

Thể và Dụng của Tâm

Tất cả chúng ta đều đang sống với tâm và bằng tâm. Tùy theo chất lượng của tâm mà chúng ta có đời sống như thế nào. Nếu tâm nặng nề, hạn hẹp, nhiễm ô thì cuộc đời chúng ta hẳn ở những cấp độ thấp, nhiều khổ đau; tâm nhẹ nhàng, rộng lớn, trong sáng thì cuộc đời chúng ta ở những cấp độ cao, nhiều hạnh phúc. Thế nên chúng ta phải hiểu biết, kinh nghiệm tâm ở những chiều cao rộng nhất của nó. Đó chính là mục đích thật sự của đời người.

Thể của tâm

Luận Đại Thừa Khởi Tín của ngài Mã Minh nói:

“Thể của tâm là tất cả niệm, nghĩa là vốn vô niệm. Nó như hư không, không chỗ nào mà chẳng bao trùm khắp. Pháp giới Một Tướng này tức là Pháp thân bình đẳng của Như Lai, Pháp thân này còn gọi là Bản giác.

Một niệm tương ưng (với thể của tâm), biết rõ được tâm vô minh sơ khởi, tâm không còn tướng sơ khởi của vô minh. Vì xa lìa vọng niệm vi tế nên thấy được bản tánh của tâm. Chứng được tâm vốn thường trụ gọi là Cứu cánh giác.

Bởi thế trong Khế kinh nói rằng: ‘Nếu có chúng sanh quán vô niệm thì chúng sanh đó đã hướng đến trí Phật’.”
Thể của tâm, hay bản tánh của tâm, vốn là vô niệm, nghĩa là không có tư tưởng phân biệt, chia cắt, không có vọng tưởng. Vì vô niệm, nó là thanh tịnh, các tư tưởng không thể đạt đến và phá hư bản tánh của tâm. Trong nghĩa đó, nó không thể bị nhiễm ô bởi những tư tưởng. Nó còn được gọi là Pháp thân, Bản giác, Chân Như, Phật tánh...
“Tâm này từ xưa đến nay, tự tánh vốn thanh tịnh. Chân tâm thì không có phân biệt. Nhưng bởi có vô minh nên có

tâm nhiễm ô. Tuy có tâm nhiễm ô, nhưng bản tánh của tâm vẫn thường hằng bất biến. Bởi thế chỉ Đức Phật mới thấu rõ nghĩa này. Bản tánh của tâm thường vô niệm nên gọi là bất biến”.

Tóm lại, thể của tâm hay bản tánh của tâm là tánh Không. Nói theo sự lập tông của Lục tổ Huệ Năng, nó là Vô niệm, Vô tướng, và Vô trụ.

Nhưng nó không phải là một cái không có gì cả, một cái hư không vô tri; Luận Khởi Tín ví nó như tấm gương sáng và có đủ tất cả công đức:

“Lại nữa, tự thể và tự tướng của tâm Chân Như, ở nơi tất cả phàm phu, Thanh văn, Duyên giác, Bồ-tát, chư Phật, từ xưa đến nay chưa hề tăng giảm, chẳng phải trước kia thì sanh, về sau thì diệt. Nó rớt ráo thường hằng như vậy. Từ xưa nay, tánh Chân Như vốn tự sẵn đủ tất cả công đức. Như là:

1. Đại trí huệ quang minh
2. Chiếu soi khắp pháp giới
3. Chân thật rõ biết
4. Tự tánh của tâm vốn thanh tịnh
5. Thường, Lạc, Ngã, Tịnh
6. Tự tại trong mát không biến đổi.”

Thể của tâm, hay bản tánh của tâm, vốn vô niệm, các tư tưởng không thể làm nhiễm ô, biến chất nó được. Như vậy thể của tâm vốn là giải thoát. Cái vốn giải thoát đó có sẵn và đầy đủ nơi mỗi chúng ta. Hiện giờ chúng ta đang có nó, đây là Nền Tảng cho mọi sự thực hành của chúng ta.

Tất cả các pháp tu, dù đó là Chỉ, Quán, Chỉ Quán song tu, mọi hạnh cho đến niệm Phật, trì chú, quán tưởng Bồ

tôn... đều y cứ vào Nền Tảng này. Đó là Đại thừa.

Dụng của tâm

Dụng của tâm là những tư tưởng, những xúc cảm đang khởi lên của chúng ta. Dụng của tâm là mọi biểu lộ của tâm thành tư tưởng, xúc cảm... có thể cảm nghiệm được. Chỉ tiếc rằng những tư tưởng, xúc cảm ấy đều bị nhiễm ô, đều bị “cái ta và cái của ta” pha trộn đủ thứ màu sắc thương ghét, đều bị vô minh làm hôn ám, méo mó, đông cứng, tê liệt. Chính những cái làm cho nhiễm ô, méo mó này khiến chúng ta khổ đau và lạc lõng trong sanh tử. Thật ra, cái trói buộc chúng ta chính là những tư tưởng và xúc cảm bị méo mó của chúng ta. Sanh tử chính là những tư tưởng và xúc cảm bị méo mó của chúng ta, chứ bản thân sanh tử thì không hề có.

Thế nên chúng ta phải chuyển hóa chúng, tịnh hóa chúng khỏi bị nhiễm ô, đưa chúng trở lại thật thể và thật dụng của chúng. Nói theo hệ thống Duy thức, sự chuyển hóa ấy là: A-lại-da thức chuyển thành (hay chuyển trở về, chuyển lại) Đại viên cảnh trí, Mạt-na thức chấp ngã chuyển thành Bình đẳng tánh trí, ý thức phân biệt chuyển thành Diệu quan sát trí, và năm thức giác quan chuyển thành Thành sở tác trí. Đây là sự chuyển giả về chân, chuyển vọng về thật... của Đại thừa. Nền tảng và kết quả của sự chuyển hóa này y cứ trên sự thật là thể và dụng chỉ là một, như sóng và nước đại dương là một, như bóng trong gương và gương là một.

Ai cũng có dụng của tâm, phàm cũng như thánh. Nhưng không biết (vô minh) thì những dụng của tâm ấy sẽ đưa chúng ta vào sanh tử khổ đau. Còn tịnh hóa được nhiễm ô, thấu rõ được, thì những dụng của tâm ấy đưa chúng

ta trở lại thật tướng của sanh tử là Niết-bàn an lạc.

Về thật dụng của tâm, Luận Khởi Tín nói:

“Thể và tướng (hay dụng) của tánh giác này đồng như hư không, giống như tấm gương sáng sạch.

Gương này có nghĩa Như Thật Bất Không, tất cả cảnh giới thế gian đều hiện trong đó, chẳng ra chẳng vào, không mất không hoại. Đó là Nhất Tâm thường trụ, trong đó tất cả các pháp chính là thật tánh vậy”.

“Tất cả cảnh giới, từ xưa đến nay, vốn là Nhất Tâm, là tất cả mọi tướng niệm. Chỉ vì chúng sanh mê vọng thấy ra cảnh giới, cho nên tâm có phân biệt, chia cắt. Vì vọng khởi các tướng niệm, chẳng tương xứng với pháp tánh, nên mê mờ chẳng thể thấu hiểu rõ ràng.

Chư Phật Như Lai đã lìa mọi cái thấy, mọi tướng, nên tâm không chỗ nào không hiện diện. Tâm chân thật ấy là tánh của tất cả các pháp. Tự thể chiếu soi rõ suốt tất cả các pháp hư vọng, có đại trí dụng vô lượng phương tiện, tùy chúng sanh hợp với chỗ hiểu nào đều có thể khai thị mọi nghĩa của Pháp, cho nên được gọi là Nhất thiết chủng trí”.

Cũng một thể và dụng của Nhất Tâm, nhưng chúng sanh thì biết một cách sai lầm, sử dụng một cách sai lầm, mà càng lúc càng lạc xa khỏi thật tánh của tất cả các pháp chính là Nhất Tâm ấy.

“Thế nên, tất cả chúng sanh không được gọi là Giác, bởi vì từ xưa đến giờ niệm niệm tương tục, chưa từng lìa niệm, đó gọi là vô minh từ vô thủy.

Nếu được vô niệm thì biết tướng sanh trụ dị diệt của tâm (của các niệm) đồng với vô niệm. Thật ra bản giác vô niệm này không khác với thủy giác. Chỉ do bốn tướng

sanh trụ dị diệt cùng lúc nương nhau mà có, đều không tự lập (đều vô tự tánh). Tâm (vô niệm hay hữu niệm) xưa nay vốn bình đẳng, đồng một tánh Giác”.

Niệm sanh trụ dị diệt đều duyên sanh vô tự tánh, thấy được sự vô tự tánh của tất cả các niệm thì ngay đó niệm vốn là giải thoát.

Nói cách khác, niệm sanh trụ dị diệt đồng với vô niệm, niệm đồng với vô niệm, thì niệm vốn là giải thoát.

“Tất cả các pháp đều từ tâm mà khởi, từ vọng tâm mà sanh. Thế nên tất cả phân biệt là phân biệt trong tâm và của tâm. Nhưng tâm thì không thể thấy, không có hình tướng gì để có thể đắc. Phải biết tất cả cảnh giới của thế gian đều do vọng tâm vô minh của chúng sanh mà tồn tại. Thế nên tất cả pháp, như bóng trong gương, không có thật thể để đắc, chỉ là tâm hư vọng. Tâm sanh thì mọi thứ pháp sanh, tâm diệt thì mọi thứ pháp diệt”.

Tất cả tướng và tưởng là do phân biệt mà sanh, sự vọng sanh này là của tâm và ở trong tâm. Nhưng tâm “không có tướng gì để đắc,” nên tất cả tướng và tưởng cũng không thể có tướng gì để đắc. Tâm vô tự tánh, vô tướng nên tất cả các tướng và tưởng, dù chân hay dù vọng, là vô tự tánh và vô tướng, nghĩa là chúng vốn là giải thoát.

Tâm sanh thì các thứ pháp sanh, tâm diệt thì các thứ pháp diệt. Nhưng tâm vốn là vô sanh, nên các tướng và tưởng cũng là vô sanh. Thể của tâm vốn là giải thoát, thể nên dụng của tâm cũng vốn là giải thoát.

Như vậy, những pháp môn của Phật giáo, dù chỉ, quán, chỉ quán song tu hay các Ba-la-mật, các hạnh, các thực hành khác... đều nhằm mục đích thấy được thật thể và thật dụng của tâm, hay dùng một thuật ngữ khác, thấy

cho được thật tánh và thật tướng của tâm. Chính cái thấy này đưa chúng ta đến giải thoát và giác ngộ.

Về vấn đề này, Guru Padmasambhava, trong bối cảnh của Đại Toàn Thiện (Dzogchen), thừa cao nhất trong hệ thống Mật giáo của ngài, đã nói như sau:

Quả thật, bản tánh của tâm thì trống không và không có bất kỳ nên tảng nào cả.

Tự tâm con thì không chất thể như bầu trời trống không. Chỉ để cho những tư tưởng ở trong thật tướng của chúng, Không cố gắng sửa sang chỉnh trị chúng, thế là đủ.

Bởi vì sự sanh khởi của những tư tưởng và sự được giải thoát của chúng xảy ra đồng thời.

Những hình tướng trống không trong chính chúng, trở nên tự giải thoát:

Tịnh quang và tánh Không bất khả phân là Pháp thân.

Bản thân những hình tướng thì không có lầm lỗi, nhưng do bởi sự bám níu của con vào chúng, mà có những lầm lỗi.

Nhưng nếu con biết rằng những tư tưởng bám lấy sự vật ấy là tâm, bấy giờ chúng sẽ được giải thoát bởi tự chúng Mọi sự xuất hiện chỉ là một biểu lộ của tâm.

Quả thật tất cả những hình tướng xuất hiện được giải thoát vào thực tánh của chúng.

Giống như những đám mây trong bầu trời là tự phát sanh và tự giải thoát.

Giống như những làn sóng và nước đại dương không phải là hai.

Bất cứ tư tưởng nào sanh khởi đều được giải thoát vào trong trạng thái vô niệm tự nhiên của tâm.

(Self-liberation through seeing with Naked Awareness, Tự giải thoát qua sự thấy với tánh Giác trần trụi, của Padmasambhava, Vajranatha dịch, Snow Lion 2000).

Chính vì sự bám giữ của chúng ta vào các hình tướng, không để cho chúng theo như bản chất của chúng là tự giải thoát vào trong thật tánh của chúng, mà có ra sanh tử đối với chúng ta. Chính vì không để cho những tư tưởng y như chúng là, như những làn sóng vốn là nước và có sanh có diệt cũng chỉ là nước. Thậm chí sự sanh khởi của chúng và sự diệt, sự được giải thoát của chúng xảy ra đồng thời. Chính vì không để cho những đám mây tư tưởng tự giải thoát, tự tan biến trong bầu trời của tâm, mà cứ cố gắng sửa chữa chỉnh trị hay phá tan chúng mà những đám mây vốn vô tự tánh trở thành có thực, từ đó sanh tử trở thành có thực.

Một cách cụ thể, nếu chúng ta luôn luôn an trụ trong bầu trời của tâm, những đám mây tư tưởng sẽ tự chúng giải thoát, sẽ tự tan biến vào trong bản chất của chính chúng là bầu trời.

Vì không tin, không trực tiếp thể nghiệm, cho nên không thấy thể của tâm vốn là vô niệm, như bầu trời trong sáng mà không một đám mây tư tưởng nào làm nhiễm ô được, che lấp được, nên chúng ta không sống được Bản giác hay Pháp thân vốn thường trụ tại đây và bây giờ của chúng ta. Vì không tin cho nên không thấy dụng của tâm là những tư tưởng mà “sự sanh trụ dị diệt của chúng đồng với vô niệm”, nghĩa là vốn tự giải thoát, như những đám mây tự sanh tự diệt trong bầu trời, thế nên chúng ta không sống được cái dụng thanh tịnh của tâm: “tâm định hay không định, có tướng hay không có tướng, xưa nay

vốn bình đẳng, đồng một tánh giác.”

Thể của tâm là tánh Không, dụng của tâm là sắc thọ tướng hành thức. Trong thật tướng, dụng và thể là một, “sắc tức thị Không”, “thức tức là Trí”. Nếu không có dụng của tâm là sắc, nếu không có sắc thì không có gì để học hiểu Không và Không có thể hiển bày với chúng ta. Nếu không có dụng của tâm là thức thì không có gì để tìm thấy Không, hay Trí. Nếu không có bóng (trong gương) thì không có gì để gương tự hiển bày. Nếu không có sóng thì cũng khó có thể thấy nước của đại dương. Cái đầu tiên của số phận con người là kinh nghiệm sanh tử và cũng chính sanh tử là cái trói buộc con người làm con người luân hồi liên tục không dứt. Nhưng cũng chính nhờ sanh tử mà con người có thể nhìn thấy thật tánh của sanh tử là Niết-bàn, và do đó có tự do giải thoát.

Người theo Đại thừa không vội vã bỏ cái dụng của tâm, không vội vàng bỏ chạy khi thấy con rắn, mà thực ra chỉ là sợi dây thừng. Người ấy thực hành để dần dần nhìn ra thể của dụng, thật tánh và thật tướng của dụng, và do đó sử dụng cái dụng này đúng đắn hơn, rõ biết thật tướng của dụng, để từ đó mà có tự giác, giác tha. Khi ấy dụng của tâm chính là cái mà Đại thừa gọi là “phương tiện thiện xảo.”

Chúng ta trở lại với Thiền tông Việt Nam mà cốt lõi của nó là rõ tâm: “cốt chỉ rõ tâm” (Trần Thái Tông, Phổ khuyến phát Bồ-đề tâm).

Về thể và dụng của tâm, chúng ta trích đoạn đầu trong bài Phật Tâm ca của Huệ Trung thượng sĩ:

Phật! Phật! Phật! Không thể thấy! Tâm! Tâm! Tâm! Không thể thuyết! Nếu tâm sanh, đó tức Phật sanh Nếu Phật

diệt, đó tức tâm diệt

Diệt tâm còn Phật làm sao có Diệt Phật còn tâm bao giờ
xong Muốn biết tâm Phật, tâm diệt sanh Hãy chờ mai sau
Di Lạc quyết

Xưa không tâm

Nay không Phật

Phàm thánh trời người như ánh chớp Thể tâm không thị
cũng không phi Tánh Phật chẳng hư cũng chẳng thực

Bỗng nhiên khởi

Bỗng nhiên dừng

Qua lại xưa nay giả vòng vo

Đâu chỉ thừa tổ tông mai một

Lại khiến yêu ma loạn trong nhà. Muốn cầu tâm

Chớ ngoài tìm

Bản thể như nhiên tự không tịch Niết-bàn sanh tử buộc
ràng sông Phiền não Bồ-đề không đối địch Tâm tức

Phật

Phật tức tâm

Diệu chỉ linh minh suốt cổ kim

Xuân đến tự là hoa cười mỉm

Thu về đâu chẳng nước thu trong

Bỏ vọng tâm

Giữ chân tánh

Như người bỏ gương mà tìm bóng Nào hay bóng hiện ở
trong gương Chẳng biết vọng từ trong chân hiện Vọng

đến không thực cũng không hư

Gương nhận không tà cũng không chánh