

SÁU THÂN TRUNG ẤM

Chagdud Khadro

---o0o---

Nguồn

<http://thuvienhoasen.org>

Chuyển sang ebook 16-8-2009

Người thực hiện : Nam Thiên – namthien@gmail.com

[Link Audio Tại Website http://www.phatphaponline.org](http://www.phatphaponline.org)

---o0o---

Sự hiện hữu của chúng sinh đã bị điều kiện hóa bởi sự sinh, sự chết, và sự chuyển tiếp từ cái chết sang sự tái sinh. Sức khởi động không ngưng nghỉ của nghiệp lực đã làm cho đời sống vô thường. Chúng ta liên tục luân hồi xuyên qua những trạng thái khác nhau của hữu thể, và trong pháp môn p'howa thì cách hữu dụng nhất để hiểu chúng là trong cách phân loại của sáu thân trung ấm, tức là các trạng thái trung gian.

Thân trung ấm nơi sinh (birthplace bardo) bắt đầu từ khoảnh khắc chào đời, và kết thúc khi từ trần. Nó chỉ cho kiếp sống của chúng sinh, và với kiếp người thì đây là cơ hội tối thắng để tu tập - có khả năng để làm thanh tịnh các nghiệp xấu và thu thập công đức và sự giác ngộ nhằm giải thoát khỏi luân hồi và hướng dẫn các chúng sinh khác tới giải thoát.

Thân trung ấm nơi sinh trong cõi người thường xen lẫn bởi hai thân trung ấm khác, thân trung ấm chiêm bao (dream bardo) và thân trung ấm của thiền định (bardo of meditative concentration). Cả hai thân này dung chứa tiềm năng cho các trạng thái thâm sâu của tâm thức, mặc dù với hầu hết mọi người chúng chỉ giữ trong khoảng thời gian ngắn. Hệt như thân trung ấm nơi sinh, chúng có thể được vận dụng cho sự tiến bộ tinh thần.

Tiến trình chết xảy ra trong thân trung ấm của khoảnh khắc lìa đời (bardo of the moment of death), nó tiếp cận với hơi thở cuối cùng và sự hợp nhất vào luân xa quả tim của các năng lực nam và năng lực nữ nguyên thủy của chúng sinh đó. Thân trung ấm này có thể rất ngắn ngủi; nếu người này gặp cái chết chưa đúng thời bởi vì tai nạn hay vì bạo lực, hay là nó có thể được kéo dài, nếu người này chết vì căn bệnh dằng dai. Thân trung ấm của khoảnh khắc lìa đời là chặng chuyển tiếp chủ yếu trong chu kỳ luân hồi, bởi vì đó là lúc pháp môn p'howa có thể thành tựu được và sự giải thoát vào cõi tịnh độ có thể đạt

được dễ dàng. Tuy nhiên, để thành tựu p'howa, học nhân nên tu tập kỹ lưỡng khi còn trong thân trung ấm nơi sinh, bởi vì tâm thức hỗn loạn thường gây mê mờ vào thời điểm chết.

Đối với hầu hết mọi người, thân trung ấm của chân tánh của vạn pháp (Anh ngữ: bardo of the true nature of phenomena; Tây Tạng ngữ: chos nyid; Phạn ngữ: dharmata) khởi đầu khi họ rơi vào màn tối đen, sau khi các năng lực nam và nữ hợp nhất trong quả tim. Các thiền sư vĩ đại nào có thể duy trì tỉnh thức trong suốt thời chuyển tiếp của cái chết sẽ không rơi vào màn tối đen này. Trong thời khoảng này, các phẩm chất của tâm được buộc vào trong tự tánh bất khả hủy diệt, vào trong tận nguồn vi tế nhất của tâm thức và sự hồn nhiên. Các phẩm chất của tâm về tánh biết - tám phương diện của ý thức - thì hiện hữu như là quả cầu cốt yếu của ý thức. Đặc tính di động của tâm thì hiện hữu như là các năng lực nghiệp thức cực kỳ vi tế (tức là “các gió”; Tạng Ngữ là lung), các lực này khuấy động các phân tử của ý thức. Sự khuấy động nhẹ này làm mê mờ ý thức, và ánh sáng trong suốt của thật tánh của vạn pháp khởi lên như một trạng thái bất nhị, bất khả diễn tả của Tánh Biết.

Tất cả chúng sinh, từ bất kỳ cảnh giới nào của đời sống, có một kinh nghiệm chớp nhoáng về tia sáng trong suốt khi họ chết, nhưng đối với hầu hết, nó qua đi trong khoảnh khắc mà không được ghi nhận. Chỉ có các đại thiền giả - những người đã chứng nhập cái nhìn cao nhất qua các pháp thiền của Đại Toàn Thiện, Đại Thủ An, Trung Quán - có khả năng để tìm giải thoát vào pháp thân, để thành đạt giác ngộ, xuyên qua việc chứng nhập ánh sáng trong suốt.

Đối với những người khác, sự giải thoát bị ngăn trở bởi một sự thúc giục về hướng “đầu thai” và một nỗi sợ bị hư vô hóa. Các phương diện vi tế của ý thức, bị khuấy động thêm nữa bởi các năng lực tế vi, dẫn khởi lên các hiện tượng thanh tịnh của Tánh Biết, sự xuất hiện các vị Thánh hiền hòa và hung dữ. Ánh sáng khởi lên, cùng với các âm thanh cuồng nộ. Và rồi các hình tượng xuất hiện từ ánh sáng đó, trước tiên hiện ra như các vị Thánh đầy giận dữ cùng với tiếng cười gây kinh hãi. Mỗi vị mặc trang phục riêng đặc biệt và được đi kèm bởi một đoàn hội chúng đầy đặc tới đầy khắp không gian. Rồi các vị Thánh hiền hòa xuất hiện - trong đó có các vị bổn tôn của pháp môn p'howa là Phật A Di Đà, Quan Thế Âm Bồ Tát, và Phật Vô Lượng Thọ¹ - sáng rực và đầy kính ngưỡng.

Bất kỳ ai đã tu tập pháp quán tưởng, những ai đã thấy vị bổn tôn chỉ là hóa hiện tự tâm mình, có thể giải thoát được vào cảnh giới Báo thân. Đối với

những người khác, sự hóa hiện của các vị Thánh hiền hòa và hung dữ sẽ chớp qua đi. Những người khác sẽ lùi xa khỏi khối sáng rực đó, và những hình ảnh và âm thanh của các vị bồ tôn sẽ biến dạng.

Bây giờ xuất hiện một chuỗi bốn chùm ánh sáng màu, mỗi chùm là hai độ rực rỡ, tập trung trên đầu như một chiếc dù - trước tiên là màu trắng, rồi xanh-đen, vàng, và đỏ. Sau khi chuỗi ánh sáng này hiển lộ, ánh sáng mang nhiều hình dạng khác nhau. Rồi một hình ảnh khởi lên như một sơ đồ thế giới, với các mạn đà la của tam thân (Pháp thân, Báo thân, Sắc thân - ND) và dưới các mạn đà la, là sáu cõi chúng sinh. Sơ đồ này rất trong sáng và chi tiết, và nếu có ai thấy được bản tánh của tam thân, thì người đó giải thoát. Nếu chúng sinh nào tránh né khỏi các tia sáng chói lọi và bị thu hút về các tia mờ, nếu chúng sinh nào không thấy bản tánh của mạn đà la tam thân và bị thu hút về sáu cõi, thì các hình ảnh nhạt dần, và thân trung ấm của thực tánh của vạn pháp chấm dứt.

Thân trung ấm của sự trở thành (Anh ngữ: bardo of becoming; Tạng ngữ: sidpa bardo) thì như một giấc mơ. Nếu có ai đã tập thiền trong kiếp trước của mình đủ vững vàng để nhớ tới vị thầy của mình hay vị bồ tôn đã chọn, thì sự giải thoát vào sắc thân [Phật] vẫn có thể thành tựu. Nếu chúng sinh này đã quên đi niềm tin trước đó của mình, và không có thể tái thiết lập thiền định, thì đau đớn lớn xảy ra. Thân trung ấm của sự trở thành là một nơi hoang vắng, nơi bầu trời mang màu xám, không có mặt trời hay mặt trăng, không có nước hay lương thực, và chúng sinh trải qua đủ loại kinh nghiệm hãi hùng, như bị rượt đuổi bởi các nhóm thù nghịch hay là thú rừng, hay là rơi từ các đỉnh núi khi chúng biến thành các trận tuyết lở. Chúng sinh trải qua những kinh nghiệm này dường như chúng sinh này đã mang thân người và không có ký ức gì về sự hấp hối, không có ký ức gì về thân trung ấm của giây phút lìa trần, cũng như về thân trung ấm của bản tánh thật của vạn pháp.

Chúng sinh vào thân trung ấm của sự trở thành trong một thân thần-thức (mental body). Năng lực của 5 phần tử (ngũ uẩn-ND) hòa lẫn với các phương diện vi tế của ý thức và các năng lực vi tế của thân thần-thức, làm cho nó dày đặc hơn. Năm uẩn phát triển tới điểm mà các thân trung ấm có thể nhìn thấy, và được nhìn thấy bởi các thân trung ấm khác và bởi các vị trong các cảnh giới khác có khả năng thần thông. Các bộ phận cảm quan (của thân trung ấm-ND) hình thành, và cần có dưỡng chất, điều này được tiếp nhận trong hình thức mùi hương. Các thân trung ấm không bao giờ ở lâu một nơi, bởi vì, trong trạng thái không cân nặng này, các thân trung ấm tức

khắc được mang tới bất cứ nơi nào mà họ mong muốn. Thoạt tiên, họ có thể cảm thấy một cảm giác có sự khoan khoái và quyền lực lớn trong trạng thái này, nhưng khi mong muốn của họ đi nơi này và nơi kia và họ bị buộc phải theo, và khi những mong muốn này bị ngăn trở, các thân trung âm càng lúc càng dao động và bực bội. Họ tụ họp ở các cây xưa, nhà cũ, và các nơi hoang vắng, và loài người cảm nhận các thân trung âm đó là ma.

Khi các uẩn dày đặc hơn, thì sự mong muốn, sự ghen tị và sự giận dữ của các thân trung âm càng tăng. Họ nhìn thấy chúng sinh nơi 6 cõi, và muốn những gì mà các chúng sinh đó có. Khát vọng tìm một hình tướng trở thành khẩn cấp, và điều này lôi cuốn họ gần thêm tới cõi phù hợp với nghiệp lực của họ. Nếu ý thức của họ mang sự căm thù và giận dữ giết chóc, thì những cảm xúc này, được triển nở đầy đủ, dẫn tới tái sinh trong cảnh giới địa ngục. Nếu nhiều khát vọng và tham lam, khuynh hướng này khi phát triển đầy đủ sẽ dẫn tới tái sinh trong cõi quỷ thần. Sự ngu dốt và trực giác mù quáng dẫn tới tái sinh trong cảnh giới thú vật. Tính ghen tị và tính cạnh tranh, kết hợp với vài đức hạnh, dẫn tới tái sinh trong cõi bán thiên (demigod realm), trong khi sự hãnh diện hay mê luyện niềm vui thiên định, cùng với đức hạnh, dẫn tới các tầng chư thiên cõi dục giới. Thiên định bị mê luyện vào sự trong sáng - viễn kiến, tiên tri và tương tự - dẫn tới tái sinh trong cảnh giới sắc tướng của chư thiên. Thiên định bị mê luyện bởi sự ổn định dẫn tới tái sinh trong cõi trời vô sắc.

Tái sinh trong cõi người là do kết quả tổng hợp của công đức, kết tập từ các việc làm từ bi, và các điều xấu, khởi lên từ ngu độn. Hoàn cảnh tái sinh vào cõi người - hoặc là người này sẽ giàu hay nghèo, khỏe hay yếu, thông minh hay khờ khạo, tất cả các cực này và khoảng giữa chúng - tùy thuộc chính xác vào tổng hợp nghiệp thiện và nghiệp ác của người đó. Các biến đổi cũng vô tận, bởi vì ảnh hưởng nghiệp thức thì không ngưng nghỉ.

Một mối vì sự xáo động của thân trung âm của sự trở thành, thêm khát sự ổn định của một thân xác, một thân trung âm có nghiệp tái sinh vào cõi người sẽ bị lôi kéo về cảnh giao hợp của bố mẹ tương lai. Nếu thân trung âm này sẽ tái sinh làm người nam, thì sẽ bị lôi kéo về phía người mẹ, và ghen với người cha; nếu sẽ tái sinh làm nữ, thì bị lôi kéo ngược lại. Vào khoảnh khắc thụ thai, thì cái tâm thức vô tướng đó, bị thúc đẩy bởi các năng lực vi tế không ngưng nghỉ, kết hợp với tinh trùng và trứng của bố mẹ. Thân trung âm của sự trở thành giữ tiếp trong khoảng hơn 9 tháng, cho tới khi ra đời, điều cho thấy rằng bánh xe luân hồi đã xoay đủ một vòng tròn. Một kiếp người lại bắt đầu.

Nguyên Giác dịch

(Trích từ P'howa Commentary: Instruction for the Practice of consciousness transference as Revealed by Rigdzinb Longsal Nyingpo)

---o0o---

Hết

¹ . Bản Anh văn ghi tên ba vị là Amitabha, Avalokiteshvara và Amitayus. Hai vị đầu dịch ra Việt ngữ là A Di Đà Phật, và Quan Thế Âm Bồ tát. Nhưng chữ “Amitayus” lại có nghĩa là “Vô Lượng Thọ,” một danh hiệu khác của Phật A Di Đà. Trong khi theo kinh điển Tịnh độ thì vị thứ ba phải là Đại Thế Chí, tức Anh ngữ phải là Mahasthamaprapta. Tuy nhiên, bản Việt dịch sẽ giữ hoàn toàn trung thực với nguyên tác Anh ngữ, và sẽ ghi các chỗ nghi vấn.

Cần phải ghi nhận thêm rằng cuốn Tử thư Tây Tạng, The Tibetan Book of the Dead - bản Anh dịch và chú giải của Francesca Fremantle và Chogyam Trungpa, ấn bản 2000 của NXB Shambhala, trang 46 - ghi rằng lúc đó “Phật A Di Đà sẽ xuất hiện trước người chết từ hướng Tây phương Cực lạc, toàn thân màu đỏ, tay cầm hoa sen và ngồi trên ngai trên lưng chim công, ôm người bạn đạo là Pandaravasini. Ngài được đi kèm theo bởi hai nam Bồ tát là Quan Thế Âm và Văn Thù và hai nữ Bồ tát là Gita và Aloka, để 6 hình tướng Phật xuất hiện từ không gian của ánh sáng cầu vồng.” Có lẽ, chỉ nên xem các mâu thuẫn nơi đây như là các ngón tay dị biệt đang cùng chỉ về một mặt trăng, và có khi chỉ là mang tính ẩn dụ, chứ không có gì sai lạc cả.