**Khenpo Tsultrim giảng ngày 02/06/2018**

Thầy tiếp tục giảng về **Bát nhã tâm kinh**, bài trước về Sắc tức là không, không tức là sắc. Phần sắc có chia ra làm 3:

* Sắc theo ý thức,
* Sắc theo chân lý,
* Sắc theo tính không.

Tất cả các Pháp chia làm 3 loại:

* các Pháp không thanh tịnh,
* các Pháp có tính phụ thuộc lẫn nhau,
* các Pháp và bản chất của các Pháp.

Các Pháp không thanh tịnh vì sao? Tiếng Tạng có từ gọi là Kunda – nghĩa là chúng ta tự tạo tác 1 cái gì. Ví dụ khi cùng nhìn vào 1 vật, thì 1 người nói rằng tôi rất thích, nó rất đẹp, còn 1 người khác nói rằng tôi chẳng thích gì cả, nó xấu. Bản thân vật đó, không có nghĩa là nó xấu hay đẹp mà do ta gán đặt lên vật đó. Do ý thức của chúng ta gán đặt, bản thân vật đó không hề mang tính xấu hay đẹp. Nên mới dùng từ Sắc là không thanh tịnh là như vậy (?), bởi vì Sắc, bản thân nó không tồn tại như vậy, mà hoàn toàn do ý thức, niệm của chúng ta gán đặt lên vật đó như vậy.

Tất cả các Pháp phụ thuộc lẫn nhau, hay không tồn tại 1 cách độc lập, hay còn có thể nói rằng đây là Sắc chân thực của nó, tức là các Pháp tồn tại phụ thuộc vào nhau. Nên mới nói: Sắc tức là không, không tức là sắc, vì bản chất các pháp là hoàn toàn không tồn tại, mà do chúng ta tạo tác nên. Các Pháp không tồn tại, bởi vì không có 1 Pháp nào tồn tại 1 cách độc lập cả. 1 Pháp muốn tồn tại, là 1 tập hợp của rất nhiều mảnh nhỏ, hiện tượng, mới trở thành 1 Pháp.

Khi nói rằng Sắc phụ thuộc – là do tất cả các nhân và duyên hội tụ lại với nhau, có thể tạo nên 1 Pháp. Ví dụ khi chúng ta có 1 mẩu giấy, thì có rất nhiều thứ để có thể làm nên mẩu giấy này: phải có cây – trồng bằng đất, nước, người trồng, người cắt cây. Khi tất cả các tiến trình đấy tập hợp lại với nhau, thì chúng ta mới có được mẩu giấy. Tiếp theo, ta cũng cần những người thợ làm ra những mẩu giấy, cần có thức ăn cho họ, cần có công cụ, máy móc. Tổng hợp các yếu tố đó, ta mới có thể có được quá trình sản xuất tạo ra được mẩu giấy cho chúng ta dùng. Cũng như vậy, các Pháp tồn tại phụ thuộc vào nhau là như vậy. Tất cả các hiện tượng đều phụ thuộc, cần có sự tương hỗ lẫn nhau. Nếu như chúng ta tách bỏ 1 hoặc 2 trong tiến trình đó, thì đương nhiên Pháp đó không tồntại. Mẩu giấy cũng vậy, tất cả các Pháp cũng vậy đều là do tập hợp của những thứ nhỏ vô cùng. Ví dụ về ô tô: là tập hợp của rất nhiều bộ phận khác nhau, chỉ cần có 1 phần thiếu đi là ô tô không thể hoạt động. Ta nên xem các Pháp tồn tại là như vậy. Khi các bộ phận của ô tô tách rời ra, ta không thể nào tìm ra được 1 chiếc ô tô hoàn hảo cả. Từ chỗ không có ô tô, cho đến khi ta tập hợp các bộ phận lại. Đó là tại sao nói Sắc phụ thuộc, Sắc là không có sự tồn tại độc lập.

Khi nói về bản chất của Sắc: Sắc có nghĩa là không, chúng ta hoàn toàn không nhìn thấy gì mà chúng ta đã dán nhãn lên Pháp đó. Pháp đó không tồn tại như chúng ta nghĩ, Pháp đó tồn tại trong sự phụ thuộc lẫn nhau, và không độc lập. Chỉ có chúng ta tạo nên Pháp đó và coi như là nó tồn tại, khi chúng ta hoàn toàn giải phóng khỏi ý nghĩ này thì chúng ta mới nhận ra được thế nào là tính không, mới hiểu được Sắc tức là không, không tức là sắc. Nếu chưa hiểu được, thì chúng ta vẫn coi cái ô tô là cái gì đó độc lập hoàn toàn hay ô tô là tồn tại. Nhưng khi chúng ta đi tìm, nghiên cứu, thì chúng ta không thể tìm được cái ô tô là 1 cái gì cả, mà ô tô được tạo ra từ các thành phần: lốp, kính. Như vậy chúng ta không thể tìm được cái gì thực sự là cái ô tô cả. Đấy còn có thể gọi là chân lý tuyệt đối. Nếu chưa hiểu, chúng ta vẫn nhìn ra cái ô tô là hoàn toàn độc lập. Từ các bộ phận của ô tô, lắp ráp lại thành cái ô tô, khi tách rời ra thì đương nhiên không có.

1 người nào đó hoàn toàn không hiểu gì thì người được coi là không thanh tịnh (tri kiến). 1 người hiểu được chút ít gì đó, thì nhìn nhận cái ô tô không có phụ thuộc. Người nào có thể hiểu hoàn toàn về Sắc, thì người ta có thể hiểu rằng bản chất của ô tô có nghĩa là tính không.

1 ví dụ nữa là thời đại này, ai cũng dùng máy tính, và hay xem các bức ảnh. Chẳng hạn như ảnh 1 bông hoa – tuyệt đẹp: những người không hiểu về máy tính có thể nói như vậy. Những người chuyên gia về máy tính thì nhận ra ngay là để có được bông hoa như vậy, cần rất nhiều chấm (điểm ảnh) – chấm màu, tạo nên màu sắc của bông hoa. Nếu chúng ta không biết chi tiết như vậy thì đương nhiên thấy bông hoa đẹp. Khi chia những dấu chấm đấy ra thì đương nhiên bông hoa đó không tồn tại, và sự tồn tại cố hữu là không có.

Chính vì thế, các Pháp được chia làm 3 loại:

* các Pháp không thanh tịnh,
* các Pháp có tính phụ thuộc lẫn nhau,
* các Pháp và bản chất của các Pháp: tính không.

Trong bản Bát nhã tâm kinh: Sắc tức là không, không chẳng khác sắc. Tương tự thọ, tưởng, hành, thức, cũng đều là không. Con người chúng ta có **5 uẩn**: sắc, thọ, tưởng, hành, thức.

* Sắc là những gì chúng ta nhìn thấy – có những tình cảm.
* Tình cảm đó gọi là thọ - phát sinh khi ta nhìn thấy sắc.
* Thọ sinh tưởng: là những nhận thức được khi thọ cảm sinh.
* Tiếp theo: sinh ra hành
* Thức: lưu giữ toàn bộ sắc, thọ, tưởng, hành – chúng ta có thể nhớ.

5 uẩn như vậy tạo thành cơ thể hoàn hảo – chúng ta hoạt động trên 5 uẩn này.

Trong bản kinh nói rằng khi ta hiểu 1 trong 5 uẩn này: ví dụ chúng ta hiểu về Sắc rồi thì thọ, tưởng, hành, thức – chúng ta cũng hiểu giống như vậy.

Khi chúng ta đi trên con đường của thiền định – con đường Trung quán: con đường đi vào giữa, không rơi vào thái cực này hay thái cực kia.

* 1 thái cực: chúng ta tin rằng có 1 cái gì đó tồn tại.
* 1 thái cực: chúng ta tin rằng đó là chủ nghĩa không tưởng (?).

Ví dụ: khi chúng ta đi trên con đường có 1 bên là vách núi đá, 1 bên là vách bờ vực. Nếu mắt chúng ta không tốt thì có thể hoặc là đâm vào núi đá hoặc bị trượt xuống, bắt buộc chúng ta phải nhảy lên.

* Khi đâm vào núi đá: chúng ta tin rằng có gì đó tồn tại.
* Khi chúng ta nhảy lên: tin vào chủ nghĩa không tưởng.

Vì mắt chúng ta không nhìn thấy con đường. Khi chúng ta có con mắt trí tuệ và chúng ta nhìn được thì chúng ta đi vào giữa của con đường: nhận được ra cái gì đó hoàn toàn không tồn tại (chủ nghĩa không tưởng) hay cái gì đó hoàn toàn tồn tại.

Không tức là **Sắc**: khi nhìn thấy bong bóng nước, chúng ta muốn tóm lấy, giữ lại nhưng không thể tóm được, vì bong bóng đó được tạo bởi những hạt xà phòng. Khi tóm, bắt, những bong bóng đó tan ra mà không thể nào nắm giữ được nó cả. Giống như vậy, khi tìm hiểu về Sắc, chúng ta không tìm hiểu được 1 cái gì gọi là Sắc. Đối với Thọ thì cũng như vậy, tình cảm của chúng ta như những bong bóng nước vậy: rất ngắn hạn, chúng ta yêu, ghét, buồn, chán. Tình cảm thay đổi theo tâm trạng, không có gì là vĩnh viễn cả. Vì vậy khi tìm hiểu về Thọ: hoàn toàn không tồn tại 1 cách cố hữu.

Khi tìm hiểu về **Thọ**: chúng ta không thể tìm hiểu Thọ là cái cả. Trong thiền Vipassana có dùng từ “chính niệm”: tình cảm của chúng ta không tồn tại cố hữu. Khi xuất hiện tình cảm: thấy vui hay buồn, hạnh phúc hay không hạnh phúc, ta hãy tìm hiểu nó thực sự là cái gì. Khi niềm vui hay nỗi buồn của chúng ta, nó từ nhân duyên nào đấy, từ bên ngoài, thì đương nhiên chúng ta phát sinh tình cảm. Khi nhìn thấy hiện tượng, hay gặp hoàn cảnh như vậy, tâm trí của chúng ta phản ánh hoàn cảnh đó bằng cảm giác: vui hay buồn. Những cảm giác này đến và đi liên tục, thay đổi suốt, không tồn tại thường hằng ở trong chúng ta. Khi cố gắng tìm hiểu cẩn thận, chúng ta không bao giờ tìm thấy cả. Cái này gọi là chính niệm trong thiền của Vipassana.

**Tưởng (?)**: khi nhìn thấy 1 cái gì đó, như cái cây, hay bất cứ thứ gì, chúng ta như nhìn vào trong gương thôi, vì sự vật đó hoàn toàn không tồn tại nhưng mà chúng ta nhìn thấy chúng tồn tại 1 cách cố hữu. Khi nhìn thấy 1 sự vật, 1 Pháp như vậy, chúng ta cần có các điều kiện khác nhau: ví dụ, muốn nhìn được, cần có ánh sáng, mắt phải tốt. Khi nhìn như vậy, không phải là thực tế tồn tại cố hữu như vậy, mà hoàn toàn do tâm trí của chúng ta nhìn ra. Thực tế, Pháp đó hoàn toàn không tồn tại. Nếu như không có ánh sáng, mắt không tốt, không có những điều kiện như vậy, đương nhiên chúng ta không nhìn thấy.

**Hành** là những gì chúng ta nhận thức được, khi cố gắng nhìn vào những chi tiết. Nhưng ở đây như thân cây chuối vậy thôi, khi tách bỏ lớp vỏ đi, khi hiểu rằng cái Sắc đó không tồn tại – giống như là bỏ lớp vỏ thân cây chuối – không còn là rắn, không còn là khối như vậy nữa, mà là 1 thể khác hoàn toàn. Tương tự, khi bỏ Sắc đi rồi, chúng ta đã hiểu thế nào là Sắc, đương nhiên không thể tìm được 1 Pháp hiện hữu như chúng ta tưởng là đang hiện hữu là như vậy.

**Thức**: là tất cả những ý nghĩa, niệm của chúng ta – giống như mơ thôi: trong giấc mơ không có gì là thực tế cả, nhưng ta vẫn coi giấc mơ là cái gì đó thực tế. Cũng vậy, chúng ta luôn coi tất cả các Pháp là tồn tại hiện hữu, mặc dù thực tế không phải là như vậy. Do đó, Thức cũng đều là không. .

Tất cả bản Bát nhã tâm kinh, quan trọng nhất nằm trong phần này rồi, các phần còn lại giải thích dễ dàng thôi - dùng để cho chúng ta thiền, quán chiếu về bản Bát nhã tâm kinh. Nội dung chính của Bát nhã tâm kinh nằm trong phần này: nói về tất cả các uẩn của chúng ta. Con đường của chúng ta vận hành dựa trên 5 uẩn này – nhờ 5 uẩn này mới tồn tại Samsara (Luân hồi). 5 uẩn này tồn tại phụ thuộc lẫn nhau mà không tồn tại độc lập 1 chút nào cả. Từ 5 uẩn này, đức Phật nói về 2 chân lý: tương đối và tuyệt đối.

* Tương đối: khi chúng ta có thân thể, chúng ta cảm thấy đói, khát, vui, buồn: là những yếu tố tồn tại phụ thuộc lẫn nhau. Khi cố gắng đi tìm bản chất, ví dụ thế nào là thân thể của chúng ta; cái “đói” là cái gì, thì chúng ta không thể tìm được bản chất của nó. Đó là chân lý tương đối: khi chúng ta tin vào 1 hiện tượng, 1 Pháp là tồn tại độc lập, tồn tại không có mối quan hệ phụ thuộc.
* Tuyệt đối: Khi nghiên cứu về các Pháp, và thấy rằng tất cả các Pháp không tồn tại như chúng ta vẫn gán đặt (coi các Pháp tồn tại 1 cách cố hữu / độc lập). Đó là chân lý tuyệt đối: tất cả các Pháp vận hành như vậy.

Đó là tại sao trong Bát nhã tâm kinh nói rằng: Sắc tức là không, không tức là sắc, sắc chẳng khác không, không chẳng khác sắc.

Các uẩn khác cũng tương tự như sắc mà thôi. Nhờ 5 uẩn này mà chúng ta có thể hiểu được Samsara hay Nirvana (Luân hồi hay Niết bàn) như thế nào. Đây chính là phần chính nhất của Bát nhã tâm kinh.

Bát nhã tâm kinh: Tâm kinh là cái gì đó rất là tinh túy, chính yếu – là bài giảng rất quan trọng của đức Phật.

**Pháp bảo của sự giải thoát**

Phần 1: nói về bản chất cư Phật, về các gia đình – khuynh hướng. Các gia đình đều có chung hạt giống Phật quả, tất cả mọi người đều có chung hạt giống như vậy, bởi vì điều kiện nhân duyên mà chúng ta không thể tiến gần đến được, nên mới chia ra các gia đình khác nhau.

* Đầu tiên nói về gia đình **tách biệt**: chúng ta bị che chướng, không mong muốn sử dụng hạt giống Phật quả, hay chúng ta cũng không tiến dần đến hạt giống Phật quả này, thì đương nhiên chúng ta sẽ tách biệt ra khỏi bản chất chư Phật của chúng ta.
* Những người chưa biết sẽ đi theo con đường nào, họ có thể đi theo gia đình Thanh văn hay Độc giác hay Đại thừa, thì được gọi là nhóm gia đình không xác định.
* Gia đình Thanh văn, Độc giác – đã dạy từ buổi trước.
* Gia đình Đại thừa: dấu hiệu, đặc tính nhân: để có thể nhận ra được.

“Trong kinh Mười phẩm tính cao thượng có nói:

Gia đình của Bồ tát tài năng

Có thể nhận biết qua những dấu hiệu:

Giống như lửa được biết nhờ bởi khói

Và nước được biết đến nhờ những con chim nước.

Trong trường hợp này, những loại dấu hiệu nào ở đây? Thân và ngữ là bản chất dịu dàng không bị phụ thuộc vào một cách đối trị. Tâm trí họ ít dối trá, là tâm trí từ bi yêu thương và sáng rỡ hướng về chúng sinh.”

Họ có tâm trí rất là dễ chịu, không phải dùng những cái đối trị riêng cho các xúc tình tất tiêu cực. Bản chất của thân – ngữ đã tinh khiết rồi, không phụ thuộc vào các đối trị nào cả. Tâm trí của họ ít dối trá, họ không cần phải giả vờ, không cần phải làm như là người khác. Ví dụ: 1 người rất độc ác giả vờ rất là từ bị, dễ chịu, thì 1 ngày nào đó, bản chất cũng sẽ lộ ra, không thể dấu mãi được. Còn ở những người thuộc gia đình Đại thừa, tâm trí đã là như vậy, luôn luôn là từ bi và yêu thương, lo lắng các chúng sinh khác. Đó là những khuynh hướng của Bồ đề tâm.

“Trong kinh Mười phẩm tính cao thượng nói:

Không ác nghiệt hay ngạo mạn

Tránh tất cả mọi giả dối và xảo trá

Có một thái độ trong sáng, yêu thương hướng về mọi chúng sinh

Đó là một vị Bồ Tát.”

-> Dòng đầu tiên “Không ác nghiệt” – nói về thân, không phải ác nghiệt, thô lỗ. Thứ 2 nói về ngữ, không dùng từ ngữ thô hay làm cho người khác cảm thấy đau đớn.

“Tránh tất cả mọi giả dối và xảo trá”: luôn luôn có thái độ chân thành, trung thực.

“Có một thái độ trong sáng, yêu thương hướng về mọi chúng sinh”: có thái độ tích cực hướng về chúng sinh. Đó chính là dấu hiệu của 1 vị bồ tát.

“Nói một cách khác, trong bất cứ hành động chuẩn bị nào một vị Bồ Tát đảm đương, vị đó luôn trưởng dưỡng Bồ đề tâm cho tất cả chúng hữu tình, hướng về những bài giảng Đại Thừa, không hề lưỡng lự khi phải chịu gian nan và thực hiện hoàn hảo căn nguyên đức hạnh của sự toàn hảo.”

-> Khi có ai đó cần sự giúp đỡ, thì chúng ta giúp đỡ 1 cách không do dự, không cần phải có điều kiện mới giúp đỡ. Chúng ta giúp đỡ ngay lập tức, không có sự lưỡng lự nào cả, bằng tấm lòng rất là nhân hậu, từ bi, giống như cha mẹ có mắng các con cũng vì tình yêu thương, sự săn sóc. Chúng ta có tâm muốn chăm sóc, giúp đỡ cho những người đấy. Tâm đó đến từ những sự tích cực. Khác với khi chúng ta la hét 1 ai đó, hay bị ai đó la hét, bởi vì người đó ghét chúng ta – bởi vì điều đó đến từ điều tiêu cực. Lòng từ bi, hay sự lo lắng, yêu thương cho những người khác là những điều tích cực – từ đây chúng ta bắt đầu yêu thích, hướng về các bài giảng của Đại thừa. Khi gian nan đến, thì không có gì khiến chúng ta chịu lùi bước, và thực hiện các đức hạnh: như 6 ba la mật, Tam học (Giới Định Tuệ), hay tất cả giới hạnh đạo đức 1 cách hạnh phúc, không chút lưỡng lự. Đó là những dấu hiệu trong tâm trí thể hiện chúng ta ở trong gia đình Đại thừa.

“Trong Đại thừa trang nghiêm kinh luận nói:

Sự phát triển lòng từ bi ở giai đoạn chuẩn bị

Nỗi khao khát, kiên nhẫn

Thực hiện toàn hảo đức hạnh

Đó là những dấu hiệu của gia đình Đại Thừa.

Qua năm gia đình này, những ai đang ở trong gia đình Đại thừa đã đến rất gần nhân của giác ngộ. Gia đình Thanh Văn và Độc Giác cũng sẽ được dẫn đến Phật quả, nhưng nhân vẫn còn ở xa nên họ cần nhiều thời gian. Gia đình không xác định có thể một số người đã tiến đến gần, một số vẫn còn cần nhiều thời gian. Gia đình tách biệt được đức Phật biết đến vẫn lang thang trong Samsara dài lâu, nhưng không có nghĩa là họ không đạt phật quả. Họ có thể đạt được Phật quả, nhưng cần thời gian rất dài. Chính vì vậy, kể từ khi tất cả chúng sinh thuộc về những gia đình này, tất cả chúng sinh có bản tính của chư Phật.”

-> Trong 5 gia đình thì gia đình Đại thừa là gần với Phật quả nhất. Độc giác Thanh văn và Độc giác cũng tiến gần nhưng vẫn còn ở xa với Phật quả vì nhân của họ không vì chúng sinh mà vì lợi lạc của bản thân. Gia đình không xác định: ai thuộc gia đình Đại thừa thì đã tiến đến gần rồi, ai thuộc gia đình Thanh văn, Độc giác thì vẫn còn xa. Riêng với gia đình tách biệt, nếu không kết nối lại thì họ không bao giờ có thể tìm lại được Phật quả của họ. Muốn tìm được Phật quả thì họ cần rất nhiều thời gian để kết nối lại được. Tất cả chúng sinh đều có bản chất như nhau và giống như chư Phật.

Giải thích ở phần đầu: 3 lý do tất cả chúng sinh có cùng Phật tính

* Bởi vì tất cả chúng sinh được lan tỏa khắp bởi tính không của Pháp thân,
* bởi vì không có sự khác biệt trong bản chất của chân như
* và bởi vì tất cả chúng sinh có một “gia đình”.

Ví dụ: “bạc an trụ trong quặng, dầu hạt cải an trụ trong hạt cải, và bơ an trụ trong sữa. Từ quặng, chúng ta có thể khai thác được bạc; từ hạt cải ta có thể chiết ra dầu hạt cải, và từ sữa, chúng ta có thể hớt được bơ. Giống như vậy, tất cả chúng sinh đều có thể trở thành Phật.”

* Để chiết xuất bạc từ quặng: là công việc rất là nặng nhọc, cần rất nhiều nỗ lực mới lấy ra được.
* Để ép được hạt cải từ dầu, công việc đã nhẹ nhàng hơn.
* Để tách bơ ra khỏi sữa: công việc nhẹ nhàng nhất.

3 ví dụ để nói về việc đi tìm bản chất Phật tính: có những người cần rất nhiều nỗ lực, có người cần ít nỗ lực hơn, có người đã gần gũi với Phật tính rồi nên họ cần ít nỗ lực nhất. 3 ví dụ để nói mức độ dụng công nhiều hay ít, đối với từng căn cơ của từng người 1.

**Kết thúc phần đầu Pháp bảo của sự giải thoát.**