nay đã thất truyền; bản thứ nhì do ngài Cầu Na Bạt Đà La dịch vào năm 443, gọi là Lăng Già A Bạt Đa La Bảo Kinh, gồm 4 quyển, còn gọi là Tứ Quyển Lăng Già; bản thứ ba do Ngài Bồ Đề Lưu Chi dịch sang Hán tự vào năm 513, gồm 10 quyển, gọi là Nhập Lăng Già Kinh; bản thứ tư do Ngài Thực Xoa Nan Đà dịch vào những năm 700 đến 704 đời Đường, gọi là Đại Thừa Nhập Lăng Già Kinh, gồm 7 quyển, nên còn gọi là Thất Quyển Lăng Già. Đây là một trong những bộ kinh mà hai trường phái Du Già và Thiền tông lấy làm giáo thuyết căn bản. Kỳ thật bộ kinh này được Tổ Bồ Đề Đạt Ma chấp thuận như là bộ giáo điển được nhà Thiền thừa nhận. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã tiên đoán rằng, “về sau này tại miền nam Ấn Độ sẽ xuất hiện một vị đại sư đạo cao đức trọng tên là Long Thọ. Vị này sẽ đạt đến sơ địa Bồ Tát và vãng sanh Cực Lạc.” Đây là một trong những bản kinh quan trọng trong trường phái Thiền Đại thừa. Người ta cho rằng đây là kinh văn trả lời cho những câu hỏi của Bồ Tát Mahamati. Kinh còn thảo luận rộng rãi về học thuyết, bao gồm một số giáo thuyết liên hệ tới trường phái Du Già. Trong số đó giáo thuyết về “Bát Thức,” mà căn bản nhất là “Tàng Thức,” gồm những chủng tử của hành động. Kinh văn nhấn mạnh về tư tưởng “Thai Tạng” vì sự xác nhận rằng tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, và Phật tánh ấy chỉ hiển lộ qua thiền tập. Kinh Lăng Già có ảnh hưởng rất lớn tại các xứ Đông Á, đặc biệt là trong các trường phái về Thiền. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Này Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân này mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’” Cũng trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mặt na thức phân biệt sai lầm. Vì mặt na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mặt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mặt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mặt na và mặt na thức không khác gì nhau,

chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mặt na thức.”

Chương Bốn Mươi

Quán Tưởng Ba Đối Tượng Về Trí Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Quán Tưởng Trong Phật Giáo:

Quán tưởng là tập trung tư tưởng để quan sát, phân tích và suy nghiệm một vấn đề, giúp cho thân an và tâm không loạn động, cũng như được chánh niệm. Quán tưởng không phải là chuyện đơn giản. Thật vậy, trong thế giới máy móc hiện đại hôm nay, cuộc sống cuồng loạn làm tâm trí chúng ta luôn bị loạn động với biết bao công chuyện hằng ngày khiến cho chúng ta mệt mỏi về thể xác lẫn tinh thần, nên việc làm chủ thân mình đã khó, mà làm chủ được tâm mình lại càng khó hơn. Quán tưởng là phương pháp Phật tử áp dụng hằng ngày, luyện cả thân tâm, đem lại sự hòa hợp giữa tinh thần và vật chất, giữa con người và thiên nhiên. Nói tóm lại, quán là ngẫm nghĩ cẩn thận (tế tứ). Quán chiếu có thể được dùng để phá bỏ sự lơ đãng và uế nhiễm. Quán tình thương triệt tiêu lòng sân hận. Quán sự biết ơn và tâm hỷ triệt tiêu lòng ganh ghét. Quán vô thường và niệm chết giúp giảm bớt sự tham ái. Quán bất tịnh giúp giảm thiểu chấp thủ. Quán vô ngã và tánh không giúp triệt tiêu những tư tưởng xấu xa.

II. Quán Tưởng Ba Đối Tượng Về Trí Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Trong Kinh Lăng Già và Duy Thức Học, có ba đối tượng quán tưởng hay quán tưởng theo ba hình thức của trí, còn được gọi là tam tự tính tướng được đề cập trong Kinh Lăng Già: Quán Biến Kế Sở Chấp Tính, Quán Y Tha Khởi Tính, Quán Viên Thành Thực Tính.

Thứ Nhất Là Quán Biến Kế Sở Chấp: Biến Kế Sở Chấp là sự phân biệt sai lầm của sự phán đoán, và xuất phát từ sự hiểu đúng bản chất của các sự vật, bên trong cũng như bên ngoài và hiểu đúng mối liên hệ giữa các sự vật như là những cá thể độc lập hay thuộc cùng một loại. Đó là nhận thức về chủ thể và khách thể, do kinh nghiệm mà chúng ta coi mình như chủ thể tách biệt với những khách thể của thế giới bên ngoài. Đây là bản tánh tướng tượng, là loại hiện hữu mà

người không giác ngộ nhận thức trong thế giới thông thường hằng ngày. Nó không hiện thực, và chỉ có hiện hữu thông thường, được phóng ra từ cái tâm không giác ngộ. Nó chỉ là sản phẩm của hoạt động sai lạc của ngôn ngữ tạo nên nhị nguyên trong dòng chảy của chư pháp lệ thuộc lẫn nhau. Những hiện tượng nhị nguyên này thật ra chỉ là tưởng tượng mà thôi. Quán Biến Kế Sở Chấp Tính là quán thật tánh của ngã và chư pháp. Quán Biến Kế Sở Chấp Tính nhằm giúp hành giả loại bỏ vọng tình của phàm phu so đo tính toán hết thảy các pháp (cho vô ngã là ngã, vô pháp là pháp, chỉ nhìn chư pháp bằng dáng vẻ bề ngoài), cho các pháp huyễn giả là thật.

Thứ Nhì Là Quán Y Tha Khởi Tính: Y Tha Khởi Tính, nguyên nghĩa là phụ thuộc vào cái khác, là cái trí dựa vào một sự kiện nào đó, tuy những sự kiện này không liên hệ đến bản chất thực sự của hiện hữu. Ý niệm tương duyên về vạn vật có thể nói là gần gũi nhất với thực tại. Nó hủy diệt những khái niệm nhị nguyên mà tâm thường dùng để giam hãm và chia cắt thực tại, về một và nhiều, bên trong và bên ngoài, thời gian và không gian, tâm và vật, vân vân. Nó vừa là phương tiện dùng để phá vỡ mà cũng là phương tiện dùng để hướng dẫn. Hành giả phải dùng nó như một công cụ, chứ không nên xem nó như là một thực tại. Y Tha Khởi là bản chất tối hậu của thực tại, là sự thiếu vắng về một cái “ngã.” Bạn không thể nói được rằng bất cứ thứ gì có thể tồn tại với tự tánh riêng lẻ của nó. Vì chúng không có bản chất độc lập, mọi hiện tượng được mô tả là không. Cái không ở đây có nghĩa là không có bản chất thật sự, riêng rẽ và độc lập, chứ không phải là không có hiện tượng. Quán Y Tha Khởi Tính là quán chư pháp được sanh ra bởi nhân duyên. Không có tánh độc lập, chỉ nương nhau mà thành. Y tha khởi tính hay duyên khởi tính (tính chất nương tựa vào những yếu tố chung quanh mà sinh khởi nên hiện hữu, hiện tượng và sự vật).

Thứ Ba Là Quán Viên Thành Thực Tánh: Viên Thành Thực Tính có nghĩa là Chân Như hay Thực Tướng. Viên Thành Thực Tính Quán là một trong ba đối tượng trong Duy Thức quán. Quán chỉ có Chân như là hiện thực. Tính chân thực của chư pháp hay chân lý tuyệt đối. Tính thức có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tưởng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thực, tức là viên thành thực tánh. Trong khi viên thành thực trí tức là cái biết toàn hảo và tương đương với

Chánh Trí (samyaginana) và Như Như (Tathata) của năm pháp. Đây là cái trí có được khi ta đạt tới trạng thái tự chứng bằng cách vượt qua Danh, Tướng, và tất cả các hình thức phân biệt hay phán đoán (vikalpa). Đây cũng là Như Như, Như Lai Tạng Tâm, đây là một cái gì không thể bị hủy hoại. Sợi dây thừng giờ đây được nhận biết theo thể diện chân thực của nó. Nó không phải là một sự vật được cấu thành do các nguyên nhân và điều kiện hay nhân duyên và giờ đây đang nằm trước mặt chúng ta như là một cái gì ở bên ngoài. Từ quan điểm của nhà Duy Thức Tuyệt Đối theo như Lăng Già chủ trương, sợi dây thừng là phản ánh của chính cái tâm của chúng ta, tách ra khỏi cái tâm thì nó không có khách quan tính, về mặt này thì nó là phi hiện hữu. Nhưng cái tâm vốn do từ đó mà thế giới phát sinh, là một đối tượng của Viên Thành Thực hay trí toàn đức. Quán Viên Thành Thực Tính là quán chỉ có Chân như là hiện thực. Quán tính chân thực của chư pháp hay chân lý tuyệt đối. Tịnh thức có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tưởng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thực, tức là viên thành thực tánh.

Chương Bốn Mười Một

Bốn Loại Thiền Định Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Thiền Định Trong Phật Giáo:

Thiền na dịch là “tư duy.” Tư duy trong cõi sắc giới thì gọi là thiền. Thiền theo tiếng Phạn là Dhyana. Định theo tiếng Phạn là Samadhi. Định bao trùm toàn bộ bối cảnh của Thiền, để tâm chuyên chú vào một đối tượng mà đạt tới trạng thái tịch tĩnh không tán loạn. Thiền là một yếu tố của Định; tuy nhiên, cả hai từ được dùng gần như lẫn lộn với nhau. Thiền là thuật ngữ Trung Hoa, do từ tiếng Phạn “Dhyana” mà ra. Thiền Na chỉ sự tập trung tinh thần và sự tĩnh tâm, trong đó mọi sự phân biệt nhị nguyên đều biến mất. Tĩnh lực là làm vắng lặng dòng suy tưởng. Thiền Na là Ba La Mật thứ năm trong lục độ Ba La Mật (thực tập thiền na để được trí huệ Bát Nhã), trong đó tất cả mọi biện biệt giữa chủ thể và đối tượng, giữa thật và giả, đều bị xóa bỏ. Ch’an là chữ tương đương gần nhất của Hoa ngữ cho chữ “Dhyana” trong Phạn ngữ, có nghĩa là tĩnh lực. Tĩnh lực hay định chỉ các tư tưởng khác, chỉ chuyên chú suy nghĩ vào một cảnh. Thiền là một trường phái phát triển tại Đông Á, nhấn mạnh đến vô niệm, hiểu thẳng thực chất của vạn hữu. Chữ Thiền được dịch từ Phạn ngữ “Dhyana”. Dhyana dùng để chỉ một trạng thái tĩnh lực đạt được bởi buông bỏ. Thiền dùng để làm lắng dịu và loại bỏ luyến ái, hận thù, ganh ghét và si mê trong tâm chúng ta hầu đạt được trí tuệ siêu việt có thể dẫn tới đại giác. Thực tập thiền có thể dẫn đến định. Theo dấu tích ngược về thời một vị sư Ấn Độ tên là Bồ Đề Đạt Ma, người đã du hành sang Trung quốc vào đầu thế kỷ thứ sáu. Người ta tin rằng ông là vị tổ thứ 28 của dòng Thiền ở Ấn Độ và là vị tổ đầu tiên của dòng Thiền ở Trung Quốc. Trường phái này nhấn mạnh đến “thiền,” và một vài trường phái còn dùng những lời nói bí ẩn (công án) nhằm đánh bại lối suy nghĩ bằng nhận thức hay quan niệm, và hỗ trợ thực chứng chân lý. Khi nhìn lại nguồn gốc của Thiền, chúng ta thấy rằng người sáng lập thật sự của Thiền không ai khác hơn là Đức Phật. Qua quán tưởng nội tại mà Đức Phật đạt được chánh đẳng chánh giác và do đó trở thành bậc Giác Giả, vị Chứa của Trí Tuệ và Từ Bi. Trong đạo Phật có nhiều phương pháp tu tập và

thiền định là một trong phương pháp chính và quan trọng nhất của Phật giáo. Theo lịch sử Phật giáo thì Đức Thích Tôn Từ Phụ của chúng ta đã đạt được quả vị Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác sau nhiều ngày tháng tọa thiền dưới cội Bồ Đề.

Trong khi Định có nghĩa là trạng thái thiền định tập trung vào chỉ một vật. Kinh điển Thiền Phật giáo diễn tả về một chuỗi những trạng thái, mỗi trạng thái đạt được do thực tập trong tu tập được đặt ra nhằm dẫn tới sự giác ngộ. Sự tu tập “định” tự nó không phải là cứu cánh của sự giải thoát. Định chỉ là phương tiện để đạt đến một cái gì đó vi diệu hơn, thường được coi là có tầm quan trọng sống còn, đó là tuệ (vipassana). Nói cách khác, định là phương tiện để đi đến chánh kiến, chỉ đầu tiên trong Bát Thánh Đạo. Mặc dù chỉ là phương tiện để đạt đến cứu cánh, định cũng đóng một vai trò quan trọng trong Bát Thánh Đạo, nó được xem như là sự thanh tịnh tâm, mà sự thanh tịnh tâm này được tạo ra nhờ sự lặng yên của năm triền cái. Nếu một người còn bị những thọ khổ bức bách, người ấy không thể trông đợi sự định tâm. Nghĩa là chừng nào thân tâm chúng ta còn bị khổ sở vì đau đớn, thì không thể nào có được sự định tâm đúng nghĩa. Theo Kinh Tương Ưng Bộ, Đức Phật đã dạy: “Do không có khinh an, nên sống đau khổ. Do tâm đau khổ nên không có định tĩnh. Do tâm không định tĩnh, nên các pháp không hiện rõ.” Trong thiền, định là sự hoàn toàn chú tâm vào một chủ đề thiền quán. Tâm chuyên chú vào một cảnh mà không bị tán loạn. Tập trung tinh thần vào một đối tượng duy nhất do từ từ giảm bớt hoạt động tinh thần. Trong thiền, định là ý thức phi nhị nguyên, kết hợp được chủ thể và đối tượng của sự thể nghiệm; vì vậy chỉ còn có nội dung thể nghiệm mà thôi. Trạng thái ý thức này thường được coi là tinh thần chỉ có một tiêu điểm duy nhất; từ này có thể đưa tới chỗ hiểu sai vì nó làm cho người ta nghĩ rằng sự tập trung được hướng tới một điểm cụ thể một cách tự nguyện. Tuy nhiên, 'định' không phải là tập trung tại một điểm, và tinh thần không phải được hướng từ chỗ này hay chủ thể đến chỗ kia hay đối tượng, như trong một sơ đồ nhị nguyên. Đối với hành giả tu thiền, tự mình có thể bước vào trạng thái định là điều kiện cần thiết của tĩnh tâm.

II. Bốn Loại Thiền Định Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Theo Kinh Lăng Già, có bốn loại thiền định: quán sát nghĩa thiền (thiền định nhằm quán sát ý nghĩa), ngu phu hành thiền (thiền định do

phàm phu thực hành), như như thực pháp thiền (thiền định dựa vào như như), và Như Lai thiền (thiền định tính thuần của Như Lai).

Thứ Nhất Là Quán Sát Nghĩa Thiền: Loại thiền hàm nghĩa quán sát “nghĩa lý” của một mệnh đề hay một lý thuyết nhằm đạt được cái trí thấy suốt vào tự tính của hiện hữu là cái trí vượt khỏi tứ cú hay bốn mệnh đề của sự phân biệt, như Tứ Cú trong Tam Luận Tông: Thứ nhất là Hữu hay Hữu nhi bất không. Nếu chúng ta diễn tả câu trả lời, nó phải là “Phải”. Thứ nhì là Không hay Không nhi bất hữu. Nếu chúng ta diễn tả câu trả lời, nó phải là “Không phải”. Thứ ba là Diệc Hữu Diệc Không hay Vừa Hữu vừa Không. Nếu chúng ta diễn tả câu trả lời, nó phải là “Vừa phải vừa không phải”. Thứ tư là Phi Hữu Phi Không. Chẳng phải có mà cũng chẳng phải không. Nếu chúng ta diễn tả câu trả lời, nó phải là “Vừa không phải, vừa không không phải,” nghĩa là không đề cập đến câu hỏi hay không cần phải trả lời.

Thứ Nhì Là Ngu Phu Sở Hành Thiền: Thiền phàm phu dành cho tất cả mọi người, giúp ta tập trung và kiểm soát tâm, là loại thiền không chứa đựng nội dung triết lý hay tôn giáo. Thiền phàm phu là thứ thiền thực hành thuần túy vì tin rằng nó có thể cải thiện sức khỏe tinh thần lẫn thể xác. Tuy nhiên, dù thiền phàm phu có ích lợi rất nhiều trong việc tu tập hơn là đọc vô số sách đạo đức triết học, vẫn không thể giải quyết được vấn đề nền tảng của con người và mối tương quan của con người và vũ trụ, vì nó không thể phá vỡ được cái mê hoặc cơ bản về chính mình của hạng người thường, là mình rõ ràng khác với vũ trụ. Theo Kinh Lăng Già, đây là một trong bốn thứ Thiền định. Dù người thực hành loại Thiền định này bị xem là kẻ ngu si kém trí, đây vẫn là một loại Thiền thông dụng mà phần đông người ta thực tập, trong đó có cả những người thông minh và nhạy trí. Tuy nhiên, Đại Thừa còn đi xa hơn các loại Thiền định này là những thứ vốn ít nhiều vẫn có tính cách tương đối, thiếu tự nhiên và không phải là loại tối thượng; vì loại Thiền này chú trọng về quán bất tịnh, về sự vô thường của các sự vật và về những khổ đau của cuộc đời, vân vân, là bài học đầu tiên cho những người mới nhập môn Phật giáo.

Thứ Ba Là Như Như Thực Pháp Thiền: Trong Phật Giáo, Như Như hay Chân như là thật tánh của sự vật. Thực Pháp là Chân pháp, pháp cứu cánh bất biến. Thực chỉ cho cái vạn pháp thực sự là, thực tại chính nó, tức chân lý đệ nhất. Theo Sư Pháp Vân, thực tương ứng với Thánh trí. Qua thực tập Như Như Thực Pháp Thiền, chúng ta sẽ đạt

được định, còn gọi là tam muội. Nếu chúng ta chứng được trạng thái ‘định’ này, chúng sẽ ở trong trạng thái ‘như như bất động, liễu liễu thường minh.’ Làm thế nào để đạt được trạng thái này? Chúng ta phải tu tập như thế nào để không còn ngã chấp, khi không có ngã chấp thì khi quán sát tâm cũng không thấy tâm đâu nữa; quán hình sắc bên ngoài thì hình sắc cũng chẳng có; quán vạn hữu thì vạn hữu cũng mất. Đó là lúc trong không thân tâm, ngoài không cảnh giới, tất cả đều là không. Cái không này cũng không thể chấp trước nó, bởi nếu còn chấp trước vào cái ‘không’ này thì cũng là một thứ chấp trước. Do đó, ‘không’ cũng phải xả bỏ, chúng ta mới có thể cùng thế giới hợp nhất, ta và hư không chẳng còn gì phân biệt. Đó chính là chánh định. Định chẳng phải là một trạng thái mơ hồ, mà ngược lại rất sáng suốt, không lúc nào là không biết hết mọi sự, nhưng lúc nào cũng như như bất động. Muốn được vậy, chúng ta phải công phu tu tập, tinh tấn hết mực, trong tâm không một vọng tưởng, cho đến lúc một niệm chẳng có, thì cuối cùng sẽ thấy được ‘bổn lai chân diện mục.’ Cuối cùng, chúng ta sẽ đạt được trí huệ của chân như hay trí năng giống tính như thế đó. Trí năng bắt nguồn từ đại giác sâu, từ sự hiểu được Phật tính riêng của mình. Như như trí cũng có nghĩa là ý thức đại giác.

Thứ Tư Là Như Lai Thiền: *Tổng quan về Như Lai Thiền:* Thiền Như Lai theo phương cách tu tập Lục Độ Ba La Mật được dạy trong truyền thống kinh điển Đại thừa. Tất cả các trường phái Thiền, Tịnh Độ, hay Mật tông chỉ là những phương tiện, là những ngón tay chỉ trăng, chứ thật ra thật tánh nằm trong mỗi người. Một trong bốn loại Thiền định. Đây là loại thiền định cao nhất mà các tín đồ Phật giáo Đại Thừa tu tập. Vị thiền giả đã thể chứng chân lý tự nội ẩn sâu trong tâm thức, nhưng vị ấy không say đắm với cái hạnh phúc đạt được ở đấy mà bước vào trong thế giới để thực hiện những hành động tuyệt vời của sự cứu độ vì hạnh phúc của chúng sanh. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, để hiểu Như Lai Thiền, học giả phải nghiên cứu về lịch sử pháp môn Thiền học của Phật. Khi nói về Như Lai Thiền, là ám chỉ sự hưng khởi của Tổ Sư Thiền qua sự xuất hiện của Bồ Đề Đạt Ma tại Trung Hoa vào năm 520. Trong Như Lai Thiền, trước tiên Đức Phật dạy về Tam Học: Tăng thượng Giới (adhi-sila), Tăng thượng Tâm (adhi-citta), và Tăng thượng Tuệ (Adhi-prajna). Trong Lục độ Ba La Mật, thiền định (samadhi) là một trong những yếu tố quan trọng nhất. Đức Phật còn dạy thiền như là

căn bản của hành động (karma-sthana), như quán thập biến xứ, quán bất tịnh, quán vô thường, quán hơi thở, vân vân. Với Phật, hình như chủ đích của Thiền phải đạt đến trước hết là sự yên tĩnh của tâm, tức chỉ, rồi sau mới là hoạt động của trí tuệ, tức quán. Cả Tiểu và Đại Thừa đều đồng ý về điểm này. Để phát triển ý tưởng nguyên thủy đó và áp dụng nó một cách rộng rãi, mỗi thừa lại chi tiết thêm những đối tượng của thiền định.

Phương pháp thông thường để thực tập Như Lai Thiền: Tiến trình dưới đây là nguyên tắc chung cho tất cả các trường phái Phật giáo bao gồm Tiểu và Đại Thừa: i) Hành giả trước tiên phải sửa soạn tọa cụ cho đàng hoàng, rồi ngồi thẳng lưng, chân chéo kiết già, mắt khép vừa phải, không mở cũng không nhắm kín, và nhìn thẳng về phía trước từ 3 đến 7 thước. Hành giả phải ngồi thật ngay ngắn, nhưng thân mình vẫn có thể điều hòa theo hơi thở. Để điều hòa hơi thở, hành giả có thể đếm hơi thở ra và hơi thở vào kể là một, và từ từ đếm như vậy cho đến mười, không bao giờ nên đếm xa hơn mười. ii) Tuy thân ngồi thẳng và an định, nhưng tâm hành giả vẫn có thể vọng động. Do đó mà hành giả phải quán sự bất tịnh của loài người qua bệnh, chết và sau khi chết. iii) Khi đã sẵn sàng để quán tưởng, hành giả bắt đầu chú tâm vào mười biến xứ. Đây là một lối định tâm về những hiện tượng sai biệt vào một trong mười biến xứ, tức xanh, vàng, đỏ, trắng, đất, nước, lửa, gió, không và thức. Trong đó hành giả quán về một biến xứ cho đến khi màu sắc hay chất thể bị quán hiện rõ ràng trước mắt. Thí dụ như hành giả quán nước, thì cả thế giới chung quanh sẽ chỉ là dòng nước đang chảy.

Chương Bốn Mươi Hai

Thiền Bắc Tông & Tiệm Ngộ Ảnh Hưởng Từ Kinh Lăng Già & Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma

Tại Trung Hoa, vào đầu thế kỷ thứ VI, hình thức thực hành thiền định do Bồ Đề Đạt Ma dạy vẫn còn đậm nét trong Phật giáo Ấn Độ. Những lời dạy của ông phần lớn dựa vào các kinh điển Phật giáo Đại thừa. Bồ Đề Đạt Ma đặc biệt nhấn mạnh đến tầm quan trọng của kinh Lăng Già. Thiền theo lối Trung Hoa là kết quả một sự pha trộn thiền định Phật giáo được Bồ Đề Đạt Ma đưa vào Trung Hoa và Đạo giáo chính thống tại đây, và nó được mô tả như là sự "truyền thụ riêng biệt, nằm ngoài các bản kinh chính thống", được tổ thứ sáu là Huệ Năng và những vị thầy thiền thời Đường kế tục sau này phát triển. Trong số những điểm đặc biệt của Bồ Đề Đạt Ma Thiền Pháp là tám nguyên tắc căn bản hay Bát Câu nghĩa, của trực giác hay liên hệ trực tiếp với tâm linh của trường phái Thiền Tông: Chánh Pháp Nhãn Tạng, Niết Bàn Diệu Tâm, Thực Tướng Vô Tướng, Vi Diệu Pháp Môn, Bất Lập Văn Tự, Giáo Ngoại Biệt Truyền, Trực Chỉ Nhân Tâm, Kiến Tánh Thành Phật. Nancy Wilson Ross viết trong quyển 'Thế Giới Thiền': "Mặc dầu Thiền được các môn đồ xem như là một tôn giáo, trong Thiền không hề có những kinh điển thiêng liêng làm luật, không có sách thánh truyền, không có giáo điều cứng nhắc, không có đấng Cứu Thế, không có đấng Thiêng Liêng có thể gia ân và ban cho chúng ta sự cứu rỗi. Không có những nét biểu trưng rất phổ biến ở các hệ thống tôn giáo khác. Thiền có phong vị tự do, và được một số lớn người đương thời cảm thụ. Hơn nữa, với mục tiêu đã được nhắm là dùng những phương pháp đặc biệt để mang lại sự tự hiểu biết sâu sắc về bản thân của mỗi người để mang lại bình an cho tâm thức, Thiền đã lôi cuốn được sự chú ý của nhiều nhà tâm lý học phương Tây. Khó khăn lớn nhất của Tây phương khi thảo luận về ý nghĩa của Thiền là làm sao giải thích 'Thiền vận hành như thế nào.' Như trên đã nói, Thiền đặc biệt nhấn mạnh đến việc giáo huấn Thiền nằm ngoài ngôn từ: 'Giáo ngoại biệt truyền, bất lập văn tự. Trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật.' Giáo huấn của Bồ Đề Đạt Ma, Sơ Tổ huyền thoại của Thiền tông, bắt đầu và chấm dứt với cái tâm được xem như là cánh cửa của giải thoát, không có Phật

nào ngoài cái tâm vốn là chân tánh tuyệt vời của chúng ta, và với kiến tánh được xem như là chìa khóa của cánh cửa này. Tu tập chính yếu mà Sơ Tổ đã dạy là tọa thiền, được dịch là 'bích quán,' ngồi như một bức tường, vững vàng và bất động. Ngài nói rằng đây là cách để thanh tịnh tâm và do đó thanh tịnh cả thân và thế giới của bạn. Tập trung, vứt bỏ mọi vọng niệm, quay về với chân thực tướng, và qua đó từ bỏ chủ nghĩa nhị nguyên giữa ta và người để trụ vào chân tánh tĩnh lặng của vạn hữu. Ngôn ngữ của Sơ Tổ thường mang tánh tượng trưng và trừ tình khi ngài luôn chỉ vào cái mà ngài gọi là cái tâm thanh tịnh căn bản, cố hữu, mà chúng phải lấy làm gốc. Cái tâm này không phải chỉ là ý nghĩ và sự nhận thức của bạn, mà nó là cái được người ta gọi là Phật, Phật tánh, chân như, không một từ ngữ nào có thể hàm chứa hết được nó, không một cái ngã nào có thể nắm bắt được nó.

Theo Kinh Lăng Già, có năm pháp hay năm cánh cửa Pháp Tướng cho hành giả tu tập trước khi đi đến giác ngộ. Chúng bao gồm: Tướng, Danh, Phân Biệt, Chánh Trí, và Như Như. Những ai muốn đạt tới tinh thần của Đức Như Lai thì cần phải biết năm pháp này, những người tầm thường thì không biết chúng, vì không biết chúng nên thường phán đoán sai lầm và trở nên chấp trước vào những hình tướng bên ngoài. Tướng bao gồm tất cả các pháp hữu vi hay hiện tượng. Tướng nghĩa là các tính chất thuộc đối tượng cảm quan như mắt, mũi, vân vân. Người ta dùng danh làm tên gọi các tướng hay hiện tượng. Danh không phải là những cái gì thực, chúng chỉ là tượng trưng giả lập, chúng không đáng kể để cho người ta chấp vào như là những thực tính. Phạm phu cứ trôi lăn theo dòng chảy của những cấu trúc không thực mà lúc nào cũng nghĩ rằng quả thực là có những thứ như "tôi" và "của tôi." Họ cứ nắm chắc lấy những đối tượng giả tướng này, từ đó mà họ tôn giữ tham lam, sân hận và si mê, tất cả đều che lấp ánh sáng của trí tuệ. Các phiền não này dẫn họ đến các hành động mà những hành động này cứ tái diễn, tiếp tục dẹt cái kén cho chính tác nhân. Tác nhân này giờ đây được giam giữ một cách an toàn trong cái kén ấy và không thể thoát ra khỏi sợi chỉ rối ren của các phán đoán sai lầm. Anh ta trôi dạt dờ trên biển luân hồi sanh tử, và như con tàu vô chủ, anh ta phải trôi theo các dòng nước biển ấy. Anh lại còn được ví như bánh xe kéo nước, cứ luôn quay tròn trên cùng một cái trục mà thôi. Anh không bao giờ vươn lên hay phát triển, anh vẫn chính là anh chàng xưa cũ khờ khạo, mù quáng mò mẫm và phạm tội ấy. Do bởi si muội, anh không thể thấy được

rằng tất cả các sự vật đều như huyễn thuật, ảo ảnh hay bóng trắng trong nước. Do bởi si muội, anh không thể thoát ra khỏi ý niệm hư ngụy về ngã thể hay tự tính về “tôi” và “của tôi,” về “chủ thể” và “đối tượng,” về “sinh trụ dị diệt.” Anh không thể hiểu được rằng tất cả những thứ này đều là những sáng tạo của tâm và bị diễn dịch sai lầm. Vì lý do ấy mà cuối cùng anh trở nên tôn giữ những khái niệm như đấng Tự Tại, Thời Gian, Nguyên Tử, và Thăng Giả, để rồi trở nên dính chặt trong các hình tướng mà không thể nào thoát ra được bánh xe vô minh. Vì vọng tưởng mà người ta phân biệt hay đặt tên cho tất cả các đối tượng và tính chất nay mà phân biệt cái này khác với cái kia. Tâm phàm phu phân biệt tướng và hiện tượng, chủ quan lẫn khách quan, vì thế mà bảo rằng cái này là như thế này chứ không phải như thế kia. Từ đó chúng ta có những tên gọi như voi, ngựa, bánh xe, người hầu, đàn bà, đàn ông, từ đó mà phân biệt xảy ra. Phá tướng là dùng chánh trí hay trí huệ chân chánh thấy rõ những lỗi lầm của sự phân biệt của phàm phu. Chánh trí bao gồm hiểu đúng bản chất của Danh và Tướng như là sự xác nhận và quyết định lẫn nhau. Chánh trí là ở chỗ nhìn thấy cái tâm không bị dao động bởi các đối tượng bên ngoài, ở chỗ không bị mang đi xa bởi nhị biên như đoạn diệt hay thường hằng, và ở chỗ không bị rơi vào trạng thái của Thanh Văn hay Duyên Giác, hay luận điệu của các triết gia. Nhờ sự can thiệp của chánh trí mà chân như hiển lộ. Vì vậy, chân như do chánh trí mà thấy được.

Đốn giáo và Tiệm giáo là hai trường phái, cùng tiêu biểu cho giáo lý nhà Phật, thích hợp với chúng sanh tùy căn cơ trình độ. Vì vậy đề cao giáo pháp này và phỉ báng giáo pháp kia là sự chấp trước điên đại, không thích hợp với người Phật tử. Thiền Bắc Tông coi việc nghiên cứu và đi sâu về mặt trí tuệ vào các kinh điển thiêng liêng, nhất là kinh Lăng Già. Tiệm ngộ hay giác ngộ từ từ, một trong ba giáo tướng của Đức Phật theo các trường phái Thiền Bắc Tông (Thần Tú). Trong đó sự giác ngộ xảy đến một cách từ từ do kết quả của việc học tập kinh điển và tích tập của thực hành. Theo Thiền sư Tông Mật, Thần Tú dạy: "Mặc dầu chúng sanh vốn có Phật tánh, bởi lẽ vô minh từ vô thủy nên Phật tánh bị che mờ và không thị hiện. Hành giả phải dựa vào lời hướng dẫn của thầy mình, loại bỏ những cảnh giới tình thức, quán tâm và chấm dứt vọng tưởng. Khi vọng tưởng hoàn toàn cạn kiệt, hành giả chứng nghiệm giác ngộ, không có gì mà không liễu ngộ. Điều này giống như một tấm gương mờ tối vì bụi và hành giả nỗ lực lau chùi nó.

Khi sạch bụi, gương tự sáng, không có gì mà chẳng soi chiếu." Theo Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo Mahamati: "Nầy Mahamati, Niết Bàn nghĩa là thấy suốt vào trú xứ của thực tính trong ý nghĩa chân thật của nó. Trú xứ của thực tính là nơi mà một sự vật tự nó trú. Trú trong chính cái chỗ của mình nghĩa là không xao động, tức là mãi mãi tĩnh lặng. Nhìn thấy suốt vào trú xứ của thực tính đúng như nó nghĩa là thông hiểu rằng chỉ có cái được nhìn từ chính tâm mình, chứ không có thể giới nào bên ngoài như thế cả."

Thiền Bắc Tông dạy rằng tất cả chúng sanh đều có tính Bồ Đề, giống như bản tánh của cái gương phản chiếu ánh sáng. Khi phiền não dấy lên, gương không thấy được, giống như bị bụi phủ. Theo lời dạy của Thần Tú là phải chế ngự và diệt được vọng niệm thì chúng sẽ ngừng tác động. Khi ấy tâm nhân được sự chiếu sáng của tự tánh không còn bị che mờ nữa. Đây giống như người ta lau cái gương. Khi không còn bụi, gương chiếu sáng và không còn gì ngoài ánh sáng của nó. Thần Tú đã viết rõ trong bài kệ trình Tổ như sau:

“Thân thị Bồ Đề thọ
 Tâm như minh cảnh đài
 Thời thời thường phát thức
 Vật sử nhạ trần ai.”
 (Thân là cây Bồ Đề,
 Tâm như đài gương sáng
 Luôn luôn siêng lau chùi
 Chớ để bụi trần bám).

Thiền Bắc Tông coi việc nghiên cứu và đi sâu về mặt trí tuệ vào các kinh điển thiền liêng, nhất là kinh Lăng Già có tầm quan trọng rất lớn; nó dạy rằng chỉ có thể đạt tới đại giác 'một cách tuần tự' hay tiệm ngộ, sau những bước tiến chậm chạp trên con đường thực hành thiền định. Trái với quan niệm này, thiền Nam tông khẳng định tính 'bất thân' (đốn ngộ) của thể nghiệm đại giác và tính hơn hẳn của việc hiểu bản tính thật một cách tức thì so với mọi tranh biện trí tuệ bằng những luận cứ duy lý. Thái độ của Thần Tú và các môn đệ của ngài tất nhiên dẫn đến phương pháp tĩnh tọa. Họ dạy cách nhập định qua sự tập trung và làm sạch tâm bằng cách trụ nó trên một ý niệm duy nhất. Họ còn tuyên bố rằng nếu khởi sự niệm quán chiếu ngoại cảnh thì sự diệt niệm sẽ cho phép nhận thức nội giới.

Khi chúng ta hiểu được Bắc Tông Ngũ Đạo của Thần Tú cũng có nghĩa là hiểu được Thần Tú và giáo pháp của ông. Điều này khiến giúp chúng ta nhận định tốt hơn về giáo pháp Thiền của Huệ Năng. Nhưng không may, chúng ta có rất ít tài liệu và giáo pháp của Thần Tú, vì sự suy tàn của tông phái này kéo theo sự thất tán văn học của ngài. Ngày nay chỉ còn lưu lại thủ bản “Bắc Tông Ngũ Đạo,” không hoàn chỉnh, cũng không phải do chính Thần Tú viết, cốt yếu viết lại những yếu chỉ do môn đệ của Thần Tú nắm được với sự tham khảo ý kiến của thầy họ. Ở đây chữ “Đạo” hay “Đường” hay “Phương tiện” trong tiếng Phạn, không được dùng theo một nghĩa đặc biệt nào, năm đường là năm cách quy kết giáo pháp của Bắc Tông với kinh điển Đại Thừa: Thứ nhất là Thành Phật là giác ngộ cốt yếu là không khởi tâm. Thứ nhì là khi tâm được duy trì trong bất động, các thức yên tĩnh và trong trạng thái ấy, cánh cửa tri thức tối thượng khai mở. Thứ ba là sự khai mở tri thức tối thượng này dẫn đến sự giải thoát kỳ diệu của thân và tâm. Tuy nhiên, đây không phải là cảnh Niết Bàn tịch diệt của Tiểu Thừa và tri thức tối thượng do chư Bồ tát thành tựu đem lại hoạt tính không dính mắc của các thức. Thứ tư là Hoạt tính không dính mắc này có nghĩa là sự giải thoát hai tướng thân tâm, sự giải thoát trong đó chân tướng các pháp được nhận thức. Thứ năm, cuối cùng đó là con đường Nhất Thể, dẫn đến cảnh giới Chơn Như không biết, không ngại, không khác. Đó là giác ngộ, là biết chân lý một cách tròn đầy hay viên ngộ, hay là hoàn toàn giác ngộ cùng lúc về thế giới phi hiện tượng, thế giới hiện tượng và Trung đạo.

Chương Bốn Mười Ba

Như Lai Tạng Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Như Lai:

Nghĩa đen là như đến, hay như thế, chỉ trạng thái giác ngộ. Như Lai có thể được hiểu là “Giác ngộ như thế tôi đến” và dùng chung cho tất cả các Phật hơn là riêng cho Phật Thích Ca Mâu Ni. Người đã giác ngộ toàn hảo cao nhất (samyak-sambuddha). Đây là một trong mười danh hiệu của Phật mà Phật dùng khi xưng hô. Trong Phật giáo Đại thừa, Như Lai được dùng dưới hình thức hóa thân, làm trung gian giữa bản chất và hiện tượng. Như Lai còn đồng nghĩa với “Tuyệt đối,” “Bất Nhã” hay “Hư không.” Bạc Như Lai siêu việt lên trên tất cả đa nguyên tánh và phạm trù của tư tưởng, có thể coi là không phải vĩnh hằng mà cũng không phải là phi vĩnh hằng. Ngài là bậc không thể truy tầm dấu tích. Vĩnh hằng và phi vĩnh hằng chỉ được dùng trong lãnh vực nhị nguyên tánh chứ không thể dùng trong trường hợp phi nhị nguyên. Bởi lẽ các bậc Chân Như đều giống nhau trong sự hiển hiện, vì thế tất cả chúng sanh đều tiềm năng trở thành Như Lai. Chính Như Lai tánh hiện hữu trong chúng ta, khiến cho chúng ta khao khát tìm cầu Niết Bàn, và cuối cùng tánh ấy sẽ giúp giải thoát chúng ta.

Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng Như Lai không phải là đấng Thượng Đế hay nhà tiên tri của Thượng Đế. Như Lai là đấng đã giác ngộ toàn hảo cao nhất (samyak-sambuddha). Trong Phật giáo Đại thừa, Như Lai được dùng dưới hình thức hóa thân, làm trung gian giữa bản chất và hiện tượng. Như Lai còn đồng nghĩa với “Tuyệt đối,” “Bất Nhã” hay “Hư không.” Bạc Như Lai siêu việt lên trên tất cả đa nguyên tánh và phạm trù của tư tưởng, có thể coi là không phải vĩnh hằng mà cũng không phải là phi vĩnh hằng. Ngài là bậc không thể truy tầm dấu tích. Vĩnh hằng và phi vĩnh hằng chỉ được dùng trong lãnh vực nhị nguyên tánh chứ không thể dùng trong trường hợp phi nhị nguyên. Bởi lẽ các bậc Chân Như đều giống nhau trong sự hiển hiện, vì thế tất cả chúng sanh đều tiềm năng trở thành Như Lai. Chính Như Lai tánh hiện hữu trong chúng ta, khiến cho chúng ta khao khát tìm cầu Niết Bàn, và cuối cùng tánh ấy sẽ giúp giải thoát chúng ta. Như Lai là một trong mười danh hiệu của Phật mà Đức Phật dùng khi xưng hô. Ngài đã sanh

ra, đã sống và đã diệt độ như mọi người. Ngài không để lại trong giáo lý của Ngài bất cứ một giả thuyết nào. Biến cố về cuộc đời của đấng Như Lai đã là nguồn cảm hứng và hy vọng cho con người vì ai cũng có thể hy vọng rằng rồi đây mình cũng sẽ được như Ngài nếu mình quyết chí hết mình tu tập.

Từ vô lượng vô biên kiếp trước khi Đức Phật thị hiện, đã có hàng hà sa số chư Phật đã tìm ra con đường và đã chỉ giáo cho chúng sanh. Chư Phật khác đã sống ở những thời xa xưa đến nỗi không còn dấu tích lịch sử ghi lại về các Ngài, nhưng những Chân lý mà các Ngài giảng dạy cũng giống như những điều mà Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã giảng dạy chúng ta gần 2.600 năm về trước, vì đó là những chân lý không bao giờ thay đổi. Nghĩa đen của “Như Lai” là như đến, hay như thế, chỉ trạng thái giác ngộ. Như Lai có thể được hiểu là “Giác ngộ như thế tối đến” và dùng chung cho tất cả các đức Phật hơn là riêng cho Phật Thích Ca Mâu Ni; đấng đã khám phá ra (đạt đến) chân lý; một trong mười danh hiệu của Phật, thường được Phật dùng khi Ngài nói về Ngài và chư Phật; những chúng sanh thuộc hàng Như Lai. Như Lai còn có nghĩa là đấng đã đạt được giác ngộ tối thượng. Phạm ngữ có nghĩa là “Như Lai.” Danh hiệu của chư Phật, có nghĩa là sự thành đạt Bồ Đề, một trạng thái siêu thoát vượt qua tất cả những thành đạt phàm tục. Từ này có thể được chia làm hai phần, hoặc theo biểu thức Tatha+gata, hoặc Tatha+agata. Trong trường hợp thứ nhất nó có nghĩa là “Như khứ,” và trong trường hợp thứ nhì nó có nghĩa là “Như Lai.” Danh hiệu mà đệ tử dùng để gọi Phật. Đức Phật cũng dùng danh hiệu này để tự xưng hô. Tathagata còn có nghĩa là những vị Phật trước đây đã đến và đi. Theo Kinh Trung A Hàm, người ta bảo dấu vết của Như Lai bất khả truy tầm, nghĩa là Ngài vượt lên trên tất cả những nhị nguyên của tư tưởng. Theo Kinh Pháp Cú (254), thì Tathagata có nghĩa là ‘không thể truy tầm dấu tích không trung.’ Ý nghĩa của Như Lai là ‘đã đi như thế,’ tức là không có dấu tích, dấu tích ấy không thể xử dụng phạm trù tư tưởng để tư duy và truy tầm. Theo Ngài Long Thọ trong Trung Quán Luận, bất luận khởi nguyên của chữ “Như Lai” như thế nào, chức năng của nó đã rất rõ ràng. Ngài giảng thế để truyền thọ ánh sáng của Chân Lý cho thế nhân và sau đó đã ra đi mà không để lại dấu vết nào. Ngài là hiện thân của Chân Như. Khi Đức Phật được gọi là Như Lai, nhân cách cá biệt của Ngài được gác qua một bên, mà Ngài được xem là một loại kiểu mẫu điển hình thỉnh thoảng lại xuất hiện trên đời. Ngài

là sự thể hiện trên trần thế của Pháp. Như Lai gồm có tại triền và xuất triền Như Lai. Như Lai tại triền, giới hạn và chịu sự chi phối của cuộc sống khổ đau phiền não; hay lý chân như pháp tính ẩn trong phiền não triền phược. Như Lai xuất triền, không giới hạn và không còn chịu sự chi phối của cuộc sống khổ đau phiền não nữa, hay lý chân như không phiền trước, đối nghĩa lại với tại triền chân như.

Không tánh và từ bi là hai đặc tính thiết yếu của Như Lai. Không tánh ở đây có nghĩa là Bát Nhã hay trí tuệ siêu việt. Vốn sẵn không tánh hoặc Bát Nhã cho nên Như Lai đồng nhất với Chân Như; vốn sẵn có từ bi cho nên Như Lai là đấng cứu độ của tất cả chúng sanh hữu tình. “Tathagata” là sự tồn hữu chân chính của tất cả. Khi nói ‘sự tồn hữu chân chính của Như Lai cũng là sự tồn hữu chân chính của tất cả’ là điều bất khả tư nghì. Trong bản chất tối hậu của Ngài thì Như Lai là ‘cực kỳ thâm sâu, không thể đo lường được.’ Các pháp hay những thành tố của sự tồn tại là bất khả xác định, vì chúng chịu những điều kiện và vì chúng là tương đối. Bậc Như Lai là bất khả xác định hiểu theo nghĩa khác. Như Lai không thể xác định là vì bản chất tối hậu của Ngài, Ngài không phải được sanh ra từ nhân duyên. Vì thế trong Trung Quán Tụng, Ngài Long Thọ đã khẳng định: “Đức Phật siêu việt đối với tư tưởng và ngôn ngữ, và vô sanh vô tử; những ai xử dụng khái niệm phạm trù để mô tả Đức Phật đều là nạn nhân của loại trí tuệ bị chi phối bởi ngôn ngữ và hý luận, và như vậy không thể nào thấy được Như Lai trong bản thể đích thực của Ngài.”

II. Như Lai Tạng Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Theo kinh Lăng Già, Như Lai Tạng cũng còn là Chân Thức. Như Lai tạng, tự tính thanh tịnh không uế nhiễm, hay thức A Lại Da, hay thức thứ tám. Theo Khởi Tín Luận, chân thức là tâm thức là bỏ vọng niệm, là tịnh tâm hay thức thứ sáu (ý thức). Chân Thức hay trí huệ Phật, tâm vượt thoát khỏi luân hồi sanh tử. Đây là một trong ba thức được nói đến trong Kinh Lăng Già. Phạm ngữ “Tathagata-garbha” chỉ tiềm năng Phật tánh bẩm sinh sẵn có nơi mọi chúng sanh. Như Lai Tạng là cái thai tạng trong đó Như Lai được mang, được nuôi dưỡng và được thành thực. **Như Lai Tạng cũng còn là A Lại Da thức được hoàn toàn thanh tịnh, sạch tập khí hay năng lực của thói quen và các khuynh hướng xấu.** Theo truyền thống Đại thừa, mọi thực thể đều chứa Phật ở tận sâu trong bản thân mình dưới hình thức Pháp thân. Như

Lai Tạng là nguyên nhân của thiện cũng như bất thiện, sinh ra nhiều con đường hiện hữu khác nhau, như lục thú chẳng hạn. Trong một số giáo điển, chẳng hạn như giáo điển Đại Thừa, Như Lai Tạng tương đương với tánh không, và dựa trên khái niệm tất cả chúng sanh hay vạn hữu không có tự tánh, và luôn biến đổi, tùy thuộc vào nhân duyên bên ngoài, không có một cái tự tánh cố định. Vì vậy Phật tánh không phải là cái gì được phát triển qua thiền định hay do kết quả của thiền định, mà nó là bản chất cố hữu nhất của chúng sanh được làm cho hiển lộ qua việc tháo gỡ bức màn vô minh che mờ nó từ bấy lâu nay. Tuy nhiên, thiền định đóng vai trò vô cùng quan trọng trong đời sống tu tập của chúng ta, vì chính nó là công cụ chính giúp ta thanh tịnh thân tâm và tháo gỡ bức màn vô minh từ vô thủy để Phật tánh được hiển lộ. Như Lai Tạng có hai nghĩa: Như Lai hay Phật đã hàm ẩn trong thai tạng hay nhân tính, và Phật tính trong tự tính. Như Lai Tạng là nơi chứa đựng hay thu nhiếp vạn pháp. Như vậy, chân như ở trong phiền não dục vọng, và chân như cũng ở trong vạn pháp bao hàm cả hai mặt hòa hợp và không hòa hợp, tịnh và bất tịnh, tốt và xấu. Cảnh giới của Như Lai Tạng vốn là một tên khác của A Lại Da thức, cảnh giới này vượt khỏi những kiến giải được đặt căn bản trên sự tưởng tượng của hàng Thanh Văn, Duyên Giác và các triết gia. Như Lai Tạng là cái thai tạng trong đó Như Lai được mang, được nuôi dưỡng và được thành thực. Như trên đã nói, Như Lai Tạng còn là A Lại Da thức được hoàn toàn thanh tịnh, sạch tập khí hay năng lực của thói quen và các khuynh hướng xấu. Như vậy Như Lai Tạng cũng có nghĩa là Phật tánh. Theo truyền thống Đại thừa, mọi thực thể đều chứa Phật ở tận sâu trong bản thân mình dưới hình thức Pháp thân. Như Lai Tạng là nguyên nhân của thiện cũng như bất thiện, sinh ra nhiều con đường hiện hữu khác nhau, như lục thú chẳng hạn. Hành giả tu tập để có được Tâm Như Lai Tạng là quan niệm phổ biến thường thấy trong nhiều phái Phật giáo Đại thừa, theo đó hành giả cố gắng toàn thiện nhân tâm về căn bản cho được hoàn hảo và giống với tâm Phật.

Chương Bốn Mười Bốn

Niết Bàn Chính Là Tách Xa Cái Mạt Na Thức Phân Biệt Sai Lầm

I. Tóm Lược Về Những Tà Kiến Về Tự Ngã Gây Ra Những Phiền Nao Thường Xuyên Tương Ứng Với Mạt Na Thức:

Tóm Lược Về Những Tà Kiến Về Tự Ngã: Đạo Phật cho rằng Giả Ngã là sự hòa hợp của ngũ uẩn, chứ không có thực thể (vô thường, và vô ngã). Tự ngã là cái gì? Làm sao mà tự ngã của người này lại có thể lớn hơn tự ngã của người khác? Và tại sao con người lại quá dễ dàng chấp nhận và không cảm thấy ân hận gì khi tự xem mình có cái tự ngã và thậm chí còn tuyên bố ra điều này nữa? Từ "tự ngã" là một trong những từ ngữ La Tinh có vẻ như đã rơi xuống chúng ta từ trên cao độ và làm cho chúng ta choáng váng. Có một thời "tự ngã" chỉ có nghĩa bình thường là "cái tôi." Tuy vậy, nếu nói "tôi có cái tôi lớn" hay "anh ta có cái tôi yếu" thì không có nghĩa gì cả. Như vậy "tôi" là gì? Chúng ta nhận nó như một ân huệ, cho phép nó lướt qua lưới mình rất thường xuyên mà không do dự ngại ngùng gì cả. Tuy nhiên, đối với hành giả tu Thiền, chúng ta đặc biệt chú tâm đến nó một cách đặc biệt sau một thời gian tu tập thiền định. Với vài hôm tĩnh lự với tâm hồn bình lặng, và bây giờ "cái tôi" đến lấp đầy vào các cuộc đàm thoại của chúng ta. Để kinh nghiệm sức mạnh của "cái tôi" ấy, chúng ta có thể tập dành một vài giờ hoặc một ngày sử dụng từ "tôi" càng ít càng tốt, thậm chí không dùng đến nó càng tốt. Mình cảm thấy như mình đang từ bỏ một sự nghiện ngập nào đó. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng cái tôi nó nguy hiểm đối với người bình thường đến độ họ sẵn sàng giết hại lẫn nhau, thậm chí hủy hoại bản thân, để bảo vệ sự tồn tại của nó. Nhưng vấn đề "Ta là ai?" lại là một trong những công án quan trọng đối với hành giả tu Thiền. Trong Bạch Ẩn Thiền Tọa Tụng, Thiền sư Bạch Ẩn nói rằng nguyên nhân của đời sống vô minh và khổ đau là vọng tưởng sai lầm về tự ngã bởi vì chúng ta đang đón nhận một thứ gì đó mà chúng ta chưa hiểu rõ về nó, từ đó chúng ta cho rằng mình đang thiếu thốn, trong khi thực ra mình vốn có một kho tàng giàu có. Ảo tưởng về tự ngã cũng là ảo tưởng về sự nghèo túng về tâm linh. Ảo tưởng rằng

"tôi" là cái gì đó quan trọng hơn tất cả những gì đang hiện hữu. Tại sao lại theo đuổi một mục tiêu chưa rõ ràng để gạt bỏ đi kho báu vốn có của mình.

Theo Kinh Trung Bộ, có sáu loại tà kiến về tự ngã. *Thứ nhất là Ta Có Tự Ngã*: Đây là quan điểm của ngoại đạo thường kiến, chủ trương tự ngã thường hiện hữu trong mọi thời gian. *Thứ nhì là Ta Không Có Tự Ngã*: Đây là quan điểm của các vị đoạn kiến, chủ trương sự đoạn diệt tự ngã của loài hữu tình. *Thứ ba là Do Tự Ngã Tưởng Tri Tự Ngã*: Do tự ngã, ta tưởng tri tự ngã. *Thứ tư là Do Tự Ngã Tưởng Tri Không Có Tự Ngã*: Do tự ngã, ta tưởng tri không có tự ngã. *Thứ năm là Do không có tự ngã, ta tưởng tri tự ngã*. *Thứ sáu là Chính tự ngã này của ta nói, cảm thấy, thọ lãnh nơi này nơi kia quả báo thiện ác, chính tự ngã này của ta thường hằng, kiên cố, trường cửu, bất biến, tồn tại vĩnh viễn*. Đây là quan điểm của các vị thường kiến, chủ trương tự ngã này chịu nghiệp quả thiện ác trong cảnh giới, sinh thú, thai loại này hay khác. Ngã này là thức mà các vị ấy xem như thường hằng, vĩnh cửu, bất biến, như thế giới, mặt trời, mặt trăng, quả đất, vân vân.

Những Loại Căn Bản Phiền Não Thường Xuyên Tương Ứng Với

Mạt Na Thức: Theo đệ nhị năng biến của Duy Thức Học, có bốn loại căn bản phiền não thường xuyên tương ứng với Mạt Na Thức (thức thứ bảy): ngã si phiền não (vô minh), ngã kiến phiền não (ngã chấp), ngã mạn phiền não (kiêu căng ngạo mạn), và ngã ái phiền não (ngã tham). Trong giáo thuyết Phật giáo, phiền não bao gồm những lo toan trần tục, nhục dục, đam mê, ước muốn xấu xa, khổ đau và đôn đau từ cái nhìn sai lầm về thế giới. Trong bốn đại nguyện, hành giả tu thiền nguyện triệt tiêu những đam mê làm trở ngại sự thành đạt đại giác. Phiền não cũng có nghĩa là nỗi đau đớn, ưu phiền, khổ sở hay tai ách. Con đường của cảm dỗ và dục vọng sanh ra ác nghiệp (đây chính là khổ đau và ảo tưởng của cuộc sống), là nhân cho chúng sanh lăn trôi trong luân hồi sanh tử, cũng như ngăn trở giác ngộ. Muốn giác ngộ trước tiên con người phải cố gắng thanh lọc tất cả những nơ bẩn này bằng cách thường xuyên tu tập thiền định. Trong Đệ Nhị Năng Biến của Duy Thức Học, có bốn món phiền não thường đi theo Tư Lương Thức. Theo Duy Thức Học, có tứ đại phiền não hay tứ hoặc là bốn phiền não gây ra bởi ngã chấp hay bốn loại căn bản phiền não thường xuyên tương ứng với Mạt Na Thức (thức thứ bảy): ngã si phiền não (vô minh), ngã kiến phiền não (ngã chấp), ngã mạn phiền não (kiêu căng ngạo mạn), và

ngã ái phiền não (ngã tham). Đây là bốn thứ phiền não căn bản. Bốn thứ này được xem là những phiền não căn bản bắt nguồn từ kiến giải cho rằng thực sự có một bản thể được gọi là ngã-linh hồn thường hằng.

Thứ Nhất Là Ngã Kiến Phiền Não: Phiền não khởi lên do ngã chấp. Tin vào sự hiện hữu của một ngã thể: i) Hữu Thân Kiến: Tin tưởng vào sự hiện hữu của một ngã thể (cái tôi). ii) Thân Kiến: Tà kiến cho rằng thân tứ đại do ngũ uẩn hợp thành mà cho là thực, là thường trụ cố định. iii) Ý tưởng về một cái ngã, một trong tam kết. Có hai cách mà người ta có thể đi đến cái quan niệm cho rằng có sự hiện hữu thực sự của một cái ngã, một là sự tưởng tượng chủ quan, hai là quan niệm khách quan về thực tính. iv) Tưởng rằng cái ngã của chính mình là lớn nhất và là tái sản quý báu nhất: Tin rằng cái ta là lớn nhất và vị đại nhất, nên mục hạ vô nhân. Chỉ có cái ta là quý báu nhất mà thôi, người khác không đáng kể. Mình tìm đủ cách để chà đạp hay mưu hại người khác. v) Cho rằng có một cái ngã thường hằng. Trong Tứ Diệu Đế, Phật dạy rằng chấp ngã là nguyên nhân căn bản của khổ đau; từ chấp trước sanh ra buồn khổ; từ buồn khổ sanh ra sợ sệt. Ai hoàn toàn thoát khỏi chấp trước, kẻ đó không còn buồn khổ và rất ít lo âu. Nếu bạn không còn chấp trước, dĩ nhiên là bạn đã giải thoát.

Thứ Nhì Là Ngã Si Phiền Não: Phiền não xuất phát từ sự chấp trước vào cái ‘Ngã’ gây ra bởi vô minh. Sự mê muội về cái ngã; tin tưởng quàng xiềng vào cái thực ngã. Ngã si là cái ‘Ngã’ gây ra bởi vô minh.

Thứ Ba Là Ngã Mạn Phiền Não: Kiêu mạn về cái ngã (sự kiêu hãnh của tự ngã). Ngã mạn là cậy vào cái ta mà khinh mạn hay kiêu ngạo người khác. Ngã mạn còn là tính tự cao tự đại của cái ta. Ngã mạn là tà kiến về cái ngã bất tử và thường hằng. Tất cả những thứ vừa kể đều gây ra đủ thứ phiền não cho chúng sanh.

Thứ Tư Là Ngã Ái Phiền Não: Ngã ái là tự yêu thương mình. Yêu cái ta, yêu hay chấp vào thực ngã, khởi lên với thức thứ tám. Tự thương chỉ có mình, do đó mà gây ra khổ đau phiền não. Chư Phật đoạn diệt “tự ái” nên chứng đắc niết bàn.

II. Niết Bàn Chính Là Tách Xa Cái Mạt Na Thức Phân Biệt Sai Lầm:

Trong Phật giáo, Phạn ngữ “Klista-mano-vijnana” chỉ “tri giác”; người ta gọi nó là “Ý Căn” vì nó có khả năng làm cho con người trở thành một sinh vật có trí khôn và đạo đức. Mạt Na thường được nghĩ tương đương với “tâm” hay “thức.” Nó được rút ra từ gốc chữ Phạn

“Man” có nghĩa là “suy nghĩ hay tưởng tượng,” và nó liên hệ tới sinh hoạt tri thức của “thức.” Đây là lý trí tạo ra mọi hư vọng. Nó chính là nguyên nhân gây ra bản ngã (tạo ra hư vọng về một cái “tôi” chủ thể đứng tách rời với thế giới khách thể). Mạt Na Thức cũng tác động như là cơ quan chuyển vận “hạt giống” hay “chủng tử” của các kinh nghiệm giác quan đến thức thứ tám (hay tàng thức). Mạt na thức được diễn tả như là một cái biển trong đó những dòng chảy tư tưởng cứ dâng trào lên không ngừng nghỉ. **Nó là thức chuyển tiếp tất cả những tin tức từ ý thức qua A lại da thức.** Mạt Na Thức và năm tâm thức tập hợp lại với nhau như các triết gia đã vạch ra. Theo Kinh Lăng Già, hệ thống năm căn thức này phân biệt cái gì thiện với cái gì không thiện. Mạt Na Thức phối hợp với năm căn thức thủ chấp các hình sắc và tướng trạng trong khía cạnh đa phức của chúng; và không có lúc nào ngưng hoạt động cả. Điều này ta gọi là đặc tính sát na chuyển (tạm bợ của các thức). Toàn bộ hệ thống các thức này bị khuấy động không ngừng và vào mọi lúc giống như sóng của biển lớn. Mạt-Na thức hay Ý căn là sự suy nghĩ phối hợp với các căn. Ý thức hay thức của trí thông minh không phải là tâm, nó là sự vận hành của tâm. Tâm chúng sanh là một cơn xoáy không ngừng xoay chuyển, trong đó những hoạt động của tâm không bao giờ ngừng nghỉ theo bốn tiến trình sanh, trụ, dị, diệt. Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Mạt Na hoạt động như một trạm trung chuyển tất cả những hoạt động của sáu thức kia. Mạt Na chính là thức thứ bảy trong tám thức, có nghĩa là “Tư Lưỡng.” Nó là Ý thức hay những hoạt động của Ý Căn, nhưng tự nó cũng có nghĩa là “tâm.” Những cơn sóng làm gợn mặt biển A Lại Da thức khi cái nguyên lý của đặc thù gọi là vishaya hay cảnh giới thổi vào trên đó như gió. Những cơn sóng được khởi đầu như thế là thế giới của những đặc thù này đây trong đó tri thức phân biệt, tình cảm chấp thủ, và phiền não, dục vọng đấu tranh để được hiện hữu và được sự tối thắng. Cái nhân tố phân biệt này nằm bên trong hệ thống các thức và được gọi là mạt na (manas); thực ra, chính là khi mạt na khởi sự vận hành thì một hệ thống các thức hiển lộ ra. Do đó mà các thức được gọi là “các thức phân biệt các đối tượng”

(sự phân biệt thức-vastu-prativikalpa-vijnana). Chức năng của Mạt na chủ yếu là suy nghĩ về A Lại Da, sáng tạo và phân biệt chủ thể và đối tượng từ cái nhất thể thuần túy của A Lại Da. Tập khí tích tập trong A Lại Da giờ đây bị phân ra thành cái nhị biên tính của tất cả các hình thức và tất cả các loại. Điều này được so sánh với đa phức của sóng quấy động biển A Lại Da. Mạt na là một tinh linh xấu theo một nghĩa và là một tinh linh tốt theo nghĩa khác, vì sự phân biệt tự nó không phải là xấu, không nhất thiết luôn luôn là sự phán đoán lầm lạc hay hư vọng phân biệt (abhuta-parikalpa) hay lý luận sai trái (hý luận quá ác-prapanca-daushtulya). Nhưng nó trở thành nguồn gốc của tai họa lớn lao khi nó tạo ra những khát vọng được đặt căn bản trên những phán đoán lầm lạc, như là khi nó tin vào cái thực tính của một ngã thể rồi trở nên chấp vào ngã thể mà cho rằng đấy là chân lý tối hậu. Vì mạt na không những chỉ là cái tri thức phân biệt mà còn là một nhân tố ước vọng và do đó là một tác giả. Mạt na thức cũng được phát hiện từ A Lại Da Thức. Nó là một thứ trực giác, trực giác về sự có mặt của một bản ngã tồn tại và độc lập với thế giới vạn hữu. Trực giác này có tính cách tập quán và mê muội. Tính mê vọng của nó được cầu thành bởi liễu biệt cảnh thức, nhưng nó lại trở thành căn bản cho liễu biệt cảnh thức. Đối tượng của loại tuệ giác này là một mảnh vụn biến hình của A lại da mà nó cho là cái ta, trong đó có linh hồn và thân xác. Đối tượng của nó không bao giờ là tánh cảnh mà chỉ là đối chất cảnh. Vừa là nhận thức về ngã, mạt na được xem như là chướng ngại căn bản cho sự thể nhập thực tại. Công phu thiền quán của liễu biệt cảnh thức có thể xóa được những nhận định sai lạc của mạt na.

Mục đích chính của tu tập trong Phật giáo là tách rời những tâm sở khởi lên với Ngã-Si-Ngã Kiến-Ngã Mạn-Ngã Ái, bởi vì Niết Bàn trong Phật giáo chính tách xa cái Mạt Na Thức phân biệt sai lầm. Chức năng của Mạt na chủ yếu là suy nghĩ về A Lại Da, sáng tạo và phân biệt chủ thể và đối tượng từ cái nhất thể thuần túy của A Lại Da. Chức năng của mạt na thức theo giả thiết là suy nghĩ về mạt na, như nhãn thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mạt na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mạt na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chính vì thế mà trong **Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mạt na thức phân biệt sai lầm. Vì mạt**

na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mặt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mặt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mặt na và mặt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ: citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mặt na thức.”

Chương Bốn Mười Lăm

Một Khi Đã Xả Bỏ Tàng Thức, Mạt Na Thức Không Còn Chấp Ngã, Sáu Thức Trước Sẽ Tự Nhiên Chết

I. Tổng Quan Về A Lại Da Thức (Tàng Thức) Trong Phật Giáo:

Tàng thức nơi chứa đựng tất cả chủng tử của các thức, từ đây tương ứng với các nhân duyên, các hạt giống đặc biệt lại được thức Mạt Na chuyển vận đến sáu thức kia, kết thành hành động mới đến lượt các hành động này lại sản xuất ra các hạt giống khác. Quá trình này có tính cách đồng thời và bất tận. A Lại Da là thức căn bản, thức thứ tám trong Bát Thức, còn gọi là Tàng Thức. Tàng thức nơi chứa đựng tất cả chủng tử của các thức, từ đây tương ứng với các nhân duyên, các hạt giống đặc biệt lại được thức Mạt Na chuyển vận đến sáu thức kia, kết thành hành động mới đến lượt các hành động này lại sản xuất ra các hạt giống khác. Quá trình này có tính cách đồng thời và bất tận. A Lại da còn được gọi là “Hiển Thức”, chứa đựng mọi chủng tử thiện ác, hiển hiện được hết thấy mọi cảnh giới. Chữ “Alaya” có nghĩa là cái nhà nơi mà tất cả những gì có giá trị cho chúng ta dùng được tàng trữ và cũng là nơi cư ngụ của chúng ta. Thức A Lại Da, cũng còn được gọi là “Tàng Thức,” hay là “thức thứ tám,” hay là “tàng nghiệp.” Tất cả mọi nghiệp đã lập thành trong quá khứ hay đang được lập thành trong hiện tại đều được tàng trữ trong A Lại Da Thức này. Giáo điển dạy Tâm Lý Học, về tám thức (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý, Mạt na và A Lại Da). Những thức này giúp chúng sanh phân biệt phải trái. Tuy nhiên, chúng sanh con người có một cái thức thâm sâu gọi là A Lại Da Thức, là chủ thể chính của sự luân hồi sanh tử, và bị các thức khác hiểu lầm đó là một linh hồn hay một cái ngã trường cửu. Chính tại A Lại Da Thức này những ấn tượng hay kinh nghiệm của hành động được tàng trữ dưới hình thức những ‘chủng tử’ và chính những chủng tử này làm nảy nở những kinh nghiệm sắp tới tùy theo hoàn cảnh của từng cá nhân. Theo Bồ Tát Mã Minh trong Đại Thừa Khởi Tín Luận và Nhiếp Luận Tông, A Lại Da thức là nơi hòa hợp chân vọng. Khi nó trở nên

thanh tịnh và không còn ô nhiễm, nó chính là “Chân Như.” A Lại Da có nghĩa là chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh.

A-Lại Da hay thức thứ tám được gọi là “Sơ Năng Biến” vì các thức khác đều từ đó mà ra. Một khái niệm về giáo thuyết đặc biệt quan trọng với trường phái Du Già. Thuật ngữ này có khi được các học giả Tây phương dịch là “Tàng Thức,” vì nó là cái kho chứa, nơi mà tất cả những hành động được sản sinh ra. Tàng thức cất giữ những gì được chứa vào nó cho đến khi có hoàn cảnh thích hợp cho chúng hiện ra. Những dịch giả Tây Tạng lại dịch nó là “Căn bản của tất cả” vì nó làm nền tảng cho mọi hiện tượng trong vòng sanh tử và Niết Bàn. Qua thiền tập và tham dự vào những thiện nghiệp, người ta từ từ thay thế những chủng tử phiền não bằng những chủng tử thanh tịnh; một khi người ta thanh tịnh hóa một cách toàn diện A Lại Da, thì đó được coi như là “Tịnh Thức.” A Lại Da có nghĩa là cái tâm cất chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. A Lại Da tàng thức (đề bát thức). Ý thức căn bản về mọi tồn tại hay ý thức di truyền, nơi những hạt giống karma lọt vào và gây ra hoạt động tâm thần. Tiềm thức hay tạng thức, thức thứ tám hay Nghiệp thức. Tất cả nghiệp được thành lập trong hiện đời và quá khứ đều được tàng trữ trong A Lại Da thức. A Lại Da thức hành xử như nơi tồn chứa tất cả những dữ kiện được Mạt Na thức thâm tập. Khi một sinh vật chết thì bảy thức kia sẽ chết theo, nhưng A-Lại-Da thức vẫn tiếp tục. Nó là quyết định tối hậu cho sự đầu thai trong lục đạo.

II. Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già, Một Khi Đã Xả Bỏ Tàng Thức, Mạt Na Thức Không Còn Chấp Ngã, Sáu Thức Trước Sẽ Tự Nhiên Chết:

Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Nầy Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân này mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’” Chức năng của A Lại Da Thức là nhìn vào chính nó trong đó tất cả tập khí (vasana) từ thời vô thủy được giữ lại theo một cách vượt ngoài tri thức (bất tư nghi-acintya) và sẵn sàng chuyển biến (parinama), nhưng nó không có hoạt năng trong tự nó, nó không bao giờ hoạt động, nó chỉ nhận thức, theo ý

nghĩa này thì nó giống như một tấm kiếng; nó lại giống như biển, hoàn toàn phẳng lặng không có sóng xao động sự yên tĩnh của nó; và nó thanh tịnh không bị ô nhiễm, nghĩa là nó thoát khỏi cái nhị biên của chủ thể và đối tượng. Vì nó là cái hành động nhận thức đơn thuần, chưa có sự khác biệt giữa người biết và cái được biết. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, khi vạn vật phản chiếu trong tâm trí ta, thì thế lực phân biệt hay tưởng tượng của tâm ta sẽ sẵn sàng hoạt động ngay. Đây gọi là “thức” (vijñana). Chính vì thức kết hợp với tất cả yếu tố phản chiếu, tàng chứa chúng, nên được gọi là A Lại Da Thức hay “thức tạng.” Tạng thức chính nó là sự hiện hữu của tập hợp nhân quả và những tâm sở thanh tịnh hoặc nhiễm ô, được tập hợp hay lẫn lộn với chúng theo tương quan nhân quả. Khi tạng thức bắt đầu hoạt động và bước xuống thế giới thường nhật này, thì chúng ta có hiện hữu đa dạng vốn chỉ là thế giới tưởng tượng. Tạng thức, vốn là chủng tử thức, là trung tâm ý thức; và thế giới do thức biểu hiện là môi trường của nó. Chỉ có ở nơi sự giác ngộ viên mãn của Phật, thức thanh tịnh mới bừng chiếu lên. Tịnh thức này có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tưởng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thật, tức Viên Thành Thật tánh (parinispanna). Sau khi đạt đến đó, chủng tử tạng, tức là thức, sẽ biến mất và cuối cùng đưa đến trạng thái nơi mà chủ thể và đối tượng không còn phân biệt. Đây là vô phân biệt trí (avikalpa-vijñana). Trạng thái tối hậu là Vô Trụ Niết Bàn (apratiṣṭhita-nirvāṇa) nghĩa là sự thành tựu tự do hoàn toàn, không còn bị ràng buộc ở nơi nào nữa. Cái tâm thức biến hiện chư cảnh thành tám thức. Nhiệm vụ của A Lại Da thức là nhìn vào chính nó, nơi mà tất cả những ký ức đã được cất chứa từ vô thủy; nhưng tự nó, nó không có năng lượng tích cực; nó chẳng bao giờ hoạt động, mà chỉ cảm nhận. Nó giống như tấm gương hay như đại dương hoàn toàn phẳng lặng, không một lọn sóng nào khuấy rối sự tĩnh lặng của nó. Nó thanh tịnh và bất nhiễm ô, nghĩa là nó không nhị nguyên khách chủ. Vì vậy, nó là sự cảm nhận thanh tịnh, không phân biệt ai biết và ai được biết.

Theo Kinh Lăng Già, tạng thức đóng một vai trò quan trọng đặc biệt không những hiện hữu khi biển sâu tĩnh lặng mà còn hoạt động như kho lưu trữ. Đó là lý do tại sao nó được gọi là tạng thức, vì nó thu thập những hạt giống, những ấn tượng và hành động giác quan. Kỳ thật, ý niệm về tạng thức cực kỳ quan trọng cho Phật giáo Đại Thừa.

Nó còn được gọi là “Thức căn bản” hay cơ sở của tất cả các thức. Điều này ngụ ý là trong chính nó có tiềm năng về cả luân hồi lẫn Niết Bàn. Một khi đã xả bỏ Tàng Thức, Mạt Na Thức không còn chấp ngã, sáu thức trước sẽ tự nhiên chết. Bởi vì trong bản chất, mạt na và mạt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ: citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mạt na thức. Như vậy, trong tu tập Phật giáo, A Lại Da là quyết định tối hậu cho sự đầu thai trong lục đạo. Tàng thức là nơi tích lũy tất cả những ấn tượng, tất cả những hạt giống ký ức, và tất cả những hạt giống nghiệp. Tàng thức còn là một trong năm uẩn. Sự liên hệ giữa chủ và khách. Tạng thức là tâm kinh nghiệm, qua đó người ta nhận biết thế giới hiện tượng và có được kinh nghiệm đời sống. Tạng thức là một trong tám thức rất quen thuộc với truyền thống Phật giáo.

Trong Duy Thức Học, Ngã chấp là chấp vào cái ngã thường hằng chứ không phải là sự phối hợp của năm uẩn sanh bởi nhân duyên. Ngã chấp bẩm sinh, lúc mới sanh ra đã có. Chấp vào khái niệm của một cái ngã thật, chấp vào Thường ngã, hay chấp vào cái ngã thường hằng chứ không phải là sự phối hợp của năm uẩn sanh bởi nhân duyên. Ngã chấp nảy sanh ra do sự phân biệt hay lý luận sai lầm của bản thân. Trong Tứ Diệu Đế, Phật dạy rằng chấp ngã là nguyên nhân căn bản của khổ đau; từ chấp trước sanh ra buồn khổ; từ buồn khổ sanh ra sợ sệt. Ai hoàn toàn thoát khỏi chấp trước, kẻ đó không còn buồn khổ và rất ít lo âu. Nếu bạn không còn chấp trước, dĩ nhiên là bạn đã giải thoát. Trong tu tập, khi một vị hành giả xả tàng thức thì tự nhiên mạt na không còn chấp ngã nữa. Tạng thức là một trong tám thức rất quen thuộc với truyền thống Phật giáo. Tiềm thức hay tạng thức, thức thứ tám hay Nghiệp thức. Tất cả nghiệp được thành lập trong hiện đời và quá khứ đều được tàng trữ trong A Lại Da thức. Tàng thức còn được coi như là “Tiềm Thức,” là nơi mà kinh nghiệm quá khứ được đăng ký và lưu trữ, kết quả của những kinh nghiệm này trở thành căn tánh cho cuộc tái sanh sắp tới. A Lại Da thức hành xử như nơi tồn chứa tất cả những dữ kiện được Mạt Na thức thu thập. Thật vậy, trong tu tập, khi

một vị A La Hán xả tàng thức thì tự nhiên mạt na không còn chấp ngã nữa. Điều này cũng giống như khi trường hợp lúc một sinh vật chết thì bảy thức kia sẽ chết theo, nhưng A-Lại-Da thức vẫn tiếp tục. Vì sao? Vì Mạt Na thức chỉ hoạt động như một trạm thu thập tất cả những hoạt động của sáu thức kia, rồi đưa tất cả những thứ này về lưu trữ trong tàng thức. Nếu hành giả có khả năng xả Tàng thức hay nơi lưu giữ tất cả những tin tức, thì Mạt na thức sẽ tự nhiên bị vô hiệu, và sáu thức đầu cũng sẽ bị vô hiệu. Thật vậy, Mạt Na chính là thức có nghĩa là “Tư Lường.” Nó là Ý thức hay những hoạt động của Ý Căn, nhưng tự nó cũng có nghĩa là “tâm.” Những cơn sóng làm gợn mặt biển A Lại Da thức khi cái nguyên lý của đặc thù gọi là vishaya hay cảnh giới thổi vào trên đó như gió. Những cơn sóng được khởi đầu như thế là thế giới của những đặc thù này đây trong đó tri thức phân biệt, tình cảm chấp thủ, và phiền não, dục vọng đấu tranh để được hiện hữu và được sự tối thắng. Cái nhân tố phân biệt này nằm bên trong hệ thống các thức và được gọi là mạt na (manas); thực ra, chính là khi mạt na khởi sự vận hành thì một hệ thống các thức hiển lộ ra. Do đó mà các thức được gọi là “cái thức phân biệt các đối tượng” (sự phân biệt thức: vastu-prativikalpa-vijnana).

Chương Bốn Mười Sáu

Tu Tập Đắc Hậu Đắc Vô Lậu Trí Đồng Nghĩa Với Không Còn Mạt Na Thức

Theo Phật giáo, bất cứ thứ gì trong vòng sanh tử đều là hữu lậu. Ngay cả phước đức và công đức hữu lậu đều dẫn tới tái sanh trong cõi luân hồi. Chúng ta đã nhiều đời kiếp lăn trôi trong vòng hữu lậu, bây giờ muốn chấm dứt hữu lậu, chúng ta không có con đường nào khác hơn là lợi ngược dòng hữu lậu. Vô lậu cũng như một cái chai không bị rò rỉ, còn với con người thì không còn những thói hư tật xấu. Như vậy con người ấy không còn tham tài, tham sắc, tham danh tham lợi nữa. Tuy nhiên, Phật tử chân thuần không nên lầm hiểu về sự khác biệt giữa “lòng tham” và “những nhu cầu cần thiết.” Nên nhớ, ăn, uống, ngủ, nghỉ chỉ trở thành những lậu hoặc khi chúng ta chịu chuộng chúng một cách thái quá. Phật tử chân thuần chỉ nên ăn, uống ngủ nghỉ sao cho có đủ sức khỏe tiến tu, thế là đủ. Trái lại, khi ăn chúng ta ăn cho thật nhiều hay lựa những món ngon mà ăn, là chúng ta còn lậu hoặc. Trong Duy Thức Học, Hậu đắc trí còn gọi là Phân Biệt Trí (Tục trí hay Như Lượng Trí), tức là cái trí chân chánh, sâu kín, ngầm hợp chân như, trí sở đắc theo sau căn bản trí. Trí có khả năng phân biệt hiện tượng hay sự tướng hữu vi, đối lại với vô phân biệt hay căn bản thực trí của Đức Phật. Trong khi đó, vô lậu trí là trí huệ thanh tịnh, không bị ô nhiễm vì vị kỷ.

Theo Duy Thức Tông, những lậu hoặc tham, sân, si, mạn, nghi và ác kiến mà Diệt Đế và Đạo Đế đã diệt trừ thuộc về Vô Lậu Duyên. Tất cả các tùy miên còn lại khác đều là những hoặc thuộc về Hữu Lậu Duyên. Đây là những kiến hoặc hay tư hoặc trong Khổ Đế và Tập Đế. Nhờ tu tập vô lậu căn hay cái căn bản của vô lậu trí mà sản sanh ra tịnh trí. Đây chính là con đường giác ngộ và giải thoát mọi khổ đau của luân hồi sanh tử. Thanh Tịnh Đạo hay con đường giải thoát khỏi dục vọng, như tu hành giới, định, tuệ, và đế thứ tư trong tứ đế hay diệt đế. Khi hành giả tu tập để đạt được hậu đắc vô lậu trí, dầu chưa đạt được vô phân biệt hay căn bản thực trí của Đức Phật, nhưng trong giai đoạn này mạt na thức không còn hiện hữu. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mạt na thức. Nói cách khác, tu tập đắc hậu đắc vô lậu trí đồng

nghĩa với không còn Mạt Na Thức. Tưởng cũng nên nhắc lại, chức năng của mạt na thức theo giả thiết là suy nghĩ về mạt na, như nhãn thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mạt na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mạt na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chính vì thế mà trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mạt na thức phân biệt sai lầm. Vì mạt na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mạt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mạt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mạt na và mạt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ: citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mạt na thức.”

Chương Bốn Mười Bảy

Tu Tập Với Tâm Vô Phân Biệt Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Tâm Phân Biệt & Tâm Vô Phân Biệt Theo Quan Điểm Phật Giáo:

Tâm Phân Biệt Theo Quan Điểm Phật Giáo: Tâm phân biệt những tướng trạng khác nhau và chính tâm ấy lại chấp thủ những tướng trạng ấy. Tâm phân biệt nằm trên nóc của cõi sanh tử nầy (tâm của cõi nhị nguyên), nhưng chúng sanh lại tin rằng đây là tâm thật của mình, nên có mê hoặc và từ đó có khổ đau phiền não. Phân biệt là nguyên nhân trực tiếp của luân hồi sanh tử. Kỳ thật vạn hữu giai không. Vì thế Đức Phật dạy: “Mọi người nên sống chung đồng điệu với nhau trong mọi hoàn cảnh.” Sự hài hòa sẽ đưa đến hạnh phúc, ngược lại không hài hòa hay không đồng điệu sẽ đưa đến khổ đau phiền não vì nguyên nhân trực tiếp của sự không đồng điệu là sự phân biệt. Lịch sử thế giới đã cho thấy chính nạn phân biệt, phân biệt chủng tộc, màu da, tôn giáo, văn hóa, đã gây ra không biết bao nhiêu là thảm họa cho nhân loại. Sự phân biệt chẳng những gây ra không đồng điệu trong cuộc sống, nó còn gây ra sự bất ổn cho cả thế giới. Theo Tương Ưng Bộ Kinh, Phẩm Tầm Cầu, có ba loại kiêu mạn: phân biệt hay kiêu mạn ‘Tôi bằng’, phân biệt hay kiêu mạn ‘tôi hơn,’ phân biệt hay kiêu mạn ‘tôi thua.’ Theo Thiền Sư D. T. Suzuki trong Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, đây là một trong năm pháp tướng. Phân biệt là sự đặt tên cho tất cả các đối tượng và tính chất nầy mà phân biệt cái nầy khác với cái kia. Tâm phạm phu phân biệt tướng và hiện tượng, chủ quan lẫn khách quan, vì thế mà bảo rằng cái nầy là như thế nầy chứ không phải như thế kia. Từ đó chúng ta có những tên gọi như voi, ngựa, bánh xe, người hầu, đàn bà, đàn ông, từ đó mà phân biệt xảy ra. Tâm phân biệt, một trở ngại lớn trong tu tập. Tâm phân biệt do thức với cảnh tướng bên ngoài làm duyên hiện lên mà phát sinh từ ngũ quan (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân). Nghĩa rốt ráo của chánh kiến là không phân biệt. Thấy mọi người như nhau, không đẹp cũng không xấu, không thông minh cũng không ngu dốt. Hành giả nên luôn nhớ rằng tâm phân biệt phát xuất từ

tham muốn và si mê, nó nhuộm màu mọi vật bằng cách này. Đó là thế giới do chính chúng ta tạo ra. Chúng ta cảm thấy cái nhà đẹp hay xấu, lớn hay nhỏ là do tâm phân biệt của chúng ta. Chúng ta dùng tham ái và si mê để so sánh với cái khác nên có sự phân biệt lớn nhỏ. Thế gian này luôn có sự bất đồng. Xem xét sự bất đồng của chúng, đồng thời tìm hiểu sự tương đồng. Sự tương đồng ấy nằm ở chỗ tất cả đều trống rỗng và không có tự ngã. Tâm không phân biệt không có nghĩa là tâm chết hay bất động như một pho tượng. Người giác ngộ cũng suy nghĩ nhưng biết tiến trình suy nghĩ là vô thường, bất toại nguyện, và không có tự ngã. Hành giả phải thấy những điều này một cách rõ ràng. Chúng ta cần phải truy tầm đau khổ và chặn đứng nguyên nhân gây ra đau khổ. Nếu không thấy được điều này thì trí tuệ sẽ không bao giờ nảy sinh. Hành giả không nên đoán mò mà phải thấy sự vật một cách rõ ràng và chính xác đúng theo thực tướng của nó, cảm giác chỉ là cảm giác, suy nghĩ chỉ là suy nghĩ. Đó là cách thức chấm dứt mọi vấn đề của chúng ta.

Tâm Vô Phân Biệt Theo Quan Điểm Phật Giáo: Trong Phật giáo, cái lý thực tướng của chư pháp là không thể trình bày được bằng lời nói, ngôn ngữ hay bằng suy nghĩ (ngôn ngữ đạo đoạn, tâm hành tận diệt) mà bằng trực giác một cách trực tiếp. Tâm vô phân biệt là tâm thức xa lìa vứt bỏ cái ý thức phân biệt (đạt đến trí tuệ bình đẳng chân thực). Tâm như hay cái biết không khái niệm. Với tâm vô phân biệt chúng ta không suy nghĩ, tưởng tượng hay nhận biết đối tượng, mà nhận biết đối tượng bằng trực giác một cách trực tiếp. Trong khi nhận biết bằng năm thức có thể là phân biệt hay là vô phân biệt. Vô Phân Biệt Tâm là trí nơi mà hiện thực được nhìn bằng cái nhìn “Viên Thành Thực Tánh,” nghĩa là hiện thực là hiện thực chứ không là gì khác. Nhận thức ở đây là một sự cảm thông mầu nhiệm trong đó không còn sự phân biệt chủ thể và đối tượng nữa. Với tâm vô phân biệt chúng ta không suy nghĩ, tưởng tượng hay nhận biết đối tượng, mà nhận biết đối tượng bằng trực giác một cách trực tiếp. Nhận biết bằng năm thức là vô phân biệt.

II. Tu Tập Với Tâm Vô Phân Biệt Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Theo Phật giáo, tâm còn được gọi là ý thức, ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý

thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Chức năng của mạt na thức theo giả thiết là suy nghĩ về mạt na, như nhãn thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mạt na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mạt na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chính vì thế mà trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mạt na thức phân biệt sai lầm. Vì mạt na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mạt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mạt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mạt na và mạt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ: citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mạt na thức.”

Tâm phân biệt những tướng trạng khác nhau và chính tâm ấy lại chấp thủ những tướng trạng ấy. Tâm phân biệt nằm trên nóc của cội sanh tử này (tâm của cội nhị nguyên), nhưng chúng sanh lại tin rằng đây là tâm thật của mình, nên có mê hoặc và từ đó có khổ đau phiền não. Ngày xưa có một thiền sư Trung Hoa đã nói: “Một người trước khi tu tập thiền, đối với người ấy núi là núi, sông là sông; sau khi nhận được chân lý về Thiền từ sự chỉ giáo của một vị thiền sư giỏi, đối với người ấy núi không còn là núi, sông không còn là sông nữa; nhưng sau đó, khi người ấy đã thật sự đạt đến chỗ an trụ trong thiền, thì núi lại là núi, sông lại là sông.” Câu này nghĩa là làm sao? Theo Thiền sư Thích Thiên Ân trong Triết Lý Thiền-Thực Tập Thiền, câu thứ nhất diễn tả quan điểm của một người chưa giác ngộ, cái hiểu biết thông thường

nhìn sự vật qua lăng kính của tư duy sai lầm. Điều này không cần phải giải thích, vì nó là quan điểm quen thuộc đối với tất cả chúng ta. Câu thứ nhì khó hiểu hơn. Sau khi được một vị thầy giỏi dạy dỗ về thiền thì tại sao ông ta lại nói rằng núi không còn là núi, sông không còn là sông? Chúng ta phải hiểu câu nói ấy như thế này: Thế nào là một ngọn núi? Một ngọn núi là sự kết hợp giữa những đất, đá, cây cối và hoa cỏ mà chúng ta đã gom chúng lại dưới cái tên “núi”. Vì vậy núi thật sự không phải là núi. Cũng như vậy, thế nào là một con sông? Một con sông là sự kết hợp giữa rất nhiều nước đang cùng nhau trôi chảy, một sự kết hợp không ngừng thay đổi. Kỳ thật không có một tự thể nào gọi là “sông” cả. Vậy nên sông không còn là sông. Đây chính là chân nghĩa của câu thứ nhì. Trong câu thứ ba vị thầy nói rằng đối với một người đã nhận thức thấu đáo và an trụ trong lý Thiền thì núi lại là núi và sông lại là sông. Về ý tưởng, lối nhìn này không thấy khác với quan điểm của phàm tình, nhưng về thực nghiệm, đây là cái nhìn của một người đã giác ngộ, căn bản khác hẳn cái nhìn của chính ông trước khi giác ngộ. Lúc trước khi ông nhìn ngọn núi, ông thấy nó với tâm phân biệt. Ông thấy nó cao hoặc thấp, lớn hoặc nhỏ, đẹp hoặc xấu. Tâm phân biệt của ông phát khởi yêu và ghét, quyến luyến và ghê tởm. Nhưng sau khi giác ngộ, ông nhìn sự vật với sự đơn giản cùng tột. Ông thấy núi là núi, chứ không phải cao hay thấp, sông là sông chứ không phải đẹp hay xấu. Ông thấy sự vật mà không còn phân biệt hay so sánh, chỉ như một tấm gương phản ánh chúng y hệt như tình trạng thật của chúng. Lịch sử thế giới đã cho thấy chính nạn phân biệt, phân biệt chủng tộc, màu da, tôn giáo, vân vân, đã gây ra không biết bao nhiêu là thảm họa cho nhân loại. Sự phân biệt chẳng những gây ra không đồng điệu trong cuộc sống, nó còn gây ra sự bất ổn cho cả thế giới. Theo Tương Ứng Bộ Kinh, Phẩm Tầm Cầu, có ba loại kiêu mạn: phân biệt hay kiêu mạn ‘Tôi bằng’, phân biệt hay kiêu mạn ‘tôi hơn,’ phân biệt hay kiêu mạn ‘tôi thua.’

Theo Phật giáo, tâm phân biệt là nguyên nhân trực tiếp của luân hồi sanh tử. Kỳ thật vạn hữu giai không. Vì thế Đức Phật dạy: “Mọi người nên sống chung đồng điệu với nhau trong mọi hoàn cảnh.” Sự hài hòa sẽ đưa đến hạnh phúc, ngược lại không hài hòa hay không đồng điệu sẽ đưa đến khổ đau phiền não vì nguyên nhân trực tiếp của sự không đồng điệu là sự phân biệt. Trong Kinh Lăng Già, phân biệt sai lầm hay cho rằng tiêu cực là tích cực. Ngã chấp nảy sanh ra do sự

phân biệt hay lý luận sai lầm của bản thân. Ý nghĩa về sự chấp trước được phát triển từ kết quả của sự lý luận. Phân biệt về Pháp là sự chấp trước phân biệt vào các hiện tượng. Nhìn thấy sự vật là thật do bởi sự suy nghĩ và lý luận sai lầm, khi Bồ Tát thấy đạo thì đoạn trừ được ngay. Suy xét thức biệt các sự lý, có ba hình thức: i) Tự tánh phân biệt, ii) Kế độ phân biệt, iii) Tùy niệm phân biệt. Phân biệt không hợp với lý “Bình Đẳng Như Như” của đạo Phật. Đức Phật đã nhắc nhở Ngài Mahamati: “Này Mahamati, huyễn ảo không tạo ra các sai lầm, vì các sai lầm phát xuất từ sự phân biệt hư vọng. Phân biệt sự thức hay chuyển thức, do thức với cảnh tượng bên ngoài làm duyên hiện lên mà phát sinh từ ngũ quan mắt, tai, mũi, lưỡi, thân (theo kinh Lăng Già). Đây là sự phân biệt thứ ba trong ba cách phân biệt (chân thức, hiện thức và phân biệt sự thức) được nói đến trong Kinh Lăng Già. Nó bao gồm tám thức ngoại trừ thức A-Lại-Da. Cũng theo kinh Lăng Già, phân biệt trái nghịch với sự hiểu biết trực giác là sự hiểu biết vượt ngoài phân biệt. Trong cuộc sống thế tục hằng ngày, nếu “phân biệt” được xử lý một cách hợp lý sẽ vận hành để sản sinh ra những hiệu quả tốt, nhưng nó không thể đi sâu vào tâm thức mà chân lý tối hậu tiềm ẩn trong đó. Để đánh thức chân lý ra khỏi giấc ngủ sâu, chúng ta phải từ bỏ phân biệt. Theo Thiền Sư D. T. Suzuki trong **Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, phân biệt là một trong năm pháp tướng. Phân biệt là sự đặt tên cho tất cả các đối tượng và tính chất này mà phân biệt cái này khác với cái kia. Tâm phàm phu phân biệt tướng và hiện tượng, chủ quan lẫn khách quan, vì thế mà bảo rằng cái này là như thế này chứ không phải như thế kia. Từ đó chúng ta có những tên gọi như voi, ngựa, bánh xe, người hầu, đàn bà, đàn ông, từ đó mà phân biệt xảy ra.**

Trong khi đó, Tâm Vô Phân Biệt là tâm thức xa lìa vứt bỏ cái ý thức phân biệt (đạt đến trí tuệ bình đẳng chân thực). Vô Phân Biệt Trí là trí nơi mà hiện thực được nhìn bằng cái nhìn “Viên Thành Thực Tánh,” nghĩa là hiện thực là hiện thực chứ không là gì khác. Nhận thức ở đây là một sự cảm thông mẫu nhiệm trong đó không còn sự phân biệt chủ thể và đối tượng nữa. Tâm như hay cái biết không khái niệm. Với tâm vô phân biệt chúng ta không suy nghĩ, tưởng tượng hay nhận biết đối tượng, mà nhận biết đối tượng bằng trực giác một cách trực tiếp. Trong khi nhận biết bằng năm thức có thể là phân biệt hay là vô phân biệt. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng cái lý thực tướng của

chư pháp là không thể trình bày được bằng lời nói, ngôn ngữ hay bằng suy nghĩ phân biệt (ngôn ngữ đạo đoạn, tâm hành tận diệt); lý thực tướng là cái tuyệt đối đối lại với cái tương đối của thế gian. Viên Thành Thực Tính có nghĩa là Chân Như hay Thực Tướng. Viên Thành Thực Tính Quán là một trong ba đối tượng trong Duy Thức quán. Quán chỉ có Chân như là hiện thực. Tính chân thực của chư pháp hay chân lý tuyệt đối. Tịnh thức có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tưởng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thực, tức là viên thành thực tánh. Trong khi viên thành thực trí tức là cái biết toàn hảo và tương đương với Chánh Trí (samyagjnana) và Như Như (Tathata) của năm pháp. Đây là cái trí có được khi ta đạt tới trạng thái tự chứng bằng cách vượt qua Danh, Tướng, và tất cả các hình thức phân biệt hay phân đoạn (vikalpa). Đây cũng là Như Như, Như Lai Tạng Tâm, đây là một cái gì không thể bị hủy hoại. Sợi dây thừng giờ đây được nhận biết theo thể diện chân thực của nó. Nó không phải là một sự vật được cấu thành do các nguyên nhân và điều kiện hay nhân duyên và giờ đây đang nằm trước mặt chúng ta như là một cái gì ở bên ngoài. Từ quan điểm của nhà Duy Thức Tuyệt Đối theo như Lăng Già chủ trương, sợi dây thừng là phản ánh của chính cái tâm của chúng ta, tách ra khỏi cái tâm thì nó không có khách quan tính, về mặt này thì nó là phi hiện hữu. Nhưng cái tâm vốn do từ đó mà thế giới phát sinh, là một đối tượng của Viên Thành Thực hay trí toàn đức. Quán Viên Thành Thực Tính là quán chỉ có Chân như là hiện thực. Quán tính chân thực của chư pháp hay chân lý tuyệt đối. Tịnh thức có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tưởng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thực, tức là viên thành thực tánh.

Ngày xưa có một thiền sư Trung Hoa đã nói: “Một người trước khi tu tập thiền, đối với người ấy núi là núi, sông là sông; sau khi nhận được chân lý về Thiền từ sự chỉ giáo của một vị thiền sư giỏi, đối với người ấy núi không còn là núi, sông không còn là sông nữa; nhưng sau đó, khi người ấy đã thật sự đạt đến chỗ an trụ trong thiền, thì núi lại là núi, sông lại là sông.” Câu này nghĩa là làm sao? Theo Thiền sư Thích Thiên Ân trong Triết Lý Thiền-Thực Tập Thiền, câu thứ nhất diễn tả quan điểm của một người chưa giác ngộ, cái hiểu biết thông thường nhìn sự vật qua lăng kính của tư duy sai lầm. Điều này không cần phải

giải thích, vì nó là quan điểm quen thuộc đối với tất cả chúng ta. Câu thứ nhì khó hiểu hơn. Sau khi được một vị thầy giỏi dạy dỗ về thiền thì tại sao ông ta lại nói rằng núi không còn là núi, sông không còn là sông? Chúng ta phải hiểu câu nói ấy như thế này: Thế nào là một ngọn núi? Một ngọn núi là sự kết hợp giữa những đất, đá, cây cối và hoa cỏ mà chúng ta đã gom chúng lại dưới cái tên “núi”. Vì vậy núi thật sự không phải là núi. Cũng như vậy, thế nào là một con sông? Một con sông là sự kết hợp giữa rất nhiều nước đang cùng nhau trôi chảy, một sự kết hợp không ngừng thay đổi. Kỳ thật không có một tự thể nào gọi là “sông” cả. Vậy nên sông không còn là sông. Đây chính là chân nghĩa của câu thứ nhì. Trong câu thứ ba vị thầy nói rằng đối với một người đã nhận thức thấu đáo và an trụ trong lý Thiền thì núi lại là núi và sông lại là sông. Về ý tưởng, lối nhìn này không thấy khác với quan điểm của phàm tình, nhưng về thực nghiệm, đây là cái nhìn của một người đã giác ngộ, căn bản khác hẳn cái nhìn của chính ông trước khi giác ngộ. Lúc trước khi ông nhìn ngọn núi, ông thấy nó với tâm phân biệt. Ông thấy nó cao hoặc thấp, lớn hoặc nhỏ, đẹp hoặc xấu. Tâm phân biệt của ông phát khởi yêu và ghét, quyến luyến và ghê tởm. Nhưng sau khi giác ngộ, ông nhìn sự vật với sự đơn giản cùng tột. Ông thấy núi là núi, chứ không phải cao hay thấp, sông là sông chứ không phải đẹp hay xấu. Ông thấy sự vật mà không còn phân biệt hay so sánh, chỉ như một tấm gương phản ánh chúng y hệt như tình trạng thật của chúng. Hành giả nên cố gắng tu tập với tâm vô phân biệt, vì với tâm vô phân biệt chúng ta không suy nghĩ, tưởng tượng hay nhận biết đối tượng, mà nhận biết đối tượng bằng trực giác một cách trực tiếp. Cuối cùng, hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng, nhận thức bằng năm thức là trực tiếp và không phân biệt, trong khi nhận thức bằng ý thức thì có thể hoặc là phân biệt hoặc là không phân biệt.

Hành giả nên luôn nhớ rằng nếu chúng ta ép buộc tâm mình làm một điều gì đó, thì khi ấy chúng ta trở về với cái tâm phân biệt (thích, không thích, tốt, xấu, đúng, sai, vân vân), những thứ mà chúng ta đang muốn thoát ra. Tâm phân biệt là một trong những trở ngại lớn trong tu tập Phật giáo, nhất là tu tập Thiền. Tâm phân biệt do thức với cảnh tướng bên ngoài làm duyên hiện lên mà phát sinh từ ngũ quan (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân). Nghĩa rốt ráo của chánh kiến là không phân biệt. Thấy mọi người như nhau, không đẹp cũng không xấu, không thông minh cũng không ngu dốt. Hành giả nên luôn nhớ rằng tâm phân biệt

phát xuất từ tham muốn và si mê, nó nhuộm màu mọi vật bằng cách này. Đó là thế giới do chính chúng ta tạo ra. Chúng ta cảm thấy cái nhà đẹp hay xấu, lớn hay nhỏ là do tâm phân biệt của chúng ta. Chúng ta dùng tham ái và si mê để so sánh với cái khác nên có sự phân biệt lớn nhỏ. Thế gian này luôn có sự bất đồng. Xem xét sự bất đồng của chúng, đồng thời tìm hiểu sự tương đồng. Sự tương đồng ấy nằm ở chỗ tất cả đều trống rỗng và không có tự ngã. Tâm không phân biệt không có nghĩa là tâm chết hay bất động như một pho tượng. Người giác ngộ cũng suy nghĩ nhưng biết tiến trình suy nghĩ là vô thường, bất toại nguyện, và không có tự ngã. Hành giả phải thấy những điều này một cách rõ ràng. Chúng ta cần phải truy tầm đau khổ và chặn đứng nguyên nhân gây ra đau khổ. Nếu không thấy được điều này thì trí tuệ sẽ không bao giờ nảy sinh. Hành giả không nên đoán mò mà phải thấy sự vật một cách rõ ràng và chính xác đúng theo thực tướng của nó, cảm giác chỉ là cảm giác, suy nghĩ chỉ là suy nghĩ. Đó là cách thức chấm dứt mọi vấn đề của chúng ta.

Chương Bốn Mười Tám

Bồ Tát Nguyên Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Bồ Tát Nguyên Trong Phật Giáo:

Bổn nguyện của Bồ Tát Đại Thừa là cứu độ chúng sanh vượt thoát si mê. Đối với tất cả Phật tử chúng ta, mỗi Đức Phật đều đã từng nguyện làm một Bồ Tát trong một thời gian lâu dài trước khi giác ngộ. Nhưng tại sao Bồ Tát lại nguyện như vậy? Tại sao Ngài lại muốn đảm nhận một công việc không có ngăn mé như vậy? Bởi vì lý tưởng Bồ Tát là vì lợi ích cho những kẻ khác, vì muốn cứu vớt chúng sanh ra khỏi cơn đại hồng thủy của khổ đau phiền não. Nhưng rồi đâu là lợi ích cá nhân mà Ngài tìm thấy trong lợi ích của chúng sanh? Trong lý tưởng của một vị Bồ Tát, lợi ích của chúng sanh chính là lợi ích cá nhân của Ngài. Ai có thể tin được điều đó? Thực tình chỉ có những kẻ khô cạn hết lòng thương, những kẻ chỉ nghĩ đến mình, thì thấy khó tin được lòng vị tha của Bồ Tát. Nhưng những người có từ tâm thì có thể tin nó một cách dễ dàng. Nói tóm lại, Bồ Tát là một bậc giác giả trong hàng các chúng sanh. Vì lý tưởng Bồ Tát, vị ấy thường lập nguyện đem sự giác ngộ và trí tuệ mà mình đã mở bày ra nhằm giác ngộ tất cả các chúng sanh khác. Hãy theo những gương hạnh tuyệt vời của Đức Phật, một chiến sĩ chiến đấu anh dũng nơi chiến trường chống lại kẻ thù, Đức Phật đã chiến thắng như một vị anh hùng chinh phục và đạt được mục đích của Ngài. Ngài cũng đã tìm thấy những phẩm trợ đạo dẫn hành giả tu tập theo lý tưởng Bồ Tát tới giác ngộ và quả vị Phật. Phải thật tình mà nói, công việc của một vị Bồ Tát không dễ chút nào cả. Tuy không hy hữu như một vị Phật, nhưng cũng thật khó để có một vị Bồ Tát thị hiện và cũng thật khó cho phàm phu (người thường) gặp được một vị Bồ Tát thật. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng mục đích của người tu Phật là tự giác, nghĩa là tự giác hay tự quán sát bằng cái trí của chính mình chứ không dựa vào kẻ khác; giác tha (sau khi tự mình đã giác ngộ lại thuyết pháp để giác ngộ cho người khác, khiến họ được khai ngộ và giúp họ rời bỏ mọi mê lầm và khổ não trong vòng luân hồi) rồi cuối cùng mới đi đến giác hạnh viên mãn, thoát ra khỏi

vòng luân hồi sanh tử, đó chính là Niết Bàn đạt được ngay trong kiếp này. Đây đích thị là lý tưởng của các vị Bồ Tát!!!

Đặc biệt, nổi tiếng và tiêu biểu là Mười Phổ Hiền Hạnh Pháp mà chư Bồ Tát đều nên có. Thứ nhất, nguyện trụ tất cả kiếp vị lai. Thứ nhì, nguyện cung kính cúng dường tất cả Phật vị lai. Thứ ba, nguyện an trụ tất cả chúng sanh nơi hạnh của Phổ Hiền Bồ tát. Thứ tư, nguyện chứa nhóm tất cả thiện căn. Thứ năm, nguyện nhập tất cả Ba La Mật. Thứ sáu, nguyện đầy đủ tất cả Bồ tát hạnh. Thứ bảy, nguyện tất cả trang nghiêm tất cả thế giới. Thứ tám, nguyện sanh tất cả cõi Phật. Thứ chín, nguyện khéo quán sát tất cả các pháp. Thứ mười, nguyện nơi tất cả Phật quốc độ thành vô thượng Bồ Đề. Bên cạnh đó, Phổ Hiền là một trong những bồ tát chính của trường phái Phật giáo Đại thừa. Bồ Tát thực hiện hạnh nguyện siêu việt của chư Phật, thường cỡi voi sáu ngà tượng trưng cho lục Ba La Mật. Ngài nổi tiếng với mười hạnh nguyện mà chúng ta hằng trì tụng trong Kinh Nhật Tụng. Ngày vía Đức Phổ Hiền Bồ Tát là ngày mười bốn trong tháng. Còn có Mười Đại Hạnh khác của Bồ Tát Phổ Hiền. Nhứt giả lễ kính chư Phật. Nhị giả xưng tán Như Lai. Tam giả quảng tu cúng dường. Tứ giả sám hối nghiệp chướng. Ngũ giả tùy hỷ công đức. Lục giả thỉnh chuyển pháp luân. Thất giả thỉnh Phật trụ thế. Bát giả thường tùy học Phật. Cửu giả hằng thuận chúng sanh. Thập giả phổ giai hồi hướng.

II. Mười Nguyện Bồ Tát Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Trong kinh Lăng Già cũng như hầu hết các kinh điển Đại Thừa khác, trong tu tập, mục đích của Bồ Tát Nguyện là hóa độ chúng sanh. Thật vậy, bốn nguyện của Bồ Tát Đại Thừa là hóa độ chúng sanh vượt thoát si mê. Theo Nghiên Cứu Kinh Lăng Già của Thiền Sư D.T. Suzuki, theo trí tuệ siêu việt các Bồ Tát biết rằng chân lý Bồ Tát vượt khỏi mọi sự định tính và không hề chịu bất cứ hình thức miêu tả nào, nhưng vì tâm các ngài đầy từ bi đối với tất cả chúng sanh, là những kẻ không thể nào bước ra khỏi vùng nước xoáy của hữu và phi hữu, nên các ngài hướng những nguyện ước mãnh liệt của các ngài đến sự cứu độ và giải thoát chúng sanh. Trái tim của chính ngài thì thoát khỏi những chấp trước như những kẻ chưa chứng ngộ thường tôn giữ, mà lại cảm thấy kiên định vì trí tuệ của các ngài đã không phá diệt điều này, và từ đó mà có các bốn nguyện, các phương tiện thiện xảo và các Hóa Thân của các ngài. Nói cách khác, mục đích chính của chư Bồ Tát là

nguyện hóa độ chúng sanh. Tất cả những gì mà các ngài làm để làm chín muồi tất cả mọi chúng sanh để đáp ứng yêu cầu của họ và cũng giống như ánh trăng trong nước, các ngài hiện ra đủ mọi hình tướng mà thuyết pháp. Hoạt động của các ngài thuật ngữ Đại Thừa gọi là Vô Công Dụng Hạnh, nghĩa là những hành động không dụng công, không tác động, không mục đích. Khi vị Bồ Tát nhập vào địa thứ nhất gọi là Hoan Hỷ Địa, trong sự nghiệp tu tập tâm linh, ngài phát ra mười lời nguyện bao trùm toàn bộ vũ trụ, trải rộng tới cuối chỗ không gian, đạt đến tận cùng của thời gian, hết tất cả các kiếp và vẫn vận hành không gián đoạn khi có Đức Phật xuất hiện.

Theo Nghiên Cứu Kinh Lăng Già của Thiền Sư D.T. Suzuki, chư Bồ Tát có mười bốn nguyện: *Nguyện thứ nhất*: Tôn kính và phụng sự hết thầy chư Phật, một vị và tất cả, không trừ ra vị nào. *Nguyện thứ hai*: Mãi mãi hộ trì giáo pháp của chư Phật. *Nguyện thứ ba*: Có mặt khi mỗi Đức Phật xuất hiện, dù bất cứ ở đâu hay bất cứ lúc nào. *Nguyện thứ tư*: Thực hành Bồ Tát hạnh là rộng lớn vô lượng, vô tận, vượt khỏi mọi ô nhiễm, và mở rộng các ba la mật hay đức hạnh toàn hảo đến tất cả chúng sanh. *Nguyện thứ năm*: Đưa chúng sanh bằng những lời lẽ dễ hiểu nhất để đến với giáo lý của chư Phật khiến họ có thể tìm thấy chỗ an trú tối hậu trong trí tuệ của các bậc toàn trí. *Nguyện thứ sáu*: Có một nhận thức tự nội về vũ trụ rộng rãi và vô tận trong tất cả các mọi khía cạnh phức tạp của nó. *Nguyện thứ bảy*: Thể hội mối tương quan hỗ tương xâm nhập chặt chẽ của một và tất cả, của tất cả và một, và làm cho mọi quốc độ của chúng sanh thanh khiết như một quốc độ của Phật. *Nguyện thứ tám*: Kết hợp với hết thầy chư Bồ Tát trong sự nhất thể của ý định, trở nên thân thiết với phẩm chất, sự hiểu biết và điều kiện tâm linh của chư Như Lai, khiến cho vị Bồ tát có thể nhập vào mọi giới chúng sanh mà thành tựu Đại Thừa, là giáo pháp vượt khỏi mọi tư nghi. *Nguyện thứ chín*: Xoay bánh xe bất thối chuyển mà từ đó thực hiện công việc phổ độ của mình bằng cách tự làm cho mình giống như vị đại y sư hay như viên ngọc Mani. *Nguyện thứ mười*: Thể chứng sự chứng ngộ tối thượng trong mọi thế giới bằng cách vượt qua các Bồ Tát địa và thành tựu các nguyện ước của mọi chúng sanh bằng một tiếng nói, và trong khi tỏ hiện mình ở trong Niết Bàn, vẫn không ngừng thực hiện các mục đích của quả vị Bồ Tát.

Chương Bốn Mười Chín

Bồ Tát Thừa và Nhị Thừa Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già

I. Tổng Quan Về Bồ Tát Và Nhị Thừa:

Bồ Tát Thừa là một trong ngũ thừa dạy tu hành theo Lục độ Ba la mật để tự giác và giác tha (nhị lợi: tự lợi lợi tha). Mục đích chính là cứu độ chúng sanh và thành Phật quả. Vì mục đích của Bồ Tát thừa là đạt tới Phật tánh tối thượng, nên Bồ Tát Thừa cũng còn được gọi là Phật Thừa hay Như Lai Thừa. Ai cũng biết rằng Tam Giới như nhà lửa, không phải là chỗ yên ổn, song chẳng ai muốn rời khỏi Tam Giới. Mặc dầu biết rằng ở trong Tam Giới muôn phần thống khổ, nhưng ai cũng lưu luyến, chẳng muốn xa lìa. Chúng sanh sống một cách thần nhiên trong nhà lửa Tam Giới, chẳng lo âu sợ hãi; ngược lại, còn cho là vui vẻ sung sướng nữa là khác. Chư Phật và chư Bồ Tát vì thương xót chúng sanh nên hết lòng dạy dỗ khiến cho ai nấy đều biết đường ngay nẻo phải mà quay về. Tiếc thay, chúng sanh không biết được tâm niệm của chư Phật và chư Bồ Tát nên nghe mà như không hiểu, nhìn mà như không thấy, xem lời giảng của quý ngài như gió thoảng qua tai, chứ chẳng để tâm ghi nhớ, vẫn cứ sống say chết mộng, giống như cái thầy ma biết đi hay cái bị thịt biết nói vậy. Miệng nói tu đạo nhưng thân ý cứ tạo nghiệp, và không biết tìm cầu con đường giác ngộ. Chính vì vậy mà Đức Phật đã thiết định nhiều phương pháp cứu độ khác hẳn nhau nhằm lợi lạc cho chúng sanh u mê lầm lạc. Kỳ thật, Phật giáo chỉ có một thừa duy nhất là Phật thừa mà thôi.

Theo Đại Trí Độ Luận, chữ Bodhi có nghĩa là con đường hành đạo của chư Phật, chữ sattva là bản chất của thiện pháp. Bồ Tát là vị có tâm cứu giúp tất cả chúng sanh vượt qua dòng sông sanh diệt. Theo lối dịch cũ, Bồ Tát là một vị Đại Đạo Tâm Chúng Sanh. Theo lối dịch mới, Bồ Tát là một bậc Đại Giác Hữu Tình. Bồ Tát là bậc tầm cầu sự giác ngộ tối thượng, không phải chỉ cho chính mình mà cho tất cả chúng sanh. Bồ Tát còn là người tu theo Đại Thừa, xuất gia hay tại gia, thượng cầu đại giác, hạ hóa chúng sanh (tự giác, giác tha). Bồ Tát là chúng sanh tu hành và xem lục độ Ba La Mật như là phương cách cứu độ và giác ngộ. Mục đích của Bồ Tát là cứu độ chúng sanh. Bốn bản

chất vô lượng của Bồ Tát là Từ vô lượng, Bi vô lượng, Hỷ vô lượng và Xả vô lượng. Một người, hoặc Tăng Ni, hay Phật tử tại gia đạt quả vị Niết bàn trong cương vị một Thanh văn, hay Duyên giác, nhưng vì lòng đại bi thương xót chúng sanh, nên không vào Niết bàn mà tiếp tục đi trong Ta Bà để cứu độ chúng sanh. Trong lòng của Bồ Tát luôn có Bồ Đề Tâm và nguyện lực. Bồ Đề tâm bao gồm trí tuệ siêu việt là lòng đại bi. Nguyện lực là sự quyết tâm kiên định để cứu thoát tất cả chúng sanh. Theo trường phái Đại Thừa, Bồ Tát từ chối nhập Niết Bàn cho đến khi nào thực hiện xong lời nguyện là cứu độ hết thấy chúng sanh. Ngoài ra, Bồ Tát còn xem hết thấy chúng sanh như chính mình nên không nỡ ăn thịt. Bồ Tát là một chúng sanh đã có sẵn bản chất hoặc tiềm năng của trí tuệ siêu việt hoặc chánh giác tối thượng, là bậc đang đi trên con đường đạt tới trí tuệ siêu việt. Bồ Tát là một chúng sanh có khả năng thành Phật. Với sự tự tại, trí tuệ và từ bi, Bồ Tát biểu thị một thời kỳ cao của Phật quả, nhưng chưa phải là một vị Phật toàn giác. Sự nghiệp tu hành của bậc Bồ Tát kéo dài nhiều đời nhiều kiếp, mỗi đời Ngài đều thực hành lục độ và thập địa để cầu đắc quả chánh giác tối hậu, đồng thời lấy sự phấn đấu vĩ đại và tâm kiên nhẫn phi thường và không ngừng tự hy sinh để mưu cầu sự tốt đẹp cho tất cả chúng sanh. Bồ Tát là người đã giác ngộ, tự hiến đời mình trợ giúp người khác đạt giải thoát. Với sự tự tại, trí huệ và từ bi, Bồ Tát biểu thị một giai đoạn cao của Phật quả nhưng chưa phải là một vị Phật giác ngộ vô thượng viên mãn hoàn toàn.

Theo Phật giáo thì chứng đắc từ phàm lên Thánh chỉ là sự chứng đắc những cấp độ khác nhau trong tâm thức. Điểm khác biệt giữa bậc giác ngộ và chúng sanh mê lầm được Đức Phật vạch ra trên cơ sở cấp độ tương ứng của tâm thức. Một người có tâm thức buông thả phóng túng và chưa được chế ngự thì luôn ở trong trạng thái khổ đau phiền não; ngược lại, những ai có tâm thức tuân giữ giới luật và thuần thực thì luôn ở trong trạng thái an lạc tuyệt đối của Niết Bàn. Ngoài ra, theo Phật giáo Đại Thừa, bất kỳ ai đạt tới sự chứng ngộ trực giác về ‘tánh không’ hay về bản chất tối hậu của thực tại là một vị thánh; và bất cứ ai chưa đạt được sự chứng ngộ này đều được gọi là phàm nhân. Đời sống của phàm phu luôn đắm chìm trong luyến ái. Ngay cả những người đã vượt qua được dục lạc và luyến chấp với các đối tượng của nhận thức trực tiếp và các cảm xúc lý tính, nhưng vẫn còn bám víu vào sự an lạc của nội tâm, hay trạng thái tĩnh lặng của tâm, cũng được xem

là phàm phu. Nói tóm lại, Phật giáo tin rằng khi chúng ta còn luyến chấp vào bất cứ thứ gì, dầu cho đây là sự luyến chấp vi tế nhất hướng đến sự tĩnh lặng dẫn đến vô sắc giới, chúng ta vẫn bị xem như là phàm phu.

Trong khi Bồ Tát có Thập Địa thì Thanh Văn cũng có Thập Địa, Thanh Văn và Duyên Giác cũng đều có Thập Địa. Bồ Tát Thập Địa bao gồm Càn Huệ Địa, Tánh địa, Nhập nhơn địa (Nhẫn địa), Kiến địa, Bạc địa, Ly dục địa, Dĩ biện địa, Bích Chi Phật địa, Bồ Tát địa, và Phật địa. Mười địa vị của Thanh Văn Thừa bao gồm thọ Tam Quy địa: Trong giai đoạn này, hành giả bắt đầu bằng cách thọ tam quy ngũ giới; tín địa (giai đoạn tin tưởng hay cội rễ tin tưởng); tín pháp địa (giai đoạn tín thọ Tứ Thánh Đế); nội phàm phu địa (giai đoạn tu tập ngũ đình tâm quán); học tín giải địa (giai đoạn Văn Tư Tu); nhập nhơn địa (nhẫn địa, giai đoạn thấy được chân lý); dự lưu địa (Tu Đà Hườn); nhập lưu địa (giai đoạn Nhập lưu và chắc chắn được đạo quả Niết bàn); nhất lai địa (Tư Đà Hàm, chỉ còn tái sanh một lần nữa mà thôi); bất lai địa (A Na Hàm, không còn tái sanh nữa); và A La Hán địa (vô sanh). Bên cạnh đó, còn có mười địa vị Duyên Giác Thừa: Khổ Hạnh cụ túc địa (giai đoạn tu hành khổ hạnh), tự giác thậm thâm thập nhị nhơn duyên địa (giai đoạn tu tập và thông hiểu mười hai nhơn duyên), Giác Liễu Tứ Thánh đế địa (giai đoạn tu tập Tứ Thánh đế), thậm thâm Lợi trí địa (giai đoạn trí huệ phát triển thâm hậu), Bát Thánh Đạo địa (giai đoạn tu tập Bát Thánh đạo), Giác Liễu Pháp Giới (Tam Pháp Giới) địa (giai đoạn liễu pháp trong tam giới), chứng tịch diệt địa (giai đoạn Niết bàn), lục thông địa (giai đoạn đạt được lục thông), Triệt Hòa Mật địa (giai đoạn đi đến trực giác), và Tập Khí Tiệm Bạc địa (giai đoạn chế ngự những ảnh hưởng còn lại của thói quen trong quá khứ).

II. Bồ Tát Thừa và Nhị Thừa Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già:

Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nhắc Mahamati về sự khác biệt giữa Bồ tát và hàng Nhị Thừa như sau: “Này Mahamati, sự khác biệt giữa Bồ Tát và hàng Nhị Thừa như sau: Nhị Thừa không thể tiến qua địa thứ sáu và tại đó chư vị nhập Niết Bàn. Trong khi vị Bồ Tát ở địa thứ bảy, đi qua một kinh nghiệm tâm linh hoàn toàn mới, được gọi là anabhogacarya và có thể được dịch là một đời sống vô mục đích hay vô công dụng. Nhưng được hộ trì bởi thần lực chư Phật là cái năng lực nhập vào các đại nguyện mà vị Bồ Tát thiết lập đầu tiên khi ngài mới

khởi đầu sự nghiệp của ngài và giờ đây ngài thiết định nhiều phương pháp cứu độ khác hẳn nhau nhằm lợi lạc cho chúng sanh u mê lầm lạc của ngài. Từ quan điểm tuyệt đối về chân lý tối hậu mà vị Bồ Tát đạt được, thì không có sự tiến bộ của tâm linh như thế trong đời sống của ngài, vì ở đây quả thực không có tầng bậc, không có sự thăng tiến tương tục mà riêng chân lý là không có tướng trạng và tách ly hoàn toàn với sự phân biệt.

Hai Mươi Sự Khác Biệt Giữa Bồ Tát Và Nhị Thừa Theo Quan Điểm Kinh Lăng Già: Theo Thiên Luận của Thiên Sư D.T. Suzuki, tập III, có hai mươi sự khác biệt giữa Thanh Văn và Bồ Tát. *Thứ nhất*, vì phước giữa Thanh Văn và Bồ Tát không đồng. *Thứ nhì*, vì Thanh Văn đã không thấy, đã không tự mình tu tập các công đức của Phật. *Thứ ba*, vì Thanh Văn không chứng thực quan niệm rằng vũ trụ đầy đủ các quốc độ của Phật trong mười phương thế giới, mỗi quốc độ đều có một hoạt cảnh vi diệu của hết thảy chư Phật. *Thứ tư*, vì Thanh Văn không ca ngợi những thị hiện kỳ diệu được diễn xuất bởi chư Phật. *Thứ năm*, vì Thanh Văn không khởi tâm mong cầu Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác có thể chứng đắc ngay giữa luân hồi. *Thứ sáu*, vì Thanh Văn không khuyến dẫn kẻ khác ôm ấp lòng mong cầu Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác. *Thứ bảy*, vì Thanh Văn không thể kế tục gia nghiệp Như Lai. *Thứ tám*, vì Thanh Văn không bảo hộ hết thảy chúng sanh. *Thứ chín*, vì Thanh Văn không khuyên kẻ khác thực thi các Ba La Mật của Bồ Tát. *Thứ mười*, vì khi còn lăn lộn trong vòng sống chết Thanh Văn đã không khuyến dụ kẻ khác tìm cầu con mắt trí tuệ tối thắng. *Thứ mười một*, vì Thanh Văn đã không tu tập tất cả phước nghiệp để làm nảy sinh nhất thiết trí. *Thứ mười hai*, vì Thanh Văn không hoàn thành tất cả phước nghiệp để thành tựu Phật Quả. *Thứ mười ba*, vì Thanh Văn không làm tăng trưởng quốc độ của Phật bằng cách tìm cầu trí tuệ biến hóa. *Thứ mười bốn*, vì Thanh Văn không thâm nhập cảnh giới được quán sát với con mắt Phật. *Thứ mười lăm*, vì Thanh Văn đã không tìm cầu phước nghiệp để làm nảy sinh sở kiến vô tỷ vượt ngoài thế giới này. *Thứ mười sáu*, vì Thanh Văn không phát nguyện thiết lập Bồ Tát Đạo. *Thứ mười bảy*, vì Thanh Văn không tùy thuận với tất cả những gì phát xuất từ năng lực gia trì của Phật. *Thứ mười tám*, vì Thanh Văn không nhận biết rằng tất cả các pháp là như huyễn và Bồ Tát như mộng. *Thứ mười chín*, vì Thanh Văn không đạt được những hoan hỷ phần khởi của Bồ Tát. *Thứ hai mươi*, vì Thanh

Văn không chứng được tất cả trạng thái tâm linh kể trên, trong con mắt trí tuệ của Phổ Hiền mà hàng Thanh Văn Duyên Giác coi như xa lạ.

Chương Năm Mười

Hương Thiền Trong Kinh Lăng Già

Kinh Lăng Già là giáo thuyết triết học được Đức Phật Thích Ca Mâu Ni thuyết trên núi Lăng Già ở Tích Lan. Có lẽ kinh này được soạn lại vào thế kỷ thứ tư hay thứ năm sau Tây Lịch. Kinh nhấn mạnh về tám thức, Như Lai Tạng và “tiệm ngộ,” qua những tiến bộ từ từ trong thiền định; điểm chính trong kinh này coi kinh điển là sự chỉ bày như tay chỉ; tuy nhiên đối tượng thật chỉ đạt được qua thiền định mà thôi. Trong số những kinh điển được du nhập vào Trung Hoa từ đầu kỷ nguyên tây lịch, Lăng Già là bộ kinh thù thắng nhất trực tiếp hiển thị yếu môn Thiền, ít ra trong thời đại của Tổ Bồ Đề Đạt Ma. Theo Thiền sư D.T. Suzuki trong bộ Thiền Luận, Tập I, những đặc điểm trong Kinh Lăng Già khiến cho nó khác với những kinh văn Đại Thừa khác: thứ nhất, chủ đề nêu lên không được khai triển theo bố cục thông thường như ở hầu hết các bộ kinh khác, mà toàn bộ là một loạt ghi chú dài ngắn khác nhau; thứ nhì, kinh không đưa ra một phép lạ nào, mà chỉ gồm những tư tưởng triết và đạo thâm áo liên quan đến chủ đề của bộ kinh, rất khó lãnh hội, vì cách phô diễn quá súc tích, và đề tài quá bí ẩn; thứ ba, kinh trình bày theo lối đối thoại diễn ra giữa đức Phật và Bồ Tát Đại Huệ, khác với hầu hết các bộ kinh Đại Thừa khác thường có nhiều nhân vật chánh hơn, ngoài đức Phật ra không kể, là người chủ trì đứng lên lần lượt nói Pháp với từng vị một; cuối cùng, kinh không có thần chú hay đà la ni nào cả, những thứ thường được tin là linh ứng. Những điểm đặc thù này đủ tạo cho bộ kinh Lăng Già một chỗ đứng độc đáo giữa toàn bộ văn học Đại Thừa. Thiền, theo tin tưởng của các bậc Thiền đức, không dựa vào uy tín của bất cứ sự tướng nào; cả đến kinh điển, hoạt tất cả trước tác khác, thường được coi là thánh giáo, do chính miệng Phật nói ra, vẫn không được ưu đãi gì hơn, như ta đã thấy, vì coi như không can hệ gì đến sự Thiền chứng. Bởi vậy, Thiền chỉ quy vào cuộc đối thoại uyên áo giữa đức Phật và tôn giả Ca Diếp và câu chuyện 'Niêm Hoa'. Nhưng Bồ Đề Đạt Ma, vị tổ khai sáng Thiền Đông Độ, đã trao kinh Lăng Già cho người đệ tử Trung Hoa đầu tiên là Huệ Khả, coi đó là bản văn duy nhất đương thời ở Trung Hoa dạy về pháp Thiền. Bởi lẽ Thiền tuyệt đối chủ trương trực ngộ đặt làm cứu cánh

nên rất có thể Thiền không cần biết đến bất cứ tài liệu viết nào coi như hoàn toàn không liên quan đến chân lý; và y chỉ vào đó, các Thiền đức không mấy quan tâm đến việc học kinh Lăng Già. Tuy nhiên, để chứng minh vị trí của kinh Lăng Già trong Thiền cho những ai chưa hiểu về Thiền và khao khát cái tu tập về tâm tông, chúng ta có thể viện dẫn một vài tư tưởng trong kinh Lăng Già xem như phù hợp với chân lý Thiền. Đó là lý do tổ Bồ Đề Đạt Ma chọn bộ kinh này giữa vô số những bộ kinh khác. Kinh Lăng Già có tổng cộng bốn bản dịch ra Hán tự, nay còn lưu lại ba bản. Bản dịch đầu tiên do Ngài Pháp Hộ Đàm Ma La sát dịch giữa những năm 412 và 433, nay đã thất truyền; bản thứ nhì do ngài Cầu Na Bạt Đà La dịch vào năm 443, gọi là Lăng Già A Bạt Đa La Bảo Kinh, gồm 4 quyển, còn gọi là Tứ Quyển Lăng Già; bản thứ ba do Ngài Bồ Đề Lưu Chi dịch sang Hán tự vào năm 513, gồm 10 quyển, gọi là Nhập Lăng Già Kinh; bản thứ tư do Ngài Thực Xoa Nan Đà dịch vào những năm 700 đến 704 đời Đường, gọi là Đại Thừa Nhập Lăng Già Kinh, gồm 7 quyển, nên còn gọi là Thất Quyển Lăng Già. Đây là một trong những bộ kinh mà hai trường phái Du Già và Thiền tông lấy làm giáo thuyết căn bản. Kỳ thật bộ kinh này được Tổ Bồ Đề Đạt Ma chấp thuận như là bộ giáo điển được nhà Thiền thừa nhận. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã tiên đoán rằng, “về sau này tại miền nam Ấn Độ sẽ xuất hiện một vị đại sư đạo cao đức trọng tên là Long Thọ. Vị này sẽ đạt đến sơ địa Bồ Tát và vãng sanh Cực Lạc.”

Kinh Lăng Già nhấn mạnh rằng thiền tập không phải là nỗ lực phân tích và suy diễn. Kinh Lăng Già là một trong những văn bản Thiền luôn nhấn mạnh đến tầm quan trọng của "Cảnh giới Thánh Trí tự chứng," nghĩa là cái trạng thái trong đó Thánh trí tự thể hiện lấy bản tánh nội tại của nó. Sự tự chứng này lập nên chân lý của Thiền, chân lý ấy là giải thoát và tự do tự tại. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng Thiền tập không phải là những nỗ lực phân tích và suy diễn. Lưỡi gươm phân tích và suy diễn ở đây không có chỗ đứng. Khi chúng ta nấu nướng chúng ta cần phải theo dõi lò lửa bên dưới cái nồi. Khi những tia nắng của mặt trời chiếu rọi xuống tuyết, tuyết sẽ tan chảy. Khi một con gà mái ấp trứng, những con gà con sẽ từ từ thành hình cho đến khi chúng sẵn sàng mổ bể cái vỏ bên ngoài để chui ra. Đó là những hình ảnh có thể được đem ra làm thí dụ cho tác dụng của thiền tập. Thiền tông cho rằng sự giải thoát không thể tìm thấy trong việc

ngiên cứu kinh sách. Tuy nhiên, điều này không có nghĩa là Thiền tông không học tập kinh sách Phật. Trái lại, những giáo thuyết của họ dùng đến rất nhiều trích dẫn từ kinh điển như Kinh Kim Cang và Kinh Lăng Già. Thiền là một trong những phương cách điều hòa thân và tâm tốt nhất. Điều thân tức là làm cho thân không loạn động. Điều tâm là làm cho tâm không khởi lên vọng tưởng, mà thường thường thanh tịnh. Hễ tâm thanh tịnh thì tận hư không và khắp cả pháp giới, mọi thứ đều nằm trong tự tánh. Tự tánh bao hàm mọi thứ, dung nạp mọi thứ, và chính nó là Phật tánh xưa nay của mình. Vì vậy môn đồ của Thiền tông tin chắc rằng việc nghiên cứu kinh sách chỉ đóng một vai trò thứ yếu so với sự đòi hỏi nơi công phu thiền định và chứng ngộ.

Hành giả tu thiền nên luôn nhớ lời Phật dạy về hai loại Vô Ngã chính trong kinh Lăng Già. Đó là nhân vô ngã và pháp vô ngã. *Thứ nhất là Nhân Vô Ngã*: Nhân Vô Ngã nói về con người không có sự thường hằng của cái ngã. *Thứ nhì là Pháp Vô Ngã*: Pháp Vô Ngã nói về vạn hữu không có thực ngã, không có tự tính, không độc lập. Cái ý niệm cho rằng không có tự tính hay ngã tạo nên tính đặc thù của mỗi sự vật được những người theo Phật Giáo Đại Thừa khẳng định là đặc biệt của họ chứ không phải của Tiểu Thừa. Ý niệm này thật tự nhiên vì ý niệm về “không tính” là một trong những đặc điểm nổi bật nhất của Đại Thừa, nên thật là tự nhiên khi các học giả Đại Thừa đặt “Pháp Vô Ngã” ở một vị trí nổi bật trong triết học của họ. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Khi một vị Bồ Tát Ma ha tát nhận ra rằng tất cả các pháp đều thoát ngoài tâm, mặt na, ý thức, ngũ pháp, và ba tự tính, thì vị ấy được gọi là hiểu rõ thực nghĩa của “Pháp Vô Ngã.”

Theo kinh Lăng Già và trường phái Duy Thức, có ba loại tự tánh trong vạn hữu. *Thứ nhất là Biến Kế Cháp Tánh*: Vì quên lãng và thành kiến nên chúng ta thường phủ lên thực tại một lớp cố chấp, vì vậy thực tại bị mang màu sắc “Biến Kế Cháp.” Biến Kế Cháp là cái thấy sai lầm về thực tại, cho rằng thực tại là những thực thể tách biệt, những cái ngã, nguyên nhân của sự phân biệt, kỳ thị, giận hờn. Để đối trị Biến Kế Cháp, hành giả nên quán niệm tự tánh Y Tha Khởi, tức là sự tương duyên của vạn hữu trong quá trình sinh diệt. *Thứ nhì là Y Tha Khởi Tánh*: Y Tha Khởi cần được sử dụng như một dụng cụ quán chiếu chứ không được nhận thức như một triết thuyết. Cố chấp vào Y Tha Khởi như một hệ thống khái niệm thì sẽ bị mắc kẹt. Quán chiếu Y Tha Khởi là để thực chứng thực tại, để thể nhập thực tại chứ không phải là

để bị kẹt vào Y Tha Khởi, cũng như chiếc bè được dùng để qua sông, chứ không phải để vác trên vai. Ngón tay chỉ trắng không phải là mặt trắng. *Thứ ba là Viên Thành Thực Tánh:* Viên Thành Thực Tánh là một từ được dùng để chỉ thực tại khi thực tại đã được thoát khỏi màn Biến Kế Chấp. Viên Thành Thực Tánh có nghĩa là thực tại là thực tại, nó siêu việt khái niệm; bất cứ khái niệm nào cũng không miêu tả được thực tại, dù cho đó là ý niệm Y Tha Khởi. Để chắc chắn hơn, Duy Thức Học đề ra Tam Vô Tánh hầu dung hòa với Tam Tự Tánh, và để người học Duy Thức không bị mắc kẹt vào Tam Tự Tánh. Tam Vô Tánh là tinh túy của giáo lý Phật Giáo Đại Thừa.

Đức Phật cũng dạy về ba trạng thái tâm trong kinh Lăng Già. Tâm cảnh hay tâm thân (trạng thái tâm). Một đối tượng vật thể có gây phiền toái hay không thường thường tùy thuộc vào trạng thái tâm hơn là vào chính đối tượng đó. Nếu chúng ta cho rằng nó là phiền toái, thì nó phiền toái. Nếu chúng ta không cho rằng nó phiền toái thì nó không phiền toái. Tất cả đều tùy thuộc vào trạng thái tâm. Thí dụ như đôi khi trong thiền quán chúng ta bị tiếng động quấy nhiễu. Nếu chúng ta nương theo và mắc kẹt vào chúng, chúng sẽ quấy rối thiền quán của chúng ta. Tuy nhiên, nếu chúng ta dứt bỏ chúng khỏi tâm của chúng ta ngay khi chúng vừa mới khởi lên, thì chúng sẽ không tạo sự quấy nhiễu. Nếu chúng ta luôn đòi hỏi một cái gì đó từ cuộc sống, thì chúng ta sẽ không bao giờ thỏa mãn. Nhưng nếu chúng ta chấp nhận cuộc đời là cái mà chúng ta đang là hay đang có, thì chúng ta sẽ luôn biết đủ. Có người tìm hạnh phúc trong vật chất; người khác lại cho rằng có thể có hạnh phúc mà không cần đến vật chất. Tại sao lại như vậy? Bởi vì hạnh phúc là một trạng thái của tâm, không thể đo được bằng số lượng tài sản. Nếu chúng ta biết đủ với những gì chúng ta đang là hay đang có, thì chúng ta sẽ luôn có hạnh phúc. Ngược lại nếu chúng ta không hài lòng với những gì chúng ta đang là hay đang có, thì bất hạnh luôn ngự trị trong ta. Tham dục không có đáy, vì dù đổ vào bao nhiêu thì tham dục vẫn luôn trống rỗng. Kinh Tứ Thập Nhị Chương dạy: “Một kẻ đầy tham dục dù sống trên trời cũng không thấy đủ; một người đã lìa tham dục dù phải ở dưới đất vẫn thấy hạnh phúc.” Theo kinh Lăng Già, có ba loại tâm thức. Thứ nhất là Như Lai tạng, hay tự tính thanh tịnh không uế nhiễm, hay thức A Lại Da, hay thức thứ tám. Thứ nhì là Hiện Thức, hay Tạng Thức hay chân tâm cùng với vô minh hòa hợp mà sinh ra pháp nhiễm, tịnh, xấu tốt. Thứ ba là Phân Biệt Sự Thức, hay

chuyển thức, do thức với cảnh tướng bên ngoài làm duyên hiện lên mà phát sinh từ ngũ quan (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân).

Trong kinh Lăng Già, đức Phật dạy về cách thể chứng cái Như Như của chân lý. Theo kinh Lăng Già, hành giả tu thiền phải cố gắng thể chứng cho bằng được cái như như của chân lý. Sự thể chứng này còn được gọi là Duyên Chân Như Thiền hay Như Như Thực Pháp Thiền. Đây là thiền định dựa vào như như, thiền định thứ ba trong tứ thiền định được mô tả trong Kinh Lăng Già. Đối tượng của sự tu tập là thể chứng cái như như của chân lý bằng cách giữ các tư tưởng vượt lên trên cái nhị biên của hữu và phi hữu, và cũng vượt lên trên hai ý niệm về vô ngã. Theo Kinh Lăng Già, Đức Phật nhấn mạnh vào sự đạt tự nội cái chân lý mà hết thấy các Đức Như Lai trong quá khứ, hiện tại và vị lai thể chứng, chứ không phải là ngữ ngôn văn tự. Cảnh giới của Như Lai tạng vốn là A Lại Da Thức thì thuộc về chư Bồ Tát Ma Ha Tát theo đuổi chân lý chứ không thuộc các triết gia chấp vào văn tự, học hành và suy diễn suông.

Trong kinh Lăng Già, đức Phật còn chỉ cho hành giả về cảnh giới Như Lai Thánh trí Tự Giác. Chủ đề của Kinh Lăng Già là khai thác nội dung của "Ngộ", nghĩa là cảnh giới tự giác của đức Phật, và cũng là chân lý tối thượng của Phật giáo Đại Thừa. Kinh chủ trương A Lại Da là chỗ chứa tất cả những hạt giống nghiệp; tuy nhiên, điều này thật sự không phải là trung tâm tư tưởng của bộ kinh, mà đó chỉ là mượn sự dễ hiểu, nhằm minh giải "Thánh Trí Tự Giác của chư Phật". Theo Kinh Lăng Già, khi vua Dạ Xoa La Bà Na nhờ Bồ Tát Đại Huệ thỉnh Phật khai thị "Cảnh Giới Như Lai Thánh Trí Tự Giác", đức Phật bèn hóa sơn cung điện của nhà vua thành vô số ngọn núi bằng ngọc ngà châu báu, và trang nghiêm lộng lẫy nhất như cung điện vua trời, trên mỗi ngọn núi có Phật nói kinh, trước mỗi vị Phật nói kinh đều có quỷ vương cùng quyến thuộc nghe kinh, như thế, ở khắp nước trong mười phương thế giới, trong mỗi nước có Như Lai hiện ra, trước Như Lai lại có quỷ vương, quyến thuộc, cung điện, vườn cảnh, tất cả đều được trang trí y hệt như tại núi Lăng Già. Ngoài ra, trong mỗi pháp hội còn có Bồ Tát Đại Huệ thỉnh Phật nói về "cảnh giới Như Lai tự giác"; rồi khi Phật nói xong thời pháp bằng trăm ngàn diệu âm thời đột nhiên toàn thể cảnh trước mắt tan mất, và Phật cùng chư Bồ Tát và đoàn tùy tùng cũng biến mất luôn, còn lại giữa cung điện cũ chỉ có quỷ vương La Bà Na trơ trọi một mình. Bấy giờ nhà vua lại nghĩ như vậy "Người hỏi là ai?

Người nghe là ai? Cảnh hiện trước mắt là gì? Mộng chăng? Ảo chăng?" Rồi vua La Bà Na cũng tự đáp: "Tất cả đều như vậy hết, toàn do tâm tạo ra. Vì tâm có phân biệt vọng tưởng nên có muôn vật. Nếu trong tâm không phân biệt thì ngoài muôn vật hiện toàn chân." Nghĩ đến đây, nhà vua nghe rền khắp, trên không trung, và cả cung điện, tiếng nói: "Đúng vậy, Đại Vương, đúng vậy! Đại Vương, hãy theo đó mà hành trì!" Không phải chỉ riêng kinh Lăng Già ghi chép những phép lạ vượt ra ngoài tất cả điều kiện tương đối về không gian thời gian, cũng như về nhân sự, cả vật chất và tinh thần, mà phần lớn văn học Đại Thừa đều có nhiều giai thoại như vậy. Bên cạnh đó, văn học Nguyên Thủy cũng không thua kém gì trong khi văn học này không những chỉ nói đến "Tam Minh" của Phật, biết quá khứ, vị lai và giải thoát hiện tại, mà còn nói Phật đã làm ba phép lạ, là phép biến hóa, phép giáo hóa và phép thị hiện. Tuy nhiên, xét cho kỹ ra những phép lạ ấy được mô tả trong các kinh điển đều có mục đích là trang nghiêm hóa và thần tượng hóa nhân cách của đức Phật mà thôi.

Kinh Lăng Già cũng đặc biệt nhấn mạnh đến năm pháp quan trọng trong Thiền tập. Theo Thiền Sư Suzuki trong Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, có năm pháp là Tướng, Danh, Phân Biệt, Chánh Trí, và Như Như. Những ai muốn đạt tới tinh thần của Đức Như Lai thì cần phải biết năm pháp này, những người tầm thường thì không biết chúng, vì không biết chúng nên thường phán đoán sai lầm và trở nên chấp trước vào những hình tướng bên ngoài. *Thứ nhất là Danh hay tên gọi các tướng hay hiện tượng:* Danh không phải là những cái gì thực, chúng chỉ là tượng trưng giả lập, chúng không đáng kể để cho người ta chấp vào như là những thực tính. Phàm phu cứ trôi lăn theo dòng chảy của những cấu trúc không thực mà lúc nào cũng nghĩ rằng quả thực là có những thứ như "tôi" và "của tôi." Họ cứ nắm chắc lấy những đối tượng giả tưởng này, từ đó mà họ tôn giữ tham lam, sân hận và si mê, tất cả đều che lấp ánh sáng của trí tuệ. Các phiền não này dẫn họ đến các hành động mà những hành động này cứ tái diễn, tiếp tục dệt cái kén cho chính tác nhân. Tác nhân này giờ đây được giam giữ một cách an toàn trong cái kén ấy và không thể thoát ra khỏi sợi chỉ rối ren của các phán đoán sai lầm. Anh ta trôi dạt dờ trên biển luân hồi sanh tử, và như con tàu vô chủ, anh ta phải trôi theo các dòng nước biển ấy. Anh lại còn được ví như bánh xe kéo nước, cứ luôn quay tròn trên cùng một cái trục mà thôi. Anh không bao giờ vươn lên hay phát triển, anh vẫn

chính là anh chàng xưa cũ khờ khạo, mù quáng mò mẫm và phạm tội ấy. Do bởi si muối, anh không thể thấy được rằng tất cả các sự vật đều như huyền thuật, ảo ảnh hay bóng trắng trong nước. Do bởi si muối, anh không thể thoát ra khỏi ý niệm hư ngụy về ngã thể hay tự tính về “tôi” và “của tôi,” về “chủ thể” và “đối tượng,” về “sinh trụ dị diệt.” Anh không thể hiểu được rằng tất cả những thứ này đều là những sáng tạo của tâm và bị diễn dịch sai lầm. Vì lý do ấy mà cuối cùng anh trở nên tôn giữ những khái niệm như đấng Tự Tại, Thời Gian, Nguyên Tử, và Thăng Giã, để rồi trở nên dính chặt trong các hình tướng mà không thể nào thoát ra được bánh xe vô minh. *Thứ nhì là Tướng hay các pháp hữu vi hay hiện tượng:* Tướng nghĩa là các tính chất thuộc đối tượng cảm quan như mắt, mũi, vân vân. *Thứ ba là Phân biệt (Vọng tướng):* Phân biệt là sự đặt tên cho tất cả các đối tượng và tính chất này mà phân biệt cái này khác với cái kia. Tâm phàm phu phân biệt tướng và hiện tượng, chủ quan lẫn khách quan, vì thế mà bảo rằng cái này là như thế này chứ không phải như thế kia. Từ đó chúng ta có những tên gọi như voi, ngựa, bánh xe, người hầu, đàn bà, đàn ông, từ đó mà phân biệt xảy ra. *Thứ tư là Chánh trí:* Trí huệ chân chánh thấy rõ những lỗi lầm của sự phân biệt của phàm phu. Chánh trí bao gồm hiểu đúng bản chất của Danh và Tướng như là sự xác nhận và quyết định lẫn nhau. Chánh trí là ở chỗ nhìn thấy cái tâm không bị dao động bởi các đối tượng bên ngoài, ở chỗ không bị mang đi xa bởi nhị biên như đoạn diệt hay thường hằng, và ở chỗ không bị rơi vào trạng thái của Thanh Văn hay Duyên Giác, hay luận điệu của các triết gia. *Thứ năm là Chân như (Như như):* Chân như do chánh trí mà thấy được. Khi thế giới của Danh và Tướng được nhìn bằng con mắt của Chánh Trí thì người ta có thể hội được rằng phải biết Danh và Tướng không phải là phi hiện hữu, cũng không phải là hiện hữu. Chúng vốn vượt trên cái nhị biên về khẳng định và bác bỏ, và rằng tâm trụ trong một trạng thái yên tĩnh tuyệt đối, không bị Danh và Tướng làm sai lạc. Được như thế là đạt được trạng thái Như Như (tathata) và vì trong hoàn cảnh này không ảnh hưởng nào nổi lên nên vị Bồ Tát thể nghiệm an lạc.

Cuối cùng, hương thiền trong kinh Lăng Già lúc nào cũng được tìm thấy trong bát thức. Theo Phật giáo, hôn thần là tên gọi khác của tâm thức. Tiểu Thừa lập ra sáu thức, Đại Thừa lập ra tám thức này đối với nhục thể gọi là “hôn thần,” mà ngoại đạo gọi là “linh hồn”. Thức là tên gọi khác của tâm. Thức có nghĩa là liễu biệt, phân biệt, hiểu rõ.

Tâm phân biệt hiểu rõ được cảnh thì gọi là thức. Theo Phật giáo, “Tánh” tức là “Phật.” “Thức” tức là “Thần Thức”, “Ý” tức là “Tâm Phân Biệt”, và “Tâm” tức là sự suy nghĩ vọng tưởng. Bản tánh thì lúc nào cũng quang minh sáng suốt, không có bĩ, không có thử, không đẹp, không xấu; không rơi vào số lượng hay phân biệt... Nhưng khi có “Thức” rồi thì con người lại bị rơi vào số lượng và phân biệt. “Ý” cũng tạo nên sự phân biệt, và đây chính là thức thứ sáu. Đây là thức tương đối ô nhiễm. Trong khi thức thứ bảy và thức thứ tám thì tương đối thanh tịnh hơn. Có tám loại thức: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, mặt na, và a lại da thức. Về mặt cơ bản mà nói, thức không phải có tám loại dù nó có tám tên gọi. Thức chỉ là một nhưng lại có tám bộ phận khác nhau. Dầu có tám bộ phận khác nhau nhưng vẫn do chỉ một thức kiểm soát. Khi nói đến “Thức” người ta thường lầm tưởng đến đây chỉ là phần ý thức, phần tinh thần mà theo tâm lý học Phật giáo gọi là thức thứ sáu. Kỳ thật, thức là chức năng của tâm. Có sáu thức căn bản, trong đó thức thứ sáu là ý thức. Tâm lý học Phật giáo dựa trên quá trình nhận thức từ sáu năng lực nhận thức: thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, và suy nghĩ. Mỗi năng lực liên quan đến một giác quan cùng với một thức nhận biết hoạt động đặc biệt tương ứng với giác quan đó. Thức thứ sáu hay ý thức, không phải là tâm, nó là chức năng của tâm, nó không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng nó lệ thuộc vào sự tương tục của “Tâm”, Ý thức nhận biết tất cả sáu đối tượng (sắc, thanh, hương, vị, xúc, và hiện tượng) cả trong quá khứ, hiện tại và vị lai, rồi chuyển giao tất cả tin tức cho Mặt Na thức để nó chuyển giao cho Tàng Thức lưu trữ. Chúng ta hãy thử quan sát thân tâm để xem trong hai thứ đó chúng ta có thể tìm thấy được cái “Ta” nó nằm ở đâu, và chúng ta thấy cái “Ta” nó chẳng ở thân mà cũng chẳng ở tâm. Như vậy cái “Ta” chỉ là tên gọi của một tổng hợp những yếu tố vật chất và tinh thần. Hãy xét về sắc uẩn, sắc tương ứng với cái mà chúng ta gọi là vật chất hay yếu tố vật chất. Nó chẳng những là xác thân mà chúng ta đang có, mà còn là tất cả những vật chất chung quanh chúng ta như nhà cửa, đất đai, rừng núi, biển cả, vân vân. Tuy nhiên, yếu tố vật chất tự nó không đủ tạo nên sự nhận biết. Sự tiếp xúc đơn giản giữa mắt và đối tượng nhìn thấy, hay giữa tai và tiếng động không thể đem lại kết quả nhận biết nếu không có thức. Chỉ khi nào ý thức, năm giác quan và năm đối tượng của nó cùng hiện diện mới tạo nên sự nhận biết. Nói cách khác, khi mắt, đối tượng của mắt, và ý thức cùng hoạt động thì sự nhận biết về đối tượng của mắt

mới được tạo nên. Vì vậy, ý thức là yếu tố tối cần thiết trong việc tạo nên sự nhận biết. Thức tức là thức thứ sáu hay tâm. Giác quan này phối hợp với năm giác quan mắt, tai, mũi, lưỡi, và thân để tạo nên sự nhận biết. Việc phối hợp giữa những yếu tố vật chất và tinh thần tạo nên sự thành hình ý thức nội tâm, và tính chất của năm uẩn này đều ở trong trạng thái thay đổi không ngừng. Ngoài ra, chúng ta còn có thức thứ bảy, hay Mạt Na Thức, có công năng chuyển tiếp tất cả tin tức từ ý thức qua A Lại Da Thức; và A Lại Da Thức có công năng như một Tầng Thức hay nơi lưu trữ tất cả tin tức.

Kinh Lăng Già chỉ ra cách tu tập Bát Thức cho hành giả. Mạt Na Thức và năm tâm thức tập hợp lại với nhau như các triết gia đã vạch ra. Hệ thống năm căn thức này phân biệt cái gì thiện với cái gì không thiện. Mạt Na Thức phối hợp với năm căn thức thủ chấp các hình sắc và tướng trạng trong khía cạnh đa phức của chúng; và không có lúc nào ngưng hoạt động cả. Điều này ta gọi là đặc tính sát na chuyển (tạm bợ của các thức). Toàn bộ hệ thống các thức này bị khuấy động không ngừng và vào mọi lúc giống như sóng của biển lớn. *Thứ nhất là Nhãn thức:* Nhiệm vụ của nhãn thức là nhận biết hình dáng. Không có nhãn thức, chúng ta sẽ không nhìn thấy gì cả; tuy nhiên nhãn thức lại tùy thuộc vào nhãn căn. Khi nhãn căn gặp một hình dạng thì nhãn thức liền phát sanh. Nếu Nhãn căn không gặp hình dáng thì nhãn thức không bao giờ phát sinh (một người bị mù không có nhãn căn, như vậy nhãn thức không bao giờ phát sinh). Người tu tập nên luôn thấu triệt điểm tối yếu này để thực tập sao cho hạn chế nhãn căn tiếp xúc với hình sắc, để làm giảm thiểu sự khởi dậy của nhãn thức. Phật nhắc nhở chúng đệ tử của Ngài rằng, phương pháp duy nhất để giảm thiểu sự khởi dậy của nhãn thức là thiền định. *Thứ nhì là Nhĩ thức:* Nhiệm vụ của Nhĩ thức là nhận biết âm thanh; tuy nhiên, nhĩ thức tùy thuộc nơi nhĩ căn. Khi nhĩ căn và âm thanh gặp nhau, nhĩ thức liền phát sanh (nơi người điếc thì nhĩ căn và âm thanh không bao giờ gặp nhau, nên nhĩ thức không bao giờ khởi sanh). Hành giả nên luôn nhớ như vậy để tu tập thiền định mà đóng bớt nhĩ căn. *Thứ ba là Tỷ thức:* Tỷ thức phát triển trên những điều kiện của khứu giác. Tỷ thức tùy thuộc hoàn toàn nơi tỷ căn. Nơi một người mất khả năng khứu giác, thì khứu giác và mùi vị không bao giờ gặp nhau, do đó tỷ thức không khởi sanh. Người tu Phật phải cố gắng đóng bớt tỷ căn. *Thứ tư là Thiệt thức:* Thiệt thức phát sinh liền khi thiệt căn tiếp xúc với một vị nào đó, lúc ấy chúng ta

mới kinh qua phân biệt giữa vị này với vị khác, cũng từ đó dục vọng khởi sinh. *Thứ năm là Thân thức:* Không nên hiểu chỉ là sự xúc chạm vật lý suông vào một vật thể hay thân. Xúc còn phải được hiểu như là một yếu tố tinh thần. Thân thức phát triển khi điều kiện nổi bật trong đó thân tiếp xúc với đối tượng bên ngoài. Thân căn nằm khắp các nơi trong cơ thể. Ở đây vị Tỳ Kheo, thân xúc chạm, không có hoan hỷ, không có ưu phiền, an trú xả, chánh niệm, tỉnh giác. *Thứ sáu là Ý thức:* Sự suy nghĩ phối hợp với các căn. Ý thức hay thức của trí thông minh không phải là tâm, nó là sự vận hành của tâm. Tâm chúng sanh là một cơn xoáy không ngừng xoay chuyển, trong đó những hoạt động của tâm không bao giờ ngừng nghỉ theo bốn tiến trình sanh, trụ, di, diệt. Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Chức năng của mạt na thức theo giả thiết là suy nghĩ về mạt na, như nhãn thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mạt na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mạt na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chính vì thế mà trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mạt na thức phân biệt sai lầm. Vì mạt na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mạt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mạt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mạt na và mạt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ-citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mạt na thức.” *Thứ bảy là Mạt-Na thức (Ý căn):*

Mạt Na Thức hay thức thứ bảy trong bát thức. Phạn ngữ chỉ “tri giác.” Trong Phật giáo người ta gọi nó là “Ý Căn” vì nó có khả năng làm cho con người trở thành một sinh vật có trí khôn và đạo đức. Mạt Na thường được nghĩ tương đương với “tâm” hay “thức.” Nó được rút ra từ gốc chữ Phạn “Man” có nghĩa là “suy nghĩ hay tưởng tượng,” và nó liên hệ tới sinh hoạt tri thức của “thức.” Đây là lý trí tạo ra mọi hư vọng. Nó chính là nguyên nhân gây ra bản ngã (tạo ra hư vọng về một cái “tôi” chủ thể đứng tách rời với thế giới khách thể). Mạt Na Thức cũng tác động như là cơ quan chuyển vận “hạt giống” hay “chủng tử” của các kinh nghiệm giác quan đến thức thứ tám (hay tàng thức). Mạt na thức được diễn tả như là một cái biển trong đó những dòng chảy tư tưởng cứ dâng trào lên không ngừng nghỉ. Nó là thức chuyển tiếp tất cả những tin tức từ ý thức qua A lại da thức. Mạt Na Thức và năm tâm thức tập hợp lại với nhau như các triết gia đã vạch ra. Theo Kinh Lăng Già, hệ thống năm căn thức này phân biệt cái gì thiện với cái gì không thiện. Mạt Na Thức phối hợp với năm căn thức thủ chấp các hình sắc và tướng trạng trong khía cạnh đa phức của chúng; và không có lúc nào ngưng hoạt động cả. Điều này ta gọi là đặc tính sát na chuyển (tạm bợ của các thức). Toàn bộ hệ thống các thức này bị khuấy động không ngừng và vào mọi lúc giống như sóng của biển lớn. Mạt-Na thức hay Ý căn là sự suy nghĩ phối hợp với các căn. Ý thức hay thức của trí thông minh không phải là tâm, nó là sự vận hành của tâm. Tâm chúng sanh là một cơn xoáy không ngừng xoay chuyển, trong đó những hoạt động của tâm không bao giờ ngừng nghỉ theo bốn tiến trình sanh, trụ, di, diệt. Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Cái nhân tố phân biệt này nằm bên trong hệ thống các thức và được gọi là mạt na. Mạt Na hoạt động như một trạm đầu tập tất cả những hoạt động của sáu thức kia. Mạt Na chính là thức thứ bảy trong tám thức, có nghĩa là “Tư Lưỡng.” Nó là Ý thức hay những hoạt động của Ý Căn, nhưng tự nó cũng có nghĩa là “tâm.” Những cơn sóng làm gợn mặt biển A Lại Da thức khi cái nguyên lý của đặc thù gọi là vishaya hay cảnh giới thổi vào trên đó như gió. Những cơn sóng được khởi đầu như thế là thế giới của những

đặc thù này đây trong đó tri thức phân biệt, tình cảm chấp thủ, và phiền não, dục vọng đấu tranh để được hiện hữu và được sự tối thắng. Cái nhân tố phân biệt này nằm bên trong hệ thống các thức và được gọi là mạt na (manas); thực ra, chính là khi mạt na khởi sự vận hành thì một hệ thống các thức hiển lộ ra. Do đó mà các thức được gọi là “cái thức phân biệt các đối tượng” (sự phân biệt thức-vastu-prativikalpa-vijnana). Chức năng của Mạt na chủ yếu là suy nghĩ về A Lại Da, sáng tạo và phân biệt chủ thể và đối tượng từ cái nhất thể thuần túy của A Lại Da. Tập khí tích tập trong A Lại Da giờ đây bị phân ra thành cái nhị biên tính của tất cả các hình thức và tất cả các loại. Điều này được so sánh với đa phức của sóng quấy động biển A Lại Da. Mạt na là một tinh linh xấu theo một nghĩa và là một tinh linh tốt theo nghĩa khác, vì sự phân biệt tự nó không phải là xấu, không nhất thiết luôn luôn là sự phán đoán lầm lạc hay hư vọng phân biệt (abhuta-parikalpa) hay lý luận sai trái (hý luận quấy ác-prapanca-daushtulya). Nhưng nó trở thành nguồn gốc của tai họa lớn lao khi nó tạo ra những khát vọng được đặt căn bản trên những phán đoán lầm lạc, như là khi nó tin vào cái thực tính của một ngã thể rồi trở nên chấp vào ngã thể mà cho rằng đấy là chân lý tối hậu. Vì mạt na không những chỉ là cái tri thức phân biệt mà còn là một nhân tố ước vọng và do đó là một tác giả. Chức năng của Mạt na chủ yếu là suy nghĩ về A Lại Da, sáng tạo và phân biệt chủ thể và đối tượng từ cái nhất thể thuần túy của A Lại Da. Tập khí tích tập trong A Lại Da giờ đây bị phân ra thành cái nhị biên tính của tất cả các hình thức và tất cả các loại. Điều này được so sánh với đa phức của sóng quấy động biển A Lại Da. Mạt na là một tinh linh xấu theo một nghĩa và là một tinh linh tốt theo nghĩa khác, vì sự phân biệt tự nó không phải là xấu, không nhất thiết luôn luôn là sự phán đoán lầm lạc hay hư vọng phân biệt (abhuta-parikalpa) hay lý luận sai trái (hý luận quá ác. Nhưng nó trở thành nguồn gốc của tai họa lớn lao khi nó tạo ra những khát vọng được đặt căn bản trên những phán đoán lầm lạc, như là khi nó tin vào cái thực tính của một ngã thể rồi trở nên chấp vào ngã thể mà cho rằng đấy là chân lý tối hậu. Vì mạt na không những chỉ là cái tri thức phân biệt mà còn là một nhân tố ước vọng và do đó là một tác giả. Công phu thiền quán của liễu biệt cảnh thức có thể xóa được những nhận định sai lạc của mạt na. Mạt na thức cũng được phát hiện từ A Lại Da Thức. Nó là một thứ trực giác, trực giác về sự có mặt của một bản ngã tồn tại và độc lập với thế giới vạn hữu.

Trực giác này có tính cách tập quán và mê muội. Tính mê vọng của nó được cấu thành bởi liễu biệt cảnh thức, nhưng nó lại trở thành căn bản cho liễu biệt cảnh thức. Đối tượng của loại tuệ giác này là một mảnh vụn biến hình của A lại da mà nó cho là cái ta, trong đó có linh hồn và thân xác. Đối tượng của nó không bao giờ là tánh cảnh mà chỉ là đối chất cảnh. Vừa là nhận thức về ngã, mặt na được xem như là chướng ngại căn bản cho sự thể nhập thực tại. Công phu thiền quán của liễu biệt cảnh thức có thể xóa được những nhận định sai lạc của mặt na. Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mặt na thức phân biệt sai lầm. Chức năng của mặt na thức theo giả thiết là suy nghĩ về mặt na, như nhãn thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mặt na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mặt na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chính vì thế mà trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mặt na thức phân biệt sai lầm. Vì mặt na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mặt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mặt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mặt na và mặt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ-citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mặt na thức.” *Thứ tám là A Lại Da thức (Tàng thức)*: A Lại Da là thức căn bản, thức thứ tám trong Bát Thức, còn gọi là Tàng Thức. Tàng thức nơi chứa đựng tất cả chủng tử của các thức, từ đây tương ứng với các nhân duyên, các hạt giống đặc biệt lại được thức Mặt Na chuyển vận đến sáu thức kia, kết thành hành động mới đến lượt các hành động này lại sản xuất ra các hạt giống khác. Quá trình này có tính cách đồng thời và bất tận. A Lại da còn được gọi là “Hiển Thức”, chứa đựng mọi chủng tử thiện ác, hiển hiện được hết

thấy mọi cảnh giới. Chữ “Alaya” có nghĩa là cái nhà nơi mà tất cả những gì có giá trị cho chúng ta dùng được tàng trữ và cũng là nơi cư ngụ của chúng ta. Thức A Lại Da, cũng còn được gọi là “Tàng Thức,” hay là “thức thứ tám,” hay là “tàng nghiệp.” Tất cả mọi nghiệp đã lập thành trong quá khứ hay đang được lập thành trong hiện tại đều được tàng trữ trong A Lại Da Thức này. Giáo điển dạy Tâm Lý Học, về tám thức (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý, Mạt na và A Lại Da). Những thức này giúp chúng sanh phân biệt phải trái. Tuy nhiên, chúng sanh con người có một cái thức thâm sâu gọi là A Lại Da Thức, là chủ thể chính của sự luân hồi sanh tử, và bị các thức khác hiểu lầm đó là một linh hồn hay một cái ngã trường cửu. Chính tại A Lại Da Thức này những ấn tượng hay kinh nghiệm của hành động được tàng trữ dưới hình thức những ‘chủng tử’ và chính những chủng tử này làm nảy nở những kinh nghiệm sắp tới tùy theo hoàn cảnh của từng cá nhân. Theo Bồ Tát Mã Minh trong Đại Thừa Khởi Tín Luận và Nhiếp Luận Tông, A Lại Da thức là nơi hòa hợp chân vọng. Khi nó trở nên thanh tịnh và không còn ô nhiễm, nó chính là “Chân Như.” A Lại Da có nghĩa là chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Này Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân này mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’” Chức năng của A Lại Da Thức là nhìn vào chính nó trong đó tất cả tập khí (vasana) từ thời vô thủy được giữ lại theo một cách vượt ngoài tri thức (bất tư nghi-acintya) và sẵn sàng chuyển biến (parinama), nhưng nó không có hoạt năng trong tự nó, nó không bao giờ hoạt động, nó chỉ nhận thức, theo ý nghĩa này thì nó giống như một tấm kiếng; nó lại giống như biển, hoàn toàn phẳng lặng không có sóng xao động sự yên tĩnh của nó; và nó thanh tịnh không bị ô nhiễm, nghĩa là nó thoát khỏi cái nhị biên của chủ thể và đối tượng. Vì nó là cái hành động nhận thức đơn thuần, chưa có sự khác biệt giữa người biết và cái được biết. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, khi vạn vật phản chiếu trong tâm trí ta, thì thế lực phân biệt hay tưởng tượng của tâm ta sẽ sẵn sàng hoạt động ngay. Đây gọi là “thức” (vijñana). Chính vì thức kết hợp với tất cả yếu tố phản chiếu, tàng chứa chúng, nên được gọi là A Lại Da Thức hay “thức tạng.” Tạng thức chính nó là sự hiện hữu của

tập hợp nhân quả và những tâm sở thanh tịnh hoặc nhiễm ô, được tập hợp hay lẫn lộn với chúng theo tương quan nhân quả. Khi tạng thức bắt đầu hoạt động và bước xuống thế giới thường nhật này, thì chúng ta có hiện hữu đa dạng vốn chỉ là thế giới tưởng tượng. Tạng thức, vốn là chủng tử thức, là trung tâm ý thức; và thế giới do thức biểu hiện là môi trường của nó. Chỉ có ở nơi sự giác ngộ viên mãn của Phật, thức thanh tịnh mới bừng chiếu lên. Tịnh thức này có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tưởng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thật, tức Viên Thành Thập tách (parinirvana). Sau khi đạt đến đó, chủng tử tạng, tức là thức, sẽ biến mất và cuối cùng đưa đến trạng thái nơi mà chủ thể và đối tượng không còn phân biệt. Đây là vô phân biệt trí (avikalpa-vijnana). Trạng thái tối hậu là Vô Trụ Niết Bàn (apratiṣṭhita-nirvana) nghĩa là sự thành tựu tự do hoàn toàn, không còn bị ràng buộc ở nơi nào nữa. A Lại Da cũng được gọi là Tạng Thức vì nó là nơi mà tất cả những hành động được sản sinh ra. Cái tâm thứ biến hiện chư cảnh thành tám thức. A-Lại Da hay thức thứ tám được gọi là “Sơ Năng Biến” vì các thức khác đều từ đó mà ra. Một khái niệm về giáo thuyết đặc biệt quan trọng với trường phái Duy Giã. Thuật ngữ này có khi được các học giả Tây phương dịch là “Tàng Thức,” vì nó là cái kho chứa, nơi mà tất cả những hành động được sản sinh ra. Tàng thức cất giữ những gì được chứa vào nó cho đến khi có hoàn cảnh thích hợp cho chúng hiện ra. Những dịch giả Tây Tạng lại dịch nó là “Căn bản của tất cả” vì nó làm nền tảng cho mọi hiện tượng trong vòng sanh tử và Niết Bàn. Qua thiền tập và tham dự vào những thiện nghiệp, người ta từ từ thay thế những chủng tử phiền não bằng những chủng tử thanh tịnh; một khi người ta thanh tịnh hóa một cách toàn diện A Lại Da, thì đó được coi như là “Tịnh Thức.” A Lại Da có nghĩa là cái tâm cất chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. A Lại Da tàng thức (đệ bát thức). Ý thức căn bản về mọi tồn tại hay ý thức di truyền, nơi những hạt giống karma lọt vào và gây ra hoạt động tâm thần.

Nói tóm lại, kinh Lăng Già chỉ ra cách tu tập Bát Thức cho hành giả. Mạt Na Thức và năm tâm thức tập hợp lại với nhau như các triết gia đã vạch ra. Hệ thống năm căn thức này phân biệt cái gì thiện với cái gì không thiện. Mạt Na Thức phối hợp với năm căn thức thủ chấp các hình sắc và tướng trạng trong khía cạnh đa phức của chúng; và

không có lúc nào ngừng hoạt động cả. Điều này ta gọi là đặc tính sát na chuyển (tạm bợ của các thức). Toàn bộ hệ thống các thức này bị quấy động không ngừng và vào mọi lúc giống như sóng của biển lớn. Tâm chúng sanh là một cơn xoáy không ngừng xoay chuyển, trong đó những hoạt động của tâm không bao giờ ngừng nghỉ theo bốn tiến trình sanh, trụ, dị, diệt. Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Chức năng của mạt na thức theo giả thiết là suy nghĩ về mạt na, như nhãn thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mạt na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mạt na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chính vì thế mà trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mạt na thức phân biệt sai lầm. Vì mạt na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mạt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mạt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mạt na và mạt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ-citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mạt na thức.” Mạt na là một tinh linh xấu theo một nghĩa và là một tinh linh tốt theo nghĩa khác, vì sự phân biệt tự nó không phải là xấu, không nhất thiết luôn luôn là sự phán đoán lầm lạc hay hư vọng phân biệt (abhuta-parikalpa) hay lý luận sai trái (hý luận quá ác. Nhưng nó trở thành nguồn gốc của tai họa lớn lao khi nó tạo ra những khát vọng được đặt căn bản trên những phán đoán lầm lạc, như là khi nó tin vào cái thực tính của một ngã thể rồi trở nên chấp vào ngã

thể mà cho rằng đấy là chân lý tối hậu. Vì mạt na không những chỉ là cái tri thức phân biệt mà còn là một nhân tố ước vọng và do đó là một tác giả. Công phu thiền quán của liễu biệt cảnh thức có thể xóa được những nhận định sai lạc của mạt na.

Tài Liệu Tham Khảo

References

- 1) The Art of Zen, Stephen Addiss, NY, U.S.A., 1989.
- 2) Bích Nham Lục, Thiền Sư Viên Ngộ, dịch giả, Thích Thanh Từ, 1995.
- 3) The Blue Cliff Record, translated into English by Thomas Cleary & J.C. Cleary, Boston Massachusetts, U.S.A., 1977.
- 4) Book Of Serenity, Thomas Cleary, Boston, Massachusetts, U.S.A., 1988.
- 5) Bồ Đề Đạt Ma Quán Tâm Pháp, Việt dịch Minh Thiện, 1972.
- 6) The Brightened Mind, Ajahn Sumano Bhikkhu, India, 2011.
- 7) The Buddha's Ancient Path, Piyadassi Thera, 1964.
- 8) The Buddha And His Teaching, Ernest K.S. Hunt, 1992.
- 9) In the Buddha's Words, Bhikkhu Bodhi, Somerville, MA, U.S.A., 2005.
- 10) Buddhism In China, Kenneth K. S. Ch'en, Princeton, New Jersey, U.S.A., 1964.
- 11) Buddhism Is Not What You Think, Steve Hagen, New York, U.S.A., 1999.
- 12) A Buddhist Bible, Rebert Aitken, Boston, Massachusetts, U.S.A., 1938.
- 13) Buddhist Dictionary, Thiện Phúc, Minh Đăng Quang, Westminster, CA, U.S.A., 2005.
- 14) Buddhist Meditation, Edward Conze, 1956.
- 15) The Buddhist Teaching Of Totality, Garma C.C. Chang, New Delhi, 1992.
- 16) Calm and Insight, Bhikkhu Khantipalo, 1981.
- 17) Calming The Mind, Gen Lamrimpa, 1992.
- 18) Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, dịch giả Dương Thanh Khái, Vĩnhlong, VN, 2012.
- 19) Cao Tăng Triều Tiên, Giác Huấn, Việt dịch Thích Nguyên Lộc, NXB Phương Đông, VN, 2012.
- 20) The Central Philosophy of Buddhism, T.R.V. Murti, London, England, 1960.
- 21) The Chan Handbook, Ven. Master Hua, Ukiah, CA, U.S.A., 2004.
- 22) A Concise Dictionary Of Buddhism & Zen, Ingrid Fischer-Schreiber & Michael Diener, translated by Michael H. Kohn, Boston, U.S.A., 1991.
- 23) The Connected Discourses of the Buddha, translated from Pali by Bhikkhu Bodhi, 2000.
- 24) Duy Ma Cật Sở Thuyết Kinh, Hòa Thượng Thích Huệ Hưng, 1951.
- 25) Duy Thức Học, Thích Thắng Hoan, San Jose, CA, U.S.A., 1998.
- 26) The Diamond Sutra and The Sutra Of Hui-Neng, A.F. Price and Wong Mou-Lam, 1947.
- 27) The Diary Of A Meditation Practitioner, Dr. Jane Hamilton Merrit, U.S.A., 1960.
- 28) The Dictionary of Zen, Ernest Wood, NY, U.S.A., 1962.
- 29) Dictionary of Zen & Buddhist Terms, Thiện Phúc, Vietnamese Oversea Buddhism, Anaheim, CA, U.S.A., 2016.
- 30) The English-Chinese Dictionary, Lu Gusun, Shanghai, China, 1994.
- 31) Essays In Zen Buddhism, First Series, Daisetz Teitaro Suzuki, London, England, 1927.
- 32) Essays In Zen Buddhism, Second Series, Daisetz Teitaro Suzuki, London, England, 1933.
- 33) Essays In Zen Buddhism, Third Series, Daisetz Teitaro Suzuki, London, England, 1934.
- 34) The Flower Ornament Scripture, Shambhala: 1987.
- 35) Foundations of T'ien-T'ai Philosophy, Paul L. Swanson, U.S.A., 1951.
- 36) The Holy Teaching of Vimalakirti, Robert A.F. Thurman: 1976.
- 37) Hua-Yen Buddhism: The Jewel Net of Indra, Francis H. Cook, NY, U.S.A., 1977.
- 38) An Index to the Lankavatara Sutra, D.T. Suzuki, New Delhi, India, 2000.
- 39) An Introduction to Zen Buddhism, D.T. Suzuki, 1934.
- 40) In the Light of Meditation, Mike George, NY, U.S.A., 2004.
- 42) Lịch Sử Thiền Học, Ibuki Atsushi, dịch giả Tàn Mộng Tử, NXB Phương Đông, VN, 2001.
- 43) Linguistic Approach to Buddhism Thought, Genjun H. Sasaki, Delhi 1986.

- 44) The Long Discourses of the Buddha, translated from the Pali by Maurice Walshe, 1987.
- 45) A Manual of Abhidharma, Most Venerable Narada, Kuala Lumpur, 1956.
- 46) The Middle Length Discourses of the Buddha, translated from the Pali by Bhikkhu Nanamoli, edited and revised by Bhikkhu Bodhi, 1995.
- 47) Nagarjuna's Philosophy, K. Venkata Ramanan, Delhi 1975.
- 48) Ngũ Đẳng Hội Nguyên, Trung Quốc Phật Giáo Điển Trước Tuyển Tập, Bắc Kinh, 2002.
- 49) Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, D.T. Suzuki, Việt dịch Thích Chơn Thiện & Trần Tuấn Mẫn, GHPGVN Ban Giáo Dục Tăng Ni, 1992.
- 50) Original Teachings of Ch'an Buddhism, Chang Chung-Yuan, Pantheon Books, NY, U.S.A., 1969.
- 51) Pháp Bảo Đàn Kinh, Dương Thanh Khái, Vinhlòng, VN, 2007.
- 52) Pháp Bửu Đàn Kinh, Hòa Thượng Thích Từ Quang, 1942.
- 53) Phật Pháp Căn Bản (Việt-Anh)—Basic Buddhist Doctrines, 08 volumes, Thiện Phúc, USA, 2009.
- 54) Studies in Ch'an and Hua-Yen, Robert M. Gimello and Peter N. Gregory, Honolulu, 1983.
- 55) Kinh Thủ Lăng Nghiêm, Minh Tâm Lê Đình Thám: 1961.
- 56) Tập A Hàm, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
- 57) Tăng Chi Bộ, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1996.
- 58) Thiền Luận, 3 vols, D.T. Suzuki, dịch giả Trúc Thiên, 1926.
- 59) Thủ Lăng Nghiêm Kinh, Hòa Thượng Bích Liên, Hòa Thượng Như Phước, Hòa Thượng Từ Quang, 1957.
- 60) Thủ Lăng Nghiêm Kinh, Trí Độ và Tuệ Quang, 1964.
- 61) Tổ Sư Bồ Đề Đạt Ma, H.T. Tuyên Hóa, Burlingame, CA, U.S.A., 1983.
- 62) Trung A Hàm Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
- 63) Trung Bộ Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
- 64) Trường A Hàm Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
- 65) Trường Bộ Kinh, Hòa Thượng Thích Minh Châu: 1991.
- 66) Trường Bộ Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
- 67) Từ Điển Phật Học Anh-Việt—English-Vietnamese Buddhist Dictionary, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 2007.
- 68) Từ Điển Phật Học Việt-Anh—Vietnamese-English Buddhist Dictionary, 6 volumes, Thiện Phúc, USA, 2005.
- 69) Từ Điển Thiền & Thuật Ngữ Phật Giáo Việt-Anh Anh-Việt—Vietnamese-English English-Vietnamese Dictionary of Zen & Buddhist Terms, 12 volumes, Thiện Phúc, USA, 2016.
- 70) Tương Ưng Bộ Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
- 71) Zen Buddhism: A History India and China, Heinrich Dumoulin, World Wisdom, Indiana, U.S.A., 2005.
- 72) Zen Buddhism: A History Japan, Heinrich Dumoulin, Mcmillan Publishing, NY, U.S.A., 1990.
- 73) Zen Buddhism and Psychoanalysis, D.T. Suzuki and Richard De Martino, 1960.
- 74) Zen's Chinese Heritage, Andy Ferguson: 2000.
- 75) Zen Dictionary, Ernest Wood, NY, U.S.A., 1957.
- 76) The Zen Doctrine of No Mind, D.T. Suzuki, 1949.
- 77) Zen and Japanese Culture, Daisetz Teitaro Suzuki, Bollingen Foundation Inc., NY, U.S.A., 1959.
- 78) Zen Training of the Zen Buddhist Monk, D.T. Suzuki, Cosimo Classic, NY, U.S.A., 2007.