

TỔNG KẾT TÂM-LÝ-HỌC PHẬT-GIÁO KHOÁ III

LỚP CAO CẤP 3 & 4

Khai giảng ngày 01/11/2009; Bế giảng ngày 17/11/2009

Bài này của Thích Nữ Hằng Như khi còn là cư sĩ AN NHƯ

Kính bạch Thầy Thiên Chủ,

Kính bạch quý Tăng Ni,

Thưa quý cô bác, anh chị thiên sinh thân mến,

Hôm nay là ngày bế giảng lớp Cao Cấp 3 và 4 Tâm Lý Học Phật Giáo khoá III tổ chức tại Thiên Viện Tánh Không, Nam California. Con, An Như, trưởng lớp 3 và 4 xin trình bày tóm lược những gì chúng con được Thầy hướng dẫn trong 17 ngày qua. Mặc dù con đã hết sức cố gắng soạn bài nhưng chắc chắn còn nhiều thiếu sót. Kính xin Thầy Thiên Chủ chứng minh và bỏ tấc để con và các bạn thiên sinh có dịp mở mang kiến thức về Phật học.

TRÌNH LỚP LÊN THẦY

Tâm Lý Học Phật Giáo lớp Cao Cấp 3 bắt đầu từ ngày Chủ Nhật 01/11/2009 đến hết ngày 08/11/2009 có sự tham dự của các thiên sinh: *Minh Tâm, Minh Hải, Tịnh Như, Minh Như, Bút Nghiên, Nguyễn Phúc, An Như, Thuần Lạc, Quảng Tâm, Minh Đạo, Quang Lý, Dương Thu Vân, Tuệ Hiếu, Huệ Chiêu, Tín Giáo, Tuệ Ngộ, Chí Hải, Từ Chí.*

Tâm Lý Học Phật Giáo lớp Cao Cấp 4 bắt đầu ngày 10/11/2009 đến ngày 17/11/2009. Số thiên sinh tham dự gia tăng, ngoài các vị học từ lớp 3 lên lớp 4 (ngoại trừ thiên sinh Nguyễn Phúc vì lý do gia đình phải ra về) còn có thêm các thiên sinh: *Không Định, Phan Ngọc Trân, Minh Chánh, Tuệ Giác, Như Thật, Chí Trịnh, Diệu Kiên, Không Giới, Thuần Chánh Trí.* Những ngày cuối tuần có nhiều thiên sinh dự thính. Phía bên tu sĩ có đầy đủ chư tăng ni thuộc tăng đoàn Thiên Tánh Không như *quý Thầy Tuệ Chân, Không Chiêu, Không Như; quý Sư Cô Triệt Như, Phúc Trí, Hiền Đức, Hạnh Như, Ý Như.* Có 2 vị từ chùa khác ghi danh tham dự là *Sư Cô Tường Liên và Ni Cô Pháp Huệ.*

Khoá tu học do Thầy Thiên Chủ Thích Thông Triệt giảng dạy. Sư Cô Triệt Như đúc kết. Phân thảo luận những câu hỏi trong lớp do Sư Cô Triệt Như và Thầy Không Chiêu điều hợp.

Mỗi sáng sớm và tối các thiền sinh cùng tọa thiền với chư tôn đức trong chánh điện. Ngoài ra còn có giờ tập khí công do Thầy Không Như hướng dẫn và thiền hành ngoài sân thiền viện do Thầy Tuệ Chân hướng dẫn.

Báo cáo tình hình sinh hoạt ngoài giờ học, con trình lên Thầy như sau:

Nhìn chung, lớp học sạch sẽ, bàn ghế sắp ra xếp vào ngăn nắp do các nam thiền sinh Phúc Nguyễn, Chí Hải, Quang Lý và một số thiền sinh khác mỗi người giúp một tay. Đặc biệt thiền sinh Phúc Nguyễn đã tình nguyện dọn dẹp lau chùi phòng tắm, vệ sinh sạch sẽ.

Riêng về việc nhà bếp thì con có nhờ chị thiền sinh Minh Như giúp phân công một cách khéo léo thành nhiều nhóm. Ngày nào trách nhiệm của nhóm nào, thì nhóm ấy lo lắng chu đáo thức ăn cho tất cả các thiền sinh đầy đủ ngày 3 bữa no bụng. Phần này được hoàn tất trọn vẹn nhờ có sự hướng dẫn, giúp đỡ đặc lực của các Sư Cô, trong đó phải đặc biệt cảm ơn thiền sinh Triệt Huệ vào những ngày cuối tuần đã lên thiền viện giúp nấu những món ăn thật xuất sắc.

An Như rất cảm ơn sự hợp tác của tất cả quý anh chị thiền sinh trong thời gian qua đã giúp cho trách nhiệm của An Như phần nào được nhẹ nhàng, để An Như có thời giờ chuẩn bị cho ngày tổng kết mãn khoá.

TỔNG KẾT KHOÁ TÂM LÝ HỌC PHẬT GIÁO

LỚP CAO CẤP III

Kính bạch Thầy Thiên Chủ;

Bây giờ con xin đi thẳng vào phần tổng kết. Trước hết là Lớp Tâm Lý Học Phật Giáo Cao Cấp 3 có nhiều chủ đề. Con xin trình bày chủ đề đầu tiên là: "*Lịch Sử Tư Tưởng Phật Giáo*"

CHỦ ĐỀ ĐẦU TIÊN : "LỊCH SỬ TƯ TƯỞNG PHẬT GIÁO"

Đây là một đề tài lớn, Thầy mất gần 5 ngày từ sáng Chủ Nhật 01/11/2009 đến trưa ngày thứ Năm 05/11/2009 mới tạm cho là hoàn tất. Tư tưởng Phật Giáo dựa trên quá trình thành đạo cũng như quá trình 45 năm giảng pháp của Đức Phật Thích Ca, đồng thời cũng dựa trên tiến trình thành lập Luận Thư của các Bộ Phái Phật Giáo như Trưởng Lão Bộ (Theravada), Nhất Thiết Hữu Bộ, Đại Chúng Bộ và Thiên Tông thì mới hoàn chỉnh chủ đề: "*Lịch Sử Tư Tưởng Phật Giáo*".

ĐỀ MỤC I: TIẾN TRÌNH THÀNH ĐẠO CỦA ĐỨC PHẬT

A. Phật tinh ngộ:

- **Lần thứ nhất:** Từ bỏ cuộc sống xa hoa, đi tìm phương pháp chấm dứt: Sanh, Già, Bệnh, Chết. Tức là đi tìm "*Cái Vô Sanh*" để chấm dứt "*Cái Bị Sanh*".

- **Lần thứ nhì:** Lần lượt từ giả 2 vị Thầy Alàra Kàlāma và Uddaka Ràmaputta đi tìm pháp mới, vì pháp của hai vị này không đáp ứng được nhu cầu đưa đến Giải thoát, Thượng trí, Niết bàn.

- **Lần thứ ba:** Từ bỏ pháp tu khổ hạnh. Nhận ra thân người là quý để dụng công tu.

Điều này đưa đến Tâm Lý Phật Giáo đặt trên Pháp chứ không phải trên Thầy, và nền Tâm Lý Phật Giáo đặt trên cơ sở Con Người, thân là quý để tu. Đây là một cuộc Cách Mạng vào thời đó và tới bây giờ chân lý này vẫn đúng.

B. Pháp:

1- Pháp thứ nhất đạt được là Định, dựa trên 4 tầng thiền:

- Định có Tầm không Tứ.
- Định không Tầm không Tứ.
- Chánh Niệm Tỉnh Giác.
- Định bất động.

Căn bản của những tầng Định này là pháp Thở, mấu chốt là không Tầm không Tứ.

Định qua 4 tầng thiền, Đức Phật chứng ngộ Tứ Đế. Ngài đã trải qua 3 tiến trình thông suốt:

- 1) Biết rõ sự thật của 4 đế (Khổ, Tập, Diệt, Đạo).
- 2) Biết rõ tác dụng của 4 đế.
- 3) Biết rõ thành quả đạt được 4 đế.

Ba cái Biết này được xếp là Trí qua 3 chuyển 12 hình tướng là 12 pháp thực hành, trong đó quan trọng nhất là Chánh Kiến, là cái Biết từ Trí Năng Tỉnh Ngộ nên gọi là Chánh Kiến, tiếp theo là Chánh Niệm tương đương với Tánh Nhận Thức Biết. Đây là cái Biết của bậc Thánh. Chánh Niệm này tương xứng với Tâm Tathà. Sau cùng Chánh Định là thể nhập Chân Như hay là Chân Như đã nội tại rồi. Đức Phật mượn cơ chế đó để kiến giải ra điều cần muốn biết chứ Chánh Định không phải là tập trung tư tưởng vào đối tượng như các Tổ đã nói. (*Ở điểm này xin nhắc lại Đức Phật đã trải qua nhiều tầng Định Bà La Môn, Yoga. Về sau Đức Phật xếp những loại Định này là Tà Định nên Phật mới dùng từ Chánh Định*).

2- Pháp thứ hai là đạt được Huệ:

Huệ là kinh nghiệm nhận rõ Chân Tánh, Y Duyên Tánh của hiện tượng thế gian. Từ đó Ngài nhận ra các Tánh khác của hiện tượng thế gian như: Biến Dịch Tánh, Không Tánh, Bình Đẳng Tánh, Huyền Tánh.

Huyền Tánh có nghĩa là hiện tượng thế gian vô thường, tạm bợ, luôn luôn biến dịch, có đó rồi mất đó nên gọi Huyền. Nếu nhận ra sự thật đó và chấp nhận, hễ sinh ra làm thân con người thì có khổ, và vũ trụ thế gian này vốn vô thường. Nếu tính ngộ đi tìm con đường tâm linh thì sẽ thoát khổ, còn theo tâm đạo thì bám chặt vào sự thờ phụng cúng kiến thần linh sẽ không giải quyết được chuyện gì.

Từ quan điểm này cho thấy **Nền Tâm Lý Học Phật Giáo đã phá mê tín dị đoan, không tin thần quyền.**

Tóm lại trong tuần lễ thứ tám. Bồ Tát đã hoàn chỉnh sự chứng ngộ pháp Lý Duyên Khởi, đạt quả Anuttara-Sammà-Sambodhi (Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác). Đây là tiến trình tự tu tự giác. Trong tự giác Đức Phật đã tự chứng.

C. Tu chứng:

Phật đạt được thân, tâm và trí chứng. Mục tiêu của quá trình này là thân tâm hài hoà và phát huy trí tuệ tâm linh. Nền tảng là thoát khổ và giải thoát luân hồi sinh tử.

Trong mục tiêu giải thoát khổ có 2 phần là thoát khổ về Tâm và Thân. Giải thoát về Tâm thì chúng ta phải hiểu là: Tri kiến, Tâm và Huệ đều được giải thoát, mà căn bản là sự giác ngộ về 2 phần: Con người và vũ trụ.

ĐỀ MỤC II: SỰ GIÁO HOÁ (GIÁC THA)

Sau khi chứng quả Anuttara-Sammà-Sambodhi, Đức Phật dằng co trong trạng thái tâm lý không đi giáo hoá chúng sanh, vì Ngài biết pháp chứng ngộ của Ngài đi ngược dòng tham ái của chúng sanh. Và lại chỗ chứng ngộ của Ngài là chỗ không lời Atakkàvacara, thật khó mà có người hiểu nổi. Lúc đó Phạm Thiên Sahampati ba lần thỉnh cầu Đức Phật chuyển Pháp Luân nên Ngài đồng ý.

Tưởng cũng xin nhắc lại, chúng ta nhớ là ở Ấn Độ thuở ấy Phạm Thiên được sự kính nể tôn sùng của người theo Vệ Đà, Bà La Môn, là đáng mà các vị Trời kính nể. Vậy mà Phạm Thiên Sahampati lại phải hạ mình thỉnh cầu Đức Phật đi giáo hoá.

Điều này cho thấy có một cuộc cách mạng tôn giáo tại Ấn Độ, chứng tỏ Đức Phật là người chứng ngộ hoàn toàn hơn cả Phạm Thiên, nên mới nói Đức Phật là Thiên Nhơn Sư là Thầy của Trời và Người.

Sau đó, Ngài đi giáo hoá. Trọng tâm giáo hoá của Ngài là "*Đối Cơ Thuyết Pháp*". Người học Phật phải đến tận nơi để thấy, để nghe, để hiểu rồi mới tin. Có 3 phương tiện giảng dạy: Hạ căn, trung căn và thượng căn.

- **Trung Căn:** Bắt đầu Đức Phật giảng Tứ Đế và Vô Ngã. Lúc này, Ngài dùng ngôn ngữ qui ước để giảng cho đồ chúng. Sau Ngài giảng thêm Lý Duyên Khởi gồm 2 phần:

- 1) Nói về Chân Tánh hiện tượng thế gian
- 2) Nói về con người.

Đây là bài pháp giảng cho người trung căn, và cũng dành cho người thượng căn, nếu họ nhìn ra Chân Như. Nhưng rất tiếc, thời đó không có người nhận ra được pháp tối hậu trong Lý Duyên Khởi.

Trọng tâm của hai bài pháp Tứ Đế và Lý Duyên Khởi có 2 điểm giống nhau là Đức Phật nói về Khổ và cách chấm dứt Khổ.

- 1) Về Khổ trong Tứ Đế, Phật đưa ra đầu mối là do nơi Khát Ái.
- 2) Trong Lý Duyên Khởi, Đức Phật nói Khổ là do bám chặt thân Ngũ uẩn.

Trong Tứ Đế, Đức Phật đưa phương pháp diệt Khổ bằng cách đạt được Chánh Định, kết quả đạt được Niết Bàn.

Trong Lý Duyên Khởi, đầu mối của luân hồi sinh tử là Vô Minh. Chấm dứt Vô Minh đạt được giải thoát tối hậu. Muốn diệt Vô Minh, Thức phải yên lặng, thì nội tâm mới yên lặng. Như vậy, sự giải thoát nằm trong Thức thanh tịnh.

Bằng Tứ Đế có kinh nghiệm Định. Bằng Lý Duyên Khởi có kinh nghiệm Huệ.

Lý Duyên Khởi chấm dứt Vô Sanh là Huệ. Tứ Đế chấm dứt Khổ bằng Định, đó là Chánh Định được xem là Chân Như đồng nghĩa với Niết Bàn. Như vậy Chánh Định được xem là Chân Như Định vì nó không hình tướng, không xúc cảm, Niết Bàn cũng không hình tướng, không xúc cảm. Cho nên đối với hàng trung căn nhận ra cái lỗi nhập vô Không Định hay Chân Như Định thì đạt được giải thoát tối hậu.

- **Hạ căn:** Phật giảng dạy chi tiết đưa ra giới luật từ 5 đến 10 cho cư sĩ tại gia. Hơn 250 giới cho tăng sĩ và 350 giới cho ni. Đó là tùy theo số đông của tăng chúng và đồ chúng gây ra những điều trở ngại cho việc tu tập của họ mà Đức Phật đặt ra giới luật. Tuy nhiên Phật nói tăng chúng có thể sửa giới, giới nào không thích hợp thì có thể bỏ.

Nhờ có giới mới kiểm chế được người tu. Mấy trăm giới vừa nêu là giới tướng. Còn giới thể áp dụng cho tâm kiểm chế tâm.

Nói về tâm: Đức Phật so sánh:

- Tâm Tathà, Tâm bậc thánh như Hồ nước trong.
- Tâm của Ý và Tâm của Thức như Hồ nước đục.

Về Thức: Đức Phật giảng trong 12 nhân duyên, Phật cho là Thức đưa đến luân hồi sinh tử.

Về tâm: Đức Phật cũng giảng về Tâm sở. Tâm sở là những ý hướng Tâm do nơi Thức tạo nên: Vui, buồn, giận, ghét là trạng thái của Tâm xúc cảm gọi là tâm sở. Tâm xúc cảm do duyên khởi.

Tâm sở gồm 3 nhóm: Tùy miên, Lậu hoặc, truyền thống Kiết sử. Tâm sở luôn bị ba nhóm này tạo ra nhiều phiền não, từ đó đưa 2 dạng Tâm khác là Ý và Ý chí. Ý chí là nhân tố tạo nghiệp. Thiện hay ác, tốt hay xấu đều là nghiệp. Từ Ý chí đưa đến hành động để đạt được những gì do Ý chí đưa ra.

Về tu chứng: Đức Phật nêu lên 4 nguyên tắc đưa đến chứng ngộ.

- 1) Qua thấy - Kích thích vào Tánh Thấy.
- 2) Qua niệm (nghe): Kích thích vào Tánh Nghe
- 3) Qua thân (thọ, cảm giác, cảm nhận): Kích thích vào Tánh Xúc Chạm
- 4) Huệ: Kích thích Tánh Nhận Thức.

Phần này Phật nói rằng người đi vào dòng Thánh mới bắt đầu kinh nghiệm Ngộ. Cho nên tiến trình Ngộ, Phật giảng dạy qua 2 nguyên tắc: Phản Xạ Giác Quan và Phản Xạ Thụ Động.

Tóm lại, trong 45 năm giảng pháp. 20 năm đầu Phật không đề cập đến cách hướng dẫn đệ tử bằng pháp Vô Vi, vì Phật cho là pháp này ngoài ngôn ngữ (Atakkàvacara), nên Phật giảng theo nguyên tắc Tục đế Bát Nhã cho đệ tử trung căn tu, nhưng vẫn đạt được tối hậu. Lúc đầu Đức Phật muốn độ cho người trí là người đã có Huệ trên Nhận Thức Biết, đó là 2 vị Thầy cũ của mình, nhưng 2 vị này đã qua đời, cho nên Phật giảng cho 5 anh em Kiều Trần Như căn cơ bậc trung qua pháp Tứ Đế, Vô Ngã, và các vị này đã chứng quả A-La-Hán.

25 năm sau, Phật mới giảng dạy pháp Vô Vi cho các đệ tử thượng căn như ngài Xá Lợi Phất đắc quả A-La-Hán qua pháp Lý Duyên Khởi.

ĐỀ MỤC III: THÀNH PHẦN TƯ TƯỞNG CỦA PHẬT GIÁO NGUYÊN THỦY

Thành phần tư tưởng của Phật Giáo Nguyên Thủy có 6 điểm quan trọng:

1) Tư tưởng về thế giới hiện tượng: Phật Giáo nhận ra rằng thế giới hiện tượng này không có bàn tay của thần linh hay Thượng đế trong đó, mà thế giới hiện tượng vận hành qua Lý Nhân Duyên.

2) Phật nhận ra con người là Vô Ngã: Cấu tạo con người chỉ gồm 5 khối (uẩn) mà thôi. Ở trong Ngũ uẩn có một năng lực khiến con người phải chịu luân hồi sinh tử, biến thiên hoải hoải. Con người như dòng nước khi thì mang tên này, khi thì mang tên kia, nhưng dòng nước thì vẫn chảy dài bất tận.

Tư tưởng này khác hơn tư tưởng của Bà La Môn là thượng đế tạo ra vũ trụ. Con người có thật và linh hồn thì trường cửu, gọi là tiểu hồn, khi chết sẽ nhập vào đại hồn Brahman (Phạm Thiên)

3) Phật phân tích Ngũ uẩn, để thấy rõ chức năng của mỗi phần, trong đó giúp con người dụng công tu để đi đến mục tiêu mình nhắm đến.

- **Về Sắc:** Đức Phật giảng dạy đây là sự oan nghiệt của con người, từ đời này sang đời khác. Con người chịu thọ quả báo, thọ Sắc hiện hữu. Trong đó Phật đề cập đến chủng tử, bây giờ người ta gọi là gene. Nếu con người sinh ra đời được xinh đẹp hay xấu xí là do nơi mình tạo Nghiệp trong quá khứ nên tái sinh vào "*trình cha huyết mẹ*" gọi là cái gene, nên có người sinh ra đã bệnh tật mà họ không bao giờ muốn bị như vậy. Phật nói đó là do ảnh hưởng của kiếp trước.

- **Tâm:** Gồm có Thọ, Tưởng, Hành, Thức. Trong đó có trí tuệ con người. Thông minh hay ngu đần đều có trí tuệ sẵn trong đó rồi. Cho nên trong đạo Phật đề cao vai trò của một người sống trong hiện tại biết Nghiệp hiện tại, Nghiệp tương lai thế nào khi mình còn sống. Có 3 loại Nghiệp: Nghiệp thiện, Nghiệp ác và Nghiệp của bậc Thánh không thiện không ác.

- **Thọ:** Trong Ngũ uẩn, Đức Phật cho Thọ và Tưởng là nhân tố của Tâm Sở. Thọ có 2 loại: Cảm giác của thân và Cảm nhận của tâm. Thọ của người chưa tỉnh ngộ, người tỉnh ngộ và người giác ngộ khác nhau. Vì vậy mức độ Thọ tùy theo căn cơ của con người. Căn cơ dựa trên nghiệp tạo, nên Phật nói: "*Chúng sanh tạo nghiệp này đến nghiệp khác và là nạn nhân của họ từ kiếp trước*".

- **Tưởng:** Là đầu mối để biểu lộ các sắc thái của Tâm hay của Nghiệp, bởi vì trong đó có nhiều năng lực: Năng lực phàm phu, năng lực bậc Thánh, năng lực giác ngộ. Nếu biết dụng công ngay chỗ Tưởng sẽ đạt được Tâm yên lặng. Nếu ở chỗ Tưởng không biết dụng công sẽ tạo Nghiệp. Giác ngộ cũng do nơi Tưởng. Vì trong Tưởng có nhiều chức năng, nhiều mạng lưới: *Mạng lưới khái niệm có lời, mạng lưới khái niệm không lời, mạng lưới ý tưởng, mạng lưới liên tưởng, mạng lưới ẩn tượng.*

4) Mục tiêu chứng ngộ: Phật khai triển 4 tiến Định trình qua:

- **Phản xạ giác quan:** Phật dạy pháp Như Thật, tiến trình Quán, Tứ Niệm Xứ, Tâm pháp.
- **Phản xạ thụ động:** Phật dạy Không và Chân Như.

5) Đầu môi khổ đau hay giải thoát: Đều nằm trong Tâm và Trí.

6) Phật vào đời giáo hoá chúng sanh: Bằng cách kết hợp Tâm Bi và Trí, hay Tứ Vô Lượng Tâm của Phật, là đạo đức xã hội, cho nên Phật giảng dạy con người và tất cả thế giới đều là Huyễn. Con người chưa hiểu rõ chân lý này cho nên khổ. Phật phải giáo hoá để giúp con người bớt khổ đau. Đó là tinh thần phục vụ cộng đồng xã hội.

Lúc đầu là Tự Giác, sau là Giác Tha. Vào đời bằng Tâm Bi hoàn toàn nên gọi là Tự Giác Viên Mãn.

KẾT LUẬN: Nền Tâm Lý Học Phật Giáo là nền Tâm Lý Học Tâm Linh Thực Nghiệm và toàn bộ Tâm Lý Học Phật Giáo nằm trong Kinh Đại Niết Bàn. Bộ kinh này bao gồm những tinh ba Phật Giáo sau 45 năm giáo hoá của Đức Phật.

ĐỀ MỤC IV: LUẬN THƯ CỦA CÁC BỘ PHÁI PHẬT GIÁO

Như đã trình bày ở trên, Tâm Lý Học Phật Giáo được hình thành từ quá trình Luận Thư của các Bộ Phái từ Trưởng Lão Bộ, Đại Chúng Bộ, Nhất Thiết Hữu Bộ ... đến đời sau qua hệ thống Duy Thức và các Bộ phái khác. Đặc biệt có Không Tông là hệ thống của ngài Long Thọ.

A. ĐẦU MỐI KẾT TẬP KINH ĐIỂN

- **Lần thứ I:** Xảy ra sau khi Đức Phật nhập diệt trong thời gian một tháng, tại Ma Kiệt Đà, dưới sự bảo trợ của vua A Xà Thế, do Ngài Đại Ca Diếp triệu tập, vì đệ tử của Ngài đã tỏ thái độ mừng rỡ khi nghe tin Đức Phật nhập diệt: "*Từ nay mình muốn làm gì thì làm, muốn đi đâu thì đi...*".

- **Lần thứ II:** 100 năm sau khi Đức Phật nhập diệt cũng tại Ma Kiệt Đà, sau đổi thành Hoa Thị Thành, do Ngài Da-Xá triệu tập. Lý do là tăng trẻ Bạt Kỳ đã không giữ giới luật, nhận bạc vàng của cư sĩ cúng dường sau khi các vị này thuyết pháp. Một lý do khác nữa, là Ngài Đại Thiên đưa ra "*ngũ sự*" tức 5 điều chất vấn nhóm Trưởng Lão Bộ về khả năng tu chứng của các vị này.

Kết quả đưa đến việc Giáo đoàn Phật Giáo bị chia làm hai: Trưởng Lão Bộ và Đại Chúng Bộ.

- **Lần thứ III:** 300 năm sau khi Đức Phật nhập diệt, do Trưởng Lão Bộ triệu tập, được vua A Dục bảo trợ, cũng tại Hoa Thị Thành. Ngài Mục Kiền Liên Tu Đế chủ tọa.

- **Lần thứ IV:** 500 năm sau khi Phật nhập diệt. Tại Kashmire gồm những vị Tổ Thiên tông như Hiệp Tôn Giả, Pháp Cứu, Diệu Âm. Ngài Thế Hữu là Chủ tịch, Ngài Mã Minh là Phó Chủ Tịch đã nhuận sắc văn chương. Ngôn ngữ dùng là tiếng Sanskrit. Phải mất 12 năm mới hoàn thành. Có

khắc trên bảng đồng. (Phật giáo Tích Lan phủ nhận lần kết tập này, vì họ cũng có Kết Tập Kinh Điển)

- **Lần thứ V**: Tại Miến Điện vào thế kỷ 19, khắc trên 269 bảng đá.

- **Lần thứ VI**: Tại Miến Điện vào thế kỷ 20, kéo dài 2 năm (1954-1956). Đây là lần Kết Tập chính thức. **Đại hội yêu cầu đổi lại danh xưng: Đại Thừa gọi là Phật Giáo Phát Triển, Tiểu Thừa là Phật Giáo Nguyên Thủy** (không phải Phật Giáo Nguyên Thủy của thời Đức Phật tính từ khi Đức Phật còn tại thế tới 100 năm sau khi Đức Phật nhập diệt).

- Những lần Kết Tập thứ VII tại Tích Lan và lần thứ VIII và IX tại Thái Lan không được thừa nhận trong Sử liệu Phật Giáo.

B. LUẬN THƯ CÁC BỘ PHÁI

1) **Trường Lão Bộ**: Tổ thứ nhất là ngài Xá Lợi Phất sáng lập 100 năm sau khi Đức Phật nhập diệt.

- Nền tảng: Đặt trên Phân Biệt Thuyết: Căn, trần, thức, giới.

- Chủ trương: Ngã không, Pháp không.

- Nội dung: Đạt Tứ Đế, 12 nhân duyên.

- Giới là quan trọng, Định là phần cơ bản, nhưng Chánh Định ở đây là Định Tập Trung hay Định Nhiếp Tâm.

- Tu Giới-Định-Huệ: Giới là giới bên ngoài. Huệ là thông suốt Tứ Đế, Thập Nhị Nhân Duyên. Pháp Như Thật nhận ra Chân Tánh vạn pháp là: Vô Thường, Khổ, Vô Ngã, nhưng không khai triển pháp Vô Vi: Chân Như.

- Tin chỉ có một vị Phật là Phật Thích Ca, cho nên muốn tu thành Phật phải mất 3 A tăng kỳ kiếp. Quả vị cao nhất là Abhisamaya.

- Trong kỳ Kết Tập Kinh Điển lần thứ ba, viết 7 bộ Luận Thư.

- Tự xưng là nhà biện thuyết. Lấy Kinh Tạng làm bản vị v.v... và v.v...

2) **Nhật Thiết Hữu Bộ**: Tách ra từ Trường Lão Bộ, truyền thừa từ Tổ Ca Diếp. Bộ này tự xưng là Phân Biệt Thuyết. Người sáng lập là Ca-Đa-Diễn-Ni-Tử, dựa vào "Ngũ Sự" của ngài Đại Thiên và muốn làm sáng tỏ lại Giới của đạo Phật.

- Chủ trương cũng giống như Trường Lão Bộ.

- Khai triển quả vị Abhisamaya, tu để thành A-La-Hán. Quan niệm A-La-Hán có thể thoái chuyển.

- Từ Bi Hỷ Xả do Quán tưởng.

- Ngã không, Pháp hữu.

- Cần tạo Luận Thư nhiều để củng cố địa vị của Phật Giáo, nên kết tập thành 7 Bộ Luận. Lấy Luận Tạng làm bản vị.

- Bồ Tát, A-La-Hán cũng như người thường không thoát khỏi Nghiệp quá khứ.

- Đưa ra 75 pháp. Tất cả hiện hữu trong chuỗi sinh diệt. Chuỗi sinh diệt chấm dứt khi Chân Trí xuất hiện. Chân Trí là Nhận Thức Không Lờn v.v... và v.v...

* Cả 2 Bộ Phái Trưởng Lão Bộ và Nhất Thiết Hữu Bộ đều khai triển KHÔNG ở nghĩa phủ định: Không Ta, Không Cái của Ta, Không Tự ngã của Ta.

Cả hai đều khai triển pháp Hữu Vi: Danh + Sắc = Ngũ uẩn, hợp lại thành Con Người, nhưng không khai triển pháp Vô Vi.

Còn pháp Như Thật, tuy họ có khai triển nhưng không nhận ra pháp này kích thích vào đầu trên Tánh Giác, dù họ có nhận ra Tánh Giác, nhưng rất tiếc là chữ Tánh này không phải là bản thể mà là Tánh tình.

Trưởng Lão Bộ và Nhất Thiết Hữu Bộ đều bị xếp vào Tiểu Thừa vì không có tư tưởng độ tha đời đời như bên Đại Thừa và không tu thành Phật, chỉ tới mức A-La-Hán là cao nhất.

3) Từ Nhất Thiết Hữu Bộ phát xuất Hoá Địa Bộ, Độc Tử Bộ. Từ những Bộ này lại bị chia chẻ thêm **Pháp Thượng Bộ, Hiền Vũ Bộ** v.v...

4) Tư tưởng Đại Thừa: Do ngài Mã Minh phát động, phát xuất từ Nhất Thiết Hữu Bộ. Trong "**Đại Thừa Khởi Tín Luận**" khai triển Chân Như, A-Lại-Da-Thức. Nhưng vẫn bị xem là bán Tiểu Thừa hay bán Đại Thừa.

5) Ngài Long Thọ khai triển KHÔNG từ Lý Duyên Khởi thành lập **Không Tông** (không Tự Tánh-Tánh Không).

6) Ngài Vô Trước và Thế Thân khai triển **Duy Thức** từ "**Đại Thừa Khởi Tín Luận**".

7) Câu Xá Luận: Cho là có 8 thức. 5 thức đầu là của năm Căn; thức thứ 6 là Ý; thức thứ 7 là Mạt-Na-Thức. Thức thứ 8 là A-Lại-Da-Thức còn gọi là Tàng Thức.

Sau này, ngài Chân Đế khai triển thêm thức thứ 9 là Bạch-Tịnh-Thức tương xứng với Vô Sanh Trí.

Riêng Đại Chúng Bộ, đường lối phóng khoáng, canh tân, cấp tiến. Lấy Phật làm cứu cánh. Phật là bậc siêu thế, có Diệt Trí (Trí diệt lậu hoặc), có Vô Sanh Trí. A-La-Hán không phải là giai đoạn tu tập cuối cùng. Khai triển Chân Như từ Lý Vô Vi. Khai triển Không từ Lý Duyên Khởi v.v.. và v.v...

Về sau **Đại Chúng Bộ** cũng chia nhiều Bộ Phái như: **Nhất Thuyết Bộ, Xuất Thế Bộ, Kê Vận Bộ** v.v... Hiện nay chỉ còn lưu lại Tứ Phần Luật và Kinh Hệ Bát Nhã khai triển Không và Chân Như. Chủ trương tu khó thành Phật. Tư tưởng Bát Nhã do ngài Đại Thiên cầm đầu, phân tích chi ly nhưng không chỉ dẫn phương pháp tu.

Tóm lại, đối với hệ thống Trường Lão Bộ, Nhất Thiết Hữu Bộ trong Phật Giáo thay vì dụng công đến chỗ mà Đức Phật gọi là Atakkavacara hay Tâm Tathà để nhận ra Vạn pháp, thì các nhà biện luận của các hệ thống Phật giáo đều xoáy vào lý thuyết phân tích chi li.

Mỗi Phân Bộ Phật Giáo đều nói rằng mình hiểu rõ chân ý của Phật, nhưng mỗi tông phái đều diễn giải một cách khác. Họ phân tích giáo pháp của Đức Phật rất nhiều nhưng không đi tới rốt ráo nên bị xem là Tiểu Thừa (hột giống thúi, tiêu nha bại chủng)

Hệ thống Phát Triển Bát Nhã bị xem là Ma thuyết.

Còn Thiên Tông thì bị xem là quái thai thời đại, vì chỉ thẳng vào Tâm con người, kiến tánh thành Phật hay dùng ngoài giáo lý, không dùng văn tự dạy để mà tu như: "*Bất lập văn tự*", "*Giáo ngoại biệt truyền*", "*Trực chỉ nhơn tâm*", "*Kiến tánh thành Phật*".

KẾT LUẬN

Nhìn chung chủ đề "*Lịch Sử Tư Tưởng Phật Giáo*" là một chủ đề lớn bao gồm rất nhiều đề mục. Nếu không có sự hướng dẫn, phân tích của Thầy Thiên Chủ, chắc chắn chúng ta sẽ lạc vào rừng không có lối ra. Nhờ Thầy phân chia ra từng giai đoạn từ quá trình tu chứng, thành đạo và chương trình giáo hoá của Đức Phật lúc Ngài còn tại thế. Sau khi Ngài diệt độ các vị Tổ đã bỏ công sức kết tập kinh điển, để bây giờ kẻ hậu học như chúng ta mới có được một gia tài đồ sộ về những lời dạy của Đức Phật được ghi lại thành những Bộ Kinh, Bộ Luật. Sau đó là sự phân liệt của giáo đoàn ra thành 20 hệ thống. Tuy giáo đoàn bị bẻ như thế nhưng các vị Tổ cũng đã để lại cho hậu thế nhiều Bộ Luận giá trị. Nhờ Thầy giảng dạy nên chúng ta mới biết nguyên do từ đâu mà Kinh- Luật- Luận gọi chung là Tam Tạng Kinh Điển.

CHỦ ĐỀ THỨ II: NHẬN THỨC

Chủ đề thứ hai này rất cần thiết cho việc thực hành thiền. Tuy Thầy đã có dạy trong lớp Bát Nhã Trung Cấp II. Nhưng trong lớp Tâm Lý Học Phật Giáo Cao Cấp III Thầy dạy lại kỹ hơn. Thầy nói rằng "*Nhận Thức là nền tảng trong Tâm Lý Học Phật Giáo*". Cần phải học đi học lại để kiến thức về Phật Học được cất giữ trong Ký Úc. Khi cần thì mang ra mà sử dụng.

I. Ý NGHĨA NHẬN THỨC

- **Ý Nghĩa 1:** Nhận Thức là những gì chúng ta được hướng dẫn học tập, hoặc chính ta trải qua kinh nghiệm nhờ tiếp xúc qua môi trường thông qua Giác quan, thông qua Thọ, Tưởng, Ký Úc, thông qua xét đoán, lý luận, trực giác mà trong đó cơ bản là thông qua Tâm và Tứ. Sau đó chúng ta lãnh hội vấn đề và chúng ta có thể nhớ và trình bày lại một cách rõ ràng minh bạch.

- **Ý Nghĩa 2:** Nhận Thức điều gì đó và điều gì đó đã nội tại vào trong Tâm của ta rồi. Khi nói về Nhận Thức ta có thể gọi lên trong ký ức, hình dung lại được điều đó.

Như vậy, Nhận Thức thiết lập trong bộ não chúng ta theo hệ thống thứ tự, được giữ gìn trong các cơ chế ký ức: Ngắn hạn, xúc cảm, dài hạn. Ngoài ra, có những trung tâm rải rác trong não bộ cũng cất giữ ký ức của chúng ta nữa.

- **Nghĩa rộng:** Nhận Thức là hoạt động của *Tâm* kết hợp với sự *biết*, sự *nhớ lại* điều gì đã xảy ra trong quá khứ xa hay gần. Thông thường hoạt động của Tâm là có kết hợp của sự *suy nghĩ*. Nhưng có nhiều trường hợp hoạt động của Tâm không kết hợp với suy nghĩ, đó là hoạt động của bản năng hay theo thói quen.

Thí dụ: Lái xe, chơi bóng bàn... Cách chơi hay cách lái xe đã cất trong mạng lưới, trong ký ức rồi, chúng ta không cần suy nghĩ nữa.

Ngoài ra, do bản năng nếu là trời mưa, tự động chạy kiếm chỗ trốn mưa. Đói sẽ kiếm ăn. Đêm ngủ lạnh tự kéo mền đắp.

II. TIẾN TRÌNH THÀNH LẬP NHẬN THỨC

Nhận Thức được thành lập trên những tiến trình hoạt động của Tâm như: Buồn vui, Giận hờn, Ghen tức, Tham dục. Tham ở đây có 2 loại: Tham của người phàm phu: Tham thiện, tham ác. Tham của bậc Thánh: Tham học để độ đời, nó thuộc về dục, nhưng dục tốt.

- Tâm có nhiều mức độ suy nghĩ, lý luận, xét đoán, có Tâm có Tứ trong đó. Đó là Nhận Thức cụ thể.

- Tác động của Tâm trừu tượng là sự xung đột điều gì đó, hay ý định làm việc gì, hoặc cần giải quyết việc gì, hoặc là tưởng tượng điều gì, hay là có tuệ trí... thì đây là Nhận Thức trừu tượng.

III. VAI TRÒ NHẬN THỨC TRONG CUỘC SỐNG CON NGƯỜI

Từ người phàm phu đến người đang đi trên con đường Tâm Linh đều sử dụng Nhận Thức qua sắc thái của Tâm. Dùng sự suy nghĩ, kiến thức của mình, mà Nhận Thức biểu lộ tư tưởng ý nghĩ và kiến thức đó.

Phàm phu có tư tưởng khác, Tâm Linh có tư tưởng khác, nhưng vẫn là tư tưởng, ý nghĩ, kiến thức trong Tâm. Mức độ tư tưởng và kiến thức tùy theo nội dung Nhận Thức của mỗi người. Có 6 loại Nhận Thức:

- Nhận Thức Ý Căn
- Nhận Thức Ý Thức
- Nhận Thức Trí Năng
- Nhận Thức Bản Năng
- Nhận Thức Bậc Thánh
- Nhận Thức của Phật (Tâm Tathà, bản năng không có nữa)

IV. NGUỒN GỐC CỦA NHẬN THỨC

Có 3 nguồn:

1. Nhận Thức bằng Giác quan: Nhận Thức bằng Giác quan trong đạo Phật là Nhận Thức không suy luận giúp chuyển hoá nội tâm, dần dần chuyển Nghiệp của chúng ta. Nhận Thức bằng Giác quan vốn do nơi cơ chế Tánh Giác, đó là điều đặc sắc nhất trong Tâm Lý Học Phật Giáo, văn hoá Tây Phương không có.

2. Nhận Thức suy luận: Nhận Thức bằng Trí Năng. Thí dụ: Thấy khói nói lửa. Lửa là do Trí Năng vẽ ra. Lửa không phải là đối tượng của Giác quan, không do chính mắt thấy. Mắt chỉ thấy khói thôi. Nên Nhận Thức này không đúng đắn.

3. Nhận Thức ngoài Giác quan: Thí dụ: Nhận Thức về Chân Như. Nhận Thức về cái Không. Tâm Lý Học Tây Phương không có. Điều này chỉ trong đạo Phật mới có. Nhận Thức cái

không Nhận Thức được, nhưng Nhận Thức đó có khả năng khai triển Tiềm Năng Giác Ngộ của con người. Nhận Thức này thật sự là Nhận Thức qua Tâm Tathà.

V. TÁC DỤNG CỦA NHẬN THỨC

Trong Tâm Lý Học Phật Giáo, tác dụng của Nhận Thức là giúp cho chúng ta cô lập được mạng lưới nghiệp của chúng ta từ nơi Tưởng, đồng thời nó có giá trị chuyển hoá nội tâm để đưa đến hài hoà nội tâm, hay hoạt động của Tâm bằng cách cô lập hoá mạng lưới Lậu hoặc, Kiết sử, Tùy miên. Nếu người tu tập dùng "*Nhận Thức Biết Không Lờ*" từ đó đi đến Chánh Kiến, Chánh Trí và khai triển được Huệ lực tức Tiềm Năng Giác Ngộ.

VI. ĐÚC KẾT NHẬN THỨC

Bài Nhận Thức là phương tiện rất ráo để vào chủ đề siêu vượt trong đạo Phật. Qua Nhận Thức, mới khai triển Tiềm Năng Giác Ngộ của ta được. Trong tiến trình Nhận Thức phải qua 2 cái cầu: *Ký ức thâm lặng và Ký ức hiển minh*. Muốn đi vô kho tàng ký ức để lấy "*châu báu*" phải qua *Ký ức gọi lên*. Kinh điển nói rằng có hòn ngọc. Hòn ngọc đó là bài Nhận Thức. Nhận Thức có rồi mới đạt được Chánh Trí. Như vậy Chánh Trí là thành quả của Biết Không Lờ. Được kết quả đúng là Nhận Thức của Tâm Tathà hay Tánh Giác.

TỔNG KẾT TÂM-LÝ-HỌC PHẬT-GIÁO

LỚP CAO CẤP IV

Kính bạch Thầy Thiên chủ;

Kính bạch quý Tăng Ni;

Thưa các anh chị Thiên sinh;

An Như vừa Tổng Kết xong Phần Tâm Lý Học Phật Giáo lớp cao cấp 3. Bây giờ xin tiếp tục Tổng Kết Phần Tâm Lý Học Phật Giáo lớp cao cấp 4.

Chủ đề quan trọng của lớp này là "*Nền Tảng Tâm Lý Học Phật Giáo Là Nền Tảng Tâm Lý Khoa Học Tâm Linh Thực Nghiệm*". Đề tài thứ hai là "*Tâm Sở*".

CHỦ ĐỀ 1: NỀN TẢNG TÂM LÝ HỌC PHẬT GIÁO LÀ

NỀN TẢNG TÂM LÝ KHOA HỌC TÂM LINH THỰC NGHIỆM

Nền Tâm Lý Học Phật Giáo dựa trên quá trình thành đạo và 45 năm giáo hoá của Đức Phật. Nếu không có Đức Phật thì không có nền Tâm Lý Học Phật Giáo. Nhưng tại sao chúng ta xếp nền Tâm Lý Học Phật Giáo là nền Tâm Lý Học Khoa Học Tâm Linh Thực Nghiệm?

Chủ đề này Thầy giảng và phân tích rất tỉ mỉ sâu sắc, nhưng ở đây chúng tôi chỉ xin lược qua những điểm chính vì thời giờ có hạn.

Trước hết, tại sao lại gọi là "*thực nghiệm*"? Hai chữ "*thực nghiệm*" tự nó đã nói lên sự kinh nghiệm hay trải nghiệm về một điều gì đó, mà mình đã học hỏi hiểu biết và thực hành. Như vậy, nền Tâm Lý Học Phật Giáo chính là nền Tâm Lý Học Khoa Học Tâm Linh Thực Nghiệm, vì nó dựa vào sự chứng ngộ trên chính bản thân và tâm linh của Đức Phật.

Từ kết quả tìm ra pháp Vô Sanh, Đức Phật đã đi giáo hoá chúng sanh suốt 45 năm. Hành trình này đã mang sự lợi lạc đến cho hằng triệu người, và những người này cũng đạt được kết quả trên thân tâm của họ, mang lại sự hài hoà cho mình, gia đình mình và cộng đồng xung quanh, nên nó còn được gọi **Tâm Lý Học Sinh Lý Thực Nghiệm** và cả **Tâm Lý Học Xã Hội Thực Nghiệm** nữa.

Phương pháp Phật dạy thực hành mang đến sự giải thoát Khổ ngay trong đời này cho nhiều hạng người từ thượng căn, trung căn luôn cả hạ căn. Rõ ràng nhất là trong kỳ Kết Tập Kinh Điển lần đầu tiên sau khi Đức Phật nhập diệt một tháng, đã có 500 vị đệ tử của Phật tham dự, những vị

này đã đắc quả A-La-Hán ngay khi Phật còn sống. Điều này cho thấy Nền Tâm Lý Học Phật Giáo cũng là **Nền Tâm Lý Học Tâm Linh Thực Nghiệm**.

Con người sống trong mọi thời đại đều có điểm giống nhau là Khát Ái, chấp Ngã và chắc chắn là có Khổ. Dù bạn may mắn có một sắc đẹp "*chim sa cá lặn*", dù bạn đang sống "*trong giàu sang nhung lụa*", hoặc giả bạn chẳng may sinh ra đời trong "*một ngôi sao xấu*", thì tất cả các bạn đều mang trong mình một "*mẫu số chung*" là có một hay nhiều nỗi Khổ. Mỗi người Khổ một kiểu, nhưng chung quy đều do Khát Ái, chấp Ngã, quá tự yêu mình mà sinh Khổ!

Đặc tính, mấu chốt của Khát Ái là Lậu hoặc, Tùy miên. Nếu chúng ta theo học pháp của Phật, thực hành đúng những gì Phật dạy thì chúng ta cũng tự chứng được chứ không phải mơ hồ. Điều này Tâm Lý Học Tây Phương không có. Họ chỉ lẩn quẩn trong Tâm Ba Thời: Ý Căn, Ý Thức, Trí Năng nên không thoát được Khổ. Mặc dù với Trí Năng sắc bén con người cũng đạt được nhiều thành quả trong đời sống hằng ngày. Con người cũng thông minh, hiểu biết, nhưng sự hiểu biết này có giới hạn từng thời đại mà thôi! Riêng Nền Tâm Lý Học Phật Giáo thì có giá trị bất cứ thời đại nào. Hễ chúng sanh còn Khổ thì còn cần đến đạo Phật.

Chúng ta chiêm nghiệm lại và đối chiếu sẽ thấy điều này là sự thật. Tâm Lý Học Phật Giáo không xa rời con người, từ trẻ đến già, từ người thông minh đến người kém thông minh, đã trải qua bao nhiêu thời đại đến nay hơn 2,500 năm rồi, mà đạo Phật vẫn còn trên thế giới. Vì thế Nền Tâm Lý Học Phật Giáo được xếp là **Nền Tâm Lý Học Phật Giáo Phát Triển**.

NĂO BỘ

Khi giảng dạy **Nền Tâm Lý Học Phật Giáo Là Nền Tâm Lý Khoa Học Tâm Linh Thực Nghiệm**, Thầy nhấn mạnh **Tâm Lý Phật Giáo dựa vào con người**. Để giúp cho thiền sinh hiểu rõ bài Nhận Thức Thực Nghiệm, Thầy cho chiếu hình vẽ não bộ con người lấy tài liệu từ sách báo Tây Phương và đặc sắc nhất là chính bộ não của Thầy đã được chụp lại. Nhờ vậy mà thiền sinh thấy rõ những vùng mà Thầy dạy trước kia hoàn toàn đúng mà chưa chứng minh được, nay nhờ Khoa Học đã chứng minh được rõ ràng.

Bây giờ qua bộ não của Thầy được chụp lại từ máy Telsa. Quý vị về xem kỹ lại một số hình mà Thầy đã cho in ra và phát cho quý vị. Quý vị sẽ cảm thấy vô cùng thích thú khi biết ký ức xúc cảm, ký ức dài hạn nằm ở đâu trong bộ não. Đường mòn ngôn ngữ đi từ vùng Wernicke, qua vùng Broca, đến Vùng Nói Thầm lên Vùng Đói Thoại Thầm Lặng, mà Thầy thường đề cập trong những buổi giảng nằm chỗ nào trong bộ não của Thầy được chụp lại!

Qua Khoa Học, nhờ máy móc điện tử tinh vi, Thầy chứng minh cho chúng ta thấy Vùng phía trước Tiền Trán là Vùng Tâm Ba Thời: Ý Căn, Ý Thức, Trí Năng. Còn Vùng phía sau bán cầu não trái là Vùng Tánh Giác.

Nhìn, quan sát và học hỏi từ hình ảnh bộ não của Thầy, không biết các bạn thiền sinh nghĩ sao, chứ bản thân chúng tôi cảm thấy thật gần gũi và tin tưởng hơn là nghiên cứu hình ảnh xa lạ từ báo chí Tây Phương.

Nhất là lúc Thầy áp dụng phương pháp Chú Ý Trống Rỗng để vào Định thì Vùng Vọng Tâm và những Vùng ngôn ngữ đều yên lặng hiện lên màu xanh trong hình chụp. Ba Tánh vùng Tánh Giác và vùng Nhận Thức bị tác động hiện lên màu đỏ.

Thầy giải thích rõ ràng tại sao khi Tâm yên lặng mà chúng ta lại được khoẻ mạnh trên Thân. Đó là do "*sự hồi đáp sinh học trong thiền*" có nghĩa là khi ta thực hành các pháp do Thầy dạy, ta sẽ có nhận thức mới, có cái nhìn mới, không bảo thủ, không chủ quan, không thành kiến, định kiến... Chính sự chuyển hoá này, và chính khi Tâm ta hoàn toàn yên lặng dứt niệm, thì nó tạo ra tác dụng sinh học (bioaction) tiết ra những chất sinh hoá học như Acetylcholine, Dopamine, Serotonin, Melatonin, Endorphine, Insulin... làm lợi ích cho Thân. Điều này Thầy không chỉ giảng suông mà có bức ảnh phóng lớn rất chi tiết với tựa đề là "*Sự Tương Tác Não Bộ Với Thân và Tâm*" chứng minh cho thiền sinh xem rất là khoa học.

ẢNH HƯỞNG CỦA TÂM LÝ HỌC PHẬT GIÁO

Qua 45 năm giáo hoá, Đức Phật và các đại đệ tử của Ngài như năm anh em Kiều Trần Như, các ngài Da Xá, Đại Ca Diếp, Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên v.v... đã chứng quả Abhisamaya, và các vị này đã độ biết bao nhiêu là chúng sanh, giúp cho họ có được sự hài hoà trong cuộc sống thường ngày.

Trong gia đình, Đức Phật cũng dạy họ sống đạo đức, đề cao chữ hiếu đối với cha mẹ, khuyên dạy con cháu phải biết lễ độ kính trọng cha mẹ chồng. Áp dụng tứ vô lượng tâm, con người phải sống thật với mình, từ bi với mọi người. Từ đó cộng đồng xung quanh và xã hội cũng bớt tội ác.

Đạo Phật còn ảnh hưởng đến cách chăn dân hay đối ngoại của các vị Vua Chúa, điển hình là vua A-Xà-Thế đã hỏi ý kiến Đức Phật trước khi cất quân xâm chiếm nước Bạt Kỳ.

Còn nhiều lý do thiết thực khác không thể kể hết về sự ích lợi cũng như ảnh hưởng của đạo Phật đối với cộng đồng, xã hội, nên **Nền Tâm Lý Phật Giáo còn được xếp là Nền Tâm Lý Xã Hội Thực Nghiệm**.

Thầy đi đến kết luận là những ai theo học pháp của Phật là muốn hướng về Tâm Linh, Giác Ngộ, Giải Thoát. Nếu theo đúng pháp học pháp hành, không nhiều thì ít, chúng ta cũng đạt được Định. Tu hoài như vậy, giúp chúng ta loại bỏ từ từ Lậu hoặc là những ghiền nghiện đã bó chặt trong Tâm của chúng ta, là những thứ khiến chúng ta cứ "*bị sanh*" hoài hoài... Như vậy Nền Tâm Lý Học Phật Giáo chính là **Nền Tâm Lý Học Giải Thoát Thực Nghiệm** vì người thực hành có kinh nghiệm Tâm Linh.

Cho đến ngày nay, đã trải hơn 2,500 năm, mà đạo Phật vẫn còn tồn tại. Và sự học hỏi pháp của Phật ngày càng được Khoa Học chứng minh là có kết quả đúng đắn, chứ không mơ hồ, tưởng tượng, không mê tín dị đoan, không tin vào thần linh, Thượng đế. Rõ ràng là đạo Phật ngày một phát triển nên ta có thể xếp **Tâm Lý Học Phật Giáo là Nền Tâm Lý Phát Triển** qua nhiều thời đại.

CHỦ ĐỀ 2: TÂM VÀ TÂM SỞ

Trong cả 2 lớp Tâm Lý Học Phật Giáo Cao cấp 3 và 4, đề tài "*Tâm và Tâm Sở*", tuy không phải là Chủ đề lớn, nhưng được Thầy nhắc lại nhiều lần.

Được Thầy giảng rõ, chúng ta mới biết Tâm gồm có: Tâm Phàm Phu, Tâm Bạc Thánh và Tâm Phật.

Tâm Phàm Phu có 2 loại tâm. Đó là Tâm Đòi và Tâm Đạo.

Tâm Đòi là Tâm Ba Thời gồm tâm Hiện Tại (Ý Thức), Tâm Quá Khứ (Ý Căn) và Tâm Tương Lai (Trí Năng). Tâm Đạo cũng được xếp là Tâm Đòi mặc dù hướng thượng, nhưng vì có dính mắc vào đối tượng, tôn sùng và dựa vào vị Giáo Chủ của mình. Tâm Bạc Thánh là Biết mà không dính. Tâm Phật là Nhận Thức Biết rõ ràng đối tượng mà không dính mắc còn được gọi là Tâm Tathà.

Mỗi loại Tâm có chức năng và đặc tính riêng. Phân tích kỹ, chúng ta sẽ rất ngạc nhiên và thích thú. Phần này các bạn có thể ôn lại bài khi về nhà sẽ thấy điều chúng tôi nói thật không sai!

Còn Tâm Sở là gì? Ngắn gọn Tâm Sở là Tâm Xúc Cảm, là phản ảnh của Tâm. Phật chia Tâm Sở ra làm 5 nhóm: Thọ, Tưởng, Tư, Xúc, Tác Ý. Trong đó Tư là ý nghĩ, là ý chí ham muốn, rồi Tác Ý đưa qua Hành. Lúc đầu thì còn trong Tâm không ai biết, nhưng sau đó sẽ hiện ra ngoài. Vui thì cười, buồn thì khóc, giận thì la, dữ thì đập phá... Đây là trạng thái của Tâm gọi là Tâm Sở. Nó nằm trong cơ chế Hành của Ngũ uẩn, là nơi tạo là Ý nghiệp.

Tóm lại, từ Tâm Ba Thời khởi lên Tâm Sở gồm 5 nhóm trên. Tâm Sở là đầu mỗi đau khổ của thân tâm và cũng là đầu mối của luân hồi sinh tử. Muốn thoát ra khỏi hay loại bỏ Tâm Sở, trước hết phải có Trí Năng tỉnh ngộ, dụng công tu để chuyển Nghiệp bằng các pháp tu mà Phật đã dạy như: Quán, Chỉ, Định, Huệ để đạt được các loại Định như: Vô Tướng Định, Vô Nguyên Định, Không Định.

"BONUSSES !"

- Ngoài những chủ đề lớn kéo dài nhiều ngày giảng dạy của Thầy, cũng có những bài học mới như "**Nhận Thức Thực Nghiệm**" tức Nhận thức các chủ đề trừu tượng siêu việt, có đối chiếu hình ảnh não bộ.

- Một "*bonus*" bất ngờ phát xuất từ lòng từ bi của Thầy dành cho các thiện sinh không có dịp nhập thất chuyên tu 10 ngày ở trại Cedar Falls là bài giảng ôn "**Thực hành Chân Như Định**". Thật tấm lòng thương học trò, thương đệ tử của Thầy bao la vô cùng!

- Vào ngày 16/11/2009 hôm qua, thêm một "*bonus*" thứ hai. Thầy đã ôn lại "**Tâm Lý Học Phật Giáo từ Cấp 1 đến cấp 4**". Thầy nhắc lại thời kỳ Kết Tập Kinh Điển đầu tiên khi Đức Phật mới nhập diệt cho tới thời gian sau này Giáo đoàn phân chia thành nhiều Bộ Phái. Và sau cùng Thầy cho Câu Hỏi Cuối Khoá để đo lường sự hiểu bài của học trò như thế nào?

KẾT LUẬN

"**Khoá III Tâm Lý Học Phật Giáo Cao Cấp 3 và 4**" kéo dài 17 ngày, qua sự tận tâm giảng dạy của Thiền Sư Thích Thông Triệt đã đem lại cho đa số thiện sinh một cái nhìn sâu sắc hơn về Giáo pháp của Đức Phật để lại. Với sự chứng minh của Thầy Thiền Chủ chúng con nhận thấy đây là một môn học hoàn toàn mới mẻ mặc dù Thầy dựa trên những dữ kiện cũ. Chẳng hạn như "*Tiến Trình Tu Chứng Của Đức Phật*" từ trước đến giờ không có gì thay đổi, nhưng nhờ sự nghiên cứu, suu tầm và kiến giải thêm của Thầy mà chúng con có dịp mở mang thêm kiến thức.

Về Tâm Lý Học Phật Giáo, nếu không nhờ Thầy phân tích, chúng con không nhận ra được phần "**Thực Nghiệm**" trên thân người để đi đến kết luận Tâm Lý Học Phật Giáo là "*Tâm Lý Học Sinh Lý Thực Nghiệm*" hay "*Xã Hội Thực Nghiệm*" hoặc "*Giải Thoát Thực Nghiệm*" và còn là "*Tâm Lý Học Phát Triển*" mọi thời đại nữa.

Trên một thế kỷ trôi qua, giới Khoa Học Tây Phương đã có đề ý nghiên cứu về Phật Giáo. Gần đây, họ chụp hình não bộ các vị Tăng thuộc các Tông phái thiền, khi họ hành thiền thì Vùng tiền trán hoạt động. Còn hình não bộ của Thầy Thiền Chủ khi vào Định thì Vùng Tánh Giác phía sau bán cầu não trái hoạt động, đúng như sự kiến giải của Thầy trước đây.

Thật là quý hoá biết chừng nào, và may mắn biết chừng nào, khi chúng con được gặp Thầy và được Thầy từ bi cho theo học từ lớp Căn Bản cho tới các lớp cao. Chúng con chân thành tri ân Thầy và nguyện cố gắng tinh tấn tu học để không phụ công ơn Thầy đã mang tất cả tâm huyết truyền trao cho chúng con.

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

AN NHƯ, Trưởng lớp

Tổng kết trong ngày mãn khoá 17/11/2009

tại Thiền Viện Tánh Không, Nam California.