

Đi đến một kết luận

Nguyên bản: Coming to a Conclusion

Tác giả: Đức Đạt Lai Lạt Ma

Chuyển ngữ: Tuệ Uyên



*Thực tại được biết chắc sau này
Của những gì trước đây được tưởng tượng bởi vô minh*

-Tràng Hoa Quý Báu – LONG THỌ ĐẠI SĨ-

Vào giữa thế kỷ thứ mười bảy, Đức Đạt Lai Lạt Ma đã nhấn mạnh tầm quan trọng như thế nào để việc phân tích không trở thành một bài học thuộc lòng như vẹt mà phải là sống động. Khi chúng ta tìm kiếm cho một “cái tôi” tồn tại cụ thể như vậy mà không thể tìm kiếm được nó hoặc là cùng giống hay khác biệt với tâm thức và thân thể, điều thiết yếu là phải tìm kiếm cùng khắp; bằng cách đi chúng ta sẽ không cảm thấy tác động của việc không tìm thấy nó. Đức Đạt Lai Lạt Ma đã viết:

Cái khiếu thức của sự không khám phá ra chỉ là sự lập lại nghèo nàn của mệnh đề “không tìm thấy.” Thí dụ, khi một con bò bị mất, người ta không chỉ chấp nhận như thật sự bởi một lời tuyên bố, “Nó không ở trong một vùng như thế như thế.” Đúng hơn bằng sự tìm kiếm nó khắp mọi nơi trên vùng đất cao, trong vùng trung du, và ở vùng đất thấp, rồi thì chúng ta mới đi đến kết luận chắc chắn rằng nó không thể tìm thấy nó được. Ở đây cũng thế, qua sự thiên quán cho đến khi mà đi đến một kết luận, chúng ta đạt được một niềm tin.

Một khi chúng ta dần thân trong sự phân tích qua cách này, chúng ta sẽ bắt đầu nghi ngờ về cái cảm giác mạnh mẽ của của một “cái tôi” tự cấu thành mà trước đây dường như hiện hữu vô cùng rõ ràng. Chúng ta dần dần bắt đầu nghĩ, “Aha! Trước đây điều này dường như vô cùng chân thật, nhưng có lẽ nó không thật sự như thế.” Rồi thì, khi chúng ta phân tích nhiều hơn nữa, chúng ta sẽ trở nên chắc chắn hơn (không chỉ một cách giả tạo mà từ trong sâu thẳm) rằng một “cái tôi” như vậy hoàn toàn không tồn tại. Chúng ta sẽ vượt khỏi cái giới hạn của ngôn ngữ và đạt đến sự chắc chắn về điều ấy, mặc dù nó xuất hiện thật cụ thể, nhưng nó không tồn tại trong cách ấy. Đây là ấn tượng trải rộng của sự phân tích: một quyết định từ trong tâm thức của chính chúng ta rằng “cái tôi” loại này thật sự không tồn tại.

Thông thường khi tôi sắp thuyết pháp cho một đám đông, tôi chú ý rằng đối với tâm thức của tôi, mỗi người trong thính chúng dường như hiện hữu riêng biệt tương ứng trên từng vị trí của chính họ qua năng lực của chính họ, hơn là tồn tại chỉ qua năng lực của tư tưởng, chỉ tồn tại một cách quy ước của thế gian. Tất cả họ dường như tồn tại trong một điều kiện rắn chắc cường điệu; đây là họ có vẻ như thế nào, họ xuất hiện như thế nào, họ lóe ra trong tâm thức tôi như thế nào. Nhưng nếu họ thật sự hiện hữu trong cách này, họ sẽ có thể tìm thấy được qua loại thẩm tra mà tôi vừa diễn tả, trái lại không thể tìm thấy họ được. Có một sự mâu thuẫn giữa việc họ xuất hiện như thế nào và họ thật sự tồn tại như thế nào. Do vậy, tôi đánh thức tâm thức tôi bất cứ điều gì tôi biết về vô ngã, phản chiếu, thí dụ, qua lời tuyên bố của Long Thọ Đại Sĩ trong Căn Bản Trung Quán Luận - “Tuệ Trí”, ở đây ngài đã thẩm tra Đức Phật có tồn tại một cách cố hữu hay không:

*Đức Phật không phải là phức hợp của tâm-thân ngài.
Ngài không khác hơn phức hợp thân-tâm ngài
Phức hợp tâm-thân không ở trong ngài; ngài không ở trong ấy.
Ngài không sở hữu nó. Đức Phật là gì ở đây?*

Long Thọ nêu Đức Phật như một thí dụ của biểu hiện vô ngã, của sự vắng mặt một con người tồn tại cố hữu (có tự tính). Trong cùng cách, chúng ta cần phản chiếu

trên sự vô ngã của chính chúng ta. Khi chúng ta áp dụng sự phản chiếu này đến chính tôi, tôi nghĩ:

*Thầy tu Tenzin Gyatso không không phải phức hợp thân- tâm của ông ta.
Ông không gì khác hơn là phức hợp thân-tâm của ông ta.
Phức hợp thân-tâm không phải ở trong ông; ông ta cũng không ở trong nó.
Ông không sở hữu nó. Tenzin Gyatso là gì ở đây?*

Tu sĩ Tenzin Gyatso không là gì trong phức hợp thân-tâm, từ đỉnh đầu cho đến gót chân. Khi tôi tìm ông đạo Tenzin Gyatso, không thể tìm ra điều gì – không phải là cái thấy, không phải là cái nghe, không phải là cái nghĩ, không phải cái nếm, không phải cái xúc chạm, và không phải cái suy tư; không phải ý thức lúc thức, không phải ý thức trong mộng, không phải ý thức ngủ sâu, và cuối cùng ngay cả không phải linh quang lúc lâm chung. Có bất điều gì ở đây là Tenzin Gyatso không? Không điều gì có thể tìm thấy là Tenzin Gyatso.

Cũng thế, không có điều gì bên ngoài phức hợp thân-tâm là Tenzin Gyatso. Thêm nữa, Tenzin Gyatso không tùy thuộc trên phức hợp thân-tâm như một thực thể riêng biệt, như một rừng cây trên tuyết; cũng thế, cả hai thứ ấy sẽ đòi hỏi Tenzin Gyatso và phức hợp thân-tâm hoàn toàn khác biệt, và điều ấy là không thể được. Cũng thế Tenzin Gyatso không sở hữu phức hợp thân-tâm, giống như con người sở hữu con bò, mà điều ấy đòi hỏi những thực thể khác biệt hoàn toàn, hay như một thân cây sở hữu cái lõi của nó, mà chúng sẽ là hoàn toàn giống nhau.

Thế thì Tenzin Gyatso là gì ở đây? Chắc chắn, không có điều gì có thể tìm thấy – không có một bộ phận nào của phức hợp thân-tâm, không lệ thuộc trên phức hợp thân-tâm như một thực thể riêng lẻ, không trong sự sở hữu của phức hợp thân-tâm, và không ngay cả sự tương tục của phức hợp thân-tâm. Rõ ràng rằng tự ngã chỉ đơn thuần được thiết lập trong sự lệ thuộc trên phức hợp của thân-tâm.

Sự phân tích này giữ quan điểm trong một sự đối lập với cung cách mà chúng ta thường suy nghĩ. Khi tôi nghĩ, “tôi là một tu sĩ”, có một sự xuất hiện trong tâm thức tôi về một thầy tu với sở hữu thân thể và tâm thức. Tất cả con người chúng ta, điều ấy là chắc chắn, nhưng khi chúng ta xác định chính chúng ta như một con người và khi chúng ta nhận dạng một người nào khác như một kẻ khác biệt ở đây, hai điều này xuất hiện hầu như một cách cụ thể. Tuy nhiên, khi chúng ta áp dụng sự phân tích để quyết định con người thật sự là gì – khi chúng ta phân tích con người này là một loại tâm thức và thân thể nào đây – chúng ta không bắt được bất cứ điều gì là cá nhân ấy. Cũng thế, không thể có điều gì đây hoàn toàn riêng biệt với thân thể và tâm thức là cá thể ấy. Đây là trường hợp, đây là hệ thống Phật

Giáo thậm thâm dạy chúng ta rằng một cá thể chỉ được thiết lập trong sự lệ thuộc trên thân thể và tâm thức.

Khi tôi sử dụng sự phân tích, tôi hiểu rằng những gì lúc khởi đầu dường như rõ ràng sờ mó được thì hoàn toàn không hiện hữu trong cách này. Con người xuất hiện để hiện hữu vô cùng quả quyết lại rõ ràng không thể tìm thấy. Điều này dường như hiện hữu trong tự chính nó được thấy phụ thuộc trên tư tưởng.

Phản chiếu trên điều này, khi tôi nhìn vào thính chúng, tôi thấy rằng tất cả hàng chục nghìn người đang nghĩ “tôi”, “tôi”, “tôi” trong một cách mà thực tế là sai lạc, đưa đẩy chính họ vào trong rắc rối. Nhìn họ trong cách này giúp cho tôi – và sẽ giúp quý vị - kêu gọi từ lòng yêu thương quan tâm cho chúng sinh bị vướng trong bẫy sập của nhận thức sai lầm. Đây là việc tôi thường bắt đầu những buổi thuyết giảng của tôi như thế nào.

Bằng việc thiền quán và trau dồi dần dần bốn bước này, chúng ta sẽ phát triển một năng lực để thẩm tra bất cứ điều gì và mọi thứ trong cách này – thấy sự xung đột của hiện tượng và thực tại, và sự lừa dối từ những chiều sâu mà con người và sự vật không hiện hữu trong cách mà chúng xuất hiện. Điều được hiểu bằng tâm thức hoàn toàn quả quyết như thế là việc vắng bóng sự tồn tại cố hữu của “cái tôi”, mặc dù chúng ta thường tin tưởng nó một cách rất mạnh mẽ. Chúng ta hoàn toàn thấu hiểu sự tồn tại cố hữu hoàn toàn không có. Tâm thức chúng ta trở nên hòa nhập trong tính không ấy.

Thiền Quán Phản Chiếu

Ôn tập lại bốn bước đối với nhận thức:

- 1- *Số không trên mục tiêu, sự xuất hiện của “cái tôi” giống như nó được thành lập trong tự nó và từ chính nó.*
- 2- *Quả quyết rằng nếu “cái tôi” tồn tại trong cùng cách dường như thế, nó phải hoặc là một với tâm thức và thân thể hay tách biệt khỏi tâm thức và thân thể.*
- 3- *Quán chiếu một cách hoàn toàn những rắc rối với “cái tôi” và phức hợp tâm-thân giống như vậy.*
 - a. *“Cái tôi” và thân-tâm sẽ phải là một hoàn toàn và trong mọi cách .*
 - b. *Thừa nhận rằng một “cái tôi” sẽ là vô nghĩa.*
 - c. *Sẽ không thể nghĩ về “thân thể tôi”, hay “cái đầu tôi” hay “tâm thức tôi”*
 - d. *Khi tâm thức và thân thể không tồn tại nữa, tự ngã cũng sẽ không tồn tại.*

- e. Vì thân thể và tâm thức là số nhiều, tự ngã một người cũng phải là số nhiều.
 - f. Vì “cái tôi” chỉ là một, thân thể và tâm thức cũng phải là một.
 - g. Giống như tâm thức và thân thể được sản sinh và tan rã, “cái tôi” được sản sinh một cách cố hữu và tan rã một cách cố hữu. Trong trường hợp này, không có những tác động toại ý của các hành động đạo đức cũng không có những ảnh hưởng đờn đau của các hành vi phi đạo đức sẽ sinh ra kết quả cho chúng ta, hay chúng ta sẽ trải nghiệm những ảnh hưởng của các hành vi mà chính chúng ta không phạm phải.
- 4- Quán chiếu một cách hoàn toàn những rắc rối của “cái tôi” và phức hợp thân-tâm hiện hữu khác biệt một cách cố hữu.
- a. “Cái tôi” và thân-tâm sẽ phải là hoàn toàn tách biệt.
 - b. Trong trường hợp ấy, “cái tôi” sẽ có thể được tìm thấy sau khi dẹp hết tâm thức và thân thể.
 - c. “Cái tôi” sẽ không có những đặc trưng của sản sinh, vĩnh cửu, và hư hoại, là điều vô lý.
 - d. “Cái tôi” một cách ngớ ngẩn sẽ phải chỉ là một điều bịa đặt của sự tưởng tượng hay thường còn.
 - e. Một cách phi lý, “cái tôi” sẽ không có bất cứ những đặc trưng vật chất và tinh thần.



Trích từ quyển How to see you as you really are

Bài liên hệ

[Đặt Nền Tảng Để Tuê Giác Sinh Trưởng](#)

[Khám phá cội nguồn của vấn đề](#)

[Thấu Hiểu Sự Thật Là Cần Thiết](#)

[Cảm nhận tác động của mối liên hệ hỗ tương](#)

[Đánh Giá Đúng Lý Duyên Khởi](#)

[Thấy mối liên hệ tương duyên của mọi hiện tượng](#)

[Đánh Giá Duyên Khởi Và Tánh Không](#)

[Tập trung tâm thức chúng ta](#)

[Hướng tâm thức chúng ta cho thiền tập](#)

[Thiền tập trên chính mình trước nhất](#)

[Nhân Ra Rằng Mình Không Thể Tồn Tại Trong Và Tự Chính Mình](#)

[Quyết định những sự lựa chọn](#)

[Phân tích tính chất đồng nhất](#)

[Phân tích sự khác biệt](#)