

*Copyright His Holiness the Dalai Lama 14
(Bản quyền thuộc về Thánh đức Dalai Lama thứ 14)*

*Quyền cho phép phổ biến Việt ngữ miễn phí với sự chuẩn thuận của
ngài Rajiv Mehrotra, đại diện Foundation For Universal Responsibility
of HH The Dalai Lama (www.furhhd.org)*

*Tuệ Uyển dịch Việt
Làng Đâu hiệu đính*

LỜI GIỚI THIỆU

Bài giảng *Tổng Quan Về Những Con Đường Của Phật Giáo Tây Tạng*, được đức Dalai Lama truyền dạy vào năm 1988 tại Luân-đôn, thủ đô nước Anh, nhằm giúp cho các Phật tử và các thiện tri thức có thêm một tầm nhìn rõ ràng và đầy đủ hơn về giáo pháp Mật thừa và các phương tiện tu học chính yếu của nó mà đạo hữu Tuệ Uyển, đã hoan hỷ vượt qua nhiều khó khăn về ngôn từ, chuyển dịch sang Việt ngữ nhằm cống hiến cho quý độc giả tài liệu vô cùng quan trọng này.

Tuy là một bài tổng quan, nội dung được đưa vào thật sâu sắc và bao quát trong hầu hết các lãnh vực từ các vấn đề chung về giai trình tu tập, về các truyền thừa, các hệ kinh điển mật điển quan trọng, các hình thức thực hành, tu tập, sự phân lớp bên trong các truyền thừa và mật điển cũng như những phần không thể thiếu về đặc điểm của một bậc đạo sư và phẩm chất của người học trò khi tu học cho đến những vấn đề tinh tế nhạy cảm như vai trò của nữ tu và vấn đề dùng tính dục làm phương tiện.

Với nội dung uyên bác phong phú như vậy, người đọc lần lượt tiếp nhận các tri kiến tương đối cụ thể mà qua đó có thể tự biết rằng căn cơ mình thích hợp đến mức độ nào và nếu quyết định tu tập Mật tông thì những đòi hỏi nào mà một hành giả muốn đi trên con đường Mật tông cần có, cần biết, cần tu tập, cũng như điều kiện hầu như tất yếu tìm đến một vị thầy giác ngộ để có thể thực hành tinh tấn vững vàng.

Về cách trình bày, chúng tôi đã cố gắng hết sức dùng ngôn ngữ thông thường và bình dân nhất ngỏ hầu giúp người sơ cơ dễ nắm bắt hơn. Ngoài ra, để giúp độc giả có thêm phương tiện tra cứu và đào sâu hơn kiến thức liên quan, chúng tôi đã hết sức nỗ lực tìm tòi và đưa vào phần chú dẫn bao gồm các giải thích ngắn gọn và các nguồn tài liệu chính

đáng tin cậy về Mật tông có thể tìm kiếm được bằng Anh ngữ hay Việt ngữ.

Về cách dịch các thuật ngữ chuyên môn, để giữ được mức chính xác, chúng tôi đã hết sức kiểm tra lại các thuật ngữ này qua việc tra cứu nghĩa trực tiếp các từ nguyên gốc Phạn hay Tạng của chúng nếu khả dĩ. Tản mạn trong bài dịch, nhiều từ vựng Việt ngữ được dùng trong sách này như là tương đương thì chúng tôi để vào dấu ngoặc [], để tiện sau đó dùng lại và xem là các từ cùng nghĩa. Các dấu ngoặc [] này đôi khi cũng được dùng cho các giải thích ngắn gọn. Các chữ La-tinh có gốc Phạn thường được đưa vào trong các ngoặc đơn () nhằm tiện lợi cho việc tra cứu xa hơn qua phương tiện của máy vi tính bằng thủ thuật “cut” và “past” vào trong các “search engine” [máy truy tìm dữ liệu] như Google chẳng hạn.

Cuối cùng vì sức hiểu biết có hạn chúng tôi hết sức trân trọng cảm tạ mọi chỉ giáo của các bậc thiện tri thức và xin nhận về các lỗi lầm nếu có của bản dịch này. Xin chân thành cảm tạ sự hỗ trợ của ngài Rajiv Mehrotra thư ký danh dự và quản trị viên của tổ chức Foundation For Universal Responsibility of HH The Dalai Lama đã cho phép chúng tôi chuyển dịch tài liệu này. Mọi công đức xin hồi hướng lên đức Dalai Lama và tất cả chúng sinh hữu tình. Đương nguyện cho toàn thể chúng sinh sớm an lạc giải thoát.

Nam-mô Phật,
Nam-mô Pháp,
Nam-mô Tăng,
Ngày 11 tháng 11 năm 2010,
Phật tử Làng Đâu kính bút.

LỜI TỰA

Những nhà nghiên cứu và Phật tử Phật giáo theo truyền thống Trung Hoa thường nghe nói đến *Ngũ Thời Thuyết Giáo* của Thiên Thai Trí Giả Đại Sư¹ qua bài kệ:

*Hoa Nghiêm tối sơ tam thất nhật
A Hàm nhị thập, Phương Đẳng bát
Nhị thập nhị niên Bát Nhã đàm
Pháp Hoa, Niết-bàn cộng bát niên*

Tức là, đức Phật sau khi thành đạo đã thuyết giảng *Kinh Hoa Nghiêm* trong hai mươi một ngày, hai mươi năm tiếp theo là *Kinh A Hàm*, tám năm kế là *Kinh Phương Đẳng*, rồi hai mươi hai năm *Kinh Bát-nhã*, và cuối cùng đức Phật thuyết *Kinh Pháp Hoa* và *Kinh Niết-bàn* trong tám năm.

Nhưng khi học hỏi về Phật giáo Tây Tạng, chúng ta thấy chư vị tổ sư Phật giáo Tây Tạng đã nói đến ba thời chuyển pháp luân. Chuyển pháp luân lần thứ nhất đức Phật thuyết về Tứ Diệu Đế, Thập Nhị Nhân Duyên, Ba Mươi Bảy Bồ Đề Đạo Phẩm, ... Chuyển pháp luân lần thứ hai đức Phật thuyết về Kinh Bát-nhã, chuyên nói về tính Không. Và lần

¹ Trí Di (智顗 538 - 597) được coi là Tổ thứ tư của Thiên Thai tông; đệ tử của Huệ Tư, Tổ thứ ba của Thiên Thai tông. Ông tu trên núi Thiên Thai thuộc tỉnh Chiết Giang 22 năm cho đến khi mất để nghiên cứu Phật học. Tùy Đường Đế đã ban cho ông danh hiệu Trí Giả, nên ông được người đời tôn xưng là Trí Giả đại sư hay Thiên Thai đại sư. Nhiều tài liệu đã phổ biến tên không chính xác của ông là Trí Khải.

"Trí Di". Wikipedia. <http://vi.wikipedia.org/wiki/Tr%C3%AD_Di>. Truy cập 23/08/2010

thứ ba đức Phật thuyết về những kinh như Giải Thâm Mật,..., và những bộ mật điển [Tantra] là những bộ phận dường như vắng bóng trong Hán tạng và như lời đức Dalai Lama, “Chuyển pháp luân lần thứ ba được nối kết với những phương cách khác nhau của việc nâng cao tuệ trí thân chứng tính không. Vì thế chúng tôi nghĩ có một liên kết ở đây giữa kinh điển và mật điển.”

Là người nghiên cứu Phật học, chúng ta phải biết chúng ta muốn gì ở Đạo Phật. Và là người Phật tử thực hành Phật Pháp, chúng ta phải biết đức Phật muốn chúng ta làm gì. Hay mục tiêu của người nghiên cứu và thực hành Phật Pháp để làm gì?

Trong *Kinh Pháp Hoa* đức Phật nói rằng, "Mục đích của chư Phật ra đời chỉ vì một việc: Đem Tri kiến Phật chỉ dạy cho chúng sanh tỏ ngộ đầy mà thôi! Chư Phật Như Lai nói pháp cho chúng sanh chỉ vì dạy cho họ một ‘Phật thừa’ chứ không có hai thừa, ba thừa nào khác. Pháp của chư Phật trong mười phương cũng đều như vậy"¹.

Thế nào là khai, thị, ngộ, nhập chúng ta có thể hiểu qua một ví dụ:

Tri viên (người làm vườn) dẫn một đoàn người đến trước cổng vườn và mở cửa cổng - KHAI

-Tri viên bèn chỉ - đây là hoa lan (thỉnh văn thừa), này hoa hồng (duyên giác thừa), nọ, xa hơn một chút là hoa huệ (Bồ-tát thừa), và xa tít đằng kia là hoa sen (Phật thừa) - THỊ

¹ Trích *Kinh Diệu Pháp Liên Hoa*. Quyển thứ Nhất. Phẩm “Tựa” . Kệ 18. “Kinh Diệu-Pháp Liên Hoa”. Con Đường Thiên Đạo.

<<http://conduongthiendao.com/PhatDao/KinhPhat/DieuPhapLienHoa/PD-KP-DPLH-QuyênThuNhat-Index.htm>>.

Truy cập 23/08/2010.

-Đoàn người theo bènỒ lên một tiếng và nói, đúng là trăm nghe không bằng một thấy, nay mới thật sự tường tận thấy, nghe, hiểu, biết - NGỒ
-Đoàn người theo sự hướng dẫn của tri viên cùng bước vào vườn dạo cảnh, xem hoa - NHẬP

Thinh văn thừa là thế nào, những pháp môn nào, những điều kiện nào để đạt đến Thinh văn quả?

Duyên giác thừa là thế nào, những pháp môn nào, những điều kiện nào để đạt đến Duyên giác quả?

Bồ-tát thừa là thế nào, những pháp môn nào, những điều kiện nào để đạt đến Bồ-tát quả?

Phật thừa là thế nào, những pháp môn nào, những điều kiện nào để đạt đến Phật quả?

Mỗi người đến với Đạo Phật phải tìm hiểu, học hỏi, lựa chọn và thực hành để đạt đến mục tiêu của mình. Chúng phải nói rằng sự lựa chọn ấy có thể theo căn cơ, theo sở thích, hay theo nhân duyên. Nhưng chúng ta phải thực sự tìm hiểu, nghiên cứu để lựa chọn lộ trình tu tập, và thực hành một cách nghiêm mật không dòi dôi thì mới mong đạt đến kết quả tối hậu, chứ không thể nay pháp môn này mai pháp môn khác; khi Thinh văn thừa, lúc Bồ-tát thừa, rồi Phật thừa. Vì mục tiêu hay điểm đến cứ dòi dôi, làm thế nào chúng ta có thể đạt đến kết quả cuối cùng khi thật sự chúng ta cũng không biết kết quả mình muốn đến là gì?

Đọc “*Tổng Quan Những Con Đường¹ Của Phật Giáo Tây Tạng*”, chúng ta sẽ thấy đức Dalai Lama là một bậc Đại Tri Viên, ngài chỉ rõ tất cả mọi con đường để chúng thấy rõ, nhất là con đường Tantra, sự

¹ Trong bản dịch này từ đây về sau chúng tôi sẽ dùng các thuật ngữ “con đường”, “lộ trình”, “đạo”, hay “đạo pháp” với cùng một ý nghĩa.

thực hành Tantra không chỉ của tông Gelugpa mà của bốn tông phải chính của Phật giáo Tây Tạng, một con đường mới lạ với các Phật tử Đông Độ, đây là Phật tri kiến, đây là Phật thừa, vì mỗi chúng ta đều có khả năng để thành Phật, mà đây là Phật tính, mà đây là cơ sở căn bản của mọi Phật tử dù tu theo Tịnh Độ, Thiền Tông hay Mật Tông, chỉ có phương tiện đạt đến là khác nhau. Nhất là *Ba Phương Diện Chính Yếu Của Con Đường Tu Tập* do tổ sư Tsongkhapa¹ đề ra mà đây là cơ sở lập cước của mọi Phật tử dù tu theo Pháp môn nào²:

- 1- Viễn ly: một chí nguyện đạt đến sự giải thoát khỏi vòng sinh tử luân hồi, vì những khổ đau kinh khiếp của nhà lửa tam giới.

¹ Còn gọi là Tông-khách-ba, 1357-1419, là một vị Lama lớn của Tây Tạng, nhà cải cách lừng danh của Phật giáo tại đây. Sư sáng lập tông phái Cách-lỗ [gelugpa], với một trong những giáo pháp quan trọng nhất của Phật giáo Tây Tạng là giáo pháp Lamrim Chenmo [Bồ-đề Đạo Thứ Luận hay Giai Trình Của Giác Ngộ].

Sư sinh ra trong lúc các Tạng kinh tại Tây Tạng đã được biên soạn xong nhưng Sư chủ trương soát xét lại toàn bộ kinh điển và tổng kết thành quả của mình trong hai tác phẩm chính: Bồ-đề đạo thứ đệ và Chân ngôn đạo thứ đệ. Sư là người xây dựng nhiều tháp quan trọng tại Tây Tạng như Drepung, Sera và Ganden.

"Tông-khách-ba". Wikipedia.

<<http://vi.wikipedia.org/wiki/T%C3%B4ng-kh%C3%A1ch-ba>>.

Truy cập 26/08/2010.

² Trích từ Bài giảng tóm lược của đức Dalai Lama về tác phẩm "Ba Phương Diện Chính Yếu của Con Đường". Tsongkhapa. Anh ngữ: Alexander Berzin. Việt Ngữ: Tuệ Uyển.

<[http://vnthuquan.net/diendan/\(S\(hmjvq245xfxxtw45ohjgtibl\)\)/tm.aspx?m=546981](http://vnthuquan.net/diendan/(S(hmjvq245xfxxtw45ohjgtibl))/tm.aspx?m=546981)>. Truy cập 23/08/2010.

- 2- Bồ đề tâm: để đạt được một sự giải thoát như thế thì phải tạo nên một công đức lớn lao, mà không vì hơn là phát nguyện tu để đạt đến kết quả giải thoát giác ngộ để có năng lực hỗ trợ tất cả chúng sinh cùng thoát ly sinh tử và chứng quả giác ngộ.
- 3- Tính Không: chỉ có tuệ trí thực chứng tính Không mới có thể triệt tiêu tất cả mọi phiền não vọng tưởng và đạt đến giải thoát giác ngộ.

Và đối với đạo pháp Kim Cương Thừa, đức Dalai Lama thường nhắc nhở mỗi khi thuyết giảng hay truyền pháp là, nếu quý vị đến đây nhận lễ truyền pháp này để cầu phước báu, hay sự giải thoát cho riêng mình là sai lầm.

Trong Thanh Tịnh Đạo Luận¹ có nói đến ba bậc phát tâm để tu tập:

Bậc hạ để cầu tái sinh hưởng phước báu.

Bậc trung để cầu sự giải thoát sinh tử.

¹ *Thanh Tịnh Đạo* (p. visuddhi-magga), nghĩa là "con đường dẫn đến thanh tịnh", là tên của một bộ luận cơ bản của Thượng Toạ Bộ (p. theravādin), được Phật Âm (p. buddhaghosa) soạn trong khoảng thế kỉ thứ 5. Thanh Tịnh Đạo trình bày giáo lí của Đại Tự (p. mahāvihāra), một trong những trường phái Pali. Bộ luận này gồm có 3 phần với 23 chương: chương 1-2 nói về Giới, chương 3-13 nói về Định và chương 14-23 nói về Huệ. Phần nói về *định* trình bày rõ các phương pháp và đối tượng quán niệm của Thượng Toạ bộ, khả năng phát triển và thánh quả của các phép thiền định. Trong phần Huệ, Thanh tịnh đạo trình bày giáo lí cơ bản của đạo Phật như Tứ Diệu Đế, Duyên Khởi, Bát Chính Đạo... "Thanh Tịnh Đạo".

<http://vi.wikipedia.org/wiki/Thanh_t%E1%BB%8Bnh_%C4%91%E1%BA%A1o>. Wikipedia. Truy cập 25/08/2010

Bậc thượng tu vì tất cả chúng sinh.

Đây là sự phát tâm lập cước ngay từ lúc đầu, nhưng trong Lộ trình Tiệm Tiến Lamrim cũng nói đến ba tầng bậc tương tự như vậy, nhưng đây là những nấc thang để tiến lần lên sự giác ngộ tối hậu.

Đức Dalai Lama cũng từng nói trong quyển Mật Thừa [Tantra, Vajrayana] Tây Tạng rằng¹:

Nguyện vọng vị tha hướng đến giác ngộ tối thượng vì tất cả chúng sanh là nền tảng của sự thực hành của một Bồ-tát trong cả hai Thừa Hoàn Thiện và Kim Cương thừa. Nguyện vọng vị tha được khởi dẫn từ tình thương và bi mẫn, chúng là kết quả của việc nhìn thấy sự khổ đau của vòng sanh tử, phát sanh ý muốn từ bỏ nó, và rồi áp dụng cái hiểu biết này cho những người khác. *Nếu gần gũi một người không muốn thoát khỏi vòng sanh tử, thì không thể nào mong muốn cho những người khác thoát khỏi nó.* Ý muốn từ bỏ vòng sanh tử này là chung cho cả Tiểu thừa lẫn Đại thừa và trong Đại thừa thì chung cho cả Thừa Hoàn Thiện [Ba-la-mật-đa thừa] và Kim Cương thừa.

Thiền sư Nhất Hạnh cũng nói trong Năng Lực của Cầu Nguyện rằng:

Ba điều cầu nguyện thông thường là sức khoẻ, sự thành đạt, và sự hài hoà. Nhưng đối với người xuất gia thì có khác, điều cầu nguyện trước tiên nhất của người xuất gia là vượt thoát sinh tử và thực hiện cho được

¹ Trích từ phần III Phụ Lục trả lời phỏng vấn của đức Dalai Lama.

“Tantra in Tibet”. Tsongkhapa. Dalai Lama 's teaching. Eng. Trans. Jeffrey Hopkins. Viet. Trans. An Phong.

<<http://www.quangduc.com/mattong/43matthuataytang3.html>>.

Truy cập 23/08/2010

sự an lạc hạnh phúc của pháp giới bản môn ngay trong thế giới tích môn.

Nguyện mọi người khi đọc đến tác phẩm rất súc tích này để thấy những lời vàng ngọc của đức Dalai Lama để có sự lựa chọn rõ ràng cho lộ trình tu tập của mình để đạt đến kết quả tối hậu, như một mục tiêu của mình khi đến với đạo Phật.

Nguyện đem công đức này dâng lên đức Dalai Lama, các bậc thầy tổ, cùng tất cả chúng sinh cùng đạt đến kết quả giải thoát giác ngộ. Xin cảm ơn sự giới thiệu và hiệu đính của đạo hữu Làng Đậu, dù biết rằng khả năng của Tuệ Uyên rất hạn chế, nhưng được sự khuyến khích của anh, cùng muốn giáo pháp của đức Dalai Lama một trong những bậc Đạo sư vĩ đại nhất của thời đại được lưu bố, như cơn mưa tưới xuống thế gian này nên tác phẩm có cơ duyên được hiện diện. Rất hổ thẹn vì khả năng, cùng sự thiếu sót của mình.

Nguyện cho mây lành từ ái và mưa pháp bi mẫn che chở và tưới mát khắp thế gian.

Nam-mô A-di-đà Phật

Tuệ Uyên

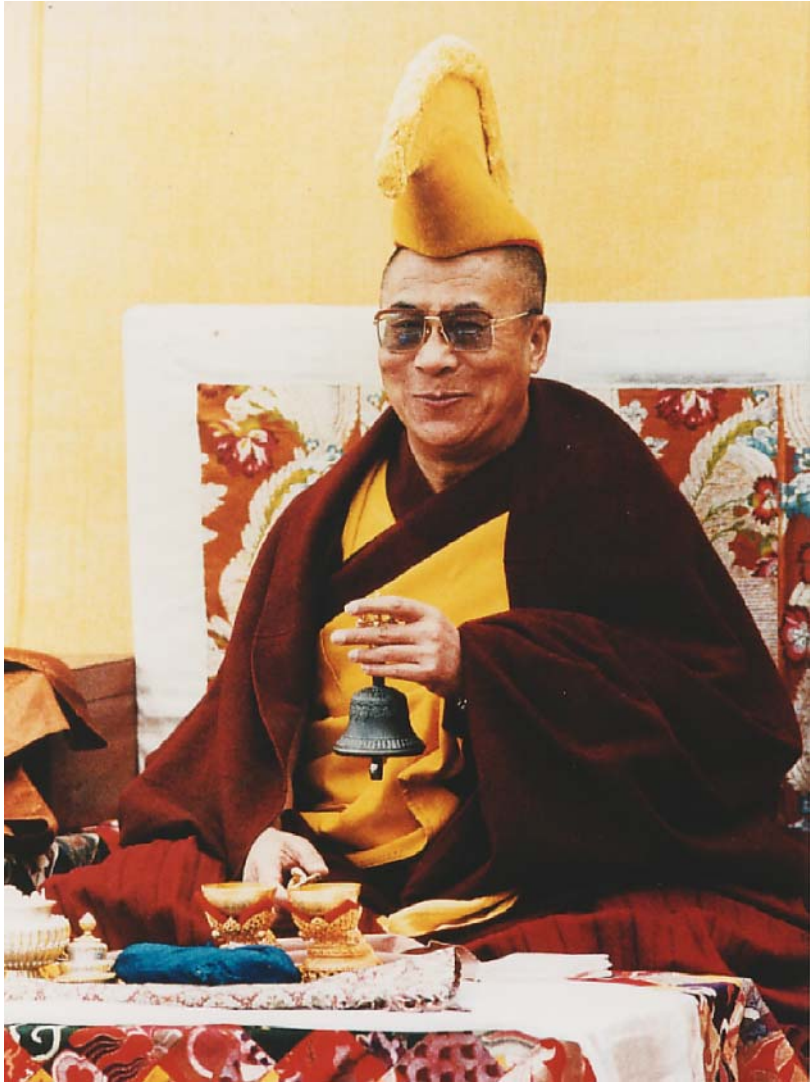
TỔNG QUAN VỀ NHỮNG CON ĐƯỜNG CỦA PHẬT GIÁO TÂY TẠNG

Nguyên tác: *A Survey Of The Paths Of Tibetan Buddhism*

Tác giả: His Holiness Tenzin Gyatso 14th Dalai Lama of Tibet

Chuyển ngữ: Tuệ Uyển – 19/06/2010

Một thuyết giảng ở Luân Đôn, Anh quốc, 1988. Được chuyển dịch sang Anh ngữ bởi Geshe Thupten Jinpa và hiệu đính bởi Jeremy Russell. Được xuất bản lần đầu tiên trong Cho-Yang (No.5), là một tạp chí được phát hành bởi Bộ Tôn Giáo và Văn Hóa thuộc chính quyền Trung Ương Tây Tạng ở Dharamsala.



Ảnh: Đức Dalai Lama thứ 14

Giới Thiệu

Trong giới thiệu tổng quát về Phật Pháp, như được thực hành bởi những người Tây Tạng, tôi đưa ra một cách chung rằng Phật Pháp mà chúng tôi thực hành là một hình thức phối hợp từ phần hạ của giáo lý, Bồ-tát thừa và Kim Cương thừa, gồm có những lộ trình như Đại thủ ấn. Do bởi hầu như mọi người đã tiếp nhận quán đánh, giáo lý và v.v... họ có thể tìm thấy lợi lạc để có một sự giải thích về cấu trúc hoàn toàn [của đạo pháp tu tập].

Chúng ta nếm trải đời sống mình một cách thật bận rộn. Cho dù chúng ta cư xử tốt hay xấu, thời gian không bao giờ chờ đợi chúng ta, mà nó tiếp diễn thay đổi mãi mãi. Thêm nữa, đời sống của chính chúng ta tương tục đi tới, cho nên nếu điều gì đó làm lỡ xảy đến, chúng ta không thể làm lại. Cuộc đời thì luôn không đủ thời gian. Do thế, điều rất quan trọng là thẩm tra thái độ tinh thần của mình. Chúng ta cũng cần liên tục thẩm tra chính mình trong đời sống ngày qua ngày, điều ấy rất lợi ích để cung cấp cho chính chúng ta những sự hướng dẫn. Nếu chúng ta sống mỗi ngày với tinh thức và chính niệm¹, chúng ta có thể giữ một sự kiểm soát trên động cơ và thái độ của mình. Chúng ta có thể cải thiện và chuyển hóa chính mình. Mặc dù tôi đã thay đổi và cải thiện chính mình rất nhiều, tôi có một mong ước tiếp tục để làm như thế. Và trong

¹ Chính niệm [toàn tâm] ở đây được hiểu như là kỹ năng trong đó sự chú ý của hành giả không bị phân tán khỏi sự vật nào vốn nó có được như là đối tượng ban đầu.

"The Great Treatises on the Stage of the Path to Enlightenment". Vol3. P48. Tsongkhapa. The Lamrim Chenmo Committee. Tibetan Buddhist Learning Center. 2002. ISBN 1559391669

đời sống hằng ngày của chính tôi, tôi đã tìm thấy nó rất lợi ích để giữ gìn một sự kiểm soát động cơ của chính tôi từ buổi sáng cho đến tối.

Trong thời gian giảng dạy này, những gì tôi diễn tả sẽ là công cụ thiết yếu mà chúng ta nhờ đấy để cải thiện chính mình. Giống như chúng ta có thể mang não bộ của mình đến một phòng thí nghiệm để kiểm tra những chức năng tinh thần của chúng ta một cách sâu sắc hơn, vì thế chúng ta có thể làm đổi mới chúng trong một phương cách tích cực hơn. Cố gắng để thay đổi chính mình tốt đẹp hơn là quan điểm mà một hành giả Phật tử nên tiếp nhận.

Người thuộc các truyền thống tôn giáo khác, gồm những ai có một sự hứng thú với Phật giáo và những ai tìm thấy các đặc trưng của sự thực hành Phật giáo như những kỹ năng thiền [thiền tập] cho việc phát triển đặc tính hấp dẫn của từ ái và bi mẫn, đều có thể lợi lạc bằng việc phối hợp chúng vào trong truyền thống và sự thực tập của chính họ.

Trong những kinh luận Phật giáo, nhiều hệ thống về tín tâm và truyền thống được giải thích. Những hệ thống này là những cỗ xe [thừa], những cỗ xe của trời và người [thiên thừa và nhân thừa] và cỗ xe thấp [Tiểu thừa], những cỗ xe lớn [Đại thừa], và cỗ xe của Mật thừa [Kim cương thừa].

Những cỗ xe của trời và người ở đây là hệ thống mà nó phát họa những phương pháp [phương tiện] và kỹ năng cho việc mang đến một sự cải thiện tốt hơn nội trong đời sống này hay đạt đến một sự tái sinh thuận lợi hơn trong tương lai như một con người hay một vị trời. Một hệ thống như thế nhấn mạnh tầm quan trọng đến việc duy trì một thái độ tốt lành. Bằng sự thực hành những hành động thiện nghiệp và tránh xa những hành vi tiêu cực, chúng ta có thể hướng dẫn đời sống giới đức của mình và có khả năng đạt đến một sự tái sinh thuận lợi trong tương lai.

Đức Phật cũng nói về một cỗ xe đặc trưng khác, Phạm-thiên thừa, mà nó bao gồm những kỹ năng của thiên tập mà nhờ đây một người có thể thu rút sự chú ý của mình khỏi những đối tượng bên ngoài và đưa tâm thức vào bên trong, cố gắng cải thiện sự tập trung nhất tâm. Qua những kỹ năng như thế chúng ta có thể đạt đến một hình thức cao nhất khả dĩ của sự sống trong vòng luân hồi.

Từ quan điểm của Đạo Phật, do bởi những hệ thống khác nhau đem đến lợi ích lớn lao cho nhiều chúng sinh, nên tất cả đều đáng được tôn trọng. Tuy thế, những hệ thống này không cung ứng bất cứ một phương pháp nào để đạt đến giải thoát, đây là, sự giải thoát khỏi khổ đau và sinh tử luân hồi. Những phương pháp để đạt đến một thể trạng giải thoát như thế có thể làm cho chúng ta vượt thắng si mê, là nguyên nhân cội rễ của sự trôi lăn trong vòng sinh tử luân hồi của chúng ta. Và hệ thống bao hàm những phương pháp cho việc đạt đến tự do khỏi vòng sinh tử được gọi là Thịnh Văn thừa hay Độc Giác thừa.

Trong hệ thống này, quan điểm về vô ngã được giải thích chỉ trong dạng thức của con người [nhân vô ngã] không phải đối với hiện tượng, trái lại trong Đại thừa, quan niệm về vô ngã không chỉ giới hạn trong con người mà thôi, mà bao quát trong tất cả mọi hiện tượng [pháp vô ngã]. Khi quan điểm về vô ngã này làm sinh khởi một sự thấu hiểu thậm thâm, thì chúng ta có thể loại trừ không chỉ vô minh và những cảm xúc phiền não sinh khởi từ chúng, mà kể cả những dấu vết nghiệp [tập khí nghiệp] lưu lại cũng được xóa sạch. Hệ thống này được gọi là Đại thừa hay cỗ xe lớn.



Ảnh: Phật Thích-ca Mâu-ni

Cỗ xe cao cấp nhất được biết là Kim Cương thừa bao gồm không chỉ những kỹ năng cho sự tăng cường sự thực chứng của chính chúng ta về tính Không hay tâm giác ngộ [Bồ-đề tâm], mà còn gồm những kỹ năng xác định cho sự thâm nhập [khai mở] những điểm [huyệt hay luân xa] quan trọng của thân thể. Bằng việc sử dụng những yếu tố vật lý của thân thể, chúng ta có thể đẩy nhanh tiến trình thực chứng, loại trừ vô minh và những dấu vết của nó. Đây là chức năng chính của Kim Cương thừa.

Tôi sẽ giải thích những điểm này trong chi tiết sâu rộng hơn từ một quan điểm tiến hóa hay lịch sử.

Theo quan điểm của Kashmiri Pandit Shakyashri, người đã đến Tây Tạng, thì đức Thế Tôn đã sống ở Ấn Độ hơn 2.500 năm trước đây. Điều này căn cứ trên quan điểm phổ biến của Phật giáo Nguyên Thủy, nhưng theo một số học giả Tây Tạng, đức Phật xuất hiện trên thế gian này hơn 3.000 năm trước. Một nhóm khác nói rằng hơn 2.800 năm. Những người đề xuất khác biệt này cố gắng hỗ trợ giả thuyết của họ với những lý do khác nhau, nhưng cuối cùng họ hầu như mơ hồ.

Cá nhân tôi cảm thấy rất hổ thẹn rằng không ai, kể cả trong những Phật tử biết vị Thầy của chúng ta, đức Thế Tôn Thích-ca Mâu-ni thực sự sống vào lúc nào. Tôi đã từng quan tâm một cách nghiêm chỉnh rằng liệu có một nhà khoa học nào khả dĩ làm sáng tỏ điều này hay không. Những ngọc xá lợi sẵn có ở Ấn Độ và Tây Tạng, mà vốn mọi người tin tưởng là phát xuất từ chính đức Phật. Viên ngọc xá lợi này được kiểm nghiệm với những kỹ thuật hiện đại, chúng ta có thể xác lập được các ngày tháng chính xác, điều này sẽ rất hữu ích.

Chúng ta biết một cách lịch sử rằng đức Phật đã sinh ra như một con người bình thường như chính chúng ta. Ngài đã lớn lên như một hoàng tử, kết hôn và có một con trai. Rồi thì, sau khi quán sát sự khổ đau của

con người, tuổi già, bệnh tật, và chết chóc, Ngài hoàn toàn từ bỏ lối sống thế tục. Ngài đã trải qua những khổ hạnh cực kỳ khốc liệt và với một nỗ lực to lớn thực hành thiền định dài lâu, cuối cùng Ngài đã giác ngộ hoàn toàn.

Tôi cảm thấy rằng cung cách mà Ngài đã chứng minh làm thế nào để trở nên hoàn toàn giác ngộ đã làm nên một thí dụ tuyệt hảo cho môn đồ của Ngài, vì đây là cung cách mà qua đó chúng ta nên theo đuổi lộ trình tâm linh của chính mình. Tịnh hóa tâm thức của chính chúng ta là điều hoàn toàn không dễ; nó cần rất nhiều thời gian và thực hành chăm chỉ. Do thế, nếu chọn lựa để đi theo giáo huấn này, chúng ta cần năng lực ý chí vô vàn và quyết định đúng đắn ngay từ lúc khởi đầu, chấp nhận rằng sẽ có rất, rất nhiều chướng ngại, và giải quyết điều đó bất chấp tất cả chướng ngại, chúng ta sẽ tiếp tục sự thực hành. Loại quyết tâm này là rất quan trọng. Đôi khi, tưởng chừng như đối với chúng ta thì do đức Phật Thích-ca Mâu-ni đã đạt đến giác ngộ qua những sự hy sinh và thực hành gian khổ vô cùng, chúng ta, các môn đệ của Ngài, có thể đạt đến giác ngộ Phật quả mà không phải qua những gian khổ cùng khó khăn như Ngài đã trải qua. Do vậy, tôi nghĩ rằng chính câu chuyện của đức Phật đã nói lên điều gì đấy với chúng ta.

Theo truyền thuyết được nhiều người biết tới, sau khi Ngài hoàn toàn giác ngộ, đức Phật đã không thuyết giảng gì trong bốn mươi chín ngày. Ngài đã ban bố sự thuyết pháp lần đầu tiên cho năm người nguyên từng là bạn đồng tu khi ngài sống như một khát sĩ. Vì Ngài đã bỏ ngang khổ hạnh, họ đã từ bỏ Ngài và ngay cả khi Ngài đã trở thành một vị giác ngộ hoàn toàn, họ cũng không nghĩ đến sự hòa hiệp đối với Ngài. Tuy vậy, gặp gỡ đức Phật trong cung cách của Ngài, họ tự nhiên và tự động bày tỏ sự tôn kính đối với Ngài, như một kết quả Ngài đã chuyển pháp luân lần đầu tiên để giáo hóa họ.



Tháp Dhamekh tại vườn Lộc Uyển được xây dựng từ thời vua A-Dục (249 TCN) đánh dấu nơi đức Thích-ca chuyển Pháp Luân lần thứ nhất.

Chuyển Pháp Luân Lần Thứ Nhất

Lần giảng dạy đầu tiên này được biết như đợt lần chuyển pháp luân thứ nhất, Ngài đã thuyết về căn bản của Tứ Diệu Đế. Như hầu hết chúng ta có thể biết, bốn chân lý cao quý là chân lý về khổ đau [Khổ Đế], chân lý về nguyên nhân của nó [Tập Đế], chân lý về sự chấm dứt [Diệt Đế], và con đường đưa đến sự chấm dứt khổ đau [Đạo Đế].

Khi Ngài dạy về Tứ Diệu Đế, theo những kinh điển tìm thấy qua các phiên bản tiếng Tây Tạng, Ngài dạy chúng trong phạm vi của ba nhân tố: bản chất của những chân lý này, các chức năng của chúng và hiệu quả của chúng.

Tứ Diệu Đế thật sự rất thâm thâm vì toàn thể giáo thuyết Phật giáo có thể thể hiện trong chúng. Những gì chúng ta tìm thấy hạnh phúc và hạnh phúc là tác động của một nguyên nhân và những gì chúng ta không muốn là khổ đau và khổ đau cũng có nguyên nhân của chính nó.

Trong quan điểm về sự quan trọng của bốn chân lý cao quý, tôi thường nhận xét rằng cả khái niệm của Phật giáo về duyên khởi lẫn giới hạnh Phật giáo về việc không tổn hại nhân mạng về đạo lý bất bạo động. Lý do đơn giản cho điều này là sự khổ đau ấy mang đến những điều không mong muốn qua nguyên nhân của nó, mà điều ấy một cách căn bản là vô minh của chính chúng ta và tâm thức không thuần hóa của chúng ta. Nếu muốn xa lánh khổ đau, chúng ta phải kiểm soát chính mình khỏi những hành vi tiêu cực là những điều sẽ cho sinh khởi khổ đau. Và bởi vì khổ đau liên hệ đến những nguyên nhân của nó, khái niệm duyên sinh phát khởi. Những hậu quả tùy thuộc trên những nguyên nhân và nếu chúng ta không muốn những hậu quả này, chúng ta phải làm chấm dứt những nguyên nhân của nó.

Vì thế, trong Tứ Diệu Đế, chúng ta thấy hai hệ thống nhân và duyên: khổ đau là sự tác động và cội nguồn của nó là nguyên nhân. Trong cùng cách như thế, chấm dứt hay diệt tận là an bình và đạo pháp đưa đến nó là nguyên nhân của sự an bình ấy.

Hạnh phúc mà chúng ta tìm cầu có thể được đạt được bằng việc tiến hành rèn luyện và chuyển hóa trong tâm thức của chúng ta bằng sự tịnh hóa tâm thức chúng ta. Sự tịnh hóa tâm thức chúng ta là có thể khi chúng ta tiêu trừ vô minh si ám, vốn là gốc rễ của tất cả các cảm xúc phiền não, và qua đó, chúng ta có thể đạt đến thể trạng diệt tận mà đây là sự an hòa và hạnh phúc chân thật. Sự diệt tận đó chỉ có thể đạt đến khi chúng ta có khả năng thực chứng được bản tính của mọi hiện tượng¹, thâm nhập tính bản nhiên của thực tại, và để làm điều này, sự rèn luyện về trí trí huệ là quan trọng. Khi điều ấy phối hợp với khả năng nhất tâm chúng ta sẽ có thể chuyển tất cả năng lượng và sự chú tâm của chúng ta lên một đối tượng hay công đức duy nhất. Do vậy, sự rèn luyện trong sự tập trung ở đây, và để cho sự rèn luyện tập trung và trí huệ thành công đòi hỏi một nền tảng thật vững vàng của giới đức, vì thế sự thực tập giới đức hay giới luật thể hiện ở đây.

¹ Các hiện tượng này bao gồm cả các hiện tượng thuộc về tâm thức, con người, chúng sinh, hay sự vật. Từ đây về sau chữ *pháp* sẽ có thể được dùng thay cho chữ *hiện tượng* và sẽ nêu rõ nếu đó là hiện tượng chỉ dành cho riêng một loại đối tượng nào đó.

Giới

Giống như có ba loại rèn luyện tu tập – trong trí huệ, tập trung, và giới đức [tuệ, định, và giới] kinh điển Phật giáo bao hàm ba sự phân chia – luật tạng, luận tạng, và kinh tạng.

Những hành giả cả nam và nữ có một sự bình đẳng cần thiết để thực hành ba sự rèn luyện này, mặc dù có những sự khác nhau đối với những giới nguyện mà họ thọ lĩnh.

Nền tảng căn bản của sự tu tập giới đức là sự hạn chế khỏi mười điều bất thiện: ba thuộc về thân, bốn thuộc về khẩu, và ba thuộc về ý.

Ba Hành Vi Thể Chất Không Đạo đức là:

1. Cướp đi mạng sống của một chúng sinh, từ một côn trùng cho đến một con người.
2. Trộm cắp, lấy tài sản của người khác mà không được phép, bất chấp giá trị của nó, hay quý vị có tự thân tiến hành điều hay không [tổ chức cho người khác làm].
3. Tà dâm, hành vi tình dục bất chính.

Bốn Hành Vi Nói Năng Không Đạo đức là:

4. Nói dối, lừa gạt người khác qua lời nói hay cử chỉ [vọng ngữ].
5. Nói lời gây chia rẽ, tạo nên sự bất hòa bằng việc làm cho những ai đó trong sự đồng thuận đưa đến bất đồng hay những người trong sự bất đồng đi đến bất đồng sâu xa hơn [lưỡng thiệt].
6. Nói lời hung dữ, độc ác ngược đãi người khác [ác khẩu].
7. Nói lời vô nghĩa, nói về những điều đại dột bị thúc đẩy bởi tham dục và v.v....

Ba Hành Vi Bất Thiện Về Ý:

8. Tham, thèm muốn sở hữu những gì thuộc về của người khác.
9. Sân hận, mong muốn làm tổn thương kẻ khác, thể hiện nó trong những phương cách lớn hoặc nhỏ.
10. Si, quan điểm sai lầm, nhìn những việc hiện hữu, chẳng hạn như tái sinh, nhân quả, hay Tam Bảo như không có.

Giới đức được thực hành bởi những người tuân theo cung cách đời sống tu sĩ được xác định là những nguyên tắc giải thoát cá nhân – Biệt giải thoát giới¹. Ở Ấn Độ, có bốn trường phái chính phổ thông nhất, sau này phân chia làm mười tám bộ phái, mỗi bộ phái có giới luật riêng của họ, kinh văn nguyên thủy được thuyết giảng bởi đức Phật, những điều ấy trở thành các hướng dẫn cho đời sống của tu sĩ. Sự thực hành tuân

¹ Tiếng Phạn là pratimokṣa nhấn mạnh việc giới hạn hành vi hay ứng xử để tránh gây hại cho chúng sinh khác. Giới là một trong 3 bộ phận quan trọng nhất của Phật giáo (hai bộ phận kia là Định và Tuệ hợp thành Tam Vô Lậu Học). Thành tựu trong việc trì giới sẽ dẫn đến giải thoát cho cá nhân hành giả. Theo Phật giáo Tây Tạng có bảy loại phân giới tùy theo đối tượng là: Tì-kheo giới [trọng giới], tì-kheo-ni giới, nam sa-di giới (śrāmaṇera), nữ sa-di giới (śrāmaṇerika), giới dành cho nữ sa-di chuẩn bị tăng cấp thành tì-kheo ni (śikṣhamāna), nam cư sĩ giới [ưu-bà-tắc] (upāsaka) và nữ cư sĩ giới [ưu-bà-di] (upāsika). Ngoài ra, còn có loại giới giữ trong một ngày cho cư sĩ (aṣṭaṅgapavasa śikṣa).

"Pratimokṣa vows". Rigpa Shedra.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Pratimokṣa_vows>. Truy cập 16/08/2010.

thủ trong những tu viện Tây Tạng theo truyền thống Căn Bản Thuyết Nhất Thuyết Hữu¹.

Trong ấy 253 giới điều được trao truyền cho những tu sĩ cụ túc giới hay Tỳ-kheo. Trong truyền thống Nguyên Thủy thế nguyện giải thoát cá nhân bao gồm 227 giới điều.

Nhằm cung cấp cho chúng ta một khí cụ của chính niệm và tỉnh thức, sự thực tập về giới đức bảo vệ chúng ta khỏi theo đuổi những hành vi bất thiện. Do thế, nó là nền tảng của đạo pháp Phật giáo. Vấn đề thứ hai là thiền tập, điều này hướng những hành giả đến sự thực tập thứ hai được liên hệ với tập trung.

Tập Trung Tinh Thân

Khi chúng ta nói về thiền tập trong ý nghĩa chung của Phật giáo, có hai loại – thiền định [chỉ] và thiền phân tích [quán]. Loại đầu thiền chỉ là sự thực tập tịch tĩnh hay nhất tâm và loại thứ hai là thiền quán để thực hành phân tích. Trong cả hai trường hợp, điều rất quan trọng để có một nền tảng vững vàng của chính niệm và tỉnh thức, được cung cấp bởi sự thực hành giới luật. Hai nhân tố này, chính niệm và tỉnh thức, là quan

¹ Còn gọi là Thuyết Nhất Thiết Hữu (sarvāstivādin), là một bộ phái Phật giáo cho rằng mọi sự đều có, đều tồn tại [nhất thiết hữu] mà Phạm ngữ viết là "sarvam asti". Đây là một nhánh của tách ra từ Thượng toạ bộ (sthaviravādin) dưới thời vua A-dục. Giáo phái này quan niệm là tất cả, hiện tại, quá khứ, vị lai đều hiện hữu đồng thời. Quan điểm của bộ này được xem như nằm giữa Tiểu thừa và Đại thừa. Xem thêm chi tiết :

"Thuyết nhất thiết hữu bộ". Wikipedia.

<http://vi.wikipedia.org/wiki/Thuy%E1%BA%BFT_nh%E1%BA%A5t_thi%E1%BA%BFT_h%E1%BB%AFu_b%E1%BB%99>. Truy cập 16/08/2010.

trọng không chỉ trong thiền tập, mà cũng quan trọng trong đời sống hằng ngày.

Chúng ta nói về nhiều trạng thái của thiền tập, chẳng hạn như những trạng thái của sắc và vô sắc. Những trạng thái của sắc được phân biệt trên căn bản của những chi của chúng, trái lại những trạng thái vô sắc được phân biệt trên căn bản bản chất của đối tượng của thiền chỉ.

Chúng ta tiến hành tu tập giới đức như nền tảng và tu tập tập trung như một nhân tố bổ sung, một khí cụ, để làm cho tâm thức phục vụ hữu hiệu. Vì thế, sau này, khi kết hợp với tu tập trí huệ, chúng ta được trang bị với một tâm thức nhất niệm, mà chúng ta có thể hướng trực tiếp tất cả các sự chú tâm và năng lượng của mình đến đối tượng được lựa chọn. Trong tu tập trí huệ, chúng ta quán chiếu về vô ngã hay tính Không của các hiện tượng, mà điều ấy cung ứng như một loại đối trị thật sự đến những cảm xúc phiền não.



Tháp Rajgir địa phận Nalanda thuộc bang Bihar Ấn Độ

Ba mươi bảy Bồ-đề đạo phẩm [Ba mươi bảy phẩm trợ đạo] ¹

Cấu trúc tổng quát của con đường Phật giáo, như được trình bày trong lần chuyển pháp luân thứ nhất, bao hàm ba mươi Bồ-đề đạo phẩm. Những điều này bắt đầu với bốn lĩnh vực chính niệm [tứ niệm xứ], điều liên hệ đến sự chính niệm về thân thể, cảm giác, tâm thức, và các pháp. Tuy thế, ở đây, tinh thức là thiền tập trên những bản chất khổ đau của luân hồi bằng các phương tiện mà qua đó hành giả phát triển một quyết tâm thật sự để giải thoát khỏi vòng sinh tử này.

Tiếp theo là bốn sự từ bỏ hoàn toàn [Tứ chính cần], bởi vì khi các hành giả phát triển một quyết tâm chân thành để được giải thoát qua sự thực tập bốn sự tinh thức, họ dần thân với một phương cách của đời sống mà trong ấy họ từ bỏ những nguyên nhân của khổ đau tương lai và phát triển những nguyên nhân của hạnh phúc tương lai.

Vì việc vượt thắng tất cả các hành vi tiêu cực và cảm xúc phiền não và việc gia tăng các nhân tố tích cực trong tâm thức chúng ta, những điều được gọi một cách kỹ thuật là tầng lớp của những pháp thanh tịnh, có thể được đạt được chỉ khi chúng ta có một tâm thức thật tập trung, cho nên hiện hữu những điều tiếp theo được gọi là bốn nhân tố của năng lực kỳ diệu [tứ như ý túc].

¹ Xem thêm chi tiết về 37 Bồ-đề Đạo Phẩm:

"Tam thập thất bồ-đề phần". Wikipedia.

<http://vi.wikipedia.org/wiki/Tam_th%E1%BA%ADp_th%E1%BA%A5t_b%E1%BB%93-%C4%91%E1%BB%81_ph%E1%BA%A7n>.

Truy cập 26/08/2010.

Tiếp theo những gì được biết như năm bản năng [ngũ căn], năm năng lực [ngũ lực], tám con đường cao quý [bát chính đạo], và bảy chi [thất giác chi] của lộ trình giác ngộ.

Đây là cấu trúc chung của lộ trình Phật giáo như được biết đến trong lần chuyển pháp luân đầu tiên. Phật giáo được tu tập trong truyền thống Tây Tạng hoàn toàn hòa hợp chặt chẽ với những đặc trưng này của giáo lý Đạo Phật.

Lần Chuyển Pháp Luân Thứ Hai

Trong lần chuyển pháp luân thứ hai, đức Phật đã dạy về Trí huệ Toàn Thiện hay *Kinh Bát-nhã Ba-la-mật-đa*, trên đỉnh Linh Thứu, ngoại thành Vương Xá.

Lần chuyển pháp luân thứ hai nên được xem như sự mở rộng trên các chủ đề mà đức Phật đã từng dẫn giải trong lần chuyển pháp luân thứ nhất. Trong lần chuyển thứ hai này, Ngài đã dạy không chỉ trên chân lý về khổ đau, rằng đau khổ nên được nhận ra như khổ đau, mà còn nhấn mạnh tầm quan trọng của việc nhận diện cả khổ đau của riêng mình cũng như đau khổ của toàn chúng sinh, vì thế nó bao quát hơn rất nhiều. Khi Ngài dạy về cội nguồn của đau khổ trong lần chuyển pháp luân thứ hai, Ngài cho thấy không chỉ đơn thuần những cảm xúc phiền não, mà cả những dấu vết vi tế lưu lại bởi chúng, vì thế điều giải thích này là thậm thâm hơn.

Chân lý về diệt độ [Diệt Đế] cũng được giải thích một cách sâu xa hơn nhiều. Trong lần chuyển pháp luân thứ nhất, sự diệt độ chỉ đơn thuần được xác minh, trái lại trong *Kinh Bát-nhã Ba-la-mật-đa* đức Phật giải thích bản tính của sự diệt độ này và các đặc trưng của nó trong những

chi tiết sâu rộng. Ngài đã diễn tả lộ trình mà trong ấy những khổ đau có thể chấm dứt và thế trạng được gọi diệt độ hay Diệt Đế là gì.

Tương tự, chân lý về đạo pháp được đề cập một cách sâu xa hơn trong *Kinh Bát-nhã Ba-la-mật-đa*. Đức Phật đã dạy lộ trình đặc trưng bao hàm sự thực chứng về tính Không, bản tính của mọi pháp, phối hợp với lòng bi mẫn và tâm thức giác ngộ, nguyện ước vị tha để đạt đến giác ngộ vì lợi ích của toàn thể chúng sinh. Do bởi Ngài nói về sự hợp nhất phương tiện và trí huệ trong lần chuyển pháp luân thứ hai, nên chúng ta thấy rằng lần chuyển thứ hai mở rộng và phát triển trên cơ sở lần chuyển pháp luân thứ nhất.

Mặc dù bốn chân lý cao quý được giải thích một cách thâm sâu hơn trong lần chuyển pháp luân thứ hai, điều này không phải là bởi vì có các tính năng nào đó được giải thích trong lần thứ hai mà không được giải thích trong lần thứ nhất. Đó không phải là lý do, bởi vì nhiều chủ đề được diễn giải trong các hệ thống không Phật giáo vốn không được giải thích trong Đạo Phật, nhưng điều đó không có nghĩa rằng những hệ thống khác là thậm thâm hơn Phật giáo. Lần chuyển pháp luân thứ hai giải thích và phát triển những khía cạnh của bốn chân lý cao quý, mà đã không được diễn giải trong lần chuyển pháp luân thứ nhất, nhưng điều ấy không mâu thuẫn với cấu trúc tổng quát của đạo pháp Phật giáo được diễn tả trong lần diễn giải thứ nhất. Do vậy, sự diễn giải được tìm thấy trong lần thứ hai được nói là thậm thâm hơn.

Tuy thế, trong các luận bàn của lần chuyển pháp luân thứ hai, chúng ta cũng tìm thấy những trình bày mà chúng thật sự mâu thuẫn với cấu trúc chung của đạo pháp như được diễn tả trong lần thứ nhất, vì thế Đại thừa nói về hai loại kinh điển, một số tiếp nhận giá trị bề mặt và tư tưởng đúng như văn tự trình bày [nghĩa đen, liễu nghĩa], trái lại một số khác đòi hỏi sự diễn dịch xa hơn [nghĩa diễn dịch, bất liễu nghĩa]. Do vậy, căn cứ trên sự tiếp cận của Đại thừa về bốn sự xác tín [tứ pháp y],

chúng ta phân chia kinh điển thành hai phạm trù, liễu nghĩa và bất liễu nghĩa.

Bốn loại xác tín này bao hàm sự hướng dẫn nương tựa trên giáo huấn, không phải trên người [nói pháp] [y pháp bất y nhân]; trong các giáo lý, nương tựa trên ý nghĩa, không chỉ đơn thuần trên ngôn ngữ [y nghĩa bất y ngữ]; dựa vào các kinh điển liễu nghĩa, không phải những kinh không liễu nghĩa [y liễu nghĩa bất y bất liễu nghĩa]; và dựa vào sự thấu hiểu sâu xa của trí huệ, không phải trên kiến thức của sự thấy biết thông thường [ý trí bất y thức].

Sự tiếp cận này có thể tìm thấy trong ngôn từ của chính đức Phật, khi Ngài nói, *“Này các vị Tỳ kheo và người thông tuệ, đừng chấp nhận những gì ta nói chỉ vì tôn kính ta, mà điều trước nhất là sự kiểm nghiệm phân tích và nghiêm ngặt.”*

Trong lần chuyên pháp luân thứ hai, Kinh Bát-nhã Ba-la-mật-đa, đức Phật đã giải thích xa hơn về chủ đề diệt độ, đặc biệt với sự quan tâm đến tính Không, trong một phương cách hoàn bị và rộng rãi hơn. Do thế, tiếp cận Đại thừa là để diễn dịch những kinh điển ấy trong hai cấp độ: ý nghĩa văn tự, quan tâm đến sự trình bày về tính Không, và ý nghĩa tiềm ẩn [mật nghĩa] quan tâm đến sự giải thích những tầng bậc của đạo pháp.



Đức Phật Di-lặc

Lần Chuyển Pháp Luân Thứ Ba

Lần chuyển pháp luân thứ ba chứa đựng nhiều kinh điển khác nhau, quan trọng nhất là kinh điển về Như Lai tạng, mà đây thật sự là cội nguồn cho tập hợp những bài tán dương của Long Thọ¹, và cũng là giáo pháp của Di-lặc, *Mật Điện Tối Thượng*². Trong kinh điển này, đức Phật khám phá xa hơn những chủ đề mà Ngài đã đề cập trong lần chuyển pháp luân thứ hai, nhưng không phải từ quan điểm khách quan về tính Không, bởi vì tính Không đã được giải thích đến trình độ hoàn hảo nhất, cao nhất, và thâm sâu nhất của nó trong lần chuyển pháp luân thứ hai. Điều riêng biệt về lần chuyển pháp luân thứ ba là đức Phật đã dạy những phương cách cụ thể của việc nâng cao trí huệ thực chứng về tính Không từ quan điểm của tâm thức chủ quan.

¹ Long Thọ (nāgārjuna), dịch âm là Na-già-át-thụ-na, thế kỷ 1-2, là một trong những luận sư vĩ đại nhất của lịch sử Phật giáo. Sư là người sáng lập Trung quán tông (mādhyamika), sống trong thế kỉ thứ 1–2. Có rất nhiều tác phẩm mang danh của Sư nhưng có lẽ được nhiều tác giả khác biên soạn. Sư cũng được xem là Tổ thứ 14 của Thiền tông Ấn Độ.

"Long Thọ". Wikipedia.

<http://vi.wikipedia.org/wiki/Long_Th%E1%BB%A5>.

Truy cập 18/02/2009.

² Tên Phạn là *Ratnagotravibhāga* và bản chú giải (vyākhyā) của nó. Đây là luận quan trọng về Như Lai Tạng giải thích giáo thuyết Phật giáo về khái niệm *Phật tính* được xem là thuộc về lần chuyển Pháp Luân thứ 3. Phiên bản Phạn ngữ của bản luận này tại Tây Tạng là *Uttara-tantra-shastra*. Đây là một trong năm giáo pháp [Ngũ Luận] của ngài Di-Lặc.

"Uttaratantra Shastra". Rigpa Shedra.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Uttaratantra_Shastra>

Truy cập 15/08/2010.

Sự giải thích của đức Phật về khái niệm tính Không trong lần chuyển pháp luân thứ hai, mà trong ấy Ngài dạy về sự thiếu vắng của một sự tồn tại tự tính, là vô cùng thâm thâm cho nhiều hành giả lĩnh hội. Đối với một số người, nói rằng các pháp thiếu vắng một sự tồn tại tự tính dường như bao hàm rằng chúng hoàn toàn không hiện hữu. Cho nên, vì lợi ích của các hành giả này, trong lần chuyển pháp luân thứ ba đức Phật mô tả phẩm chất đối tượng của tính Không với những giải thích khác nhau.

Thí dụ, trong *Kinh Giải Thâm Mật*¹, Ngài đã phân biệt nhiều loại tính Không bằng việc phân chia tất cả các pháp thành ba loại: Các hiện tượng quy gán [danh định, biến kế sở], các hiện tượng phụ thuộc [y tha khởi], và các hiện tượng đã xác lập [viên thành thật]², vốn là bản tính Không của chúng. Ngài nói về những loại Không khác nhau của các pháp khác nhau này, nhiều phương cách thiếu vắng sự tồn tại tự tính này, và các ý nghĩa khác nhau của sự thiếu vắng sự tồn tại tự tính của những pháp khác nhau. Do thế, hai trường phái chính yếu của Đại thừa

¹ Tên Phạn là *Samdhinirmocana Sūtra*. Chữ Giải Thâm Mật có nghĩa là 'giải thích về các bí mật sâu xa' là bản kinh được phân loại thuộc về Du-già Hành Tông [Duy thức, Yogācāra]. Kinh này được dịch nhiều lần ra tiếng Hán mà phiên bản được tin tưởng nhất là do Ngài Huyền Trang dịch.

"Sandhinirmocana Sutra". Wikipedia.

<http://en.wikipedia.org/wiki/Sandhinirmocana_Sutra>. Truy cập 26/08/2010.

² Còn gọi là Tam Tự Tánh hay ba bản tính (trivabhāva) được giảng giải nhiều trong các tác phẩm Duy Thức. Các bản tính kể trên có tên Phạn ngữ lần lượt là Parikalpita, Paratantra, và Pariniṣpanna.

"Three natures". Rigpa Shedra.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Three_natures>. Truy cập 27/08/2010.

là Trung Quán [Mādhyamika] và Duy Thức [Cittamātra] phát khởi ở Ấn Độ trên căn bản của những sự trình bày khác nhau này.

Tiếp theo là Mật thừa, là điều mà tôi cho rằng có một số liên hệ đến lần chuyển pháp luân thứ ba. Từ ngữ ‘tantra’ có nghĩa là ‘sự tương tục’. *Mật Điển Du-già* có tên gọi là *Trang Nghiêm Kim Cương Tâm Yếu Mật Điển* giải thích rằng giải thích rằng tantra là một sự tương tục được định nghĩa là sự tương tục của tâm thức. Trên căn bản của tâm thức này, mà với cấp độ phát khởi chúng ta phạm phải những hành vi tiêu cực, như một kết quả của những điều đó, chúng ta trải qua vòng luân hồi tàn bạo của sinh tử. Trên con đường tâm linh, cũng trên căn bản của sự tương tục tâm thức mà chúng ta có thể tạo nên những sự cải thiện tinh thần, trải nghiệm những nhận thức cao thượng của đạo pháp và v.v... Nó cũng là căn bản của sự tương tục tâm thức mà chúng ta có thể đạt đến thể trạng toàn giác [nhất thiết trí]. Do thế, sự tương tục này của tâm thức luôn luôn hiện diện, đây là ý nghĩa của tantra hay sự tương tục.

Chúng tôi cảm thấy có một cầu nối giữa kinh điển và mật điển trong lần chuyển pháp luân thứ hai và lần thứ ba, bởi vì trong lần thứ hai, đức Phật đã dạy những kinh điển có những cấp độ khác nhau về ý nghĩa. Ý nghĩa hiển lộ [hiển nghĩa] của *Kinh Bát-nhã Ba-la-mật-đa* là tính Không, trong khi hàm ý [mật nghĩa] là những tầng bậc của đạo pháp, được đạt đến như một kết quả của sự thực chứng tính Không¹. Lần

¹ Chẳng hạn có thể xem thêm các chi tiết về hiển nghĩa và mật nghĩa của Tâm Kinh qua tác phẩm "Essence of the Heart Sutra: The Dalai Lama's Heart of Wisdom Teachings". Dalai Lama. Eng Trans. Thupten Jinpa. Wisdom Publications. 2005. ISBN 0861712846.

Bản dịch Việt Hồng Như tải về qua địa chỉ

chuyển pháp luân thứ ba được nối kết với những phương cách khác nhau của việc nâng cao trí huệ thực chứng tính Không. Vì thế chúng tôi nghĩ có một liên kết ở đây giữa kinh điển và mật điển.



Tổ Nguyệt Xứng

<<http://nalanda.batnha.org/sach/27-dalai-lama/166-tinh-tuy-bat-nha-tam-kinh-essence-of-the-heart-sutra->>.

Những Giải Thích Khác Nhau Về Vô Ngã

Từ quan điểm triết lý, tiêu chuẩn cho việc phân biệt một trường phái Phật giáo là nó có chấp nhận bốn pháp ấn hay không bao gồm: Tất cả các hiện tượng cấu hợp là vô thường từ bản tính [chư hành vô thường]; các hiện tượng nhiễm ô là có bản tính của khổ đau; tất cả các hiện tượng đều là Không và vô ngã [chư pháp vô ngã]; riêng niết-bàn là an tĩnh [niết-bàn tịch tĩnh].

Bất cứ hệ thống nào chấp nhận những pháp ấn này một cách triết lý là trường phái tư tưởng Phật giáo. Trong các trường phái tư tưởng Đại thừa, vô ngã được giải thích một cách thậm thâm hơn, ở một cấp độ sâu sắc hơn.

Bây giờ, hãy để tôi giải thích sự khác biệt giữa vô ngã như được giải thích trong lần chuyển pháp luân thứ hai và lần thứ nhất.

Chúng ta hãy kiểm tra kinh nghiệm của chính chúng ta, làm thế nào chúng ta liên hệ đến mọi vật. Thí dụ, khi tôi dùng râu chuối này, ở đây, tôi cảm nhận nó là của tôi và tôi có sự dính mắc đến nó. Nếu quý vị thẩm tra sự dính mắc này quý vị cảm thấy sự sở hữu riêng của mình, quý vị thấy có những cấp độ khác nhau về dính mắc. Người cảm giác rằng có một cá nhân tự viên mãn như một thực thể riêng biệt độc lập với thân thể và tâm thức mình, cá nhân đó cảm thấy rằng râu chuối này là ‘của tôi’.

Qua thiền quán, quý vị có thể nhận thức sự vắng mặt của một con người tự viên mãn như thế, tồn tại trong sự cô lập khỏi thân và tâm của chính chúng ta, chúng ta có thể giảm thiểu chấp thủ mạnh mẽ mà quý vị cảm nhận các sở hữu của mình. Nhưng quý vị cũng có thể cảm thấy rằng vẫn còn có một số cấp độ vi tế của sự dính mắc. Mặc dù quý vị không thể cảm thấy sự dính mắc chủ quan từ phía mình trong sự liên hệ

đến cá nhân này, do bởi sự hiện hữu xinh đẹp của râu chuỗi, màu sắc đẹp đẽ của nó và v.v..., quý vị cảm thấy một cấp độ nào đấy của sự dính mắc đến nó rằng một thực thể khách quan nào đấy tồn tại ngoài kia. Do thế, trong lần chuyển pháp luân thứ hai, đức Phật đã dạy rằng vô ngã không chỉ giới hạn trong con người [nhân vô ngã], mà điều [vô ngã] đó còn được áp dụng cho tất cả mọi hiện tượng [pháp vô ngã]. Khi chúng ta nhận ra điều này, chúng ta có thể vượt thắng tất cả mọi hình thức của dính mắc và vọng tưởng.

Như Nguyệt Xứng¹ nói trong *Nhập Trung Quán Luận Thích* của Long Thọ, vô ngã đã được giải thích trong những trường phái thấp của giáo thuyết, điều ấy hạn chế sự giải thích của họ về vô ngã chỉ trong con người, đây không là một dạng đầy đủ của vô ngã. Ngay cả nếu quý vị thực chứng tính Không, quý vị sẽ vẫn có những cấp độ vi tế của bám víu và chấp thủ đến những đối tượng bên ngoài, giống như những sở hữu của chúng ta và v.v...

Mặc dù khái niệm vô ngã là phổ biến trong tất cả mọi trường phái tư tưởng Phật giáo, có những sự trình bày khác nhau. Rằng các trường phái cao hơn thì thậm thâm hơn khi so sánh với tư tưởng của những

¹ Nguyệt Xứng (candrakīrti), tk. 6/7, được xem là Luận sư quan trọng nhất trong tông Trung Quán sau Long Thọ. Sư quê ở Nam Ấn, xuất gia từ lúc nhỏ tuổi. Sau, sư trở thành viện trưởng của Nalanda [Nālandā Mahāvihāra] và viết nhiều bài luận chú giải về các tác phẩm của Long Thọ. Các tác phẩm quan trọng của Sư là *Minh Cú Luận* (Prasannapadā), *Nhập Trung Quán Luận* (Madhyamakāvātāra).

"Nguyệt Xứng".

<http://vi.wikipedia.org/wiki/Nguy%E1%BB%87t_X%E1%BB%A9ng>.

Truy cập 29/08/2010.

trường phái thấp hơn. Một lý do là mặc dù quý vị có thể nhận ra nhân vô ngã, như được diễn tả bởi các trường phái thấp hơn, trong nội dung về một con người không là một thực thể độc lập hay hiện hữu thật sự, quý vị có thể vẫn bám víu vào một nhận thức sai lầm nào đấy về ngã, nắm bắt cá nhân này như một sự tồn tại tự tính, độc lập hay chân thật.

Khi nhận thức về nhân vô ngã tăng trưởng trở nên vi tế, quý vị nhận ra rằng con người thiếu vắng bất cứ hình thức độc lập bản chất hay tồn tại tự tính nào. Rồi thì không có cách nào quý vị có thể nắm bắt được một cá nhân tự viên mãn. Do thế, trình bày về vô ngã, trong các trường phái cao hơn là sâu sắc hơn và thâm diệu hơn các trường phái thấp hơn.

Phương cách mà các trường phái cao giải thích vô ngã không chỉ mạnh mẽ hơn trong việc hóa giải nhận thức sai lầm về sự hiện hữu chân thật của con người và hiện tượng, mà còn không có mâu thuẫn với thực tại quy ước thông thường của các pháp. Các hiện tượng thật tồn tại trên một căn bản quy ước, và sự thực chứng tính Không không ảnh hưởng đến điều này.

Các trình bày của đức Phật về vô ngã nên được nhìn theo thứ tự như là sự cung ứng nền tảng cho quan điểm Phật giáo về duyên khởi. Khi Phật tử nói về duyên khởi, họ làm thế trong dạng thức của các hiện tượng phiền não đã gây ra khổ đau, các hậu quả của chúng là đau khổ. Điều này được giải thích trong nội dung của thập nhị nhân duyên, mà chúng bao gồm những nhân tố được hoàn thành trong một vòng luân hồi. Do thế, duyên khởi là gốc rễ của quan điểm Phật giáo.

Nếu chúng ta không thấu hiểu vô ngã qua nội dung của duyên khởi, chúng ta sẽ không thấu hiểu vô ngã một cách hoàn toàn. Những bản năng [căn cơ] tinh thần của con người là khác biệt. Đối với một số người, khi được giải thích rằng tất cả mọi pháp là thiếu vắng sự tồn tại tự tính, thì [nghĩ rằng] có thể dường như không có gì tồn tại cả. Một

hiểu biết như thế là rất nguy hiểm và tai hại, bởi vì nó có thể làm cho quý vị rơi vào trong cực đoan hư vô chủ nghĩa. Do vậy, đức Phật dạy vô ngã dành cho những cá nhân nào có bản năng tinh thần như thế. Với các hành giả có căn cơ cao hơn, ngài dạy vô ngã trên một cấp độ vi tế hơn. Tuy thế, bất chấp nhận thức về tính Không vi tế có thể là như thế nào, nó không tổn hại niềm tin vững vàng của họ về sự tồn tại quy ước thế gian của các hiện tượng.

Do vậy, sự thông hiểu của quý vị về tính Không phải làm hoàn thiện cho sự thấu hiểu của chúng ta về duyên khởi, và sự thấu hiểu về tính Không ấy phải xác nhận một lần nữa xa hơn lên tín tâm của quý vị vào luật nhân quả.

Nếu quý vị phân tích sự trình bày của các trường phái cao hơn từ những quan điểm của những trường phái thấp hơn, chúng ta thấy không có sự mâu thuẫn hay trái ngược về luận lý trong chúng. Trái lại, nếu chúng ta xem xét sự trình bày của những trường phái thấp hơn từ quan điểm của những trường phái cao hơn, chúng ta sẽ thấy nhiều trái ngược về lý luận.

Bốn Pháp Ấn

Bốn pháp ấn đề cập ở trên có nhiều hàm ý sâu xa cho một hành giả Phật giáo. Pháp ấn đầu tiên tuyên bố rằng tất cả mọi hiện tượng cấu hợp là vô thường. Câu hỏi về vô thường trình bày chi tiết một cách trọn vẹn nhất trong Kinh Lượng Bộ¹, trong ấy giải thích rằng tất cả mọi hiện

¹ Kinh Lượng Bộ (sautrāntika), là một nhánh của Tiểu thừa xuất phát từ Thuyết nhất thiết hữu bộ (sarvāstivādin) khoảng 150 năm trước Công nguyên. Như tên

tượng cấu hợp là vô thường một cách bản chất, trong ý nghĩa rằng do sự sinh khởi từ một nguyên nhân thì một hiện tượng là không bền vững và đang [tiếp tục] bị phân rã. Nếu sự vật nào đây được sinh khởi từ một nguyên nhân, thì không đòi hỏi có thêm nguyên nhân thứ cấp nào để cho nó tan rã. Ngay tại thời khắc mà nó được sản sinh từ một nguyên nhân, thì tiến trình tan rã đã bắt đầu rồi. Do thế, sự hoại diệt của nó không đòi hỏi một nguyên nhân nào thêm. Đây là ý nghĩa vi tế của vô thường rằng bất cứ thứ gì được sản sinh bởi các nguyên nhân đều là do ‘năng lực khác’ [y tha], trong ý nghĩa rằng nó lệ thuộc vào các nhân và duyên và do vậy phải chịu thay đổi và hoại diệt.

Điều này rất gần với sự giải thích của vật lý học về tự nhiên, tính tạm thời chóng vánh của các hiện tượng.

Pháp ấn thứ hai tuyên bố rằng tất cả mọi hiện tượng ô nhiễm đều có bản chất khổ đau. Ở đây những hiện tượng ô nhiễm là loại pháp mà được sản sinh bởi những hành vi ô nhiễm hay những cảm xúc xáo trộn. Như được giải thích ở trên, sự vật nào đó được phát sinh bởi ‘y tha’ trong ý nghĩa là nó tùy thuộc vào các nguyên nhân. Trong trường hợp này, các nguyên nhân là vô minh và những cảm xúc xáo trộn. Những hành vi ô nhiễm và vô minh cấu trúc thành một hiện tượng tiêu cực, một nhận thức sai lạc về thực tại, và chừng nào một sự vật nào đó còn chịu một tác động tiêu cực như vậy, nó sẽ có bản tính khổ đau. Ở đây,

gọi cho thấy (sautrāntika xuất phát từ sūtrānta, có nghĩa là Kinh phần, chỉ Kinh tạng của Tam tạng), bộ này chỉ đặt nền tảng trên Kinh tạng (sūtrapitaka) và phản bác Luận tạng (abhidharmapitaka) cũng như quan điểm “nhất thiết hữu” (tất cả đều hiện hữu, đều có) của Thuyết nhất thiết hữu bộ.

“Sautrantika”. Wikipedia. Truy cập 17/02/2009.

<<http://en.wikipedia.org/wiki/Sautrantika>>.

khổ đau không chỉ bao hàm đau khổ thể chất rõ ràng, mà cũng có thể được hiểu như bản tính của sự không toại ý.

Bằng việc quán chiếu hai pháp ấn này vốn quan tâm đến vô thường và bản tính khổ đau của những hiện tượng ô nhiễm, chúng ta có thể phát triển một ý tưởng chân thành về việc từ bỏ thế tục, sự quyết tâm để giải thoát khỏi khổ đau [viễn ly chúng khổ quy viên tịch]. Thế rồi câu hỏi phát sinh, chúng ta có thể đạt đến một thể trạng giải thoát như thế không? Đây là chỗ mà pháp ấn thứ ba đề cập, rằng tất cả mọi pháp là Không và vô ngã [chư pháp vô ngã].

Những trải nghiệm đau khổ đến do nhân duyên, vốn là những hành vi ô nhiễm và vô minh dẫn xuất nên chúng. Vô minh này là nhận thức sai lầm. Nó không có sự hỗ trợ hiệu lực, và bởi vì nó nắm bắt các pháp trong phương thức trái với cung cách mà chúng thực sự là, nó bị bóp méo, sai lạc và mâu thuẫn với thực tại. Bây giờ, nếu chúng ta có thể xua tan nhận thức sai lạc, sự chấm dứt (khổ đau) trở nên có thể đạt được. Nếu chúng ta thấu suốt được bản chất của thực tại, thì điều ấy cũng khả dĩ đạt được sự đoạn diệt này nội trong tâm thức chúng ta và như pháp ấn thứ tư tuyên bố, một sự diệt tận hay giải thoát như thế là an hòa chân thật.

Khi chúng ta xem xét đến những giải thích dị biệt của nhiều trường phái khác nhau trong Phật giáo, kể cả các trường phái đại thừa, điều cần thiết là việc phân biệt kinh điển nào liễu nghĩa và kinh điển nào đòi hỏi những sự diễn giải sâu xa hơn [bất liễu nghĩa]. Nếu chúng ta tiến hành những sự phân biệt này trên căn bản của những kinh điển đơn thuần, chúng ta sẽ phải kiểm định kinh điển mà chúng ta sử dụng cho việc xác minh một điều nào đấy là bất liễu nghĩa hay là liễu nghĩa trong một kinh điển khác, và bởi vì điều này có thể tiếp tục trong một sự truy cứu ngược vô hạn, nên nó sẽ không là một phương pháp đáng tin cậy. Do thế, chúng ta phải quyết định một kinh điển là liễu nghĩa hay bất

liều nghĩa trên căn bản của luận lý học [logic]. Vậy, khi chúng ta nói về các trường phái triết lý đại thừa, lập luận là quan trọng hơn kinh điển.

Làm thế nào chúng ta có thể xác định điều gì đây là bất liễu nghĩa hay không? Có nhiều loại kinh điển thuộc loại bất liễu nghĩa, thí dụ, những kinh điển cụ thể đề cập rằng cha mẹ một người nào đó nên bị giết đi. Bây giờ, vì những kinh điển này không thể được hiểu theo nghĩa đen, theo giá trị bề mặt, chúng đòi hỏi một sự diễn giải xa hơn. Sự tham chiếu ở đây đến cha mẹ là những hành vi ô nhiễm và dính mắc mà chúng sẽ mang đến sự tái sinh trong tương lai.

Tương tự như thế, trong mật điển như *Bí Mật Tập Hội*¹, đức Phật nói rằng Như Lai hay Phật là nên bị giết và rằng nếu quý vị giết Phật, quý vị sẽ đạt đến giác ngộ tối thượng. Rõ ràng các kinh điển này đòi hỏi những sự diễn giải xa hơn. Tuy thế, những kinh điển khác không mấy hiển nhiên là bất liễu nghĩa. Bản kinh giải thích các trạng thái của thập nhị nhân duyên khởi lên do bởi nguyên nhân mà các thành quả xảy ra sau đó. Một thí dụ là do bởi vô minh nội tại, những hành vi ô nhiễm xảy đến. Mặc dù nội dung của những kinh điển loại này là chân thật trên một trình độ, nó lại được phân loại như bất liễu nghĩa, bởi vì khi vô minh được nói là gây ra hành vi ô nhiễm, thì nó không chỉ ra quan điểm

¹ *Mật Điển Guhyasamāja* [Mật điển về tập hợp bí mật] là kinh điển quan trọng của mật điển thời sơ khai Du-già Tối Thượng [early Anuttarayoga] bao gồm 18 chương có chứa phần các giáo huấn được tìm thấy trong *Kinh Như Lai Tạng* (Sarva-tathāgata-tattva-saṃgraha); tuy nhiên nó bao gồm thêm những cách tân nổi bật như là các ý tưởng tượng trưng và tu tập tính dục một cách công khai. Đây cũng là một trong các mật điển được dịch sang Tạng ngữ trước nhất. "Guhyasamāja tantra".

<http://en.wikipedia.org/wiki/Guhyasam%C4%81ja_tantra>.

Truy cập 29/08/2010.

tối hậu. Nó chỉ thuộc về mức độ quy ước của thế gian rằng một điều gì đấy có thể sản sinh một điều gì khác hơn. Từ quan điểm tối hậu, bản chất của nó là Không. Do thế, bởi vì có một cấp độ xa hơn, sâu hơn không được chỉ ra trong những kinh điển này, chúng được gọi là bất liễu nghĩa.

Những kinh điển liễu nghĩa, như *Bát-nhã Ba-la-mật-đa Tâm Kinh*, là các kinh mà trong đấy đức Phật nói về bản tính tối hậu của các pháp, đấy là sắc chính là Không và Không chính là sắc; xa rời sắc, thì chẳng có Không. Bởi vì những kinh điển như thế nói về bản tính tối hậu của các pháp, về cơ chế tối hậu của sự tồn tại, về tính Không, nên chúng được gọi là liễu nghĩa. Tuy nhiên, chúng ta cũng nên chú ý rằng có nhiều cách phân biệt giữa những kinh điển liễu nghĩa và bất liễu nghĩa trong những trường phái tư tưởng khác nhau của Phật giáo.



Tổ Long Thọ

Tóm lại, những luận điển của trường phái Trung Quán Cự Duyên¹, đặc biệt những tác phẩm của Long Thọ và hậu duệ là Nguyệt Xứng, là liễu nghĩa và giải nghĩa chi tiết khái niệm tính Không của đức Phật đã dạy đến phạm vi tròn đủ nhất. Khái niệm về tính Không được giải thích trong những luận điển này không mâu thuẫn với luận lý học, mà đúng hơn là được hỗ trợ bởi nó.

Trong các kinh điển liễu nghĩa cũng bao gồm những kinh điển giáo thuyết thuộc lần chuyển pháp luân thứ ba, một cách đặc biệt *Kinh Như Lai Tạng* thật sự là cội nguồn nền tảng của các giáo pháp Trung Đạo như là *Tối Thượng Luận* và *Tán Dương Tập*² của Long Thọ. Cũng bao

¹ Tên Phạn ngữ là Prasaṅgika. Đây là một phân bộ của Trung Quán Tông mà các quan điểm chính đến từ đại sư Nguyệt Xứng (600–c. 650) dựa trên các luận giải của Phật Hộ (470–550) về Long Thọ. Điểm đặc trưng của phái này là sử dụng phương pháp suy luận phản chứng -- tức là dùng các luận điểm của đối phương làm tiền đề từ đó rút ra các kết quả sai hay mâu thuẫn để phản bác tiền đề đó -- từ đó xác lập chân đế (qua nội dung của học thuyết nhị đế) [còn gọi là Quy Mậu Biện Chứng hay Cự Duyên]. Dù sao, không có các bằng chứng lịch sử triết học Ấn-độ nào cho thấy các nhà Trung Quán Cự Duyên tư định nghĩa mình qua thuật ngữ Prasaṅgika theo mô tả trên.

"Prasaṅgika". <<http://en.wikipedia.org/wiki/Prasa%E1%B9%85gika>>.

Truy cập 29/08/2010.

² Bộ *Tán Dương Tập* này được xem là một trong những trước tác quan trọng của ngài Long Thọ Trước khi từ giả cuộc sống, được sự khuyến khích của các tara [đa-la], Ngài trở về miền Nam Ấn tại núi "Hoành Tráng Sơn" [Mount splendor] Ngài đã giáo huấn các giáo pháp mở rộng trong cả kinh điển và mật điển và soạn thảo nhiều bản luận được gộp chung thành *Tán Dương Tập* bao gồm các tiểu luận: *Xưng Tán Pháp Giới* (Dharmadhātustava) nói về Phật tánh, *Xưng Tán Thế Tôn* (Lokātīstava) ca ngợi đức Phật, *Xưng Tán Bất Khả Tư Lường* (Acintyastava) nói đến điều

gồm trong lần chuyển pháp luân thứ ba là những kinh điển khác như kinh *Giải Thâm Mật*, theo một số đạo sư Tây Tạng cũng thuộc loại liễu nghĩa.

Những học giả này (như những học giả trường phái Jonangpa¹) duy trì một quan điểm riêng biệt về tính Không, điều ấy được gọi một cách kỹ thuật là “tính Không của cái khác” [tha Không tính], và họ nói về những loại tính Không khác nhau phẩm định trên các pháp khác nhau. Họ cho rằng những hiện tượng quy ước [thế gian pháp] là tự chúng là Không và các hiện tượng tối hậu [xuất thế gian pháp] là thiếu vắng những hiện tượng quy ước.

Quý vị có thể diễn dịch lời giải thích này về tính Không rằng những hiện tượng quy ước tự chúng là thiếu vắng chính mình, có nghĩa rằng bởi vì những hiện tượng quy ước không phải là bản chất tối hậu của các hiện tượng đó, nên chúng là tự thiếu vắng chính chúng. Tuy nhiên, những nhà học giả Tây Tạng này không diễn giải trong một phương thức như vậy; họ cho rằng bởi vì các hiện tượng là tự chính chúng là thiếu vắng chính mình, nên chúng không không tồn tại.

không thể nghĩ tưởng, và *Xung Tán Tối Hậu* (Paramārthastava) nói về thực tại tối hậu.

“Collection of Prasié”.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Collection_of_Praises>. Truy cập 29/08/2010.

¹ Là cách gọi các tu sĩ thuộc trường phái Jonang xuất hiện trong trào lưu tân dịch ra đời vào thế kỷ thứ 11 do ngài Yumo Mikyö Dorje (1027 - ?) sáng lập.

“Jonang”. <<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Jonang>>.

Truy cập 29/08/2010.



Tổ Thánh Thiên

Như chúng ta biết qua lịch sử rằng nhiều đạo sư thuộc nhóm các học giả này thật sự đạt đến những thực chứng cao siêu của các tầng bậc phát khởi và các tầng bậc hoàn tất của Mật thừa, nên họ phải có một sự thông hiểu thậm thâm về sự diễn giải đặc thù của họ đối với tính Không. Nhưng nếu chúng ta diễn dịch tính Không như những sự vật tự thiếu vắng chính mình theo kiểu cách như thế nên chúng hoàn toàn không hiện hữu, điều đó sẽ giống như nói rằng không có gì tồn tại cả.

Bởi vì họ xác nhận rằng những pháp thể gian không hiện hữu, tự chúng là thiếu vắng chính mình, họ cho rằng bản chất tối hậu của chúng là một hiện tượng tồn tại thật sự mà vốn tồn tại theo cách riêng của nó, là sự tồn tại tự tính. Và khi họ nói về tính Không của chân lý tối hậu [chân đế] này này, họ chỉ đến tính Không của nó trong hiện trạng của một pháp thể gian.

Pháp Thắng¹, con trai của Yumo Mingyur Dorje¹, một trong những người đề xướng quan điểm này, khẳng định trong một bài văn, tôi đã có

¹ Tên đầy đủ của ngài Pháp Thắng là Lochen Dharmasrī hay còn gọi là Ngawang Chöpal Gyatso (1654-1717) — là một trong các học giả vĩ đại nhất của trường phái Cổ Mật. Tập hợp các bài luận của ngài có đến 20 quyển trong đó có các chú giải về *Mật Điển Bí Mật Tập Hội*. Ngài được xem là hóa thân của Yudra Nyingpo (một trong 25 đồ đệ xuất sắc của tổ Liên Hoa sanh).

"Lochen Dharmashri".

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Lochen_Dharmashri>. Truy cập 29/08/2010.

Ngoài ra, trong lịch sử Phật giáo còn có một đại sư cùng tên người Ấn vốn là tác giả của hai bộ luận danh tiếng Vi diệu Pháp Tâm Luận và Đại-tì-bà-sa Luận.

(Xem thêm

http://vi.wikipedia.org/wiki/Huy%E1%BB%81n_Trang).

lần đọc qua rằng quan điểm của Long Thọ về tính Không là một khái niệm hư vô luận.

Do thế, những hệ thống tư tưởng này bảo vệ rằng vì pháp thể gian là tự trống rỗng, nên một thứ duy nhất tồn tại là chân lý tối hậu và rằng chân lý tối hậu tồn tại một cách chân thật và tự tính.

Rõ ràng rằng sự trung thành với một quan điểm triết lý như vậy trực tiếp mâu thuẫn khái niệm về tính Không được giải thích trong *Kinh Bát-nhã Ba-la-mật-đa*, trong ấy đức Phật đã tuyên bố một cách dứt khoát và rõ ràng rằng đối với bản chất Không, không có sự phân biệt giữa những hiện tượng quy ước [tục đế] và hiện tượng tối hậu [chân đế]. Ngài đã giải thích tính Không của các hiện tượng tối hậu bằng việc sử dụng những đồng nghĩa khác nhau cho chân lý tối hậu, chỉ ra rằng từ sắc cho đến toàn giác, tất cả các pháp là Không một cách đồng đẳng.

Mặc dù những nhà Trung Quán Cự Duyên, là những người đề xuất lý thuyết triết lý Phật giáo cao nhất, nói về trạng thái Không và việc có một bản chất Không, điều này không nói lên rằng các hiện tượng hoàn toàn không tồn tại chi cả. Đúng hơn, các pháp đó không hiện hữu trong

¹ Theo như dữ liệu từ trang Rigpa Shedra thì người sáng lập (đề xướng) tư tưởng của phái Jonangpa là ngài Yumo Mikyö Dorje (1027 - ??). Ngoài tài liệu này ra, chúng tôi không tìm thấy bất kỳ tài liệu nào khác nói về tên "Yumo Mingyur Dorje" nên chúng tôi cho rằng có thể chỉ là do khác biệt về cách viết phiên âm (giữa chữ Mikyö và chữ Mingyur).

"Yumo Mikyö Dorje".

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Yumo_Miky%C3%B6_Dorje>.

Truy cập 29/08/2010.

hay tự chính chúng, trong cách thật của chúng, hay một cách tự tính. Sự thật là các pháp đó có những đặc tính của sự tồn tại, chẳng hạn như sinh khởi trong sự lệ thuộc trên các nhân tố khác hay các duyên sinh. Do thế, với việc thiếu vắng bản tính độc lập, các hiện tượng là phụ thuộc. Chính sự thực rằng chúng do bản chất phụ thuộc vào những nhân tố khác là một chỉ dấu cho sự thiếu vắng một bản tính độc lập. Do vậy, khi những nhà Trung Quán Cự Duyên nói về tính Không, họ nói về bản tính lệ thuộc của các pháp trong khuôn khổ duyên khởi. Thế nên, một sự thấu hiểu về tính Không không mâu thuẫn thực tại quy ước của các hiện tượng.

Bởi vì các pháp phát sinh trong sự lệ thuộc vào những nhân tố khác, các điều kiện nhân quả và v.v..., những nhà Trung Quán Cự Duyên dùng bản tính lệ thuộc như một nền tảng rất ráo cho sự thiết lập bản chất Không của họ. Thiếu vắng một bản tính độc lập, chúng thiếu đi sự tồn tại tự tính. Lập luận về duyên khởi vô cùng mạnh mẽ, không chỉ vì nó xua tan nhận thức sai lầm rằng mọi thứ tồn tại một cách tự tính, mà bởi vì cùng lúc nó bảo vệ người ta khỏi rơi vào cực đoan hư vô.

Trong các trước tác của Long Thọ, chúng ta thấy rằng tính Không phải được hiểu trong phạm vi duyên khởi. Trong Đại Trí Độ Luận, Long Thọ nói, “Vì không có một hiện tượng nào mà không là [hiện tượng] duyên khởi, nên không có một hiện tượng nào mà không trống rỗng.”

Rõ ràng rằng quan điểm của Long Thọ về tính Không phải được hiểu trong phạm vi của duyên khởi, không chỉ từ những tác phẩm của ngài,

mà cũng từ những luận sư sau này như Phật Hộ¹, rất súc tích nhưng rõ ràng, và Nguyệt Xứng với các tác phẩm chú giải tác phẩm [*Căn Bản Trung Quán Luận*] của Long Thọ là *Căn Bản Trung Quán Luận Thích*, *Minh Cú Luận*, tác phẩm tự chú bổ xung *Nhập Trung Luận Thích*, và tác phẩm chú giải về tác phẩm [*Tứ Bách Luận*] của Thánh Thiên² là *Tứ Bách Luận Thích*.³ Nếu quý vị so sánh tất cả các tác phẩm này, nó sẽ trở nên rất rõ ràng rằng quan điểm về tính Không như được giải thích bởi Long Thọ phải được hiểu trong khuôn khổ của duyên khởi. Và khi quý vị đọc những luận giải này, quý vị bắt đầu cảm thấy vô cùng cảm kích Long Thọ.

Đây là một giải thích cô đọng hệ thống kinh điển trong Đạo Phật.

¹ Phật Hộ (Buddhapālita) là một học giả Ấn vĩ đại người được xem là sáng lập nên trường phái Trung Quán Cự Duyên. Bản luận nổi tiếng nhất của ngài *Căn Bản Trung Quán Luận Thích* hay còn gọi là *Phật Hộ Chú Giải*.

"Buddhapalita". <<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Buddhapalita>>.

² Thánh Thiên (Āryadeva, Tibetan: Pakpa) (thế kỷ 2-3) — Được xem là một trong 6 Bảo Trang của Đại thừa. Ngài là học trò của Long Thọ và cống hiến cuộc đời để tiếp tục các công trình của thầy. Ngài cũng được tính trong Tám Mươi Hai Đại Thành Tựu Giả (catuśāṣṭisiddha).

"Aryadeva". <<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Aryadeva>>.

Truy cập 2/09/2010.

³ Đoạn văn trên có thể phần Anh ngữ đã không ghi lại rõ tác phẩm chính của ngài Phật Hộ là *Phật Hộ Căn Bản Trung Quán Luận Thích*.



Giác Thể Kalachakra
(Xem chú thích về thuật ngữ ‘giác thể’ trong phần kế tiếp)

Dẫn Nhập Về Các Mật Điển

Có một giải thích về sự tiến triển của các mật điển từ một quan điểm lịch sử, theo đó đức Phật đã dạy những mật điển khác nhau tại những thời điểm nhất định và v.v... Tuy nhiên, tôi nghĩ rằng giáo huấn Mật thừa; cũng có thể là do một kết quả của những cá nhân đã đạt đến những thực chứng cao và có thể thăm dò những thành tố thể chất và năng lượng trong thân thể ở một mức độ toàn hảo nhất của nó. Như một kết quả của điều này, họ có thể có những thực chứng và sức thấu triệt cao độ và vì thế có thể tiếp nhận những giáo huấn Mật thừa. Do vậy, khi chúng ta nghĩ về giáo huấn Mật thừa, chúng ta không nên có một quan điểm cứng nhắc về một thời gian lịch sử đặc thù.

Trong mật điển căn bản *Thời Luân*¹, chính đức Phật nói rằng khi Ngài

¹ Kālachakra: Đây là chữ gốc Phạn, trong Phật giáo Mật tông có nghĩa là "bánh xe thời gian" ("thời luân") hay "các chu trình thời gian". Nó vừa là các Giác Thể (deity) của Kim cương thừa và vừa là các thực hành y khoa và triết học bao gồm trong Mật điển Thời Luân và các chú giải của nó. Tên gọi đúng hơn của Mật điển Thời luân là *Kalachakra Laghutantra*, và là một dạng tóm lược của kinh điển nguyên thủy tên là *Kalachakra Mulatantra* đã bị thất truyền. Một số đại sư Phật giáo khẳng định Thời Luân là dạng phát triển nhất của thực hành Kim cương thừa; nó là một trong những hệ thống phức tạp nhất trong Phật giáo Mật tông. Truyền thống Thời Luân đề cập quanh khái niệm về thời gian (kāla) và chu kỳ (chakra): từ các chu kỳ của các tinh tú, đến các chu kỳ thở của người, và nó đạt tới sự thực hành tác động lên việc vận hành các năng lực vi tế nhất trong cơ thể người trên con đường giác ngộ. Giác thể Kalachakra đại diện cho một vị Phật và do đó là nhất thiết trí (trí thấy biết tất cả cùng lúc -- còn gọi là toàn giác). Vì Kalachakra là thời gian mà mọi thứ đều chịu ảnh hưởng của thời gian nên Kalachakra biết tất cả. Bánh xe Thời Luân không có khởi đầu và không có kết thúc.

"Introduction to Kalachakra". International Kalachakra Network.

<http://kalachakranet.org/kalachakra_tantra_introduction.html>. Truy cập 15/01/2010.

Mật Điển Thời Luân được chia làm 5 chương. Trong đó hai chương đầu được xem là nền tảng. Chương một gọi là "Thời Luân Ngoại Vi" nói về thể giới vật lý và hệ thống tính toán lịch Thời Luân cụ thể, chu kỳ sinh và diệt vũ trụ, hệ mặt trời và các thành tố của vũ trụ. Chương hai về "Thời Luân Nội Thể" quan tâm đến: các tiến trình phát triển bào thai và sinh sản, lớp các chức năng nội trong thân thể và kinh nghiệm của con người, và Kim Cương Thân (vajra-kaya); về biểu thức của sự tồn tại thể chất con người trong khuôn khổ các kinh mạch, các giọt, và vân vân. Kinh nghiệm về con người được miêu tả qua bốn trạng thái đi đứng, mơ ngủ, ngủ sâu, và các năng lượng tính dục (hay tầng thứ tư của sự chết). Các năng lực (các giọt) làm khởi lên các trạng thái trên được mô tả cùng với các tiến trình lưu chuyển của chúng. Ba chương cuối mô tả về "Thời Luân Luân Phiên" nói về

lần chuyển pháp luân thứ hai ở đỉnh Linh Thứu, Ngài cũng ban bố một hệ thống khác biệt về giáo huấn Mật thừa tại một địa điểm gọi là Quang Vinh Cát Tường¹. Có ý kiến khác nhau trong vòng những học giả Tây Tạng lưu tâm đến sự phát triển của giáo huấn tantra, kể cả *Mật Điện Thời Luân*. Một hệ thống cho rằng đức Phật đã thuyết giảng giáo huấn mật điện này vào ngày trăng tròn một năm sau khi giác ngộ hoàn toàn; trái lại hệ thống thứ hai giữ quan điểm rằng Ngài đã ban bố giáo huấn Mật thừa một tháng trước bát niết-bàn của Ngài.

Quan điểm thứ hai dường như thuyết phục hơn bởi vì *Mật Điện Thời Luân* tự nói rằng giống như đức Phật lần chuyển pháp luân thứ hai tại đỉnh Linh Thứu², Ngài ban bố giáo huấn mật thừa tại thành Quang

đạo pháp và thành quả. Chương ba về sự chuẩn bị cho các tu tập thiền: các quán đảnh Thời Luân. Chương bốn giải thích về các tu tập thiền thật sự kể cả thiền lên mandala và các giác thể của nó trong giai đoạn tổng quát hay về giai đoạn hoàn tất của sáu du-già. Chương cuối mô tả trạng thái giác ngộ từ tu tập này. "Kalachakra".

<<http://en.wikipedia.org/wiki/Kalachakra>>.

Truy cập 29/08/2010.

¹ Tên Phạn là Dharanikota hay Dhanyakatakam là địa phương thuộc vùng trung lũng Krishna thuộc quận hạt Guntur thuộc bang Andhra Pradesh Ấn-độ. Nơi đây đã từng là thủ đô của vương quốc Satavahana (thế kỉ 1 - 3) và cũng là thủ đô của triều đại Kota Vamsa trong suốt thời Trung cổ cho đến giữa thế kỷ thứ 12. Đây là vùng vừa lúa quan trọng là trung tâm buôn bán với các nơi. Đặc biệt nơi này có các tháp Phật giáo lớn và các lễ đạo Thời Luân được tiến hành.

"Dhanyakataka". <<http://en.wikipedia.org/wiki/Dhanyakataka>>.

Truy cập 29/08/2010.

² Đỉnh núi Linh Thứu (Gr̥dhrakūta) là vùng đỉnh đồi gần Rajagriha thuộc bang Bihar, trung tâm Ấn-độ. "Vulture's Peak". Rigpa Shedra.

Vinh Cát Tường. Đường như rằng trong những bộ mật điển cấp thấp có một ít bộ mà đức Phật đã dạy trong hình thức thông thường của Ngài như một vị tu sĩ cụ túc giới [đại giới] hay Tỳ kheo hoàn toàn, nhưng nói chung, khi Ngài dạy hầu hết mật điển, Ngài mang hình thức của một giác thể¹ chính của mật điển cụ thể.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Vulture%27s_Peak>. Truy cập 19/09/2010.

¹ Từ chữ "deity". Có một sự gần gũi giữa khái niệm này và khái niệm Yidam được dùng rộng rãi trong Anh ngữ. Theo giải thích của ngài Sogyal Rinpoche thì: "*Trong Mật thừa, nguyên lý về các giác thể là phương cách của giao cảm. Thật khó khăn để liên hệ sự biểu thị của các năng lực giác ngộ nếu chúng [các giác thể] không có sắc tướng hay nền tảng cho việc giao cảm cá nhân. Các giác thể được hiểu như là các biểu tượng, vốn được nhân cách hóa và thu bắt các phẩm chất và năng lực vô hạn của tâm trí huệ của các vị phật. ... Qua tu tập việc tạo ra và thẩm thấu các giác thể trong thực hành quán tưởng, hành giả ngộ ra rằng tâm thức vốn nhận thức giác thể và chính giác thể đó không tách biệt.*" Như trong nhiều giáo pháp mô tả về đối tượng thiền cũng như trong các mạn-đà-la thì giác thể có thể mang hình thức của các sự vật (không phải người) như hoa sen hay các âm tiết Phạn ngữ. Một số tài liệu đã dịch từ này trùng nghĩa với thuật ngữ Yidam là *bổn tôn* hay *hộ phật* với ý tưởng các giác thể đó mang sắc tướng con người đã giác ngộ (nghĩa hẹp); tuy nhiên, ở đây chúng tôi dùng thuật ngữ giác thể trong ý nghĩa tổng quát như vừa nêu trên.

Khái niệm yidam (iṣṭadevatā) hay thần thể, bổn tôn: Cũng theo Sogyal Rinpoche thì: "*Các hành giả Phật giáo Tây Tạng sẽ có một bổn tôn, đó là, một pháp tu tập về một vị phật hay một vị giác thể cụ thể mà với vị bổn tôn đó họ có một mối liên hệ về nghiệp mạnh mẽ, vốn đối với họ là hiện thân của chân lý [giác ngộ], và họ mời gọi bổn tôn như là trọng tâm của tu tập. Vì sự tu tập của họ đã công nhận bổn tôn như là sư phát tỏa hào quang của tâm thức giác ngộ, nên họ có thể thấy các trình hiện cùng với sự công nhận này và khiến họ khởi sinh hình ảnh bổn tôn như là một giác thể.*"

Tu tập Mật thừa có thể được thực hiện khi một người đạt được một nền tảng vững vàng trong đạo pháp được trình bày trong hệ thống kinh thừa. Điều này gồm có một quan điểm đúng đắn về tính Không, như nó được giải thích trong lần chuyển pháp luân thứ hai, và một nhận thức về ước vọng vị tha để đạt đến giác ngộ vì lợi ích cho tất cả chúng sinh, căn cứ trên từ ái và bi mẫn, cùng với những tu tập của sáu ba-la-mật-đa¹. Vì thế chỉ sau khi quý vị đã đặt xong một nền tảng thích đáng trong những đạo pháp chung, quý vị có thể thực hiện sự tu tập Mật thừa như một nhân tố bổ xung.

Những điều thâm thúy nhất có thể tìm thấy trong *Mật Điển Du-già Tối Thượng*. Đây là nơi mà quý vị có thể đi đến chỗ thông hiểu thuật ngữ, ‘Phật tính’ hay ‘cốt tủy của Phật quả’, nói cách khác, sự tỉnh thức vô nhiễm được giải thích trong *Mật Điển Tối Thượng Luận*. Ý nghĩa sâu sắc nhất của điều này chỉ có thể được thấu hiểu trong *Mật Điển Du-già Tối Thượng*.

Như vậy, trong sách này, chúng tôi sẽ tùy theo ngữ cảnh để dùng thuật ngữ *bốn tôn* hay *giác thể* cho phù hợp. Nói chung giác thể trong một nghĩa hẹp chính là bốn tôn.

“The Tibetan Book of Living and Dying”. P 289. Sogyal Rinpoche. HarperOne. 1994.

¹ Còn được dịch là Lục độ Ba-la-mật hay sáu toàn thiện được xem là phương tiện tu tập chính của hàng Bồ-tát được dạy nhiều nhất trong hệ kinh *Bát-nhã Ba-la-mật-đa*. Sáu Ba-la-mật-đa bao gồm: Bố thí (dāna-pāramitā), trì giới (śīla-pāramitā), nhẫn nhục (kṣānti-pāramitā), tinh tấn (vīrya-pāramitā), thiền định (dhyāna-pāramitā), và trí huệ (prajñā-pāramitā).

Bất kể đến việc chúng ta có cho rằng *Mật Điện Tối Thượng Luận* tự nó có đề cập đến Phật tính trong hình thức trọn vẹn nhất hay không, nhưng rõ ràng rằng ý nghĩa tối hậu của Phật quả là tâm nguyên sơ của tịnh quang¹ như được giải thích trong *Mật Điện Du-già Tối Thượng*.

Điều hết sức đặc biệt và thậm thâm về *Mật Điện Du-già Tối Thượng* là nó giải thích và phác thảo những phương pháp không chỉ cho bước tiến thực chứng tâm linh trên lộ trình đối với cấp độ của tâm thức thô², mà nó cũng giải thích những kỹ năng và phương pháp cho việc tiện ích hóa cấp độ vi tế của tâm thức, tâm nguyên sơ của tịnh quang. Khi quý vị có thể chuyển hóa tâm nguyên sơ của tịnh quang vào trong thực thể của lộ trình, quý vị được trang bị với một khí cụ vô cùng mạnh mẽ.

Thông thường, trong sự thực hành nhất tâm, chúng ta đang vận hành trên một cấp độ thô của tinh thần và vì thế đòi hỏi một mức mạnh mẽ của chính niệm và tỉnh thức để ngăn ngừa sự tập trung của chúng ta không bị xao lãng. Nếu có một kỹ năng hay phương pháp mà nhờ nó

¹ Thuật ngữ này sẽ dùng để chỉ lớp tâm thức vi tế nhất (cũng được dịch là tâm tịnh quang, tâm quang minh hay tâm tối hậu). Xem thêm chi tiết trong chú thích kế.

² Theo quan điểm của Tâm Lý Học Phật giáo Tây Tạng (quan điểm này cũng phản ánh chủ trương Trung Quán về Tính Không của tâm và pháp) thì tâm thức sẽ bao gồm các trạng thái liên tục sinh diệt theo duyên khởi. Tâm thường được phân chia làm nhiều lớp từ thô cho đến vi tế. Tầng thấp vi tế hơn tạo ảnh hưởng cho sự thể hiện và tính năng của tầng thô hơn. Các tầng càng thô của tâm thức càng phụ thuộc nhiều hơn vào môi trường bao gồm chức năng và sự hiện hữu của hệ thần kinh ... cũng như tầng thô nhất có thể gây hay chịu ảnh hưởng từ môi trường. "Buddhist Psychology – The Foundation of Buddhist Thought". Vol3. P12 – 20. Geshe Tashi Tsering. Wisdom. 2006. ISBN 0861712722.

chúng ta có thể xua đi những phân tâm liên kết với những cấp độ thô của tâm thức này, thì sẽ không cần có sự cảnh tỉnh và chính niệm nghiêm ngặt như thế. *Mật Điển Du-già Tối Thượng* giải thích những phương pháp mà nhờ đây quý vị có thể hóa giải và xua tan tất cả các cấp độ thô của tâm thức và đem tâm thức quý vị đến một cấp độ mà tại đây phân tán không thể sinh khởi.

Thêm nữa, phương pháp cho việc đem đến tâm thức nguyên sơ ấy của tịnh quang, tức là cấp độ vi tế nhất của tâm, vào trong thực thể của lộ trình theo *Mật Điển Du-già Tối Thượng*, là để làm tan rã hay rút bỏ những cấp độ thô của tâm thức và những năng lượng thúc đẩy chúng. Có ba phương cách để làm điều này. Một là bằng phương tiện của du-già khí lực, thứ đến là qua trải nghiệm của bốn loại diệu lạc¹, và thứ ba là qua thiền tập trên vô niệm.

Ở đây, nên nhớ rằng mặc dù đây là những phương pháp khác nhau, nhưng chúng ta có thể đạt đến diệu pháp này bằng những phương tiện của bất cứ một trong ba kỹ năng trên. Chúng ta nên biết rằng những diệu pháp này có thể đạt được không chỉ bằng một phương pháp, mà qua một tích tập của nhiều phương pháp khác nhau. Thí dụ, nếu chúng

¹ Theo *Clear Light of Bliss: The Practice of Mahamudra in Vajrayana Buddhism* by Geshe Kelsang Gyatso. Motilal. 1992. ISBN 8120816668. Banarsidass. Chapter Clear Light and the Four Joys (p.73 - 107): Bốn loại diệu lạc này tương ứng với bốn mức trạng thái mà thiền giả trải nghiệm: Nhiệt được phát khởi và tan chảy từ hạt trắng thuộc đỉnh đầu [crown] lưu chuyển qua kinh mạch trung ương -- [1] từ đỉnh đầu đến cổ họng, [2] từ cổ họng đến tim, [3] từ tim đến rốn, [4] và từ rốn đến đỉnh của cơ quan sinh dục. Điều này mang tới trải nghiệm về đại lạc và hành giả nên duy trì trải nghiệm này trong khi thiền lên tính Không. Sau đó, hành giả phát khởi bốn diệu lạc này theo thứ tự ngược lại.

ta phát sinh một tư tưởng thiện đức hôm nay, mặc dù tư tưởng thiện đức này có thể phục vụ như một nguyên nhân để đạt đến toàn giác trong tương lai, nhưng điều này không có nghĩa là chỉ một mình tư tưởng thiện đức đơn độc này là nguyên nhân của toàn giác.

Một tác phẩm gọi là Văn-thù-sư-lợi Thánh Ngữ¹, được một vị đạo sư Ấn Độ là Phật Trí [Buddhajñana] sáng tác, đề cập rằng do bởi cấu trúc vật lý của thân thể chúng ta và những yếu tố mà chúng ta thể hiện như những con người cư ngụ trên hành tinh này, thậm chí trên một mức độ tầm thường, nhưng trong những hoàn cảnh nào đây chúng ta có thể trải nghiệm mức độ vi tế của tịnh quang, một cách tự nhiên. Điều này xảy ra trong giấc ngủ, ngáp, ngất và cực điểm của tỉnh dục.

Điều này cho thấy rằng chúng ta có trong chính mình một khả năng nào đây mà có thể được khám phá xa hơn. Và trong bốn trạng thái này, cơ hội tốt nhất cho sự phát triển xa hơn là trong lúc tiếp xúc tỉnh dục.

Mặc dù tôi đang sử dụng thuật ngữ thông thường này, cực điểm tỉnh dục, nó không hàm ý một hành vi tỉnh dục tầm thường. Điều tham chiếu ở đây là sự trải nghiệm của việc nhập vào trong sự hợp nhất với

¹ Theo tra cứu thì chúng tôi tìm thấy có một Luận điển cùng tên nhưng lại là tác phẩm chú giải của đức Dalai Lama thứ 5. Tác phẩm này mang tên Tạng ngữ là *Jampel Shalung* hay *lam rim 'jam dpal zhal lung* giải thích về một tác phẩm Lamrim của đức Dalai Lama thứ 3. Rất tiếc chúng tôi không thể tìm thấy tham chiếu của công trình trùng tên của Ngài Phật Trí. Có thể tên tựa của tác phẩm này là không hoàn toàn chính xác.

"The Path to The Bliss". P21. Dalai Lama. Eng. trans. Thupten Jinpa et al. Snow Lion. 2003. ISBN 1559391901. "The life of Shabkar: the autobiography of a Tibetan yogin". P154. Zabs-dkar Tshogs-drug-rañ-grol. Matthieu Ricard et al. Snow Lion. 2001. ISBN 1559391545

một người đối ngẫu¹ có tính dục khác phái, bằng những phương tiện mà các thành tố tại đỉnh [đỉnh đầu, bách hội huyệt] được tan chảy, và qua năng lực của thiền, tiến trình cũng đảo ngược lại.

Điều chuẩn bị cho một sự tu tập như thế này là quý vị phải có thể bảo vệ chính mình từ những lỗi lầm của sự xuất tinh. Cụ thể theo sự giải thích trong *Mật Điển Thời Luân*, sự xuất tinh như thế là rất tai hại cho sự tu tập của quý vị. Do thế, vì quý vị không được kinh nghiệm sự xuất tinh ngay cả trong những giấc mơ, nên mật điển diễn tả những kỹ thuật khác nhau cho quý vị vượt thắng lỗi lầm này.

¹ Nhiều tài liệu đã dịch thuật ngữ này thành “phối ngẫu”. Tuy nhiên, thuật ngữ này có thể đem lại một nhầm lẫn là hành giả khác phái này là vợ hay chồng của người tiến hành tu tập. Theo các tài liệu khác nhau thì pháp tu tập này có thể sử dụng ngay cả với các tu sĩ Phật giáo Kim Cương thừa và có thể không nhất thiết phải tiến hành với người “phối ngẫu” dựa trên quan hệ vợ chồng. (“The Dalai Lama's Secret Temple: Tantric Wall Paintings from Tibet”. Ian Baker. P.167. Thames & Hudson, 2000. ISBN 0500510032). Ngay trong phần giảng này đức Dalai Lama cũng đã khẳng định rằng phải tránh tối đa việc xuất tinh cho thấy đây tuyệt nhiên không phải là hành vi “giao phối” thật sự mà chỉ là hành vi mượn phương tiện. Trong phần sau về Bốn Lớp Mật Thừa, các chi tiết cũng chỉ ra chẳng hạn trong sự tương ứng của tu tập qua hành vi liếc nhìn, cười, nắm tay hay ôm, và hợp nhất với các lớp mật thừa Hành Động, Thiện Hạnh, Du-già, và Du-già Tối Thượng là tùy theo khả năng khống chế các tham chấp nhưng đối với ba lớp mật thừa thấp hơn mật thừa Du-già Tối Thượng thì trong các trường hợp này *hoàn toàn không có hành vi thật sự nào ngoài sự quán tưởng đơn thuần*. Nên, sẽ không chính xác khi dùng từ “phối ngẫu” để chỉ đối tượng được quán tưởng. Do đó, thuật ngữ “đối ngẫu” được chọn dùng để phân biệt với ý nghĩa “phối ngẫu” thông thường.

Điều này mâu thuẫn với sự diễn giải của Luật Tạng, vốn thiết lập một tiêu chuẩn kỷ luật cho những tu sĩ Phật giáo, trong ấy ngoại trừ xuất tinh trong những giấc mơ, bởi vì điều ấy là ngoài sự kiểm soát của quý vị, trái lại trong Mật thừa nó được xem như một sự vi phạm. Kinh nghiệm của sự tan chảy tâm thức giác ngộ được đưa đến bằng khát vọng đau khổ thông thường, và vì thế hành giả phải có khả năng phát khởi nó.

Vấn đề là qua áp lực của khát vọng, quý vị có thể làm tan chảy những yếu tố trong thân thể quý vị. Hậu quả là, khi quý vị kinh nghiệm thể trạng vô niệm, quý vị có thể hướng sự chú tâm của quý vị đến việc thiền lên tính Không. Do thế, khi quý vị kinh nghiệm một thể trạng vô niệm như là một kết quả của những yếu tố tan chảy trong thân thể quý vị, nếu quý vị có thể phát sinh sự thông hiểu ấy vào trong một thực chứng tính Không, thì quý vị sẽ đạt đến diệu pháp chuyển hóa một cảm xúc, khát dục xáo trộn, thành trí huệ thực chứng tính Không.

Khi quý vị có thể vận dụng tâm diệu lạc vô niệm trong sự thực chứng tính Không, kết quả là một trí huệ hùng lực sẽ phục vụ như một đối trị để hóa giải và loại trừ những xúc tình rối loạn. Do vậy, nó là trường hợp trí huệ dẫn xuất từ những cảm xúc xáo trộn hóa giải và loại trừ chúng, giống như những con côn trùng sinh từ gỗ và tiêu hóa gỗ.

Đây là điều đáng kể của các hình thức của thiền bốn tôn, vị bốn tôn chính của mạn-đà-la¹, và của việc nhập vào trong sự hợp nhất với vị đối

¹Mạn-đà-la (maṇḍala, Tibetan: kyilkhor) theo nghĩa đen là 'trung tâm và vòng tròn'. Một mạn-đà-la thường được miêu tả như một vòng tròn xoay quanh một trung tâm. Trong mức đơn giản nhất, mạn-đà-la có thể được hiểu là chính người hành giả, và pháp giới xung quanh. Thuật ngữ này cũng

ngẫu được giả định là của đức Phật khi Ngài dạy về đạo pháp Mật thừa. Do vậy, trong phạm vi của sự thực hành của họ, những hành giả phát khởi trong chính họ một mức độ quán tưởng vào trong những bản tôn như vậy trong sự hợp nhất với một vị đối ngẫu.

Một độc đáo và thậm thâm khác của Mật thừa quan hệ đến tiến trình cho việc thành tựu hai thân của đức Phật, sắc thân và pháp thân. Theo hệ thống kinh điển hiển giáo, hành giả hoạt động để đạt được sắc thân và pháp thân của một vị Phật như một kết quả của việc trau dồi một ngưỡng vọng vị tha để giác ngộ. Tuy nhiên, thân Phật không xảy ra nếu thiếu các nguyên nhân và điều kiện và những nhân duyên này phải thích ứng với hậu quả của nó. Điều ấy nói lên rằng, nhân và quả phải có những phương diện tương tự.

Kinh điển hiển giáo nói về những nguyên nhân của sắc thân Phật trong nội dung về một thân thể tinh thân vô song được thành tựu bởi những Bồ-tát tiến hóa cao, cung ứng như nguyên nhân chính yếu của Phật thân, cuối cùng trở thành sắc thân Phật. Điều này cũng được đề cập

mô tả một cấu trúc tích hợp được ban bố quanh một nguyên lý hợp nhất trung tâm. Nó còn có nghĩa là một môi trường thiêng liêng và là cõi an trú của một vị Phật, bồ-tát hay bản tôn cùng với các giác thể vốn được quán tưởng bởi hành giả Kim cương thừa. Vật liệu tạo hình của mạn-đà-la hai chiều thường là cát màu, vải, hay giấy. Mạn-đà-la 3 chiều thường tạo từ gỗ. "Mandala". Rigpa Shedra.

<<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Mandala>>.

Truy cập 02/09/2010.

"Tìm Hiểu về Mạn-đà-la: Phương tiện Tu Học Đầy Tính Nghệ Thuật của Mật tông Tây Tạng". Vietsciences.

<<http://vietsciences.org/timhieu/trietly-giaoduc/mandala800.htm>>.

Truy cập 02/09/2010.

trong những tác phẩm thừa tháp. Mặc dù kinh văn không diễn tả một phương pháp đầy đủ cho việc hiện thực hóa trạng thái toàn giác, chúng nói về những loại tu tập xác định vốn đẩy mạnh việc đạt đến các sắc tướng tốt chính và phụ của đức Phật.¹

Mật Điển Du-già Tối Thượng, trái lại, phác thảo nhữn nguyên nhân và phương pháp đặc biệt cho việc biến thành hiện thực cả pháp và sắc thân của một vị Phật.

Nhằm tuân tự tiến hành tu tập một phương pháp phục vụ như nguyên nhân chính cho việc đạt đến sắc thân của một vị Phật, hành giả Mật thừa trước nhất phải chín muồi những bản năng tinh thần của mình. Nói cách khác, người ấy phải thực hành lập lại nguyên nhân đặc biệt này. Tầm quan trọng của Du-già bốn tôn, vốn khai thác sự quán tưởng trong thiền, là ở chỗ hành giả phát khởi trong chính mình thành phương diện của một bốn tôn.

Những tác phẩm chẳng hạn như một điển giải về Mật thừa gọi là *Mật Điển Kim Cương Điện*² và những luận giải Ấn Độ liên hệ đã chỉ ra rằng

¹ Có khoảng 32 sắc tướng tốt (chính) (*dvatrimśadvāra-lakṣaṇa*) và 80 vẻ đẹp (phụ) (*aśīty-anuvyañjanāni*) của một vị Phật. Xem thêm "Ba Mười Hai Tướng Tốt" và "Tám Mười Vẻ Đẹp". Wikipedia

<http://vi.wikipedia.org/wiki/Ba_m%C6%B0%C6%A1i_hai_t%C6%B0%E1%BB%9Bng_t%E1%BB%91t> và

<http://vi.wikipedia.org/wiki/T%C3%A1m_m%C6%B0%C6%A1i_v%E1%BA%BB_%C4%91%E1%BA%B9p>. Truy cập 18/08/2010.

² Tên Phạn đầy đủ của Mật điển này là *dākinī-vajra-pañjara-mahā-tantra-rāja-kalpa* [*Không Hành Nữ Kim Cương Điện Đại Mật Điển*]. "Tantra in Tibet: the great exposition of secret mantra". P227. Tsongkhapa. Eng. Trans. Jeffrey Hopkins. Motilal Banarsidass. 2008. ISBN 8120803760.

việc đạt đến một pháp thân Phật đòi hỏi thiền và tu tập trên một lộ trình có những tính năng tương ứng đến kết quả pháp thân. Điều này chỉ đến thiền quán về tính Không qua thụ nghiệm trực tiếp mà trong ấy tất cả các trình hiện nhị nguyên và những vọng niệm vi tế được loại ra. Một cách tương tự, để tuần tự đạt đến sắc thân của vị Phật, hành giả cũng phải trau dồi một lộ trình có các tính năng tương tự đến kết quả sắc thân. Việc tiến hành trong một con đường có các tính năng tương tự trạng thái kết quả Phật, đặc biệt sắc thân, có tầm quan trọng và năng lực không thể thiếu được. Các mật điển trình bày một con đường có những tính năng, một cách kỹ thuật gọi là bốn sự tịnh hóa hoàn toàn¹, tương tự đến trạng thái kết quả trong bốn phương cách: tịnh hóa hoàn toàn của giác ngộ, tịnh hóa hoàn toàn của thân, tịnh hóa hoàn toàn của nguồn cội, và tịnh hóa hoàn toàn của những hành vi.

Tất cả các hệ thống của Đại thừa công nhận rằng nhằm để đạt đến trạng thái kết quả, mà đây là sự hợp nhất của hai thân, điều thiết yếu là dẫn

¹ Bốn Tịnh Hóa được giải thích bởi Geshe Kelsang Gyatso như sau: *Mật thừa được định nghĩa như là sự giác ngộ bên trong vốn vận hành để ngăn chặn các trình hiện và khái niệm thô tục bên ngoài cũng như là để hoàn thành 4 tịnh hóa như là giác ngộ (hay diệu lạc), thân, nguồn cội (hay môi trường), và hành vi của một vị Phật. Các tu tập mật tông chính yếu có thể được tổng kết trong 4 tịnh hóa như sau:*

1. Nhận thấy thân mình như là thân của bốn tôn.
2. Nhận thấy môi trường của mình như là cõi tịnh độ hay là mandala của bốn tôn.
3. Nhận thức hỉ lạc của mình như là diệu lạc của bốn tôn, không còn chấp thủ.
4. Thực hiện các hành vi chỉ vì lợi ích của tha nhân (động lực bồ-đề tâm, chủ trương vị tha)

"Varjayana". Wikipedia.org. <<http://en.wikipedia.org/wiki/Vajrayana>>. Truy cập 19/08/2010.

thân trong một con đường mà trong ấy có một sự phối hợp của phương tiện và trí huệ. Tuy nhiên, sự hợp nhất của trí huệ và phương tiện theo hệ thống kinh điển hiện giáo không là một sự phối hợp toàn vẹn. Mặc dù nó chỉ đến trí huệ trong dạng thức của trí huệ thực chứng tính Không và phương tiện trong nội dung của sự thực hành sáu ba-la-mật-đa như bố thí, trì giới, v.v..., sự hợp nhất giữa phương tiện và trí huệ ở đây chỉ đơn thuần là sự thực hành trí huệ thực chứng tính Không được bổ sung bởi một nhân tố của phương tiện như Bồ-đề tâm, và sự thực hành Bồ-đề tâm [bồ-đề tâm hành] cùng những khía cạnh của phương tiện được hoàn thành và hỗ trợ bởi một nhân tố của trí huệ như sự thực chứng tính Không. Nói cách khác, họ cho rằng cả hai nhân tố của đạo pháp, là nhân tố trí huệ và nhân tố phương tiện, không thể được thể hiện trong một thực thể ý thức.

Một hình thức tu tập như vậy là một phối hợp tương đối của phương tiện và trí huệ. Sự tu tập của trí huệ không bị cô lập bởi những nhân tố phương tiện, sự tu tập của phương tiện cũng không bị cô lập khỏi những nhân tố của trí huệ, tuy thế, nó không là một hình thức hoàn hảo của sự phối hợp giữa phương tiện và trí huệ. Chỉ có Mật thừa có thể cung ứng như là nguyên nhân tối hậu hay con đường cho sự thực chứng trạng thái kết quả của Phật quả, trong ấy có một sự hợp nhất hoàn toàn giữa sắc thân và pháp thân.

Câu hỏi là hình thức nào của sự thực hành hay con đường nào là có thể để tại đó phương tiện và trí huệ được hợp nhất không thể tách rời. Trong sự tu tập Mật thừa, đây là du-già bốn tôn mà trong ấy sắc tướng siêu phàm của một bốn tôn được hình dung hóa trong từng thời điểm đơn nhất của ý thức, trong cùng lúc có một chính niệm về tính Không của nó. Ở đây, trong một thực thể của tâm ý là sự thiên quán về cả bốn tôn lẫn lĩnh hội về tính Không. Do thế, một thời điểm tâm ý như vậy là một nhân tố của cả phương tiện lẫn trí huệ.

Cũng thế, khi chúng ta cố gắng để nuôi dưỡng sự tôn nghiêm siêu phàm hay cảm nhận về sự đồng nhất với một chúng sinh thân thánh trong tu tập bốn tôn du-già, thì chúng ta nỗ lực để vượt thắng cảm giác và nhận thức thông thường. Tôi nghĩ điều này giúp chúng ta làm nên khả năng của Phật quả trong chính chúng ta rõ ràng hơn.



Mạn-đà-la Đại Nhật Như Lai

Để đạt đến một niềm tôn nghiêm vững vàng của trạng thái là một bản tôn đòi hỏi một sự quán tưởng ổn cố về sắc tướng và sự trình hiện của bản tôn. Một cách thông thường, do bởi khuynh hướng tự nhiên của chúng ta và ư tưởng hệ quả của tự ngã, chúng ta có một cảm giác bản năng và cái ‘tôi’ và tự ngã căn cứ trên thân thể và tâm ý của chúng ta. Nếu chúng ta trau dồi một nhận thức mạnh mẽ về sự biểu hiện của chúng ta như một bản tôn một cách tương tự, chúng ta cũng sẽ có thể trau dồi niềm tôn nghiêm siêu phàm, cảm nhận về sự đồng nhất với một bản tôn, bằng việc tập trung trên thân thể siêu phàm.

Nhằm để hiện thực hóa tâm thức toàn giác trong chính mình, chúng ta cần phát triển nguyên nhân chính yếu cho một tâm thức như thế, không phải là một hình thức bất kỳ nào của tâm ý, mà là một tâm thức với một sự tương tục bền bỉ. Điều ấy để nói rằng, tâm thức mà chúng ta nhận thức tính Không của nó nhằm để hiện thực toàn giác phải là một loại tâm thức đặc biệt, trong khuôn khổ tương tục của nó, là thường trụ. Những trạng thái ô nhiễm của tâm thức, chẳng hạn như những cảm xúc phiền não và v.v..., là không trường cửu. Do vậy, chúng chỉ tùy duyên. Chúng phát khởi ở một thời điểm nào đó rồi biến mất. Cho nên, mặc dù chúng là bất lợi, tai hại, nhưng chúng không kéo dài, trong khi bản tính tâm thức mà nó được chúng ta nhận thức, khi chúng ta trở thành toàn giác, là thường hằng trong dạng thức tương tục của nó không phải do ngẫu nhiên.

Điều này có nghĩa là, chúng ta có thể thực chứng tính Không, bản nhiên của tâm thức thanh tịnh, tâm chưa bao giờ bị ô nhiễm bởi ảnh hưởng của những cảm xúc phiền não.

Bây giờ, theo quan điểm về tự chính tính Không, mặc dù không có sự khác biệt giữa tính Không của những hiện tượng bên ngoài, như một chồi non chẳng hạn, và tính Không của một bồn tôn, như là một người tự mình phát khởi vào trong bồn tôn như Phật Đại Nhật¹, nhưng theo quan điểm của những chủ thể được định phẩm bởi tính Không thì có một sự khác nhau.

Điều quan trọng của bồn tôn du-già là, thì vốn nó là một loại trí huệ đặc biệt thực chứng tính Không của bồn tôn này mà cuối cùng phục vụ như một nguyên nhân quan trọng cho tâm toàn giác của Phật quả. Do thế, bồn tôn Du-già là một hợp nhất của sự thấu rõ vốn là sự quán tưởng bồn tôn, và sự thâm diệu vốn là sự thực chứng tính Không.

¹ Phật Đại Nhật hay Tỳ-lô-giá-na (Vairocana hay Mahāvairocana) là vị Phật thường được diễn dịch như là Thân Diệu Lạc của đức Phật Thích-ca (Kinh Hoa Nghiêm); Ngài cũng được xem là Pháp thân Phật và là vị Đại Nhật Phật (Phật Mặt Trời). Trong quan điểm về Ngũ Trí Như Lai thì Đại Nhật Phật có vị trí ở trung tâm và đối ngẫu là Tara Trắng. Trong Kim Cương Giới Mạn-đà-la, Đại Nhật Như Lai đại biểu cho thức uẩn của ngũ uẩn, Không đại của ngũ đại, pháp giới thể tánh trí của ngũ trí, và có chủng tử tự là VAM. Trong Thai Tạng Giới Mạn-đà-la, trung tâm có hình tượng hoa sen từ bi tâm tám cánh, thì Đại Nhật Như Lai là nhụy sen biểu tượng cho căn bản của sự tu tập giải thoát cần phải lấy đại bi làm gốc. Ngài đại biểu cho tâm viên mãn, tối thắng của hoa sen trắng tinh khiết, trang nghiêm, thanh tịnh. Chủng tử tự là AH. Đại Nhật Như Lai được dịch từ Vairocana, theo tiếng Phạn có nghĩa là "biến chiếu".

"Đại Nhật Như Lai". Wikipedia.

http://vi.wikipedia.org/wiki/%C4%90%E1%BA%A1i_Nh%E1%BA%ADt_Nh%C6%B0_Lai>. Truy cập 01/09/2010.

"Vairocana". Wikipedia.

<<http://en.wikipedia.org/wiki/Vairocana>>. Truy cập 01/09/2010.

Bây giờ, theo kinh điển hiền giáo, đức Phật chưa bao giờ chấp nhận sự phát sinh những cảm xúc phiền não vì chính lợi ích của một người, hay từ quan điểm về sự thực chứng của một người trong đạo pháp. Nhưng có những trường hợp đề cập trong kinh điển, về vị thế mà một Bồ-tát, tìm thấy sự áp dụng những cảm xúc phiền não nào đấy là hữu dụng và lợi ích vì mục tiêu cho những người khác, là được chuẩn thuận.

Đức Phật đã nói rằng mặc dù phần là như uế trong phổ thị, nhưng nó hữu ích khi được dùng như phân bón trên đồng ruộng. Việc đặc biệt sử dụng các vọng tưởng của vị bồ-tát này có thể hữu ích một cách tương tự như vậy đến những người khác.

Trong khi đó, theo các hệ thống kinh hiền giáo, đức Phật không bao giờ cho phép việc phát khởi nóng giận hay căm hờn của một bồ-tát, mà ta hay thấy có ở người thường, nóng giận hay căm hờn là các thế lực xúc cảm rất mạnh mẽ, cuối cùng là nhằm giúp chúng ta xong việc.

Trong mật điển, chúng ta thấy rằng đức Phật đã có một ngoại lệ cho việc phát khởi thù ghét, bởi vì chúng ta thấy những kỹ năng và phương pháp ở đây cho việc sử dụng thù ghét và giận dữ vào những mục tiêu tích cực. Tuy thế, chúng ta phải cảnh giác rằng ngay cả khi việc sử dụng thù ghét và giận dữ cho những mục tiêu tích cực, động cơ nền tảng phải là tư tưởng vị tha cho việc đạt đến giác ngộ vì lợi ích của người khác. Khi được dẫn xuất từ một động cơ như thế, giận dữ hay thù ghét do tình huống được bỏ qua. Sự nổi bật về khía cạnh phần nộ của một số bản tôn có thể được hiểu trong phạm vi này.

Do thế, đây chỉ là một số sự khác nhau giữa hệ thống kinh điển hiền giáo và mật điển hay, như chúng ta có thể nói, những tính năng siêu việt của con đường Mật thừa.

Bốn Lớp Mật Thừa

Hệ thống Mật thừa được phân chia thành bốn lớp, như được nói trong mật điển điển giải *Kim Cương Điện*. Như chúng ta đã thảo luận ở trên rằng, chỉ trong Mật thừa Du-già Tối Thượng đáp ứng những tính năng thậm thâm và đặc biệt nhất của của Mật thừa, do thế, chúng ta phải nhìn những Mật thừa bậc thấp như những nấc thang đi lên Mật thừa Du-già Tối Thượng. Mặc dù sự điển giải về những cách đem khát vọng vào con đường là một tính năng chung của tất cả bốn lớp Mật thừa, thì những mức độ của khát vọng có khác nhau. Trong lớp đầu tiên của Mật thừa, Mật thừa Hành Động¹, phương pháp tiếp nhận khát vọng vào trong con đường là liếc nhìn đối ngẫu. Trong những lớp tiếp theo của Mật thừa, những phương pháp bao gồm cười, nắm tay hay ôm và hợp nhất².

¹ Mật thừa Hành Động (Kriyāntara) — là cỗ xe đầu tiên trong 3 lớp Mật tông ngoại vi. Các Mật điển Hành Động có tên như thế vì chúng chú trọng chính yếu vào các hạnh kiểm bên ngoài, các thực hành về lễ tịnh hóa, tẩy uế và vân vân.

"Kriya Tantra". Rigpa Shedra Wiki.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Kriya_tantra>.

Truy cập 19/08/2010.

² Theo *Atisha's lamp for the path to enlightenment (Bồ-đề Đạo Đăng Luận của Atisha)*: Mật thừa Hành Động cho những ai có thể sử dụng tham chấp được gợi lên qua việc nhìn đối ngẫu nhưng không thể khống chế tham chấp mạnh mẽ hơn. Mật thừa Thiện Hạnh cho người có khả năng tiện ích được tham chấp gợi lên từ nụ cười và ve vãn với đối ngẫu. Mật thừa Du-già cho kẻ có thể khai thác tham chấp khởi lên từ việc sờ chạm và ôm đối ngẫu. Tất cả các điều này đều là các hành vi của sự quán tưởng. Mật thừa Du-già Tối Thượng cho các đối tượng có thể khống chế được tham muốn phát khởi bởi việc thật sự tiếp xúc giữa các cơ quan sinh dục. Tuy nhiên, từ quan

Bốn lớp của Mật thừa được đặt tên theo chức năng và những cơ chế khác nhau của sự tịnh hóa. Trong lớp thấp nhất của các mật điển thủ ấn hay những thế xếp của bàn tay được xem như quan trọng hơn du-già nội thể, vì thế được gọi là Mật thừa Hành Động.

Lớp thứ hai, mà trong ấy có nhấn mạnh bình đẳng trên cả hai khía cạnh, được gọi là Mật thừa Thiện Hạnh¹. Thứ ba là Mật thừa Du-già², là nơi Du-già nội thể được nhấn mạnh hơn những hoạt động bên ngoài.³

điểm nhận thức tính Không và thực hành du-già bốn tôn thì không có sự khác nhau giữa các lớp này.

"Atisha's lamp for the path to enlightenment". C6. P212. Geshe Sonam Rinchen. Eng. Trans. Ruth Sonam. Snow Lion. 1997. ISBN 15593908242.

¹ Mật thừa Thiện Hạnh (Caryāntara) còn gọi là Mật thừa Cận Du-già (UpaYogatantra) or hay Mật thừa Lương Thế (Ubhayatantra) — là lớp thứ nhì trong 3 lớp ngoại vi. Được gọi là Mật thừa Thiện Hạnh vì nó nhấn mạnh một cách bình đẳng giữa các hành vi bên ngoài của thân khẩu và sự nuôi dưỡng bên trong của định lực. Do đó tên Mật thừa Lương Thế tương hợp với Mật thừa Du-già trong khi hạnh kiểm của nó lại tương tự như Mật thừa Hành Động.

"Charya Tantra". Rigpa Shedra Wiki.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Charya_tantra>.

Truy cập 19/08/2010.

² Mật thừa Du-già (Yogatantra) — thuộc lớp ngoại vi thứ ba của Mật thừa. Được gọi như thế vì nó nhấn mạnh trên thiền du-già nội thể, kết hợp các phương tiện thiện xảo và trí huệ.

"Yoga Tantra". Rigpa Shedra Wiki.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Yoga_tantra>.

Truy cập 19/08/2010.

³ Các lớp Mật thừa ngoại vi hay các lớp Mật thừa thấp này có chung cho cả Cổ Mật [Ninh Mã, Nyingma] và các trường phái tân dịch. Chúng còn được

Lớp thứ tư được gọi là Mật thừa Du-già Tối Thượng¹ bởi vì nó không chỉ nhấn mạnh tầm quan trọng của Du-già nội thể, mà không có Mật thừa nào siêu việt hơn nó.

Trường phái Nyingma Đại Toàn Thiện nói về chín cỗ xe [cửu thừa]². Ba thừa thứ nhất gồm đến Thanh Văn, Độc Giác, và Bồ-tát thừa mà đã cấu thành nên hệ thống kinh điển hiển giáo. Ba thừa thứ hai được gọi là ngoại vi thừa, cỗ xe bên ngoài, gồm có Mật thừa Hành Động, Mật thừa Thiện Hạnh và Mật thừa Du-già, vì chúng nhấn mạnh sự thực hành của

gọi là Thủ tướng khổ hạnh Vệ-đà bao gồm các Mật thừa Hành Động, Thiện Hạnh, và Du-già.

"Three outer classes of tantra". Rigpa Shedra.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Three_outer_classes_of_tantra>. Truy cập 19/08/2010.

¹ Mật thừa Du-già Tối Thượng (AnuttaraYoga, Yoganiruttara, Yogānuttara) là lớp cao nhất của bốn lớp Mật thừa. Theo truyền thống Tân dịch thì Mật thừa Tối Thượng này được chia thành Mẫu Mật thừa [Mật thừa mẹ], Phụ Mật thừa [Mật thừa cha] và Bất Nhị Mật thừa. Theo truyền thừa Cổ Mật thì Mật thừa Du-già Tối Thượng tương ứng với ba Mật thừa nội thể Đại Du-già, Chuyển Hóa Du-già và Siêu Việt Du-già.

"Highest Yoga Tantra". Rigpa Shedra.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Highest_Yoga_Tantra>. \Truy cập 19/08/2010.

² Chín cỗ xe hay Cửu Thừa Tất Thắng — là theo cách phân loại của truyền thống Cổ Mật Toàn bộ phổ của lộ trình tu tập của Phật Pháp được chia làm chín cỗ xe: Thanh Văn (Shravaka yana), Độc Giác (Pratyekabuddha yana), Bồ-tát (Bodhisattva yana), Hành Động (Kriyātantra), Thiện Hạnh (Caryātantra), Du-già (Yogatantra), Đại Du-già (mahāyoga), Chuyển Hóa Du-già (Anuyoga), và Siêu Việt Du-già (Atiyoga).

"Nine Yanas". Rigpa Shedra Wiki.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Nine_yanas>.

Truy cập 19/08/2010.

những hành vi bên ngoài, mặc dù chúng cũng đề cập đến với những hạnh kiểm nội thể và ngoại vi của hành giả. Cuối cùng, có ba Mật thừa nội thể, những Mật thừa được liên hệ đến thuật ngữ Đại Toàn Thiện¹ như Đại Du-già, Chuyển Hóa Du-già và Siêu Việt Du-già. Ba thừa nội thể này được xem là những phương tiện hay những cỗ xe để đạt đến sự kiểm soát, bởi vì chúng bao hàm những phương tiện để làm hiển lộ của những mức độ vi tế nhất của tâm thức và năng lượng. Bằng những phương tiện này, một hành giả có thể đặt tâm thức của mình trong một trạng thái sâu thẳm ngoài sự phân biệt của tốt và xấu, thanh tịnh hay ô nhiễm, là điều có thể cho phép người ấy siêu việt khỏi những quy ước trần gian.

¹ Đại Toàn Thiện hay Đại Viên Mãn (Mahāsaṃdhi, Atiyoga) — là truyền thống Phật giáo cổ sơ nhất và trực hướng về Trí Huệ trong các truyền thừa tại Tây Tạng được Sogyal Rinpoche mô tả như là *"trọng tâm của tất cả lộ trình tu tập tinh thần và là đỉnh cao của tất cả các tiến hóa tinh thần của cá nhân. Như là một lộ trình để thực chứng bản tính nội tại nhất của tâm mà chúng ta thật sự là, thì Đại Toàn Thiện là rõ ràng và hiệu quả nhất cũng như thích đáng nhất trong thế giới hiện đại"*. Dù là pháp tu thuộc phái Cổ Mật nhưng nó được thực hành qua nhiều thế kỷ bởi các đại sư của tất cả các trường phái khác như là tu tập tối nội.

"Dzogchen". Rigpa Shedra Wiki.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Great_Perfection >.

Truy cập 19/08/2010.



Mạn-dà-la Thời Luân

Truyền Năng Lực Tu Tập¹

Những hình thức của nghi lễ gia trì năng lực hay quán đánh [khai tâm, điểm đạo] là hầu như giống nhau trong những Mật thừa cấp thấp. Tuy thế, trong Mật thừa Du-già Tối Thượng, do bởi sự đa dạng rộng rãi giữa các mật điển thuộc loại này, nên cũng có những lễ quán đánh khác nhau, mà nó phục vụ như một nhân tố chín mùi cho những mật điển cụ thể mà nó tùy thuộc.

Những loại gia trì năng lực tu tập khác nhau cần thiết cho những lớp Mật thừa đặc thù. Thí dụ, trong trường hợp của Mật thừa Hành Động, hai loại quán đánh không thể thiếu được là gia trì năng lực nước, và gia trì năng lực đánh. Trong Mật thừa Thiện Hạnh, năm gia trì năng lực trí

¹ Gia trì năng lực (abhiseka) là một nghi thức trong Phật giáo Tây Tạng nhằm khởi động cho một đệ tử tu tập Mật điển bốn tôn cụ thể. Nghĩa đen của chữ Phạn abhiseka là tưới hay phun nước. Một pháp tu mật thừa sẽ không được xem là có hiệu quả hay không đạt hiệu quả cho đến khi được một đạo sư đủ phẩm chất truyền năng lực ứng hợp của pháp tu này trực tiếp cho đệ tử. Điều này cũng chỉ đến việc nhập môn của đệ tử vào mạn-đà-la [đàn tràng] của bốn tôn. Ba đòi hỏi dành cho đệ tử trước khi bắt đầu tu tập: [1] lễ ban truyền năng lực này (Tibetan: wang), [2] đọc các văn điển của các truyền nhân quyền năng của pháp tu này (Tibetan: lung), và [3] Chỉ dẫn cách thức tiến hành tu tập hay hành lễ (Tibetan: tri). Một cá nhân không được xúc tiến tu tập bốn tôn mà không có gia trì năng lực cho tu tập đó. Nghi thức gia trì năng lực thường được giữ bí mật như là các nghi thức đặc biệt bao hàm trong tu tập bốn tôn. Qua việc thụ nhận năng lực tu tập, đệ tử bước vào mối quan hệ cam kết Kim cương (samaya) với người thầy.

"Empowerment (Tibetan Buddhism)". Wikipedia.

<[http://en.wikipedia.org/wiki/Empowerment_\(Tibetan_Buddhism\)](http://en.wikipedia.org/wiki/Empowerment_(Tibetan_Buddhism))>.

Truy cập 19/08/2010.

huệ là thiết yếu, và trong Mật thừa Du-già Tối Thượng, tất cả bốn giá trị năng lực [Tứ Chủng Gia Trì]: quán đánh tịnh bình, quán đánh bí mật, quán đánh tri kiến trí huệ [quán đánh Kim Cương Trì], và quán đánh từ ngữ [quán đánh Khánh] là cốt yếu.

Tuy nhiên, nhiều thuật ngữ khác nhau được sử dụng trong những truyền thống khác nhau. Trong truyền thống cổ dịch hay trường phái Nyingma¹, thí dụ, Kim Cương đạo sư quán đánh được gọi ‘quán đánh ảo tưởng’ và đệ tử quán đánh được gọi là ‘truyền lực lợi ích’ và v.v... Cũng có một ‘quán đánh Kim Cương đại hoàn thiện’. Trong Đại Toàn Thiện, quán đánh thứ tư tự nó được phân chia xa hơn thành bốn, quán đánh với sự nghiên cứu kỹ lưỡng và v.v...

Thuật ngữ ‘quán đánh’, trong Phạn ngữ là Ashishem, có nhiều nghĩa khác nhau trong những ngữ cảnh khác nhau. Trong một ý nghĩa rộng, quán đánh có thể được giải thích như là [1] một nhân tố chín muồi, hay như [2] sự khởi tác nhân quả, và rồi thì trong thuật ngữ của đạo pháp, mà nó [3] là con đường thật sự của giải thoát, và cuối cùng, [4] quán

¹ Truyền thống cổ dịch hay phái Cổ Mật [Ninh Mã] — là trường phái Phật giáo Tây Tạng cổ để ám chỉ những người theo các điển dịch ban sơ về giáo pháp của đức Phật trong Tạng ngữ vốn được thực hành cho đến thời gian xuất hiện ngài Chánh Niệm Tuệ Xứng (Smrtijñanakirti), một dịch giả Ấn, vào cuối thế kỷ thứ 10. Họ được biết đến như là trường phái Cựu Dịch (Tibetan: Ngagyur Nyingma) để phân biệt với các trường phái Tân Dịch (Sarma) gồm Kadam (Ka-đương), Kagyü (Ka-nhĩ-cư), Sakya (Tát-ca), và cuối cùng là Geluk (Cách-lỗ) theo sự diển dịch mới hơn được hình thành từ thời của dịch giả vĩ đại Rinchen Zangpo (958-1055) trở về sau.

“Nyingma”. Rigpa Shedra.

<<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Nyingma>>.

Truy cập 19/08/2010.

đánh trạng thái kết quả, mà nó là kết quả tịnh hóa. Đại Toàn Thiện cũng đề cập một loại quán đánh nữa, quán đánh căn bản. Điều này liên hệ đến tịnh quang mà nó phục vụ như một căn bản và có thể làm cho những lễ quán đánh khác xảy ra. Nếu một người thiếu những căn cơ về tâm thức nguyên sơ của tịnh quang, thì sẽ không thể nào cho sự gia trì năng lực tiếp sau xảy ra.

Trong trường hợp của một nhân tố bên ngoài như một tịnh bình hay một chôi non, chúng ta không thể nói về một nhân tố chín muồi, một con đường, và một trạng thái kết quả và v.v.... Chỉ có trên căn bản của một cá nhân là người vốn sở hữu loại căn cơ này mà trong ấy người ta có thể nói về một nhân tố chín muồi và một con đường đưa đến một trạng thái kết quả cuối cùng. Vì thế, nói một cách rộng rãi có bốn loại quán đánh.

Chuẩn Bị cho Sự Gia Trì Năng Lực

Để tiến hành một buổi lễ gia trì năng lực, đòi hỏi một mạn-đà-la, là cung điện bất khả tư lường [không thể đo lường] hay một nơi thường trụ của bốn tôn. Có nhiều loại mạn-đà-la: mạn-đà-la được tạo nên bởi sự tập trung tinh thần, mạn-đà-la tranh vẽ, mạn-đà-la cát, và cũng trong Mật thừa Du-già Tối Thượng, mạn-đà-la thân thể được căn cứ trên thân thể của Đạo sư [guru, thiện xảo sư], và các mạn-đà-la của Bồ-đề tâm tương đối¹.

¹ Tâm bồ-đề [bồ-đề tâm] hay tâm giác ngộ được phân làm hai loại 'bồ-đề tâm tương đối' và 'bồ-đề tâm tối thắng' [bồ-đề tâm tuyệt đối]. Bồ-đề tâm tương đối dẫn xuất ước muốn từ bi để thành tựu giác ngộ vì lợi ích cho tất

Trong tất cả các mạn-đà-la này, mạn-đà-la cát là chính yếu, bởi vì nó là mạn-đà-la duy nhất cho sự chuẩn bị của tất cả các nghi thức liên hệ đến sự dâng lễ lên đạo trường, dây phù hộ v.v... có thể được thực thi. Nó cũng phối hợp sự tiến hành những điệu múa lễ, bao gồm những thế uốn khác nhau của bàn tay và bước chân.

Có nhiều loại điệu múa lễ khác nhau. Một thứ được tiến hành khi dâng cúng đạo trường nơi mạn-đà-la được tạo dựng. Một thứ khác được biểu diễn sau khi hoàn thành mạn-đà-la, như một cúng dường đến những bồn tôn của mạn-đà-la. Thêm nữa, có một loại múa nghi lễ được gọi là Cham¹, mà nó liên hệ đến những hoạt động cho sự vượt thắng các chướng ngại.

cả chúng sinh và để rèn luyện bằng cách phương tiện để đạt mục đích đó. Bồ-đề tâm tối thắng là trí huệ trực tiếp vào bản chất vô ngã của các pháp. Bồ-đề tâm tương đối còn được phân biệt giữa 'bồ-đề tâm nguyện' và 'bồ-đề tâm hành', được mô tả bởi ngài Tịch Thiên như là sự phân biệt giữa việc quyết định tiến hành [lý tưởng vị tha] và việc thật sự đang tiến hành. "Bodhichitta". <<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Bodhichitta>>. Truy cập 02/09/2010.

¹ Vũ điệu Cham liên hệ đến một số bộ phái của Phật giáo Tây Tạng, người tham gia sẽ dùng đến các trang phục riêng biệt. Vũ điệu được đệm kèm bởi âm nhạc đánh lên bởi các tu sĩ sử dụng nhạc cụ truyền thống Phật giáo Tây Tạng. Các vũ điệu thường có nội dung giới hạnh quan hệ đến từ bi cho chúng sinh và được diễn để mang lại công đức cho tất cả những ai nhận thức chúng.

"Cham Dance". Wikipedia.
<http://en.wikipedia.org/wiki/Cham_Dance>.
Truy cập 07/09/2010.

Nhiều tự viện nhỏ chuyên môn trong việc biểu diễn những điệu múa nghi lễ này, nhưng chúng ta có thể hỏi sự thấu hiểu của họ về biểu tượng, và ý nghĩa đằng sau những điệu múa này. Hầu hết mọi người quan tâm sự biểu diễn của họ như một sự trình diễn, một loại hình sân khấu. Điều này là một phản ánh sự thật đáng buồn rằng các Mật thừa đang thoái hóa. Tôi đã từng đọc trong lịch sử Ấn Độ rằng một trong những nhân tố cho sự suy đồi của Mật thừa và giáo thuyết nhà Phật ở Ấn Độ là sự phát triển dư thừa trong các thực hành Mật thừa. Nếu một hành giả thiếu những nền tảng căn bản vốn là những điều kiện tiên quyết cho thực hành Mật thừa, thì những kỹ năng và thiền quán Mật thừa có thể chứng tỏ nguy hại hơn là lợi ích. Đây là lý do tại sao sự thực hành Mật thừa được gọi là ‘bí mật’.

Chúng ta nên nhớ rõ trong tâm thức rằng ngay cả trong những tác phẩm mật điển, các thệ nguyện giải thoát cá nhân [tỳ kheo giới] được tán dương một cách cao độ. Mật thừa căn bản Thời Luân, vua cả tất cả Mật thừa Du-già Tối Thượng, đề cập rằng trong những vị Kim Cương Đạo Sư khác nhau tiến hành giảng dạy và nghi lễ, tu sĩ cụ túc giới là cao nhất, sa di là mức trung, và cư sĩ là thấp nhất. Hơn thế nữa, trong quá trình tiếp nhận một sự quán đảnh, có những loại thệ nguyện khác nhau được thực thi. Thệ nguyện Bồ-tát giới có thể được tiếp nhận trong sự hiện diện hình tượng của đức Phật, không có đạo sư trong hình thể con người. Những thệ nguyện giải thoát cá nhân và thệ nguyện Mật thừa trái lại phải được tiếp nhận từ một người sống trong hình thức một guru.

Nếu quý vị muốn thăng tiến thành công trong lộ trình Mật thừa, điều cần thiết là quý vị phải tiếp nhận sự truyền lực và gia trì của truyền thừa không gián đoạn bắt nguồn từ đức Phật Kim Cương Trì [Buddha Vajradhara] từ đạo sư của quý vị, nhằm kích khởi một khả năng tiềm ẩn trong tâm thức quý vị để hiện thực hóa trạng thái kết quả của Phật quả.

Điều này được đạt đến bằng nghi lễ gia trì năng lực. Do thế, trong sự thực hành Mật thừa, đạo sư là rất quan trọng.

Vì đạo sư đóng một vai trò quan trọng như thế trong sự thực hành tantra, nhiều tác phẩm Mật thừa đã phác thảo những phẩm chất của một vị đạo sư mật tông.

Một người ban quán đảnh phải nên có đủ phẩm chất. Vậy nên trước khi thực thi điểm đạo, điều quan trọng là kiểm tra xem người đạo sư có các phẩm chất này không. Được cho rằng ngay cả nếu phải mất mười hai năm để xác định được xem người thầy có sở hữu các phẩm chất đúng đắn, thì quý vị cũng nên bỏ thì giờ mà làm việc đó.

Một đạo sư Kim Cương đủ phẩm hạnh là một người thủ hộ ba cánh cửa thân thể, lời nói, và tâm ý của vị ấy khỏi những hành vi tiêu cực, một người tế nhị và thông suốt trong ba vô lậu học -- giới, định, và tuệ. Thêm nữa, vị ấy phải sở hữu hai bộ, nội thể và ngoại vi, của mười nguyên lý¹. *Sư Sư Pháp Ngũ Thập Tụng*¹ diễn tả một người thiếu bi

¹ Theo ngài Tsongkhapa, thì *Kim Cương Tâm Yếu Trang Nghiêm Mật Điển* (Vajra-hṛdayālamkāra-tantra) có nêu mười nguyên lý nội thể và ngoại vi. Các nguyên lý nội thể [mật] là: [1-2] hai nghi thức hồi chuyển [của hiểm nguy và ngăn trở], [3-4] [gia trì năng lực] trí huệ bí mật và siêu việt, [5] nghi thức cho việc phân chia những ai đang được khẻ chạm, [6] cúng dường bánh và [7] Kim Cương trì tụng, [8] nghi thức về hoàn tất mảnh liệt, [9] ban phước các hình tượng, và [10] hoàn tất mạn-đà-la. Các nguyên lý ngoại vi là: [1] mạn-đà-la vòng thiêng liêng, [2] định (thiền chỉ), [3] thủ ấn (uốn tay), [4] bái đứng, [5] bái ngồi, [6] tụng, [7] nghi thức (tịnh) hóa, [8] cúng dường, [9] áp dụng vào hoạt động, và [10] đúc kết. Ngài Tsongkhapa cũng giải thích thêm về nhiều chi tiết về 10 nguyên lý nội thể và ngoại vi. Xem thêm chi tiết:

mẫn và hần học, bị không chế bởi những năng lực mạnh mẽ của dính mắc và thù hận và không có kiến thức của ba vô lậu học, khoe khoang chút ít kiến thức mà vị ấy có, thì không đủ phẩm chất là một vị đạo sư mật tông. Nhưng nếu như một đạo sư mật tông phải sở hữu những phẩm chất nào đây, thì đệ tử cũng phải như vậy. Khuynh hướng hiện tại là việc tham dự một lễ quán đánh bất kỳ được ban bởi bất cứ một vị đạo sư hay Lạt-ma nào mà không có sự khảo sát trước, và tiếp nhận lễ khai tâm, rồi sau đó nói những điều chống lại vị thầy của mình là không tốt.

Nói về phần những vị đạo sư, điều cũng quan trọng là ban bố giáo huấn theo những cấu trúc tổng quát trong lộ trình Phật giáo và việc tiến hành theo khuôn khổ chung về lộ trình Phật giáo như là luật lệ mà qua đó quý vị xác định được sự toàn vẹn những giáo huấn của quý vị.

Điểm đáng nêu là vị thầy không nên cảm thấy kiêu ngạo trong mối quan hệ gần gũi với các đệ tử của mình, người thầy có quyền tối

"The fulfillment of all hopes: guru devotion in Tibetan Buddhism". Tsongkhapa. p41-47. Wisdom. 1999. ISBN 086171153x.

¹ Tên Phạn ngữ là gurupañcāsikā. Đây là bài luận thuyết gồm 50 đoạn kệ của ngài Mã Minh (Āśvaghoṣa) (thế kỷ 1-2) liên hệ chặt chẽ đến Mật thừa Du-già Tối Thượng nói về phương pháp tìm thiện xảo sư [guru] và về cách ứng xử trong quan hệ thầy trò. Từ đoạn kệ thứ 7 -9 nói về phẩm chất của vị thiện xảo sư và các đoạn kệ sau đó (10-48) nói về ứng xử của thầy trò. "Lama Nga-chu-pa" (The Fifty Verses on Guru Devotion). Luận giải bởi Tsongkhapa. Trans by Sharpa Tulku et all. Library of Tibetan Works. 1975. PDF.

"50 Verses on Guru Devotion". Āśvaghoṣa. View On Buddhism.
<http://viewonbuddhism.org/resources/50_verses_guru_devotion.html>.
Truy cập 23/08/2010.

thượng và có thể làm bất cứ điều gì mình muốn. Có một châm ngôn của Tây Tạng rằng, ‘Mặc dù quý vị có thể đồng đẳng với những bôn tôn trong khuôn khổ của sự thực chứng, nhưng lối sống của quý vị nên phù hợp với phương cách của những người khác.’

Tri Giữ Thệ Nguyện

Một khi quý vị đã tiếp nhận lễ quán đảnh, quý vị có một trách nhiệm lớn trong việc giữ gìn những cam kết và thệ nguyện. Trong Mật thừa Hành Động và Thiện Hạnh, mặc dù thệ nguyện Bồ-tát giới được yêu cầu, nhưng không cần tiếp nhận thệ nguyện Mật thừa. Bất cứ một mật điển nào bao gồm một vị kim cương đạo sư thì sự quán đảnh cũng đòi hỏi đệ tử giữ gìn những thệ nguyện Kim Cương thừa.

Nếu quý vị đặc biệt chú ý để trì giữ các thực hành trong ba Mật thừa thấp, điều quan trọng là phải duy trì việc ăn chay. Mặc dù điều hợp lý để người Tây Tạng ăn thịt ở tại Tây Tạng, do bởi điều kiện khí hậu và thiếu thốn rau cải, trong những xứ sở rau trái dồi dào, tốt hơn là tránh hay hạn chế sự tiêu thụ thịt cá của quý vị. Một cách đặc biệt khi quý vị mời thỉnh nhiều người đến tiệc tùng, điều tốt nhất là nếu quý vị có thể cung ứng thực phẩm chay tịnh.

Có câu chuyện về một người du cư đến viếng thăm Lhasa, và ngạc nhiên thấy người ta ăn chay. Ông nói, ‘Dân Lhasa sẽ không bao giờ đói, vì họ có thể ăn bất cứ thứ gì màu xanh lá cây.’

Lập trường Phật giáo với việc chế độ ăn uống là không có một sự cảm đoán chung về thịt, ngay cả như được trình bày trong nguyên tắc chùa chiền, với ngoại lệ thịt của những thú vật đặc thù nào đấy. Tu sĩ ở Tích Lan, Miến Điện, và Thái Lan ăn thịt.

Trong tập hợp các kinh điển về Bồ-tát đạo, ăn thịt là bị cấm đoán một cách tổng quát. Tuy thế, sự cấm đoán không quá nghiêm khắc. Trong tác phẩm gọi là *Trung Đạo Tâm Luận* [*madhyamaka-hṛdaya-kārikā*], Thanh Biện đề cập về câu hỏi về chế độ ăn chay, và kết luận rằng vì thú vật đã chết khi thịt nó được ăn, thì không có ảnh hưởng trực tiếp. Điều bị cấm đoán là việc ăn thịt mà quý vị biết hay nghi ngờ chúng đã bị giết thịt để dành riêng cho quý vị.

Trong ba lớp thấp của Mật thừa, ăn thịt bị cấm một cách nghiêm khắc. Nhưng trong Mật thừa Du-già Tối Thượng, những hành giả được khuyến nghị cùng chia xẻ năm loại thịt và năm loại cam lồ (rượu ngon). Hành giả tuyệt hảo của Mật thừa Du-già Tối Thượng là người nào có thể chuyển hóa năm loại thịt và năm loại cam lồ thành những vật chất thanh tịnh qua năng lực của thiền quán, và rồi thì có thể sử dụng chúng để nâng cao năng lực thân thể. Nhưng nếu ai đẩy cố gắng biện minh cho việc ăn thịt bằng việc tự xưng mình là một hành giả Mật thừa Du-già Tối Thượng khi họ đi đến việc sử dụng thịt và cam lồ mà họ không thể kén chọn, thường thức một số và từ chối những thứ khác trong sự ghê tởm.



Kim Cương nữ Du-già Hành giả

Nữ Giới Và Đạo Phật

Tôi nghĩ rằng cũng thích hợp để nói vài điều nào đấy về phái nữ và nữ quyền trong Đạo Phật.

Trong trường hợp lối sống ở tự viện, mặc dù nam và nữ hành giả được ban cho những cơ hội đồng đẳng trong những văn kiện Giới luật để tiếp nhận những thế nguyện tu sĩ, nhưng chúng ta thấy rằng những nam tăng sĩ đại giới được đối xử cao hơn trong nội dung của các đối tượng của sự tôn kính và ngưỡng mộ. Từ khía cạnh này, chúng ta có thể nói rằng có một sự phân biệt nào đấy.

Cũng trong những văn kiện của hạ thừa [thừa thấp], chúng ta thấy rằng một vị Bồ-tát trên cấp độ cao nhất của con đường, người chắc chắn đạt đến giác ngộ trong kiếp sống ấy, được kể là nam giới. Chúng ta thấy một sự giải thích tương tự trong kinh điển của Đại thừa, rằng một vị Bồ-tát trên cấp độ cao nhất của con đường, người chắc chắn sẽ đạt đến giác ngộ trong cùng kiếp sống ấy là một nam nhân trường thọ trong thế giới Cực Lạc¹. Điều này cũng đúng trong ba lớp thấp của Mật thừa, nhưng sự diễn giải trong Mật thừa Du-già Tối Thượng lại khác.

Trong Mật thừa Du-già Tối Thượng, ngay cả bước đầu tiên tiếp nhận truyền lực khai tâm chỉ có thể trên căn bản của sự hiện diện của một

¹ Thế giới Cực Lạc (sukhāvātī) là cõi an trụ của đức Phật A-di-đà trong Phật giáo Đại thừa. "*Sukhavatī*". Wikipedia.
<<http://en.wikipedia.org/wiki/Sukhavati>>.
Truy cập 19/08/2010.

chúng hội đầy đủ nam và nữ bốn tôn. Những đức Phật của năm bộ phải được hộ tống bởi đối ngẫu của các Ngài¹.

Vai trò của phái nữ được nhấn mạnh trong Mật thừa Du-già Tối Thượng. Kinh thị phái nữ là vi phạm một trong những thệ nguyện gốc của Mật thừa, mặc dù không thấy có sự xem thường tương ứng được đề cập trong quan hệ đến những nam hành giả. Cũng thế, trong tu tập thật sự của thiền quán trên những giác thể mạn-đà-la, giác thể được lưu tâm thường là phái nữ, như Vajra Yogini² và Nairat Maya¹.

¹ Năm Bộ Phật [Ngũ Trí Như Lai] chỉ đến các yếu tố của Phật tính. Chúng là các yếu tố bẩm sinh của dòng tâm thức tương tục. Năm bộ Phật và các đối ngẫu bao gồm:

- Đại Nhật Phật hay Tỳ-lô-giá-na Như Lai (Vairochana) đối ngẫu là Dhatvishvari hay Tara Trắng.
- Bất Động Phật hay A-súc-bệ Như Lai (Akshobhya) đối ngẫu là Buddhalochana
- Bảo Sanh Như Lai (Ratnasambhava) đối ngẫu là Mamaki
- A-di-đà Như Lai (Amitabha) đối ngẫu là Pandaravasini
- Bất Không Thành Tựu Như Lai (Amoghasiddhi) đối ngẫu là Samayatara.

"Five female buddhas". Rigpa Shedra.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Five_female_buddhas>.

Truy cập 19/08/2010.

Xem thêm về Ngũ Phật Trí:

"*Buddha-Family Traits (Buddha Families) and Aspects of Experience*". The Berzin Archives.

<http://www.berzinarchives.com/web/en/archives/advanced/tantra/level2_basic_theory/buddha_family_traits.html>. Truy cập 19/08/2010.

² Vajrayoginī (Tibetan: Dorje Naljorma) dịch nghĩa là "Kim Cương nữ du-già hành giả". Đây là một bốn tôn thuộc Mật Điển Du-già Tối Thượng. Theo ngài Tsongkhapa, sự thực hành của nữ du-già này bao gồm các phương tiện ngăn ngừa cái chết thông thường, trạng thái trung ấm, và tái sinh (qua

Thêm nữa, Mật thừa nói về trọng điểm trong tầng bậc hoàn tất, khi hành giả được khuyên bảo tìm một đối ngẫu, như một sự thúc đẩy cho sự thực chứng xa hơn của con đường. Trong những hoàn cảnh hợp nhất như vậy, nếu sự thực chứng của một trong hai người đối ngẫu là tiến bộ hơn, thì người đó có thể đem đến sự giải thoát, hay hiện thực hóa trạng thái kết quả, cho cả hai hành giả.

Do thế, như được giải thích trong Mật thừa Du-già Tối Thượng, rằng một hành giả có thể trở nên hoàn toàn giác ngộ trong kiếp sống này như một người nữ. Điều này là đúng và rõ ràng được tuyên bố trong những mật điển như *Bí Mật Tập Hội*.

Điểm căn bản là trong Mật thừa và đặc biệt là trong Mật thừa Du-già Tối Thượng, điều mà các hành giả xúc tiến là một phương pháp khám phá và phát triển khả năng ẩn tàng trong chính họ. Đây là, tâm nguyên sơ của tịnh quang và từ quan điểm ấy, vì nam và nữ giới sở hữu năng lực ấy một cách bình đẳng, nên không có sự khác biệt bất cứ điều gì trong khả năng của họ để đạt đến trạng thái kết quả.

việc chuyển hóa chúng vào các lộ trình để giác ngộ), và cho việc chuyển hóa hầu hết các trải nghiệm thế tục vào trong các lộ trình tu tập. Thực hành về Vajrayoginī nằm trong Mẫu Mật thừa thuộc về Mật thừa Du-già Tối Thượng.

"Vajrayogini". Wikipedia.

<<http://en.wikipedia.org/wiki/Vajrayogini>>.

Truy cập 07/09/2010.

¹ Nairātmyā nghĩa là "Thiên nữ của tính Không" hay "người nữ đã giác ngộ vô ngã" là một Phật nữ có thân hình màu xanh dương đậm của không gian vô lượng, phản ánh trí tuệ mở không biên giới.

"Nairātmyā". wikipedia.

<<http://en.wikipedia.org/wiki/Nairatmya>>.

Truy cập 07/09/2010.

Do vậy, lập trường của Phật giáo trên câu hỏi về sự phân biệt giới tính là từ quan điểm căn bản của Mật thừa Du-già Tối Thượng, không có sự phân biệt nào cả.

Những Đạo Pháp Của Tu Tập Mật Thừa – Mật thừa Hành Động

Trong những lớp thấp của Mật thừa, hai cấp độ của con đường được liên hệ đến, một cách kỹ thuật gọi là Du-già với các biểu tượng và Du-già không có biểu tượng.¹

Theo một quan điểm khác, Mật thừa Hành Động trình bày những con đường của nó trong dạng thức của những phương pháp để hiện thực hóa thân Phật, khẩu Phật và tâm thức của Phật quả. Con đường để hiện thực hóa thân Phật được giải thích trong nội dung của việc quán tưởng bốn tôn. Con đường để hiện thực hóa lời nói được diễn giải trong dạng thức của hai loại trì tụng mật chú mantra – một thì thâm một cách thật

¹ Theo trình bày của đức Dalai Lama trong *The world of Tibetan Buddhism* thì trong bối cảnh thiền hay du-già có nhấn mạnh đến tu tập về tính Không được xem là thiền hay du-già không có biểu tượng và ngược lại nếu nó *không phải* là tu tập đó lên tính Không thì nó là thiền hay du-già có biểu tượng.

"The World of Tibetan Buddhism: An Overview of Its Philosophy and Practice". P123. Dalai Lama. Thupten Jinpa Trans. Wisdom. 1995. ISBN: 0861710975.

sự và loại kia là được trì tụng trong trí óc. Con đường cho việc hiện thực hóa tâm thức của vị Phật được giải thích trong khuôn khổ của điều được gọi một cách kỹ thuật là ‘sự tập trung vốn là điều ban cho giải thoát vào lúc chấm dứt âm thanh’. Loại tập trung này đòi hỏi như một sự chuẩn bị, giữ định tâm¹ trong lửa và giữ định tâm trong âm thanh.

Hiện Thực Hóa Thân Phật

Việc Mật thừa Hành Động có kết hợp chặt chẽ hay không một sự thực tập về việc phát khởi chính mình thành bồ tôn là một điểm mà các đại sư có những ý kiến khác nhau. Tuy nhiên, chúng ta có thể nói rằng thực tập sinh thông thường của Mật thừa Hành Động không cần phải phát khởi chính họ thành bồ tôn. Thiên quán của họ được hạn chế một cách đơn giản đến sự quán tưởng bồ tôn trong sự hiện diện của họ. Nhưng những thực tập sinh chính yếu của Mật thừa Hành Động là những người có thể thật sự phát sinh chính họ thành những bồ tôn và là những người quán tưởng bồ tôn như một căn bản như thế.

¹ Các thuật ngữ như “calm abiding”, “concentrate abiding” trong bài giảng này dùng trong cùng một ý nghĩa là trạng thái định tâm, tức là trạng thái tâm hoàn toàn vắng bật các hôn trầm (mê ngủ) và trạo cử (phấn khích) trong lúc thiền hay nói gọn hơn là hành giả hoàn toàn tập trung vào đối tượng thiền và không còn bất kỳ xao lãng nào. Thuật ngữ cổ điển còn gọi là “chỉ”.



Bốn tôn Quán Thế Âm Bồ-tát bốn tay (Quan Âm Tứ Thủ)

Bổ Tôn Du-già

Quán tưởng một bổn tôn như Quán Thế Âm chẳng hạn, hay bổn tôn du-già, như được giải thích trong một Mật thừa Hành Động và cho những thực tập sinh chính của Mật thừa ấy, có thể được diễn tả trong sáu tầng bậc: bổn tôn tính Không, bổn tôn Mật mật chú, bổn tôn chủng tự, bổn tôn thủ ấn, và bổn tôn biểu tượng.

Thiền quán về bổn tôn tính Không liên hệ đến sự thiền quán trên tính Không của chính tự ngã của hành giả và tự thể của bổn tôn – quán chiếu trên căn bản chung trong dạng thức về bản chất Không của họ.

Nói một cách tổng quát, như trong *Tứ Bách Kệ Tụng* Thánh Thiên giải thích, theo quan điểm của bản chất tối hậu, không có sự khác biệt về bất cứ điều gì giữa những hiện tượng – tất cả chúng là giống nhau trong điều là chúng thiếu vắng một sự tồn tại tự tính. Từ quan điểm cơ bản, chúng có cùng một mùi vị; do thế, điều đó nói về việc vô số trở nên một mùi vị. Và mặc dù tất cả chúng có cùng bản tính Không, nhưng trên mức độ quy ước thế gian, các hiện tượng có nhiều sự biểu hiện khác nhau, do thế nó nói về vô số từ sự đồng nhất này.

Với thiền quán trên Bổn tôn mật chú, quý vị quán tưởng âm vang của mật chú sinh khởi từ trạng thái Không, bản tính tối hậu của tự ngã của chính hành giả và của bổn tôn. Đây không phải là hình thể của các mẫu tự, chỉ là âm thanh của bổn tôn mật chú vang vọng. Duy trì sự quán chiếu này là bước thứ hai, thiền quán trên mật chú hay âm thanh của bổn tôn.

Trong sự thiền quán trên bổn tôn chủng tự, hành giả quán tưởng những âm tiết của mật chú tự vang âm phát khởi trong hình tướng của những chủng tự trên một đĩa mặt trăng trắng, trong chính hành giả.

Tiếp theo, hành giả quán tưởng các chủng tự của mật chú được phát khởi thành sắc tướng thật sự của bản tôn, mà đây là thiền quán trên bản tôn sắc tướng.

Thiền quán trên bản tôn thủ ấn xảy ra khi hành giả đã khởi hiện trong sắc tướng của bản tôn, tiến hành những thế xếp tay đặc biệt, vốn là trường hợp của dòng Liên Hoa¹ [Hoa Sen] được thực thi tại tim.

Cuối cùng, thiền quán trên bản tôn biểu tượng hay ký tượng là sự quán tưởng trên đỉnh của đầu, cổ họng, và tim của hành giả được đánh dấu một cách tôn kính bởi các âm tiết OM AH HUM và thỉnh những bậc trí huệ đi vào thân thể hành giả.

¹ Dòng Liên Hoa đại diện bởi đức Phật A-di-đà. Theo Mật thừa Bản Tôn Du-già thì đây biểu tượng cho khẩu.

"Buddha-FamilyTraits (Buddha Families) and Aspects of Experience". The Berzin Archives.

<http://www.berzinarchives.com/web/en/archives/advanced/tantra/level2_basic_theory/buddha_family_traits.htm>.

Truy cập 02/09/2010.

<<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Aryadeva>>.

Truy cập 2/09/2010.



Các chữ Tạng Tì trên xuống Om Ah Hum
Om màu trắng, Ah màu đỏ và Hum màu xanh

Tầm Quan Trọng Của Việc Thực Chứng Tính Không

Một tính năng căn bản của các thực hành Phật giáo Mật thừa là quý vị luôn luôn phải thiền quán về tính Không trước khi phát khởi chính mình vào thành một bản tôn, cho dù tài liệu hành trì mà quý vị đang dùng có bao gồm các từ ngữ tiếng Phạn như là *om svabhavashuddha sarva-dharma*¹ hay không. Sự quan trọng của thiền quán này là nhấn mạnh tầm quan trọng việc phát sinh trí huệ của chính mình thực chứng tính Không trong sự trình hiện của bản tôn. Mặc dù trong tầng bậc sơ khởi, điều này chỉ hoàn thành trên một mức độ quán tưởng, nó phục vụ như một sự diễn tập cho trường hợp khi mà sự tỉnh thức của hành giả về trí huệ thực chứng tính Không thật sự sinh khởi trong hình tướng của một thân thể siêu phàm [thánh thể]. Vì lý do này, nếu hành giả thiếu sự thấu hiểu về tính Không như được giải thích bởi các tướng phái Du-già Hành Tông hay Trung Đạo, thì thật khó khăn để thực hành Du-già Mật tông.

Sự trình hiện hay sắc tướng của bản tôn, phát sinh từ chính trí huệ thực chứng tính Không của hành giả, được nói đến ở đây điển hình cho phương pháp thực hành. Sau đó, hành giả thỉnh thoảng lập lại một lần nữa chính niệm về bản tính Không của bản tôn. Đây là thiền quán trên điều được gọi là ‘đại ấn thành thực những bản năng để hiện thực hóa sắc thân,’ trong phạm vi của Mật thừa Hành Động.

Thật là tốt nếu các hành giả đã có bản năng nhất tâm, hay tâm thức tịch tĩnh. Trái lại, nếu quý vị đang phát triển nhất tâm trong sự phối hợp với sự thực hành mật điển, quý vị nên thực hiện sự thực hành [nhất tâm]

¹ Đoạn âm tiết trên có thấy nhiều trong các Mật chú, đặc biệt là chú về tính Không.

sau khi đã phát khởi chính mình thành bốn tôn, nhưng trước khi thực hiện trì tụng mật chú.

Nhiều tài liệu mật tông nói rằng nếu quý vị cảm thấy mệt mỏi về thiền, thế thì nên tiến hành trì tụng mật chú. Do thế, khi những ai không tiến hành thiền mãnh liệt vào lúc này cảm thấy mệt mỏi trong việc trì tụng mật chú, người ấy chỉ có thể chấm dứt buổi tu tập. Cấu trúc thật sự của các tài liệu nghi lễ nhấn mạnh thiền quán đầu tiên và xem việc trì chú như thứ yếu.

Thiền quán ở đây chỉ đến việc rèn luyện trong các lộ trình thậm thâm và bao quát. Rèn luyện trong con đường thậm thâm là việc thiền quán về tính Không, không phải thiền quán về bất cứ loại tính Không nào, mà đúng hơn là một tính Không mà vốn là bản tính vô song của bốn tôn mà quý vị đã và đang quán tưởng. Tập trung trên bản tính Không của một bốn tôn như thế tạo thành lối tu tập này.

Thiền quán trên lộ trình bao quát hàm chứa hai khía cạnh: đầu tiên, cố gắng phát triển một sự quán tưởng rõ ràng về bốn tôn, một khi tướng mạo này của chính mình như bốn tôn là vững vàng và rõ ràng; quý vị sẽ có thể phát triển khía cạnh thứ hai, đây là sự tôn nghiêm siêu phàm. Một khi quý vị đã có một cái nhìn rõ ràng về chính mình như một bốn tôn, quý vị sẽ có thể phát triển một cảm giác mạnh mẽ về niềm tôn nghiêm siêu phàm, của một bốn tôn thật sự.

Trong một giáo pháp hành trì thiền của đại sư người Ấn là Phật Trí¹, câu hỏi nảy sinh, rằng mặc dù vô minh là nguyên nhân gốc rễ của luân hồi, trong du-già bốn tôn của giai đoạn phát khởi, không có thiền quán đặc biệt về tính Không. Làm thế nào người ta có thể hàm ý rằng Du-già bốn tôn phục vụ như một năng lực đối kháng với vô minh này? Trong trả lời, Phật Trí nói rằng ý nghĩa mà Du-già bốn tôn bốn tôn trong giai đoạn phát khởi là một tu tập mà trong ấy quý vị thiền quán về bản tính Không của hình tướng bốn tôn, không chỉ thiền quán về bốn tôn đơn thuần. Quý vị thiền quán trên tính Không của bốn tôn trong khi vẫn duy trì được sự trình hiện quán tưởng của bốn tôn. Do vậy, sự tu tập Du-già bốn tôn bao gồm hai khía cạnh: tập trung trên tục đế và tập trung trên chân đế.

Các mật điển cũng chỉ ra ba thái độ: quan tâm đến tất cả mọi trình hiện trong sắc tướng của các bốn tôn, mọi âm thanh mà quý vị nghe trong dạng mật chú, và bất cứ kinh nghiệm ý thức nào mà quý vị có như trí huệ của bốn tôn.

¹ Phật Trí (Buddhajñāna) là một đại sư cổ Ấn-độ thuộc Bí Mật Tập Hội, dòng truyền thừa Trí Tánh (jñānapada). Dòng truyền thừa này bắt đầu từ đức Phật Kim Cương Trì (Pháp thân của đức Phật Thích-ca), Văn-thù-sư-lợi, và đến Phật Trí. Có một số truyền thuyết để lại về ngài Phật Trí như: Chuyện về 300 viên ngọc ("Vasudhara". Wikipedia.

<<http://en.wikipedia.org/wiki/Vasudhara#Legends>>. Truy cập 03/09/2010) và chuyện về ngài thăm giới nọ quý ("Joyful path of good fortune: The Complete Buddhist Path to Enlightenment". p185. Geshe Kelsang Gyatso. Tharpa. 2003. ISBN 0948006455). Tuy nhiên, chúng tôi cũng tìm thấy một tài liệu Việt ngữ từ chú giải rằng ngài Phật Trí thuộc về Thuyết Xuất Thế Bộ của Đại Chúng Bộ. "Tôn giả A Đế Sa (982-1054)". Thích Hằng Đạt. Đại Tùng Lâm Vạn Phật Đảnh.

<<http://www.vanphatdanh.com/vietVPD1/sinhhoat/sach/THD/tongiaadesa/chutchich.htm>>. Truy cập 03/09/2010.

Thái độ đầu tiên phải được thông hiểu không phải trong ý nghĩa của việc phát triển một nhận thức như thế qua lòng tin, mà chính là để đạt đến mục tiêu cụ thể, đây là để vượt thắng cảm giác tầm thường của chúng ta. Trong một cấp độ tương tự, quý vị cố gắng nhận thức mọi thứ xuất hiện đến quý vị trong hình sắc của bốn tôn. Do thế, sự lĩnh hội thái độ ấy luôn luôn được tìm thấy trên tính Không.

Một sự giải thích khác về thái độ này, một cách đặc biệt như được trình bày trong truyền thống Sakyapa¹, thảo luận về ý nghĩa của ba loại Mật thừa. Sự giảng dạy của họ được biết như là Con Đường và Quả Chứng mô tả ‘Mật thừa nhân’ như nền tảng căn bản và hành giả được rèn luyện để thấu hiểu tầm quan trọng và ý nghĩa của nền tảng căn bản này nhằm để đạt đến một nhận thức về mọi thứ đều thanh tịnh và siêu phàm.

Một giải thích khác tìm thấy trong các công trình của một trong những đạo sư của trường phái Đại Toàn Thiện, Dodrup Jigme Tenpai Nyima, gọi là *Những Chủ Đề Tổng Quát của Các Mật Tạng*², giải thích sự trau

¹ Sakya [Tát-ca] (skya) là một trong bốn trường phái chính của Phật giáo Tây Tạng có nguồn gốc từ dòng họ Khön cổ Tây Tạng. Khön Luyi Wangpo là đệ tử của ngài Liên Hoa Sinh và là một trong 7 tu sĩ Phật giáo Tây Tạng đầu tiên. Trường phái này được thiết lập và lan rộng bởi 5 vị thầy: Sachen Kunga Nyingpo (1092-1158), hai con trai của ngài Sönam Tsemo (1142-1182) và Drakpa Gyaltsen (1147-1216), Sakya Pandita (1182-1251) và Chögyal Pakpa (1235-1280).

"Sakya". Rigpa Shedra.

<<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Sakya>>

² Tên Anh ngữ khác của tác phẩm này là "General Exposition of Guhyagarbha". Tên đầy đủ của tác giả là Dodrup Chen III, Jigme Tenpai

đòi nhận thức này theo quan điểm rằng mọi thứ xảy ra trong cõi luân hồi này và tịch tĩnh [niết-bàn] thực tế là một sự biểu hiện khác nhau hay là sự vận hành của nền tảng căn bản được biết như sự tỉnh thức nguyên sơ trong thuật ngữ của Đại Toàn Thiện. Sự tỉnh thức nguyên sơ này là cội nguồn của mọi thứ đã xảy ra và xuất hiện trong sự mở rộng của thực tại – luân hồi và tịch tĩnh chỉ là các biểu hiện của sự tỉnh thức nguyên sơ, mà thực sự đây là cấp độ vi tế nhất của tịnh quang.

Điều này tương đồng với sự giải thích của Trung Đạo rằng tính Không là cội nguồn của tất cả mọi hiện tượng tục đế, bởi vì tất cả mọi hiện tượng là những sự biểu hiện của cùng bản tính tối hậu, đây là tính Không. Tương tự thế, các diễn giải của trường phái Sakya và Nyingma rằng tất cả mọi hiện tượng xuất hiện trong vòng luân hồi và tịch tĩnh là những biểu hiện hay sự vận hành của tính tỉnh thức nguyên sơ có cùng loại ý hướng.

Tính tỉnh thức nguyên sơ này, ánh sáng vi tế trong suốt, là thường trụ trong khuôn khổ của sự tương tục của nó và bản tính thiết yếu của nó, không bị ô nhiễm bởi các cảm xúc phiền não, là thanh tịnh và thấu suốt một cách căn bản. Từ quan điểm này, nó có thể mở rộng tầm nhìn của quý vị về sự thanh tịnh bao gồm tất cả mọi hiện tượng, là những thứ thật sự là các biểu hiện của nền tảng căn bản này.

Quý vị phải nhớ rằng những giải thích khác nhau này được cho từ quan điểm của Mật thừa Du-già Tội Thượng.

Nyima (1865-1926) là một trong các đại đệ tử của đại học giả Jamgon Ju Mipham Gyatso (1846–1912) thuộc truyền thừa Nyingma.

"Nyingma Lineage". Ogyen Ling Monastery.

<<http://www.ogyenling.org/Lineage.aspx>>.

Truy cập 03/09/2010.

Do thế, đây là chủ đề mà quý vị phải thực hiện trong thiền quán. Nếu, sau khi đã làm thế, quý vị cảm thấy mệt mỏi, quý vị có thể trì tụng mật chú hiện thực ngôn ngữ của đức Phật. Mật thừa Hành Động nói về hai loại trì tụng mật chú: một là thì thầm, có nghĩa là quý vị trì tụng một cách yên lặng vì thế quý vị có thể tự nghe, và điều kia là trì tụng tinh thần [tâm niệm], có nghĩa là quý vị không trì bằng âm thanh mà quán tưởng âm thanh của mật chú.

The image shows the Tibetan script for the mantra 'Om Mani Padme Hum'. The characters are written in a bold, black, stylized font. The first character is 'Om' (ཨོཾ), followed by 'Ma' (མ་), 'Ni' (ཎི་), 'Padme' (པདྨེ་), and 'Hum' (ཧཱུྃ།). The characters are arranged in a single line, with the 'Om' character at the beginning and the 'Hum' character at the end, followed by a vertical line.

Mật chú “Om Mani Padme Hum” viết bằng tiếng Tây Tạng

Hiện Thực Hóa Tâm Thức Của Phật Quả

Tập trung định tâm trong lửa là một nội dung cho thiền quán mà trong ấy hành giả quán tưởng những mật chú khác nhau, chủng tự âm tiết và v.v..., tại trái tim của bốn tôn thiền quán và tưởng tượng ngọn lửa phát bùng lên từ trong những chủng tự đó.

Tập trung định tâm trong âm thanh là một thiền tập mà trong ấy hành giả tưởng tượng và tập trung trên âm điệu của mật chú không giống như đang trì tụng chính chúng, nhưng đúng hơn là lắng nghe đến âm tiết của mật chú như nó được trì niệm bởi người nào khác.

Do vậy, hành giả trau dồi nhất tâm hay một định tâm trong những phương cách này, mà đây là tại sao chúng ta tìm thấy các thông điệp trong Mật thừa Hành Động nói rằng qua thực hành tập trung định tâm trong lửa, hành giả sẽ đạt đến tính mềm dẻo uyển chuyển [sự nhu hoạt]¹

¹ Nhu hoạt [khinh an – Anh: pliancy] là trạng thái trở nên rất hoạt dụng của thân và tâm do sự chấm dứt dòng liên tục các chức năng tinh thần và thể chất sai lạc, và nó có nhiệm vụ loại bỏ tất cả các chướng ngại. Các chức năng tinh thần và thể chất sai lạc là sự không thích ứng của tâm và thân hành giả cho việc vận dụng để nuôi dưỡng thiện đức mong muốn. Điều này chỉ xảy đến thông qua việc duy trì sự chú ý vào nội tâm, không phân tán khỏi đối tượng của thiền; điều đó không tùy thuộc vào việc hiểu biết thực chất của sự việc. Như vậy, nhu hoạt có hai mức [1] nhu hoạt về thể chất, hành giả thường thành tựu trước và sau đó là [2] nhu hoạt về tinh thần. Sự khả dụng của thân mà từ đó sự nhẹ nhàng và thanh thoát phát khởi trong các hành vi thể chất của hành giả. Sự khả dụng của tâm là nguyên do của sự hỉ lạc và nhẹ nhàng của tâm trong việc tiến hành sự chú tâm tuyệt hảo [chánh định]. Nếu hành giả được phú cho phẩm chất chuyển hóa này được

của thể chất và tinh thần. Sau đó, qua sự tập trung định tâm trong âm thanh, hành giả sẽ thật sự đạt đến sự định tâm.

Loại du-già thứ ba, được gọi là sự ban cho giải thoát vào lúc chấm dứt âm thanh, là một kỹ năng mà nó cung cấp cho hành giả với sự thực chứng cuối cùng của giải thoát.

Nói một cách tổng quát, nếu chúng ta phân loại các giáo huấn mật tông trong ba tạng, luật, kinh và luận, thì giáo huấn mật tông sẽ được bao gồm trong nhóm thứ hai, những bộ kinh. Do vậy, trong các mật điển, chính đức Phật đã nói rằng Ngài sẽ dạy mật điển trong phong cách của các bộ kinh.

Tầm quan trọng của điều này là những tính năng độc đáo hay thậm chí thâm của Mật thừa mang đến qua những kỹ năng để trau dồi sự ổn cố của thiền quán. Tính năng đặc biệt, tổng quát của tất cả bốn Mật thừa, phân biệt thực hành mật tông khỏi các thực hành của kinh điển hiển giáo là kỹ năng đặc biệt của mật điển Mật thừa nhằm trau dồi sự ổn cố của thiền.

Một điều mà tôi muốn làm sáng tỏ ở đây là, nói một cách tổng quát, định là một trạng thái an trụ của tâm thức mà trong ấy hành giả có thể duy trì sự chú ý của mình đến một đối tượng chọn lựa một cách không xao lãng. Do thế, những kỹ năng để trau dồi một trạng thái như thế cũng là an định [chỉ] hơn là suy tư [quán].

khởi lên từ tâm mình, thì sự tập trung lên đối tượng thiền không bị trở ngại. Do đó, điều này được gọi là sự khả dụng của tâm.
"The Great Treaties on the Stage of the Path to Enlightenment". Vol3. P16, P82-P84. Tsongkhapa. The Lamrim Chenmo Committee. Tibetan Buddhist Learning Center. 2002. ISBN 1559391669.

Tuệ giác là một loại phân tích của thiền quán¹, vì thế các phương pháp để trau dồi tuệ giác cũng là phân tích trong bản chất [của phương pháp].

Định là một trạng thái tinh tế của tâm thức mà trong ấy không chỉ là sự tập trung nhất niệm của quý vị, mà nó cũng phối hợp bởi những khả năng nhu hoạt của tinh thần và thể chất. Một cách tương tự, tuệ giác là một trạng thái nhạy bén của tâm thức mà trong ấy năng lực phân tích rất phát triển mà nó cũng được trang bị với sự nhu hoạt của tinh thần và thể chất.

Do thế, bởi vì thiền định là an chỉ tự nhiên và thiền quán tuệ giác là phân tích, khi quý vị nói về thiền một cách phổ quát, quý vị phải cảnh giác rằng có nhiều loại khác nhau. Một số loại thiền là các trạng thái của tâm thức tập trung trên một đối tượng, chẳng hạn như thiền trên tính Không, mà trong ấy tính Không là đối tượng, trái lại trong thiền

¹ Theo như hầu hết các phương tiện tu tập thiền, thông thường đòi hỏi hành giả đạt được Định lực trước khi bước sang các tu tập Tuệ giác (thông qua thiền quán). Chính là vì bản thân tu tập Tuệ giác hành giả phải có đủ định lực để thấu suốt để giữ chính niệm và tinh thức trong khi lập luận hay phân tích, quán chiếu đến đối tượng thiền. Tuy nhiên, có các phương tiện tu tập đặc biệt trong Kim cương thừa có thể giúp hành giả nuôi dưỡng cả hai năng lực này gần như song song. Trong chiều hướng ngược lại, theo Tôn giả Tsongkhapa có khẳng định rất rõ ràng trong bộ *Đại Luận về Giai Trình của Giác Ngộ* [Bồ-đề Đạo Thứ Luận Đại Pháp] rằng hành giả không thể nào chỉ thành tựu Tuệ giác mà thiếu Định lực. Tức là Định lực đầy đủ luôn là điều kiện cần để có Tuệ giác cho dù là trong bất kì pháp tu tập nào. "The Great Treatises on the Stage of the Path to Enlightenment". Vol3. P19-P25 . Tsongkhapa. The Lamrim Chenmo Committee. Tibetan Buddhist Learning Center. 2002. ISBN 1559391669.

trên từ ái, quý vị phát khởi tâm thức quý vị thành ra một trạng thái của yêu thương. Thêm nữa, có những loại khác nhau của thiền mà trong ấy sự tập trung là việc tưởng tượng hay hình dung hóa về điều nào đó.

Theo các giải thích trong kinh điển và ba Mật thừa thấp, khi quý vị trau dồi định lực trong một buổi thiền tập, quý vị hoàn toàn an chỉ một cách triệt để, duy trì nhất niệm và không tiến hành bất cứ một sự phân tích nào. Hai loại thiền tập khác nhau thường là phân biệt nhau thứ này đối với thứ kia, nhưng Mật thừa Du-già Tối Thượng chứa đựng một phương pháp độc đáo về việc khai mở những huyết tống quan trọng của thân thể. Bằng phân định những điểm nhạy cảm này của thân thể mà ngay cả tuệ giác có thể được trau dồi qua thiền chỉ.

Trong sự tu tập của con đường kinh điển và ba Mật thừa thấp, việc đạt đến định và tuệ luôn luôn là tuần tự. Tịch định đến trước, dẫn đến tuệ giác, trái lại trong Mật thừa Du-già Tối Thượng, một số trong hầu hết những hành giả có căn cơ có thể đạt đến cả hai một cách đồng thời.

Loại Du-già thứ ba đã đề cập trước đây, sự tập trung cho phép sự giải thoát vào lúc chấm dứt âm thanh, là thuật ngữ kỹ thuật cho thiền quán trên tính Không theo hệ thống Mật thừa. Nó cũng được biết như Du-già không có biểu tượng, trong khi hai loại tập trung trước đó được liên hệ như Du-già với biểu tượng.

Mật thừa Thiện Hạnh

Các Mạn-đà-la thuộc Mật thừa Thiện Hạnh thật hiếm hoi trong truyền thống Tây Tạng, nhưng khi chúng thật sự xảy ra, thì hầu hết các giác

thể thông thường nhất là Đại Nhật Như Lai¹ Chính Giác [Vairochana Abhisambodhi].

Mật thừa Thiện Hạnh cũng trình bày lộ trình trong nội dung Du-già có biểu tượng và Du-già không có biểu tượng. Ở đây, Du-già không biểu tượng liên hệ đến thiền tập, nhấn mạnh trên tính Không, trong khi sự nhấn mạnh của Du-già với biểu tượng thì không có.

Cả Mật thừa Hành Động và Mật thừa Thiện Hạnh đều nói về đòi hỏi sự thực hành Du-già bốn tôn và thực hiện ẩn cư thiền thích ứng, mà tiếp theo sau bằng sự dẫn thân trong những hoạt động tu tập. Trong Mật thừa Hành Động và Mật thừa Thiện Hạnh điều này liên hệ một cách chính yếu đến những loại hoạt động nào đầy chướng ngại như kéo dài sự sống trên căn bản của bốn tôn trường thọ. Những loại hoạt động khác, như đạt đến sự giải thoát tối thượng và v.v..., không được diễn tả một cách chi tiết.

¹ Hay còn gọi theo lối phiên âm là Tỳ-lô-giá-na (Vairocana, Mahāvairocana) là vị Phật thường được đề cập và diễn dịch ở dạng Thân Diệu Lạc của Phật Thích-ca (kinh Hoa Nghiêm). Ngài cũng được xem là Pháp thân Phật và là vị Phật Mặt Trời Vĩ Đại (Đại Nhật Phật). Trong liên hệ đến Ngũ Trí Như Lai thì ngài ở vị trí trung tâm. Vị đối ngẫu là Tara Trắng.

"Vairocana". <http://en.wikipedia.org/wiki/Vairocana>. Truy cập 23/08/2010.



Mạn-đà-la Yamāntaka [đàn tràng Thần Diệt Tử]

Mật thừa Du-già

Mật điển quan trọng nhất của tầng lớp này được chuyển dịch sang Tạng ngữ là *Nhất Thiết Như-lai Căn Bản Yếu Lược*¹, trong ấy đề cập Kim Cương Giới và bao gồm những *Các Mật điển Nhất Thiết Trí*.

Tiến trình phổ quát của con đường Mật thừa Du-già được giải thích trên căn bản của ba nhân tố: căn bản tịnh hóa, con đường tịnh hóa, và kết quả tịnh hóa. Căn bản của tịnh hóa ở đây chỉ đến thân thể, lời nói, tâm ý và hoạt động của hành giả, trong khi những con đường tịnh hóa chỉ đến sự tu tập của đại ấn, hiện tượng ấn, chí nguyện ấn, và trí huệ ấn hay nghiệp ấn. Giống như có bốn căn bản của tịnh hóa, thân thể, lời nói, tâm ý và nghiệp của hành giả và bốn con đường tương ứng của tịnh hóa, có bốn kết quả tịnh hóa: thân thể, lời nói, tâm ý và nghiệp của Phật quả. Đây là lý do tại sao văn bản chính của lớp Mật thừa này, *Nhất Thiết Như-lai Căn Bản Yếu Lược*, có bốn phần.

Mật thừa Du-già Tối Thượng

Mật thừa Du-già Tối Thượng đối với người Tây Tạng giống như chế độ ăn uống hằng ngày của chúng tôi. Tôi đã từng thấy rằng sự thực hành

¹ Tên Phạn ngữ đầy đủ của bộ kinh này là Sarva-tathāgata-tattva-saṃgraha-nāma-mahāyānā-sūtra Dịch là: *Nhất thiết Như-lai Căn Bản Yếu Lược Đại Thừa Kinh*. Kinh bao gồm 5 chương và là chánh văn của Mật thừa Du-già được sử dụng tại Tây Tạng và sau này phần đầu [Mahāmandala (đại mạn-đà-la)] của bộ kinh rất được phổ biến theo đạo sino Nhật dưới tên gọi Vajra-śekhara-tantra (*Kim cương Đỉnh Mật Điển*) .

"Sarva-tathāgata-tattva-saṃgraha" và "Vajra-śekhara-tantra" p 254 & 322. A Dictionary of Buddhism. Damien Keown. Oxford. 2003. Truy cập 23/08/2010.

mật điển *Nhất Thiết Như-lai Căn Bản Yếu Lược* và *Mật Điển Đại Nhật Chính Giác*¹ được phổ biến rộng rãi ở Nhật Bản, nơi có rất nhiều hành giả của những Mật thừa thấp. Nhưng dường như rằng Mật thừa Du-già Tồi Thượng chỉ có thể thấy ở Tây Tạng, mặc dù tôi không thể tuyên bố một cách dứt khoát.

Các thực tập sinh mà Mật thừa Du-già Tồi Thượng chủ định là những chúng sinh thuộc dục giới, mà cấu trúc vật lý của họ bao gồm sáu thành tố [lục đại]². Những điều này liên hệ đến ba phần tử mà chúng ta tiếp nhận từ cha chúng ta và ba phần khác chúng ta có từ mẹ chúng ta.

¹ *Đại Nhật Chính Giác Mật Điển* có tên Phạn đầy đủ là *Đại Nhật Chính Giác Hóa Hiện Căn Bản Mật Điển* (Mahāvairocana Abhisambodhi Vikurvita Adhiṣṭhāna Tantra), còn được dịch qua các bản dịch Hán-Việt là *Đại Ti-nô-giá-na Thành Phật Kinh*. Mật điển này được xem là thành phần của các mật điển Thiện Hạnh. "Mahavairocana Tantra". Mật điển này bao gồm 3 mạn-đà-la chính tương ứng với thân khẩu và ý của Đại Nhật Phật, và phần nghi lễ cho tiền tu tập và điểm đạo. Tại Nhật thì mật điển này cùng với Kinh Kim Cương Đỉnh là kinh điển trọng yếu của Chân Ngôn tông.

"Mahavairocana Tantra". Wikipedia.

<http://en.wikipedia.org/wiki/Mahavairocana_Tantra>. Truy cập 08/09/2010.

"The Maha-Vairocana-Abhisambodhi Tantra: With Buddhaguhya's Commentary". Stephen Hodge. Routledge. 2003. ISBN 070071183x.

² Theo quan điểm của Phật giáo Tây Tạng thì thân người cấu thành bởi 6 yếu tố trong đó 4 yếu tố đầu có tên Hán-Việt hay dùng là Tứ Đại (tức là đất, nước, lửa, gió) cộng với hai cấu thành tố khác là Không gian và ý thức. Ở đây các yếu tố này phải được hiểu trong nghĩa rộng của nó (chẳng hạn đất đại diện cho các vật chất rắn đặc, nước cho chất lỏng ...).

"The Gelug-Kagyü Tradition of Mahamudra". Alexander Berzin. The Berzin Archives.

Một tính năng đặc biệt của những con đường thâm thâm trong Mật thừa Du-già Tối Thượng là chúng sử dụng các kỹ năng tương ứng không chỉ với những hiện tượng liên hệ đến căn bản của sự tịnh hóa như chúng xuất hiện trên cấp độ thông thường, chẳng hạn như chết, trạng thái trung ấm và tái sinh, mà còn tương ứng đến những tính năng thuộc trạng thái kết quả của Phật quả, ba thân Phật.

Mật thừa Du-già Tối Thượng giải thích thuật ngữ của Mật thừa trên ba trình độ, [1] Mật thừa nguyên nhân, mà đây là căn bản; [2] Mật thừa phương tiện mà đây là con đường và [3] Mật thừa kết quả. Tất cả ba cấp độ của Mật thừa sinh khởi từ tâm thức nguyên sơ của tịnh quang.

Nếu quý vị thấu hiểu điều quan trọng này, quý vị sẽ thông hiểu sự giải thích của truyền thống Sakya nói về Mật thừa nguyên nhân được gọi là căn bản của tất cả, hay căn bản nền tảng, liên hệ đến mạn-đà-la của các giác thể, mà, tất cả các thứ trong ấy thật sự phát sinh từ căn bản nền tảng này.

Truyền thống này giải thích rằng căn bản nền tảng hiện diện trong các bản năng căn bản của chúng ta và tất cả các hiện tượng trên cấp độ thông thường trong hình thức của các đặc tính. Tất cả các hiện tượng trên đạo pháp hiện diện trong căn bản nền tảng này trong hình thức của những phẩm chất, và tất cả các hiện tượng của trạng thái kết quả của Phật quả hiện diện trong căn bản nền tảng này dưới hình thức của năng lực. Một cách tương tự, chúng ta thấy những khẳng định như ‘sự bình

<http://www.berzinarchives.com/web/en/archives/e-books/published_books/gelug_kagyuu_mahamudra/pt3/mm_08.html>. Truy cập 26/08/2010.

đăng của căn bản và kết quả' trong các tác phẩm của Nyīngmapa [Cổ Mật].

Vì tất cả các hiện tượng của trạng thái kết quả là hoàn bị hay hiện diện trong căn bản nền tảng này dưới hình thức của năng lực, chúng ta cũng có thể hiểu các khẳng định như thế như là thân Phật và trí huệ của Ngài là không thể tách rời với nhau. Nhưng cũng thật quan trọng để hiểu các tuyên bố và những khái niệm này một cách đúng đắn, bằng không có một hiểm họa về một sự thừa nhận sai lầm, điều giống như quan điểm của phái Số Luận¹ rằng những chồi non hiện diện trong thời điểm hạt giống.

Thủ hộ ý hướng tối hậu của những khái niệm như thế trong tâm, chúng ta có thể thấu hiểu những gì Di Lặc đã viết trong *Tối Thượng Luận* của ngài, 'tất cả các cấu uế của tâm là tạm thời và ngoại lai, tất cả các phẩm hạnh của tâm hiện diện trong nó một cách tự nhiên' không có nghĩa là tất cả các phẩm hạnh và thực chứng của tâm thức thực sự hiện diện trong tâm thức, nhưng nó tồn tại dưới hình thức của năng lực, bởi vì tất

¹ Phái Số Luận (sāṃkhya), một trong 6 trường phái triết học vệ-đà cổ Ấn-độ chính. Triết gia Kapila được xem là tổ của phái này. Số luận là một trong các hệ thống triết lý nhị nguyên và vô thần cổ nhất tại Ấn. Như vậy họ công nhận có một bản ngã độc lập với thế giới vật chất và chúng thường hằng; tuy nhiên, họ cũng chấp nhận ý tưởng về luật nhân quả. Triết lý số luận xem vũ trụ bao gồm hai thực thể ý thức (puruṣha) và vật chất giới (prakṛiti). Sáu nguồn triết học cổ vệ-đà Ấn lần lượt là: Upanishad, Vedānta, Mīmāṃsā, Nyāya, Vaiśeṣika và Sāṃkhya.

"Sāṃkhya". Wikipedia.

<<http://en.wikipedia.org/wiki/Samkhya>>.

Truy cập 04/09/2010.

cả chúng hiện diện như năng lực trong tâm thức nguyên sơ của tịnh quang. Theo quan điểm này, chúng ta có thể cũng thấu hiểu những tuyên bố như, ‘nhận ra bản tính chân thật của chúng ta là đồng nghĩa với việc trở thành giác ngộ một cách hoàn toàn.’

Có các thông điệp tương tự trong những mật điển khác như *Mật Điển Hộ Kim Cương*¹, mà chúng ta đọc thấy ở đây, ‘chúng sinh là hoàn toàn giác ngộ, nhưng họ bị chướng ngại bởi cấu uế tinh thần.’ *Thời Luân Kim Cương* cũng nói một cách dứt khoát về điểm này, tâm thức nguyên sơ của tịnh quang, nhưng nó dùng trong thuật ngữ khác, đặt tên nó là ‘không gian kim cương tòa khắp.’

¹ Hộ Kim Cương (Hevajra) là một trong các bốn tôn chính của Mật tông với vị đối ngẫu là Nairātmyā. Về mật điển *Hevajra* thì trong Phạn ngữ có khoảng 750 câu nhưng trong các phần tóm lược cho thấy toàn bộ văn bản lên đến 500 ngàn câu kệ (śloka) chia làm 32 mục. Hầu hết các phần trong nguyên bản đã thất truyền.

"Hevajra". <<http://en.wikipedia.org/wiki/Hevajra>>. Truy cập 04/09/2010.

Trong luận giải về năm tầng bậc hoàn tất của Mật thừa Bí Mật Tập Hội, *Ngọn Đèn Bừng Sáng Năm Tầng Bậc*¹, Long Thọ đề cập rằng hành giả dùng trụ trong thiền quán diệu ảo nhận thức tất cả mọi hiện tượng đều ở trong cùng một khía cạnh. Hàm ý ở đây là tại tầng bậc hoàn tất, khi hành giả có thể sinh khởi trong một thân vô cùng vi tế, một cách kỹ thuật được biết như một thân thể diệu ảo, mà nó là bản tính của năng lượng vi tế nhất và tâm thức, người ấy mở rộng nhận thức của mình đến tất cả mọi hiện tượng, nhận thức chúng như những sự biểu hiện của tâm thức nền tảng của tịnh quang.

Bây giờ, mặc dù chúng ta có thể hiểu việc nhận thức tất cả chúng sinh như sự biểu hiện của tâm nguyên sơ của tịnh quang, bởi vì một cách tối hậu, đây là nguồn cội nền tảng mà từ đây tất cả sinh khởi, những câu hỏi, làm thế nào chúng ta biện minh một cách hợp lý rằng toàn bộ môi trường là một sự biểu hiện của tâm thức nguyên sơ tịnh quang này? Tôi không nghĩ sự tham chiếu ở đây chỉ đến môi trường hay những hiện tượng là bản tính của tâm thức, mặc dù trường phái tư tưởng Duy Tâm cho rằng đây là bản tính của toàn bộ thực thể bên ngoài. Ở đây, ý nghĩa hơi khác. Chúng ta nên hiểu toàn bộ môi trường, tất cả các hiện tượng bên ngoài, như là những sáng tạo, những biểu hiện hay những trình hiện của tâm thức nguyên sơ tịnh quang này, hơn là trạng thái bản tính của nó.

¹ Bản luận tìm thấy liên quan đến Bí Mật tập Hội của Ngài Long Thọ lại có tên là "Ngũ Thứ Luận [cho giai đoạn hoàn tất Bí Mật Tập Hội]" (Pañca-krama). Ngoài ra chúng tôi còn tìm thấy một bản luận do ngài Nguyệt Xứng viết với tựa đề Phạn ngữ là pradiṣoddyatana tức "*Đấng Minh Luận*" (Ngọn Đèn Bừng Sáng). Tuy nhiên, theo như ngữ cảnh của đoạn này chúng tôi cho rằng Pañca-krama chính là bộ luận đang được đề cập. "The Gelug-Kagyü Tradition of Mahamudra". p378. Alexander Berzin. Snow Lion. 1997. ISBN: 1559390727.

Do thế, khi một người qua kinh nghiệm biểu hiện của tâm nguyên sơ tịnh quang này, vốn là cấp độ vi tế nhất của tâm, tại thời điểm ấy tất cả các cấp độ thô thiển của năng lượng và những tiến trình tinh thần bị thu rút hay tan rã. Sau đó những gì xuất hiện trong tâm tại một cấp độ như thế chỉ là tính Không thanh tịnh.

Trong mật điển, những kỹ năng và phương pháp được giải thích mà nhờ nó hành giả có thể sử dụng tâm nguyên sơ tịnh quang biểu hiện một cách tự nhiên tại thời điểm lâm chung hay những trường hợp khác. Một cách tổng quát, trong hệ thống kinh điển hiển giáo, thời khắc cuối cùng của một tâm ý đang chết được nói là trung tính mặc dù rất vi tế, nhưng những phương pháp được giải thích đặt trạng thái tâm thức ấy trong việc sử dụng tích cực, bằng việc phát sinh nó thành điều gì đầy thiện đức.

Tôi đã từng đọc những tác phẩm của đạo sư Ấn Độ Thế Thân¹ so sánh đến những trạng thái tiêu cực của tâm thức, thì những trạng thái thiện đức là mạnh mẽ hơn. Lý do là, theo một quan điểm, rằng trạng thái thiện đức của tâm thức có một giá trị căn bản bởi vì chúng là hợp lý và chắc chắn đúng đắn. Một lý do khác nữa là chỉ các trạng thái thiện đức của tâm thức là có thể được sinh khởi tại những thời điểm của việc phát sinh tâm thức nguyên sơ tịnh quang, chẳng hạn như là thời điểm lâm chung như thế, và thậm chí được mở rộng vượt khỏi nó. Những trạng thái tiêu cực của tâm thức có thể không bao giờ được phát sinh một khi tâm thức nguyên sơ nền tảng tịnh quang đã trở nên hiển lộ.

Quan điểm của Đại Thủ Ấn của truyền thống Kagyu, và quan điểm Dzogchen, tất cả đều đi đến cùng một điểm – sự thấu hiểu tâm thức nguyên sơ của tịnh quang.

Quý vị có thể đặt câu hỏi rằng, bởi vì một cách thông thường Đại Toàn Thiện được trình bày như chóp đỉnh của cửa thừa vì lý do rằng trong

¹ Thế Thân (vasubandhu) (~316-396), cũng được dịch là Thiên Thân, là một trong sáu Bảo Trang của Đại thừa cũng được xem là Tổ thứ 21 của Thiền tông Ấn Độ. Người ta cho rằng Sư sinh tại Peshāwar (địa danh ngày nay), sống tại Kashmir và chết tại ayodhyā. Sư vừa là em vừa là đệ tử của Vô Trước (asaṅga). Sư là người đã hoàn thiện hệ thống triết lý Vi Diệu Pháp (tác phẩm A-tì-đạt-ma câu-xá) và đỉnh cao của Thuyết nhất thiết hữu bộ (sarvāstivādin) sau này sư ngã sang quan điểm Duy thức (vijñānavādin). Vô Trước là người đã khuyến dụ Thế Thân theo Đại thừa. Sư trước tác nhiều bộ luận trong đó có bộ Duy Thức Tam Thập Tụng (Trimsikavijñapti-karika) nổi tiếng.

"Vasubandhu". Rigpa Schedra.

<<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Vasubandhu>>.

Truy cập 04/09/2010.

việc thực tập nó chúng ta sử dụng sự tỉnh thức căn bản của chúng ta, trong khi ở những thừa trước, chúng ta dùng tâm thức [thông thường] của chúng ta. Nếu là như thế, làm thế nào chúng ta có thể nói rằng quan điểm của Đại Toàn Thiện nói đến cùng một sự việc vốn là một hiểu biết về tâm thức nguyên sơ của tịnh quang, cũng là điều cũng được đề cập đến trong Mật thừa Du-già Tối Thượng?

Trả lời đến câu hỏi này đã được đạo sư Đại Toàn Thiện Tenpai Nyima nói rằng, trong khi đúng là trong *Mật Điển Du-già Tối Thượng* nhấn mạnh nhiều đến việc khám phá và phát triển tâm nguyên sơ của tịnh quang, và điều này cũng là một tính năng của sự tu tập Đại Toàn Thiện. Sự khác nhau thuộc vào phương pháp của họ.

Trong các tu tập Mật thừa Du-già Tối Thượng, những kỹ thuật cho việc khám phá và phát triển tâm nguyên sơ của tịnh quang được giải thích như một tiến trình dần dần bắt đầu từ tầng bậc phát khởi cho đến những tầng bậc tiếp theo sau của sự hoàn tất, và cuối cùng đến sự hiện thực hóa tịnh quang. Trong sự tu tập Đại Toàn Thiện sự phát triển và nâng cao tâm nguyên sơ của tịnh quang đã được giải thích, không như một tiến trình tuần tự, mà như một sự nắm vững trực tiếp tự chính tâm tịnh quang, ngay từ lúc khởi đầu, bằng việc sử dụng sự tỉnh thức cơ bản của chúng ta.

Khi nghiên cứu *Mật Điển Du-già Tối Thượng*, chúng ta phải giữ trong tâm rằng trong các luận giải mật tông, một chữ có thể có nhiều cấp độ diễn giải khác nhau, giống như trong trường hợp của các *Kinh Bát-nhã Ba-la-mật-đa* đã được chúng ta thảo luận trước đây có hai cấp độ để diễn giải, một là ý nghĩa trên văn tự và ý nghĩa thâm mật. Trong trường hợp của mật điển, sự diễn giải là sâu xa hơn nhiều, một chữ có thể có nhiều cấp độ khác nhau về ý nghĩa và diễn dịch.

Như đã nói, một chữ của mật điển có thể có bốn cách diễn dịch, bốn kiểu giải thích: [1] Ý nghĩa văn tự [nghĩa đen]; Sự giải thích thông thường theo kinh điển hiền giáo và những mật điển Mật thừa thấp; [2] Các mật nghĩa gồm có ba loại: [a] Loại hàm chứa phương pháp để dùng các tham chấp vào lộ trình, [b] loại hàm chứa sự trình hiện và [c] loại hàm chứa thân huyền ảo tục đế; và cuối cùng là [4] Ý nghĩa tối hậu, ở đây vốn là tịnh quang tối hậu và sự hợp nhất.

Cũng có một kiểu diễn giải gọi là sáu giới hạn: ý nghĩa diễn dịch và liễu nghĩa, ý nghĩa có chủ tâm và ý nghĩa không có chủ tâm, ý nghĩa theo văn tự và ý nghĩa ngoài văn tự.

Trong sự tiếp cận phức tạp này về mật điển, có hai cách giải thích thật sự cho các đệ tử. Một chỉ đến sự trình bày trong một chúng hội công cộng và điều kia chỉ đến phong cách của mỗi quan hệ về thầy – trò.

Nhằm để đánh giá sự tu tập Mật thừa như một thực hành Phật giáo là cuối cùng nó sẽ đưa đến sự đạt thành Phật quả, sự tham chiếu luôn luôn được thể hiện trong luận điển mật tông đến cơ chế của thủ tục trong con đường của kinh điển hiền giáo. Những khác biệt phức tạp và vi tế trong nhiều loại mật điển là do những khác nhau trong căn cơ tinh thần của hành giả, cấu trúc thân thể vật lý và v.v... Do thế, các mật điển bắt đầu với một dẫn nhập mà trong ấy các phẩm chất của thực tập sinh thích hợp được xác định. Có bốn loại hành giả thực hành Mật thừa, đứng đầu gọi là những hành giả quý báu [bảo trang giả]¹.

¹ Theo cách phân chia của *Mật Điển Bí Mật Tập Hội* thì loại hành giả này duy trì đạo đức và hành vi thuần khiết; sáng suốt, tuyệt hảo trong tu học, quán chiếu và thiền, người này nỗ lực trong thiện đức, rèn luyện trí huệ phân biệt, biểu thị trí thông minh bén nhạy một cách tự nhiên, có sự hứng thú mạnh mẽ

Mục tiêu của việc giải thích những mật điển này cho những thực tập sinh thích hợp theo một cách phức tạp như thế là làm cho họ có thể nhận ra hai chân lý. Hai chân lý ở đây không liên hệ đến hai sự thực được giải thích trong hệ thống kinh điển hiển giáo, mà đây là chân lý tối hậu [chân đế] và chân lý quy ước [tục đế]. Đây là hai sự thực trong phạm vi của Mật thừa Du-già Tối Thượng.

Theo sự giải thích của kinh điển hiển giáo, cả chân đế và tục đế trong phạm vi của Mật thừa Du-già Tối Thượng sẽ đều là các chân lý quy ước. Sự diễn giải kiểu này trong giáo pháp mật tông được giải thích

trong Mật thừa, không pha trộn với quan điểm của các hệ thống khác, và có thể giảng dạy đúng đắn theo kinh văn. Người này tựa như bảo ngọc khó tìm. Về cách phân chia hành giả mật thừa ngoài loại bảo trang giả cao nhất kể trên, còn có ba loại với khả năng từ cao đến thấp bao gồm: [1] Liên hoa giả [người tựa hoa sen], là người có lòng từ và tinh thức, khi học được giáo pháp thì có khả năng khai tâm cho người khác. Tuy nhiên, vì kinh nghiệm đầy đủ chưa đạt được nên khả năng này không lâu bền. Người này tựa như hoa sen với mùi thơm tỏa ngát nhưng giọt sương ở tâm sen không thể giữ lâu và sẽ khô cạn dưới ánh mặt trời. [2] Thứ đến là bạch liên hoa giả [người tựa hoa sen trắng], mặc dù có học hỏi và khả năng hiểu biết đúng ý nghĩa của điều được dạy thông qua trí óc quán chiếu, nhưng như hạt giống trong bình ngập đầy vải gòn không thể nảy mầm. Như là một đóa sen trắng giữ được mùi thơm trong đóa nhưng không thể tỏa ngát không chuyển được tri kiến cho người khác. [3] Lam liên hoa giả [người tựa hoa sen xanh] tuy có khả năng hiểu ý nghĩa và ngôn ngữ học được, người này lập tức quên tựa như hoa sen xanh tỏa hương khi còn trong nước nhưng sẽ mất mùi ngay khi nó được thu hái. "The treasury of knowledge: Buddhist ethics". p 485-486. Jamgön Kongtrul Lodrö Tayé. Eng. Trans. Kalu Rinpoche Translation Group. Snow Lion. 2003. ISBN 1559390662.

trong một mật điển *Trí Huệ Kim Cương Tập Pháp Mật Điển*¹ là một mật điển điển giải.



Một tính năng của Mật thừa là hầu hết tất cả mọi mật điển được bắt đầu với hai mẫu tự E Warn. Hai mẫu tự này bao hàm toàn bộ ý nghĩa của Mật thừa, không chỉ là nghĩa văn tự, mà cũng là ý nghĩa rốt ráo của Mật thừa.

Tất cả mọi mật điển, bởi vì chúng là các giáo pháp, được tạo thành từ nhiều mẫu tự khác nhau, mà một cách tối hậu tất cả đều bắt nguồn từ các nguyên âm và phụ âm, do thế tất cả các thứ ấy được hàm chứa trong hai chữ E warn và vì toàn bộ ý nghĩa của mật điển được bao hàm trong ba nhân tố: căn bản, con đường và kết quả, nên tất cả chúng cũng bao gồm trong ý nghĩa của E Warn.

E warn thật sự bao hàm toàn bộ vấn đề chủ yếu của Mật thừa, như Nguyệt Xứng giải thích khi ngài tóm lược nội dung toàn bộ của Mật thừa trong một bài kệ trong luận giải nổi tiếng của ngài là *Đặng Minh Luận*². Bộ luận nổi tiếng đến nỗi có lần nó được nói là giống như mặt trời và mặt trăng là hai nguồn ánh sáng trên bầu trời, trên mặt đất có hai

¹ Tên Phạn đầy đủ của bộ mật điển này là Jñāna-vajra-samuccaya-nāma-tantra.

² Tên Phạn của bộ luận này là pradīpoddyatana.

nguồn của sáng, chỉ đến *Minh Cú Luận*¹, là luận giải của Nguyệt Xứng về Trung Quán Luận của Long Thọ và *Đặng Minh Luận*, là luận giải bao quát của ngài về *Bí Mật Tập Hội*. Bài kệ nói rằng:

Tầng bậc phát khởi hiện thực hóa thân bốn tôn là đầu tiên,
Thiền tập trên bản tính của tâm là thứ hai;
Đạt đến chân lý quy ước vững vàng là thứ ba,
Sự tịnh hóa chân lý quy ước là thứ tư,
Kết nối cả hai chân lý trong sự hợp nhất là thứ năm.

Trong căn bản, điều này là vấn đề chủ yếu toàn bộ của Mật thừa Du-già Tối Thượng. Luận giải của Nguyệt Xứng phân chia toàn bộ lộ trình Mật thừa thành năm tầng bậc; tầng bậc phát khởi và bốn tầng bậc của tầng bậc hoàn tất.

Giống như có nhiều giai tầng của con đường, vì thế có nhiều lễ khai tâm mà chúng là những nhân tố làm cho chín muồi cho những con đyờng này. Sự quán đánh trao truyền năng lực cho hành giả để tiến hành tầng bậc phát khởi được gọi là quán đánh tịnh bình. Nhân tố truyền năng lực để hành giả thực hiện sự tu tập về thân diệu ảo, vốn bao gồm ba sự cô lập: cô lập thân thể, cô lập lời nói, và cô lập tâm ý mà thật sự là những khởi đầu cho thân diệu ảo và tạo nên ba giai đoạn đầu của tầng bậc hoàn tất sẽ là lễ quán đánh thứ hai hay quán đánh bí

¹ *Minh Cú Luận* (Prasannapadā) - Là bộ luận quan trọng do Nguyệt Xứng soạn. Đó là sự diễn giải từng chữ về bộ Căn Bản Trung Quán Luận của Long Thọ.

"Clear Words". Rigpa Shedra.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Clear_Words>.

Truy cập 08/09/2010.

mật. Với lễ quán đảnh trí huệ, hành giả được truyền năng lực gia trì để bắt đầu thiền quán trên tịnh quang. Và với lễ quán đảnh thứ tứ, hành giả được truyền trao năng lực gia trì để bắt đầu thiền quán trên sự hợp nhất.

Diệu Lạc Và Tính Không

Có hai ý nghĩa rộng rãi khác nhau về thuật ngữ ‘hợp nhất’. Một là sự hợp nhất của tính Không và diệu lạc và sự hợp nhất kia là hợp nhất của chân lý quy ước và tối hậu [nhị đế dung thông]. Khi chúng ta nói về sự hợp nhất trong ý nghĩa của chân lý quy ước và tối hậu, thì sự hợp nhất của tính Không và diệu lạc là một phần của cặp, kể đến thân ảo huyền là phần còn lại. Khi hai điều này được hợp nhất hay phối hợp không thể tách rời, chúng hình thành sự hợp nhất của hai chân lý.

Một ý nghĩa của sự hợp nhất tính Không và diệu lạc là, trí huệ thực chứng tính Không được kết nối với diệu lạc – trí huệ thực chứng tính Không được phát sinh trong khía cạnh của diệu lạc, như thế chúng là một thực thể. Một sự diễn giải khác về sự kết hợp diệu lạc và tính Không là quý vị sử dụng một trạng thái đầy diệu lạc của tâm thức để giác ngộ tính Không; và một sự thực chứng như thế về tính Không qua trạng thái diệu lạc của tâm thức được gọi là sự hợp nhất của diệu lạc và tính Không.

Như là một hệ quả của việc thành tựu diệu lạc và thực chứng tính Không có hai kiểu thức. Trong một số trường hợp, trải nghiệm về trạng thái diệu lạc của tâm thức đến trước tiên, tiếp theo bởi sự thực chứng tính Không. Tuy thế, đối với hầu hết những hành giả của Mật thừa Đugia Tôi Thượng, sự thực chứng tính Không đến trước kinh nghiệm thực sự của diệu lạc.

Sự thực chứng tính Không của một số hành giả có thể không hoàn toàn như của trường phái Trung Quán Cự Duyên. Họ có thể trung thành triệt

để một quan điểm về tính Không như được đề xuất bởi Du-già Hành tông hay Trung Quán Y Tụ Khởi tông, nhưng bằng sự kích khởi của những kỹ năng thiền tập mật điển nào đấy, chẳng hạn như kích khởi sức nóng nội tại, hay khai mở những huyết quan trọng của thân thể qua Du-già khí lực, quý vị có thể phát sinh một kinh nghiệm về diệu lạc. Điều này có thể cuối cùng đưa đến một trạng thái nơi mà quý vị có thể rút ra hay tan rã các cấp độ thô thiển của tâm thức hay của năng lượng.

Ở cấp độ kinh nghiệm sâu như thế, khi kết hợp với một ít thấu hiểu về tính Không, có thể đưa đến sự thông hiểu vi tế hơn về tính Không, một sự thông hiểu mà tất cả mọi hiện tượng chỉ đơn thuần là tâm quy ghép, chỉ đơn thuần là các danh định, bị quy gán lên căn bản, thiếu vắng sự tồn tại tự tính và v.v... Đối với loại người ấy diệu lạc được đạt đến một cách sớm sủa hơn và sự thực chứng về tính Không đến trễ hơn.

Hành giả với những khả năng sắc bén, là thực tập sinh chính của Mật thừa Du-già Tối Thượng phải được trang bị với một sự thực chứng về tính Không trước khi tiếp nhận một lễ quán đảnh khai tâm Mật thừa Du-già Tối Thượng. Đối với một hành giả như thế, vì vậy, trí huệ thực chứng tính Không được đạt đến sớm hơn kinh nghiệm về diệu lạc.

Trong một buổi thiền tập mật tông thật sự, một hành giả với những khả năng sắc bén cao độ sử dụng những phương tiện như kích khởi sức nóng nội tại, hay bồn tôn Du-già, hay khai mở những huyết quan trọng của thân thể qua Du-già khí lực và v.v... Qua sức mạnh của khát vọng mà người ấy đã từng phát sinh, người ấy có thể hòa tan tâm thức giác ngộ hay những yếu tố trong thân thể của người ấy và trải nghiệm trạng thái của đại lạc. Tại thời điểm này, kinh nghiệm là giống nhau cho dù người ấy là nam hay nữ. Người ấy tập trung lại sự thực chứng tính Không và phối hợp nó với kinh nghiệm của đại lạc.

Phương cách đại lạc được trải nghiệm là khi tâm thức giác ngộ hay những yếu tố trong thân thể được hòa tan, quý vị trải nghiệm một cảm giác thể chất trong kinh mạch trung tâm mà nó cho sinh khởi một kinh nghiệm vô cùng mạnh mẽ của diệu lạc. Điều này lần lượt đem lại diệu lạc tinh thần vi tế. Khi thiền tập trung lại sự thông hiểu về tính Không, kinh nghiệm của diệu lạc tinh thần được kết hợp với nó. Điều ấy là sự kết hợp của diệu lạc và tính Không.

Theo sự giải thích Mật thừa, khi chúng ta nói về kinh nghiệm diệu lạc ở đây, chúng ta chỉ đến diệu lạc xuất phát từ sự tỏa ra của yếu tố chất lỏng [thủy tố] tái phát khởi, và một loại khác của diệu lạc dẫn xuất từ sự vận hành của yếu tố ấy trong những kinh mạch, và loại diệu lạc thứ ba được dẫn xuất qua trạng thái diệu lạc bất biến. Trong sự thực hành mật thừa, hai loại diệu lạc sau cùng được sử dụng cho sự thực chứng tính Không.

Do bởi tầm quan trọng to lớn của việc sử dụng diệu lạc trong sự thực chứng tính Không, chúng ta thấy rằng nhiều giác thể thiền trong Mật thừa Du-già Tối Thượng ở trong sự hợp nhất với một đối ngẫu. Như tôi đã giải thích ở phía trước, kinh nghiệm này về diệu lạc là rất khác biệt với khoái lạc thông thường của kinh nghiệm dục tình.

Chết, Trạng Thái Trung Âm Và Tái Sinh

Vì sự thực hành Mật thừa Du-già Tối Thượng nhằm để lợi lạc cho thực tập sinh hay hành giả vốn có cấu trúc cơ thể sở hữu sáu cấu thành tố [lục đại], các tiến trình của đạo pháp tương đồng những kinh nghiệm thông thường và có những tính năng tương tự đến những trải nghiệm của cái chết, trạng thái trung âm và tái sinh.

Do bởi cấu trúc thân thể đặc biệt của con người, người ta phải đi qua ba tầng bậc một cách tự nhiên: chết, trạng thái trung âm và tái sinh. Chết là một trạng thái khi tất cả các cấp độ thô thiển của tâm thức và năng lượng thu rút hay hòa tan vào trong những cấp độ vi tế nhất của chúng. Tại thời điểm ấy, chúng ta kinh nghiệm ánh sáng tịnh quang của sự chết. Sau đó, chúng ta mang lấy một thân thể vi tế được biết như trạng thái trung âm và khi trạng thái trung âm khoác lấy một thân thể thô thiển hơn, mà người khác thấy được, thì nó đã nhập vào trong một đời sống mới.



58 Giác Thể Trung Âm dạng hung nộ



42 Giác Thê Trung Âm dạng an hòa

Mặc dù chúng ta đi qua ba trạng thái này một cách tự nhiên, trong các giáo pháp mật tông, Long Thọ và Thánh Thiên đã diễn tả những kỹ năng và phương pháp đặc biệt nhờ đây hành giả có thể đem những kinh nghiệm của họ để sử dụng một cách tích cực. Thay vì phải đi qua những trạng thái ấy một cách vô vọng, họ có thể đạt đến sự kiểm soát ba trạng thái này và sử dụng chúng để đạt đến trạng thái kết quả của Phật quả.

Các thủ thuật cho việc thành tựu ba thân Phật, pháp thân, báo thân và hóa thân, có những tính năng tương tự với các trạng thái chết, trạng thái trung ấm, và tái sinh. Do thế, có một khả năng đạt đến ba thân bằng việc sử dụng ba trạng thái này.

Như con đường của Mật thừa Du-già Tối Thượng được giải thích trong khuôn khổ của thiền tập trên ba thân Phật, bất cứ sự thực hành nào của tầng bậc phát khởi trong Mật thừa Du-già Tối Thượng phải nên bao gồm ba khía cạnh này.

Các tài liệu của Nyingma diễn tả tiến trình này trong những thuật ngữ khác, liên hệ đến ba tam muội thiền [thiền chỉ] thay vì thiền tập trên ba thân, tam muội thiền chân như, thiền chỉ về sự sinh khởi các trình hiện và thiền chỉ nhân quả. Những tam muội thiền này tương ứng đến những sự thực tập của tầng bậc phát khởi giải thích trong cả Mật thừa Du-già và Mật thừa Du-già Tối Thượng, bao gồm tam muội thiền của tầng bậc sơ khởi, tam muội thiền mạn-đà-la chiến thắng và tam muội thiền hành động chiến thắng.

Thiền tập trên ba thân là thiền tập mà trong ấy quý vị vận dụng sự chết, trạng thái trung ấm và tái sinh vào trong tiến trình của con đường. Thí dụ, lấy sự chết vào trong tiến trình của con đường như là pháp thân, là nơi mà quý vị chuyển hóa điều kiện của sự chết bằng việc quán tưởng

hay hình dung đi qua tiến trình của sự chết. Trên cấp độ của sự tưởng tượng, quý vị thu rút và hòa tan tất cả các tiến trình của tâm thức và năng lực của quý vị. Tiến trình của sự chết bắt đầu với sự phân rã những yếu tố trong chính thân thể của quý vị; như một kết quả nó có tám giai tầng bắt đầu với sự tan rã của những yếu tố đất, nước, lửa, và gió.

Điều này tiếp theo bởi bốn giai tầng, một cách kỹ thuật liên hệ đến như những trải nghiệm của tướng mạo trắng, tầng trưởng đỏ, đen gần sự đạt đến và tịnh quang của sự chết. Sự tan rã này được trải nghiệm trong tầng bậc phát khởi chỉ trên một cấp độ tưởng tượng, trong khi những kinh nghiệm sâu hơn của tiến trình phân rã sinh khởi như những tiến bộ của hành giả và nâng cao trong sự thực chứng của người ấy trong tầng bậc hoàn tất. Điều này cuối cùng sẽ đưa đến một điểm nơi mà người ấy có thể đi qua kinh nghiệm của tiến trình thật sự của sự chết.

Ngày nay, những nhà khoa học đã và đang tiến hành những thí nghiệm để thăm tra tiến trình của sự chết để tìm xem nó hoạt động như thế nào. Tiến trình của sự phân rã sẽ rõ ràng hơn nhiều trên một người trải qua tiến trình của sự chết một cách từ từ, chẳng hạn như ai đây đã từng bệnh hoạn một thời gian dài, và những kết luận xác quyết có thể đạt được trong cách này.

Một hành giả mật tông đã đạt đến một trạng thái thực chứng cao cấp sẽ có thể nhận thức những kinh nghiệm của sự chết, nó là thế nào, và sẽ có thể đem nó vào việc ứng dụng tích cực, duy trì sự tỉnh thức của hành giả ấy và không chỉ đơn giản là bị trạng thái chết tràn ngập. Nói chung, những người thông thường có thể duy trì trong tịnh quang của cái chết cho đến ba ngày là tối đa, nhưng một số thiên giả có thể kéo dài đến một tuần lễ hay hơn thế nữa. Những gì biểu lộ rằng một người, mặc dù bên ngoài họ có thể hiển hiện là đã chết, vẫn lưu lại trong tịnh quang của sự chết, đây là thân thể không bị phân rã.

Thời điểm, mà tại đây thiền giả đi qua kinh nghiệm của tịnh quang trong cấp độ quán tưởng của tầng bậc phát khởi, là thời điểm mà tại đây người ấy nên nhập vào trong cân bằng thiền¹ lên tính Không.

Giống như một người bình thường nhập vào trong trạng thái trạng thái trung ấm và mang lấy một thân thể rất vi tế theo sau kinh nghiệm về tịnh quang của sự chết, trong sự thực hành ở tầng bậc phát khởi, sau khi sinh khởi từ cân bằng thiền về tính Không, hành giả mang lấy một thân vi tế trên cấp độ quán tưởng, mà đây là nhân tố chín muồi của trạng thái trung ấm. Đây là sự thiền quán trên báo thân.

Sau đó, giống như trên cấp độ thông thường một người trong trạng thái trung ấm mang lấy một thân thể thô đánh dấu bằng sự tái sinh của họ

¹ Cân bằng thiền (samāpatti – thể phi nhiều, an định) — là trạng thái không phân tán, không xao lãng của tâm thành tựu thông qua nhiều phương tiện thiền tập (chẳng hạn như thiền định, thiền quán, ...) hay qua các buổi tọa thiền chính thức (không phải là các giai đoạn hậu thiền). Theo sự trình bày trong quyển thứ ba của tác phẩm “Đại Pháp về Giai Trình của Giác Ngộ” [Bồ-đề Đạo Thứ Luận Đại Pháp] (Chương 5) thì Ngài Tsongkhapa xác định đây là trạng thái mà thiền giả giữ được sự cân bằng không còn bị các khuynh hướng của hôn trầm và trạo cử dù là vi tế hay thô ảnh hưởng đến. Là một trong các trạng thiền rất thâm sâu.

“Meditative equipoise”. Rigpa Shedra.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Meditative_equipoise>. Truy cập 26/08/2010.

“The Great Treatises on the Stage of the Path to Enlightenment”. Vol3. P77-78 . Tsongkhapa. The Lamrim Chenmo Committee. Tibetan Buddhist Learning Center. 2002. ISBN 1559391669.

trong một kiếp sống mới, vì thế một hành giả của tầng bậc phát khởi, tiếp theo sự tiếp nhận một báo thân, mang lấy một hóa thân.

Có nhiều tài liệu hành trì trình bày những thiền tập trên tầng bậc phát khởi để phát khởi chính mình như một bồn tôn. Trong một số thực hành quý vị thấy chính mình sinh khởi đầu tiên như một người thủ trì kim cương nhân, và sau đây như một người thủ trì kim cương quả, trong những trường hợp khác, quý vị thấy rằng quý vị phát sinh chính mình trong một bồn tôn qua một tiến trình được biết như ‘năm điều minh giải’¹ và v.v...

Mặc dù có nhiều cách để quán tưởng chính mình như một bồn tôn trong thực hành của tầng bậc phát khởi, vốn là những điều rất quan trọng, thì phần quan trọng nhất của thiền là điểm mà tại đó quý vị đặt sự nhấn mạnh đặc biệt đến thiền quán trên sự bao quát và thậm thâm bằng việc tra dồi sự thấu rõ của việc hình dung hóa và niêm tôn kính siêu phàm. Tôi đã đề cập điều này khi giải thích rằng hành giả nên tra dồi sự sáng rõ trong việc hình dung hóa của bồn tôn và sự tôn kính siêu phàm căn cứ trên điều ấy.

¹ Năm điều minh giải này là năm giải thích xóa bỏ các ý kiến sai lạc về thiền bồn tôn và các pháp tu hiển giáo và mật tông bao gồm các ý kiến cho rằng: [1] thiền bồn tôn là không cần thiết, [2] Phật quả của ba-la-mật-đa thừa và Phật quả của Kim Cương thừa là khác nhau, [3] Giai đoạn thiền tổng quát chỉ là thiền bồn tôn, [4] Việc xử dụng yếu tố khát vọng trong đạo pháp dành cho các tu tập sinh căn cơ thấp, [5] Bốn lớp Mật thừa tương ứng với bốn đẳng cấp.

"Tantra in Tibet: the great exposition of secret mantra". Vol1. p66-76. Jeffrey Hopkins. Motilal Banarsidass. 2008. ISBN 8120803760.

Như một hành giả nghiêm khắc, quý vị nên cố gắng thực hành tất cả các thiền quán này, luôn luôn liên hệ chúng đến trạng thái tinh thần của chính và cấp độ nhận thức của quý vị, và luôn luôn thăm tra rằng sự thiền quán của quý vị là tự do khỏi những ảnh hưởng của sự giải đãi [hôn trầm] và phấn khích [trạo cử] tinh thần. Những hình thức như vậy của thiền quán nên được tiến hành trong một cung cách bảo trì và hài hòa.

Chướng ngại lớn nhất của việc đạt được và duy trì nhất tâm là sự xao lãng tinh thần. Điều này bao gồm nhiều loại trạng thái tinh thần khác nhau, chẳng hạn như phân tán tinh thần, nhưng trong tất cả các loại chướng ngại, lớn nhất vẫn là trạo cử. Điều này phát sinh khi tâm thức quý vị bị lôi cuốn bởi một đối tượng tham muốn. Nhằm để vượt thắng và đối phó với những ảnh hưởng như thế, thiền giả được gợi ý là hãy cố gắng thả lỏng sự mãnh liệt của thiền, thu rút sự chú tâm khỏi những đối tượng bên ngoài và v.v..., vì thế tâm thức có điềm tĩnh lại. Bởi vì sự kích động tinh thần xảy ra khi tâm thức quý vị quá cảnh giác hay sự thiền quán của quý vị quá mãnh liệt, sẽ có ích nếu quán chiếu lên trên bản tính của đau khổ luân hồi và v.v... Điều này sẽ có thể làm cho quý vị giảm thiểu sự tập trung cảnh giác của quý vị.

Nhằm để phát triển sự nhất tâm vững vàng, điều cần thiết là có cả sự thấu rõ của tâm thức và sự sáng rõ của đối tượng của nó, vì không có sự thấu rõ này, mặc dù quý vị có thể thu rút tâm thức khỏi đối tượng bên ngoài, nhưng quý vị sẽ không thể đạt đến nhất tâm. Thấu rõ ở đây có hai loại, thấu rõ của cái nhìn và thấu rõ của tự chính kinh nghiệm chủ quan. Nhân tố quấy nhiễu sự thấu rõ của tâm thức là hôn trầm của tinh thần. Điều này có thể vượt thắng bằng việc làm phần chấn cấp độ của quý vị về tinh thức.

Khi quý vị tiến hành thiền để phát triển nhất tâm, quý vị nên phán xét tâm thức của quý vị có quá cảnh giác tập trung hay không, hay nó quá

giải đãi hay không và v.v... Ước định cấp độ của tâm thức chính mình, quý vị nên trau dồi nhất tâm một cách đúng đắn.

Do bởi đối tượng của thiền trong thực hành Mật thừa Du-già Tối Thượng là chính mình trong dạng bốn tôn, và cũng bởi vì sự tu tập nhất tâm tập trung sự chú tâm của quý vị trên những điểm nào đấy trên thân thể quý vị, nên quý vị có thể mang đến sự chuyển vận những yếu tố trong thân thể. Một số thiền giả đã liên hệ những kinh nghiệm này của họ đến với tôi. Khi quý vị có thể nắm giữ một hình thể rõ ràng của bốn tôn một cách nhất tâm trong một thời gian dài, điều này làm che lấp những thụ cảm thông thường của phạm tình và vì thế đưa đến một cảm giác tôn nghiêm siêu phạm. Tuy thế, trong tất cả các tầng bậc của thiền quán, việc củng cố một cách liên tục sự tỉnh thức về tính Không của quý vị là rất quan trọng.

Khi quý vị xúc tiến thực hành một cách đúng đắn trong cách này, quý vị sẽ đạt tới một điểm nơi mà quý vị sẽ có một hình dung rõ ràng về toàn thể mạn-đà-la và các giác thể trong nó với một sự chói lọi rực rỡ như thể giống như quý vị có thể thấy và chạm đến. Điều này biểu thị sự thực chứng giai tầng phát khởi đầu tiên.

Nếu như một kết quả của thiền quán xa hơn, quý vị có thể đạt được tầng bậc nơi mà quý vị có một diệu kiến rõ ràng đến những giác thể vi tế được phát sinh từ những phần khác nhau trên thân thể quý vị trong cùng một thời điểm, quý vị sẽ đạt đến cấp độ thứ hai của tầng bậc phát khởi.

Một khi quý vị đã đạt đến tam muội thiền vững vàng, những thiền quán khác, như các hóa thân giác thể, hòa tan trở lại trong tim quý vị và v.v..., được giải thích nhằm để rèn luyện chính mình đạt đến kiểm soát trên sự nhất tâm này. Đây là những thiền tập bao gồm quán tưởng những biểu tượng vi tế của bàn tay tại sự khai mở của phần cuối trên

của kinh mạch trung tâm và quán tưởng những giọt và âm tiết của phần cuối dưới. Sau đó, nếu quý vị cảm thấy mệt mỏi như một kết quả của tất cả các thiền quán này, bước tiếp theo là hãy trì niệm mật chú.

Sự trì tụng mật chú trong Mật thừa Du-già Tối Thượng rất đa dạng, trì tụng mật chú là một cam kết, trì tụng mật chú được thu thập như sự chất chồng, sự trì tụng mật chú phân nộ, và v.v...

Thời Gian Giữa Các Buổi Thiền Tập [Hậu thời thiền]

Theo sau điều này có những thực tập cho thời điểm hậu thời thiền. Vì hành giả mật tông phải dẫn dắt đời sống mà trong ấy người tu tập không bao giờ tách rời khỏi thực hành hợp nhất phương tiện và trí huệ, nên các hậu thời thiền là rất quan trọng. Có những Du-già khác nhau được thực hành trong các thời điểm này như Du-già ngủ, Du-già ăn, vốn bao gồm những cung cách thích hợp cho việc duy trì chế độ ăn uống của quý vị, Du-già tắm rửa và v.v... Thậm chí có những thực tập nào đấy là được hành trì trong khi mình khuây khỏa.

Giống như những đại sư nói, ‘Tiến trình thực hiện trong những buổi thiền tập phải hoàn toàn và tăng cường sự tu tập trong những hậu thời thiền, và tiến trình thực hiện trong hậu thời thiền phải tăng cường và bổ xung cho sự tu tập của quý vị trong buổi tu tập.’

Trong các hậu thời thiền, quý vị thật sự có thể xét đoán việc tu tập của mình trong những buổi thiền tập có thành công hay không. Nếu quý vị thấy rằng mặc dù đã tiến hành thiền tập nhiều năm, nhưng cung cách suy nghĩ, lối sống và thái độ của quý vị trong những hậu thời thiền vẫn không thay đổi và không tác dụng, đó không phải là một dấu hiệu tốt.

Quý vị không dùng y dược nhằm để thử hay kiểm nghiệm về mùi vị, màu sắc, hay kích thích của nó, mà là nhằm để cải thiện sức khỏe

mình. Nếu sau khi thực hành một thời gian dài nó không làm cho quý vị bất cứ điều gì tốt đẹp, thì không có lý do gì tiếp tục sự tu tập ấy. Cho dù sự thực tập của quý vị là ngắn hay dài, đơn giản hay phức tạp, chúng phải mang đến một số chuyển hóa hay thay đổi nào đấy khá hơn.

Tầng Bậc Hoàn Tất

Có những loại hoạt động khác nhau có thể hoàn tất trên căn bản của bốn tôn Du-già được thực hành trong tầng bậc phát khởi. Kiên định xúc tiến trong những hình thức về thực hành như thế, thiền giả sẽ đạt đến điểm mà người ấy sẽ bắt đầu cảm thấy hiệu quả thể chất của những sự thực hành này. Trải nghiệm hiệu quả thể chất đặc biệt này trong thân thể quý vị đánh dấu sự thành tựu cấp độ thứ nhất của tầng bậc hoàn tất.

Có nhiều loại thực hành khác nhau của tầng bậc hoàn tất, chẳng hạn như Du-già về sức nóng nội tại¹ hay Du-già khí lực – đây là Du-già làm những dòng năng lực hiện tại trở nên hữu dụng – và Du-già của bốn diệu lạc và v.v... Du-già khí lực bao gồm những kỹ năng như thế như

¹ Yoga nội nhiệt (caṇḍālī) là tu tập liên hệ đến các kinh mạch, các khí lực và các hạt năng lượng vi tế. Kỹ thuật này được truyền dạy trong sáu du-già của Naropa.

"Tummo". wikipedia. <<http://en.wikipedia.org/wiki/Tummo>>. Truy cập 06/09/2010.

giữ hơi tịnh bình¹ hay những gì liên hệ đến một cách kỹ thuật như Kim cương trùng tụng².

Tại thời điểm ấy, một hành giả cư sĩ có thể tìm sự hỗ trợ của một đối ngẫu. Nhưng nếu hành giả là một người thọ giới giữ thế nguyện tu sĩ, điểm ấy chưa tiếp cận được. Nhằm để tiến hành trong những sự tu tập thậm thâm như thế của tầng bậc hoàn tất, hành giả trước tiên phải tỉnh thức về cấu trúc thân thể của chính mình. Điều này có nghĩa là sự thấu hiểu những kinh mạch tĩnh, những luồng năng lượng trôi chảy và những hạt hay giọt ở tại những phần nào của cơ thể.

Khi chúng ta nói về những kinh mạch, một cách tổng quát chúng ta có ba kinh mạch chính – trung tâm, bên phải, bên trái – và cũng như năm luân xa hay năm trung tâm năng lượng. Ba loại kinh mạch chính này phân nhánh và tái phân nhánh vì thế theo mật điển, có bảy mươi hai

¹ Theo Lama Thupten Yeshe thì đây là kỹ thuật thở sâu và giữ hơi trong khi tập trung quán tưởng các âm tiết hạt giống tại tim. Kỹ thuật này giúp tâm trải nghiệm hỷ lạc và giúp nâng cao khả năng tập trung.

"Po-wa: Transference of Consciousness at the Time of Death". Lama Thupten Yeshe.

<<http://www.lamayeshe.com/index.php?sect=article&id=126>>. Truy cập 26/08/2010.

² Tên Phạn ngữ là vajra-jāpa tức là lập đi lập lại một cách thì thầm Kim cương pháp. Xem thêm ví dụ chi tiết về pháp thực hành này: "Kalachakra Guru-Yoga in Conjunction with Six-Session Practice, Composed in a Facilitating Manner". His Holiness the Dalai Lama. Eng Trans. Alexander Berzin.

<http://www.berzinarchives.com/web/en/archives/advanced/kalachakra/practice_texts/six_session_yogas/kalachakra/kc_6_session_hhdl_1998.html>. Truy cập 16/08/2010.

ngàn kinh mạch trong thân thể. Một số kinh điển cũng đề cập tám mươi ngàn kinh mạch trong thân thể.

Rồi thì, có những luồng năng lượng. Có mười loại, năm luân chính và năm luân thứ yếu. Những hạt [giọt] là những thành tố trắng và thành tố đỏ. *Mật Điển Thời Luân Kim Cương* liên hệ đến bốn loại hạt: Hạt giữa những lông mày, hiển lộ trong lúc đi đứng; hạt tại cuống họng, hiển lộ thái mơ; hạt tại tim, hiển lộ ở thời gian ngủ sâu; hạt tại rốn, hiển lộ tại tầng thứ tư (của sự chết).

Trong *Kim Cương Thời Luân* chúng ta tìm thấy những giải thích rất chi tiết về các thứ này. Toàn bộ cấu trúc của thân thể hành giả với những kinh mạch, năng lượng, và những hạt của nó được gọi là Thời Luân Kim Cương nội thể, mà nó là căn bản của tịnh hóa. *Mật Điển Thời Luân Kim Cương* nói về ba loại Kalachakra hay bánh xe thời gian, thời luân nội thể, thời luân ngoại vi và thời luân luân phiên.

Căn cứ trên một kiến thức chính xác về cấu trúc vật lý của thân thể, khi thiền giả tập trung trên những huyết quan trọng nào đấy và khai mở chúng, người ấy có thể thu rút hay hòa tan dòng chảy của cấp độ thô thiển của khí lực và tâm thức. Cuối cùng, hành giả sẽ có thể phát sinh cấp độ vi tế nhất của tịnh quang, tịnh quang của sự chết, vào trong một thực thể của con đường mà nó là trí huệ nhận thức tính Không. Đạt đến một sự thực chứng như vậy giống như đã tìm thấy chìa khóa mà nó cung cấp lối vào nhiều kho báu.

Một khi quý vị đạt đến tầng bậc ấy và quý vị đã có chìa khóa, quý vị có thể thành tựu giác ngộ hoàn toàn về Phật quả qua lộ trình Bí Mật Tập Hội, đây là bằng việc hiện thực hóa thân diệu ảo như được giải thích trong *Mật Điển Bí Mật Tập Hội*, hay qua con đường của Thời Luân nói về việc sự đạt đến dạng trống rỗng, hay qua thân ánh sáng cầu vòng

như được giải thích trong *Mật Điển Áo Thuật Tương Tục*¹, mà nó cũng được giải thích trong những tu tập Đại Toàn Thiện.

Khi một thiền giả đã đạt đến một sự kiểm soát nào đấy trên tâm thức người ấy trong trạng thái đi lại, thiền giả bắt đầu sử dụng ngay cả trạng thái giấc mơ trong sự tu tập của con đường và những kỹ năng nào đấy được diễn tả cho việc làm này. Những loại thiền quán này được gọi là ‘hỗn hợp’, hỗn hợp trong trạng thái đi lại, trong trạng thái mơ, và trong thời gian lâm chung.

Mật thừa Du-già Tối Thượng giải thích rằng hành giả tốt nhất là người nào có thể đạt đến giác ngộ hoàn toàn trong đời sống của người ấy. Những ai với khả năng trung bình có thể đạt đến sự giác ngộ hoàn toàn trong trạng thái trung âm và những ai với khả năng thấp sẽ có thể đạt đến giác ngộ hoàn toàn trong những đời sống tương lai của họ. Đối với những hành giả sẽ trở thành giác ngộ trong trạng thái trung âm hay trong những kiếp sống tương lai, những thực hành như sự chuyển hóa tâm được giải thích. Cũng có một sự thực hành khác hoàn toàn tương tự

¹ Mayajala là tên Phạn ngữ của Mật điển trên, được dịch với tên Anh ngữ khác là Magic Illusion Nets (Các Lưới Áo Thuật). với ý chỉ kinh nghiệm của chúng ta không thật mà chỉ như trò ảo thuật (maya) tương tục không kết thúc (jala). Một mật điển là Shedu Dorje Melong (*Chú Giải Mật điển về Gương Kim Cương*) có cho một giải thích chi tiết hơn về bốn lưới [tương tục] bao gồm: [1]Tương tục ảo của nhiều khái niệm khác nhau, [2] tương tục ảo của ý nghĩa tối hậu, [3] tương tục ảo quy ước và biểu tượng, và [4] tương tục ảo bất khả phân khái niệm giác thể.

“Magical Illusion Net: The Glorious Guhyagarbha Tantra”. Khenchen Palden Sherab Rinpoche et al. Pema Madala magazine. Spring/summer. Padmasambhava Buddhist Center International. 2009.

đến sự chuyển hóa tâm, nhưng với sự khác biệt rằng tâm được chuyển hóa thành một thân thể hay thi hài của một chúng sinh khác.

Những kỹ năng này thuộc về điều gọi là Sáu Du-già¹ của Naropa², là những kỹ thuật mà Naropa rút ra từ nhiều mật điển khác nhau. Đây là trong những thực tập căn bản của truyền thống Kagyu. Cũng có một sự thực tập Gelug về Sáu Du-già của Naropa xuất phát từ truyền thống của Marpa³. Những sự thiền này cũng được tìm thấy trong những thực tập Sakya về Đạo Pháp và Kết Quả, và trong sự thực tập Nyingma về giọt tại tim.

¹ Sáu pháp du-già của Naropa hay còn gọi là Du-già Lục Pháp là sáu bộ giáo pháp về thực hành có nguồn gốc từ đại thành tựu giả (mahāsiddha) người Ấn là Nāropā. Sáu pháp này hình thành cơ sở cho các tu tập du-già nội thể của Đại Thủ Ấn được thực hành trong Kagyü và Gelug bao gồm: Nội nhiệt, Thân ào diệu, Tịnh quang, Du-già mộng, phowa, và Trung Âm.

"Six Yogas of Naropa". Rigpa shedra.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Six_Yogas_of_Naropa>.

Truy cập 06/09/2010.

² Nāropa hay Naḍapāda hay Abhayakirti [Vô Úy Xứng] (1016-1100?) là một đại sư quan trọng của truyền thừa Kagyü. Ông là đệ tử của đại thành tựu giả Tilopa (988 -1069) và là thầy của dịch giả Tây Tạng xuất sắc Marpa. Ngài được xếp vào danh sách 84 đại thành tựu giả.

"Naropa". Rigpa Shedra.

<<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Naropa>>. Truy cập 06/09/2010.

³ Dịch giả Marpa (Marpa Lotsawa) (1012–1097), tên đầy đủ là Lhodak Marpa Choski Lodos là một vị thầy về Phật giáo, người có nhiều lần du hành sang Ấn độ và Nepal và cũng là học trò của Naropa. Ngài có công chuyển dịch rất nhiều kinh văn Phật giáo và các giáo pháp của Kim cương thừa và Đại Thủ Ấn cống hiến phần lớn các chuyển dịch Phật pháp sang Tạng ngữ.

"Marpa Lotsawa". Wikipedia.

<http://en.wikipedia.org/wiki/Marpa_Lotsawa>. Truy cập 06/09/2010.

Chúng ta đã và đang thảo luận những tiến trình của Mật thừa Du-già Tối Thượng theo truyền thống tân dịch. Nhưng truyền thống cũ hay Cổ Dịch phải tham chiếu đến Đại Toàn Thiện Thừa, sự tu tập của những người ấy bao gồm các giáo huấn về Tích Tập của Tâm Thức, Tích Tập Trung Tâm, và Tích Tập Kiến Thức Tinh Túy. Mặc dù có nhiều công trình về chủ đề này, rất khó khăn để nhận thức sự vi tế của những sự tu tập khác nhau này. Trong ba sự tích tập này, Tích Tập Kiến Thức Tinh Túy được nói là thậm thâm nhất. Chúng ta có thể nói rằng sự tu tập của hai Tích Tập trước đặt những nền tảng cho sự tu tập ‘đột phá’.

Quan điểm tính Không được giải thích trong Tích Tập Tâm Thức và Tích Tập Trung Tâm phải có một số tính năng nào đây phân biệt nó từ quan điểm của tính Không giải thích trong thừa thấp, nhưng thật khó khăn để giải thích điều này một cách rõ ràng trong từ ngữ. Những tu tập của Tích Tập Kiến Thức Tinh Túy có hai chủ đích: hiện thực hóa pháp thân và hiện thực hóa báo thân. Những đạo pháp mà nhờ đây quý vị hiện thực hóa được hai thân này của đức Phật là sự tu tập ‘đột phá’ và ‘siêu việt’.

Qua sự thấu hiểu những yếu tố này của Trường Phái Đại Toàn Thiện, quý vị có thể hiểu ý nghĩa như thế nào theo căn bản của Đại Toàn Thiện, con đường của Đại Toàn Thiện và trạng thái kết quả của Đại Toàn Thiện. Như tôi đã lưu ý trước đây, đây là những nhân tố chỉ có thể được hiểu qua trải nghiệm và không thể được giải thích đơn thuần qua từ ngữ. Tuy thế, quý vị có thể cảm kích mức độ sâu xa và phức tạp bằng việc đọc tài liệu của Longchenpa¹ về những tu tập Đại Toàn Thiện

¹ Longchenpa còn đưóc biết qua tên Longchen Rabjam, nghĩa là Chân Như Vô Lượng và tên khác là Drimé Özer (1308-1364). Ngài là một trong các

gọi là *Tối Thượng Thừa Bảo Tạng Luận*, mặc dù tài liệu căn bản cũng như luận giải về nó là rất rộng rãi và khó khăn để thông hiểu. Ngài cũng viết một tài liệu gọi là *Thực Tính Bảo Tạng Luận*, mà nó cũng phác thảo những sự tu tập của Đại Toàn Thiện.

Quý vị chỉ có thể hy vọng đạt đến một sự hiểu biết thấu đáo về Đại Toàn Thiện nếu quý vị có thể giải thích những thực hành của Đại Toàn Thiện theo hai tài liệu này của Longchenpa. Cũng quan trọng để nghiên cứu tài liệu của Kunkhyen Jigme Lingpa¹ về Đại Toàn Thiện gọi là *Thiện Tính Bảo Tạng Luận*, trong quyển hai quý vị sẽ tìm thấy những giải thích về các tu tập Đại Toàn Thiện.

thầy giáo sáng chói của dòng Cổ Mật. Ngài hệ thống hóa các pháp truyền thừa Cổ Mật trong công trình "Bảy kho Tàng" [*Thất Bảo Tạng Luận*] và cống hiến đặc biệt trong Đại Thành Tự. Giáo pháp *Longchen Nyingtik* [*Chân Như Tâm Yếu*] được truyền lại cho Jikmé Lingpa và nó trở thành rất phổ biến. Bảy Kho Tàng là các công trình về toàn giác bao gồm: *Mãn Nguyên Bảo Tạng Luận*, *Giáo Huấn Yếu Lược Bảo Tạng Luận*, *Pháp Giới Bảo Tạng Luận*, *Tối Thượng Thừa Bảo Tạng Luận*, *Ngôn Ý Bảo Tạng Luận*, và *Thực Tính Bảo Tạng Luận*.

"Longchenpa". Rigpa Shedra.

<<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Longchenpa>>.

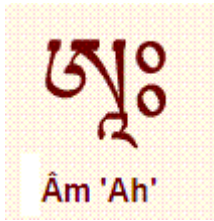
Truy cập 06/09/2010.

¹ Tên ngắn là Jikmé Lingpa (1729-1798) còn gọi là Khyentsé Özer, hay Hào Quang của Từ Bi và Trí Huệ. Ngài được xem là nhân vật quan trọng nhất của dòng Cổ Mật. Ngài có công phát hiện ra giáo pháp LongchenNyingtik và là học trò của Longchenpa. Ngài xuất bản các bản dịch Mật điển Nyingma Gyübum.

"Jikmé Lingpa". Rigpa Shedra.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Jikm%C3%A9_Lingpa>. Truy cập 06/09/2010.

Cũng có những văn bản rất ngắn gọn và súc tích được sáng tác bởi các đạo sư có kinh nghiệm về Đại Toàn Thiện. Chính tôi cũng tin rằng những văn bản này được sáng tác bởi các đạo sư thực chứng cao độ, những người đã có thể trích ly cốt lõi của tất cả các yếu tố của Đại Toàn Thiện và các tu tập của nó và như một kết quả, họ có thể thuật lại kinh nghiệm của họ trong rất ít từ ngữ. Tuy nhiên, tôi nghĩ, sẽ rất khó khăn cố gắng để thấu hiểu sự tu tập của Đại Toàn Thiện trên căn bản của những văn bản ngắn gọn này.



Thí dụ, khi đức Thế Tôn dạy về các kinh Bát-nhã Ba-la-mật-đa, bản kinh ngắn nhất chỉ bao hàm trong một âm tiết đơn độc ‘Ah’¹. Kinh này được nói là hàm chứa toàn bộ ý nghĩa của các Kinh Bát-nhã Ba-la-mật-đa, nhưng nó cũng sẽ hoặc là quá giản dị hay quá khó khăn nếu chúng ta phải cố gắng để nghiên cứu Sự Toàn Thiện của Trí huệ trên căn bản của kinh điển ấy. Để nói ‘Ah’ là rất giản dị, nhưng nó không có nghĩa là chúng ta đã thấu hiểu ý nghĩa của kinh điển.

¹ Toàn bộ nội dung bản kinh “Đơn Âm Bát-nhã Ba-la-mật-đa” là như sau:

Xin hồi hướng lên Đấng Thế Tôn Bát Nhã Ba-la-mật-đa.

Tôi nghe như vậy, một thuở Thế Tôn ngụ tại thành Vương Xá, trên đỉnh Linh Thú, cùng với chúng đại Tỳ-kheo gồm một ngàn hai trăm năm mươi vị và vô lượng chư Bồ-tát. Lúc đó, Thế Tôn mới bảo ngài A-nan:

“Này A-nan, vì lợi lạc và phước hạnh của toàn thể chúng sinh hữu tình, hãy nhận rõ trí huệ Bát nhã Ba-la-mật-đa này trong một chữ là chữ ‘ah’”.

Phật nói kinh này rồi chúng đại Tỳ-kheo, chư Bồ-tát, và toàn thể thế gian trời, người, a-tu-la nghe Phật nói đều rất hoan hỉ vâng theo.

Ở đây cần lưu ý âm tiết Ah trong tiếng Phạn [và Tạng] có thể có nhiều ý nghĩa một nghĩa của từ này là *Không*.

Khi chúng ta học hỏi triết lý Trung Đạo trong tất cả sự phức tạp của nó, hãy nghiên cứu những lý do khác nhau mà qua đó chúng ta có thể đi đến kết luận rằng tất cả hiện tượng đều thiếu vắng một sự tồn tại tự tính, nếu chúng ta muốn thấu hiểu tất cả các vi tế và nội hàm của quan điểm về một triết lý như thế, thì cũng cần thiết để thấu hiểu quan điểm của những trường phái tư tưởng thấp. Chúng ta rồi thì sẽ đi đến tại một kết luận rất giản dị. Bởi vì mọi thứ là liên hệ hỗ tương phụ thuộc, và tùy thuộc vào những yếu tố nguyên nhân khác, nên chúng thiếu một bản tính độc lập hay sự tồn tại tự tính.

Nhưng nếu quý vị tiếp cận quan điểm của Trung Quán Cự Duyên về tính Không, ngay từ lúc bắt đầu với tuyên bố đơn giản ấy, ‘Bởi vì mọi vật là phụ thuộc hỗ tương hay duyên khởi, nên chúng là trống rỗng về sự tồn tại tự tính’, thì quý vị sẽ không thấu hiểu hoàn toàn ý nghĩa hay ẩn ý của nó. Một cách tương tự, nếu, quý vị đọc một bài ngắn gọn được viết bởi một Lạt-ma kinh nghiệm về Đại Toàn Thiện và đi đến kết luận về quan điểm của Đại Toàn Thiện là rất giản dị, điều ấy sẽ là một dấu hiệu rằng quý vị đã không thấu hiểu nó một cách đúng đắn. Nó cũng sẽ rất mỉa mai nếu cỗ xe cao nhất trong cửu thừa cũng có thể được nói là giản dị nhất.

Và với điều này tôi xin kết thúc cái nhìn tổng quát của tôi về tất cả các thực hành Phật giáo bao gồm những hệ thống của kinh điển hiện giáo và mật điển Mật thừa được tiến hành trong truyền thống Tây Tạng.

Luân Đôn, Anh Quốc, 1988

Anh dịch bởi Geshe Thupten Jinpa và hiệu đính bởi Jeremy Russell.

Chúng tôi cảm ơn đến Tổ Chức Nền Tảng Tây Tạng cho việc cung cấp băng giảng này.

Tuệ Uyển chuyển ngữ - 08/08/2010

Chân Ngôn

Lời cầu nguyện được đức Dalai Lama thứ mười bốn của Tây Tạng sáng tác, Vinh Danh và Nguyện Cầu Tam Bảo Đại Bi: Phật, Pháp, và Tăng

Ô hô! Chư Phật, chư Bồ-tát và các hàng đệ tử
Của quá khứ, hiện tại và vị lai.
Có phẩm cách phi thường tuyệt diệu
Không thể suy lường như biển cả bao la
Và những ai đang quán sát chúng sinh
Như trong đóa con duy nhất của mình
Xin thương tưởng lời nguyện cầu chân tình của chúng con.

Lời Phật dạy xua tan khổ đau cho trần thế
Hiện hiện và tự toả ánh hoà bình
Nguyện giáo nghĩa hiền dương lan toả
Phồn thịnh và hạnh phúc khắp cả thế gian này
Ô những người thủ trì giáo pháp
Và những ai thực hành thành tựu
Nguyện cho hành trì mười điều lành đức hạnh
Của ngài thanh hành khắp nơi

Những chúng sinh phước bạc bị đọa đày
Vớ khổ đau không bao giờ ngưng nghỉ
Bị che lấp hoàn toàn không dứt
Bởi những hành vi tiêu cực dữ dội vô cùng
Nguyện cho tất cả các sự sợ hãi
Từ chiến tranh không thể chịu đựng,
Đói khát, và bệnh tật được yên bình.

Để thờ tự do trong đại dương của hạnh phúc và cát tường.

Và riêng cho những người hiểu đạo trên vùng đất tuyệt,
Qua nhiều ý nghĩa khác nhau,
Bị tàn hại một cách nhẫn tâm
Bởi lũ người tàn ác trong màn đen tối.
Nguyện từ ái để nâng lực từ bi hưng khởi
Để nhanh chóng đẩy lui nước mắt và máu tuôn tràn.

Những kẻ nhẫn tâm tàn ác đó, đối tượng của từ bi,
Nỗi điên cuồng vì ám ảnh của tai ương
Cố tình tàn hại kẻ khác và chính họ
Nguyện cho họ đạt được con mắt của từ bi
Thông suốt những gì phải được làm và không nên làm
Và tồn tại trong vinh quang của cửa bằng hữu và yêu thương.

Tâm nguyện này xin cho sự tự do hoàn toàn Tây tạng
Điều được đợi chờ suốt cả thời gian
Được thanh thoát tự nhiên toại nguyện
Nguyện chóng được điều may mắn để mừng vui
Lễ hội hạnh phúc tinh thần với lệ thường trần thế

Ô đáng hộ vệ Quán Tự Tại, từ bi thương xót cho
Những ai đó đang chịu đựng vô vàn gian khổ
Hoàn toàn hy hiến cuộc sống thật đáng yêu,
Thân thể và tài vật,
Vì lợi ích của giáo nghĩa, hành giả,
Dân tộc và quốc gia.

Vì vậy, đáng hộ vệ Quán Tự Tại đã phát lời nguyện rộng sâu
Trước chư Phật, chư Bồ-tát,
Để hoàn toàn hộ trì non nước Tuyệt
Nguyện cho quá lành của những lời cầu khẩn này xuất hiện nhanh
Bởi sự thâm sâu của thực tại tính Không
Và các sắc tướng tương liên.
Kết hợp với năng lực của từ bi vĩ đại
Trong Tam Bảo và những ngữ từ của chân lý
Và qua năng lực
Về quy luật không sai chạy của các nghiệp và hậu quả
Xin cho lời cầu nguyện chân thành này không bị trở ngại
Và nhanh chóng toại nguyện.

Lời Cầu nguyện “Chân Ngôn” này được viết bởi đức Dalai Lama Tenzin Gyatso Thứ mười bốn của Tây Tạng vào 29 Tháng chín 1960 tại trụ sở lâm thời của Ngài trong Ashram Swarg tại Dharamsala, Khu Kangra, bang Himachal, Ấn Độ. “Chân Ngôn” này để cầu nguyện cho sự văn sinh hoà bình và quyền tự quyết của người Tây tạng hồi phục giáo huấn Phật, và văn hóa quê hương được viết do những yêu cầu bởi chính phủ Tây tạng cùng với sự đồng ý nhất trí của những cộng đồng tu sĩ và cư sĩ. Đặc biệt, theo lời yêu cầu của Barzhi Phuntsog Wangyal; Lobsang Tenzin-treasurer of Lhatzun Labrang và phu nhân, Tashi Dolma; và Lobsang Dorje-thủ quỹ của Shelkhar Monastery.

Bản dịch bài này được thực hiện bởi Ramjampa Dupchok Gyaltzen và Peter Gold, dưới sự hướng dẫn chủ bút của Dịch Giả Lotsawa Tenzin Dorje và với những sự nhuận sắc của Yen. Geshe Lobsang Gyatso, Giám Đốc của Học viện Biện Chứng Phật Giáo ở Dharamsala, Ấn Độ, trong tháng Tư, 1992.

Từ CHÖ YANG, The Voice of Tibetan Religion & Culture No.5
Hiệu đính: Pedron Yeshe & Jeremy Russell