

TU TRONG TĨNH
TU TRONG ĐỘNG

PHÁP TU
THIỆN TÔNG VIỆT NAM

TU TRONG TỊNH TU TRONG ĐỘNG



Tác giả: **THÍCH NỮ THUẬN BẠCH**

Biên soạn từ băng giảng - Nhóm Phật tử Lớp Học ONLINE Diệu Nhân

MỤC LỤC

Đặc Điểm Thiên Tông	7
I - Tứ Hoàng Thệ Nguyễn	9
- Hòa Sơn Dạy Chúng	11
- Triệu Châu Khám Phá Bà Lão	16
II - Hiện Tại Hiện Tiền	19
[1] Sống Hiện Tiền	19
[2] Kinh Kim Cang	20
[3] Kinh Pháp Cú	27
[4] Tín Tâm Minh	28
[5] Ngũ Lục Thiên Sư	29
- Đức Sơn Tuyên Giám	29
- Văn Môn Văn Yến	33
- Phù Sơn Viễn Công	34
- Ngũ Tổ Pháp Diễn	36
- Ba Tiêu Tùng Vỹ	38
[6] Bá Trượng Quảng Lục	40
[7] Hoàng Bá Ngũ Lục	50
[8] Đốn Ngộ Ngập Đạo Yếu Môn	51
[9] Biểu Đồ Tu Chứng	54
III - Như Như	57
[1] Hoàng Bá Truyền Tâm Pháp Yếu	57
[2] Ngưỡng Sơn Huệ Tịch	62
[3] Mã Tổ Đạo Nhất	65
[4] Huệ Hải Đại Châu	67
[5] Nam Tuyên Ngũ Lục	69
[6] Long Đàm Sùng Tín	70

[7] Nam Dương Quốc sư Huệ Trung	71
[8] Bá Trượng Hoài Hải	72
TRUYỆN	73
Bà Lão Ân Xin - Vẽ Chân Tánh - Cơn Bão – Thường Bất Khinh Bồ-tát - Ông Ân Xin	
PHỤ BẢN: Theo Sư Vào Chợ Tìm Phật Giữa Đời	83
Chữ Nho Liên Quan Đến Pháp Tu	89
Chữ Bình	91
Chữ Nhẫn	96
Chữ Niệm	99
Chữ Tín	103
Chữ Tưởng	107
Kệ Tụng Thiên Sư Việt Nam	109
1. Thiên Sư Thường Chiếu	111
2. Thiên sư Mãn Giác	115
3. Thiên Sư Viên Chiếu	119
4. Thiên Sư Ni Diệu Nhân	121
5. Thiên Lão Thiên Sư	123
6. Điều ngự Giác hoàng,	127
7. Sư Ông Trúc Lâm - Bài kệ Mộng	131
Thảo Luận	137
PHỤ BẢN: Phá Ngũ Ấm	141

ĐẶC ĐIỂM THIÊN TÔNG

Sở dĩ có đề tài Đặc Điểm Thiên Tông vì đa phần Phật tử từ lâu tu học theo Thiên Tông Việt Nam có thể chưa đủ duyên thực hành ứng dụng, và trong tinh thần cầu pháp, đã đề nghị. Đương nhiên đặc điểm này vẫn y cứ từ Kinh Phật dạy hoặc là Ngũ Lục chư Tổ. Như lời Sư Ông Trúc Lâm từng nói: “Một cây có nhiều nhánh miễn cùng một cây là được. Nếu gốc là mít thì thân cũng là mít và cành, lá, hoa, trái cũng là mít. Nam tông tức hệ Nguyên Thủy là gốc và thân, Bắc tông tức hệ Phát Triển là cành, lá, hoa, trái.”

Thiên Tông Việt Nam chân truyền từ Tổ Bồ-đề Đạt-ma là thứ 28 Ấn Độ và là Sơ Tổ Trung Hoa, nối tiếp đến Tam Tổ Trung Hoa Giám Trí Tăng Xán truyền đến đệ tử Tỳ-ni-đa-lưu-chi (Vinaturici) là Sơ Tổ Thiên Tông Việt Nam.

*

I. TỬ HOÀNG THỆ NGUYỆN

Tử là bốn, hoàng là rộng lớn, thệ là thề, nguyện là hứa cố gắng làm, không phải nguyện suông. Nếu miệng đọc lời nguyện bao nhiêu lần mà tâm không làm, “năng thuyết bất năng hành,” như thế có phạm giới “vọng ngữ” không? Ở đây nhấn mạnh và xoáy sâu vào thực hành nên dùng những danh từ rất cô đọng.

TIẾN TRÌNH TU CHỨNG

ĐIỂM
ĐI



ĐIỂM
ĐẾN

TỬ HOÀNG THỆ NGUYỆN

1. Chúng sanh
vô biên, thệ
nguyện độ

ĐỘ = BUÔNG

Yết-đế, Yết-đế,
Ba-la Yết-đế,
Ba-la tăng Yết-đế,

Bồ-đề Tát-bà-ha

2. Phiền não
vô tận, thệ
nguyện đoạn

ĐOẠN = BUÔNG

4. Phật đạo
vô thượng
thệ nguyện
thành

3. Pháp môn
vô lượng, thệ
nguyện học

TAM HỌC =

Văn-Tư-Tu

TAM VÔ LẬU HỌC =

Giới/Định/Huệ

1. Chúng Sanh Vô Biên Thệ Nguyện Độ

Nếu hiểu:

- “Chúng sanh” là loài hữu tình và vô tình

- “độ” là cứu giúp,

như vậy mới bắt đầu tu đã thề cứu giúp người khác, quý vị thấy vô lý không? Đây là tập khí ham làm thầy, là ngã chấp. Như vậy “chúng sanh” ở đây không phải loài hữu tình, không phải người khác, mà là tâm niệm của mình, tham-sân-si, mạn, nghi, ác kiến ..., vì do duyên sanh nên gọi là chúng sanh. Đó là trạng thái tâm ngay đây và bây giờ: buồn, giận, suy nghĩ, niệm tưởng ... tức là chúng sanh tâm niệm. Phật dạy tự độ rồi mới độ tha. Như vậy chúng ta phải tự độ chúng sanh tâm niệm nơi mình trước, tuy “vô biên” là nhiều vô số không ranh giới, nhưng xuất hiện đến đâu là độ thoát, buông xả đến đó. Bằng cách nào?
- Ứng dụng Bát-nhã Tâm Kinh:

Yết-đế, Yết-đế, Ba-la Yết-đế. Ba-la tăng Yết-đế,

“**Yết-đế**” là chữ Phạn, chữ Nho là “độ,” có nghĩa qua đi, qua đi, qua khỏi bờ mê. “**Ba-la Yết-đế**” là qua đến bờ bên kia, tức bờ giác. “**Ba-la tăng Yết-đế**” là cùng nhau qua đi. Như vậy “qua đi” tức là buông, xả, bỏ ...

“**Bồ-đề Tát-bà-ha**” là giác ngộ, tự tại giải thoát.

Chữ vô trong “vô biên” là Không. “Chúng sanh vô biên thệ nguyện độ” là buông xả tận cùng chí đến chứng nghiệm tánh Không, đạt chánh định, rồi

đạt chân ngộ, và sau đó tất cả thi vi động dụng đều cảm rỗng trong tánh Không.

Muốn hành trì Tứ Hoằng Thệ nguyện việc đầu tiên cần phải làm là phản quan tự kỷ để nhận ra những chúng sanh tâm niệm nơi mình, xuất hiện đến đâu thì độ thoát đến đó, từng niệm, từng niệm một, tức là chúng ta tu “Từng tác một tiến đến thân một trượng sáu của Như Lai.” Dầu nhanh dầu chậm, dầu mạnh dầu yếu, niềm tin chúng ta không lung lay, vì xưa nay chúng ta đã là Phật. Những chúng tử nghiệp trong A-lại-da thức còn ngủ ngậm vì mình chưa thành Phật 100%, nhưng khi hiện hành, tức trời lên bề mặt của ý thức, thì dùng pháp tu loại trừ hết. Giống như đối với thân, cho dù bệnh có vi trùng, hễ phát tác đến đâu thì pháp tu là trụ sinh tấn công đến đó, vì thể không lây lan, vẫn mạnh khỏe. Khi nào hết vi trùng, lúc đó là sạch boong, thành Phật. Vì vậy ngay thời điểm ở trên pháp tu, vi trùng tuy vẫn còn nhưng yếu ớt vì đã có thuốc trị, tuy vẫn còn khuyết điểm nhưng tỉnh giác dùng nghiệp, không tạo nghiệp, Phật tánh nhúc nhích và chúng ta có Giới-Định-Huệ mặc dầu chưa thành Phật. Đó là ý nghĩa của câu thứ nhất.

2. Thiền Nã Vô Tận Thệ Nguyện Đoạn

Trong tất cả chúng sanh tâm niệm, đặc biệt nhất là chúng sanh phiền não. Lục Tổ Huệ Năng dạy: “Phiền não tức Bồ-đề.” Điểm Đi là phiền não, Điểm Đến là Bồ-đề. Đoạn dứt đồng nghĩa với độ, buông, và

cũng đi đến tâm Không. Đây là phải hành, phải đi, có trình tự khoa học, không phải “tầm chương trích cú,” lý thuyết suông.

3. Pháp môn vô lượng thế nguyện học

Câu này dễ hiểu lắm. Nếu hiểu theo nghĩa đen là nhiều pháp môn mình thế nguyện học hết, vẫn là tò mò tri kiến, dính mắc vào hiểu biết, như thế học đến chừng nào mới xong, chừng nào mới qua hành trì? Tuy Tam Huệ Học là Văn huệ học, Tư huệ học và Tu huệ học, đều hướng đến trí huệ nhưng sự tu chưa thâm nhập, nhất là chưa đi vào Tam Vô Lậu Học là Giới/Định/Huệ, nghĩa là công phu hành trì chưa đắc lực. Dù học nhiều đến đâu cũng chỉ đạt “huy chương” học giả, chỉ là đọc toa thuốc, đọc thực đơn, chưa một viên thuốc hoặc thức ăn vào miệng, nuốt, tiêu hóa thành máu-thịt-xương-tủy. Vì vậy câu này phải hiểu, sở dĩ Phật chỉ bày vô lượng pháp môn vì chúng sanh có nhiều căn cơ sai khác. Chúng ta nên chọn một pháp môn để hành trì tinh chuyên và uyên thâm, giống như ở thế gian vô lượng môn học ngành nghề, nhưng chúng ta phải chọn một nghề chuyên môn thì “nhất nghệ tinh, nhất thân vinh.”

Vô lượng còn có nghĩa cấm rẽ trong tánh Không. Trên phương diện Tam Huệ Học, chúng ta có thể nghiên cứu kinh điển ngữ lục nhiều tông phái khác nhau để mở rộng và soi sáng pháp môn hành trì chủ yếu mình đã chọn. Như vậy câu này tương đồng với

“tri kiến vô kiến tư tức Niết-bàn.” Trong khi chỉ thỏa mãn tò mò mà không hành trì thì “tri kiến lập tri tức vô minh bản,” đưa đến sở tri chướng là chướng ngại cho sự thành tựu Phật đạo.

Về “học” thiền sư **Hòa Sơn Vô Ân** dạy chúng:

Tập học gọi là nghe,

Nghĩa là văn và tư, chỉ là âm thanh hoặc ngữ ngôn văn tự, giống như mới dự bị chưa vào năm thứ nhất Y khoa. Đậ vào năm thứ nhất rồi sẽ có giờ học lý thuyết trên phần trắng bảng đen, tức văn và tư, sau đó sẽ có giờ thực hành tại bệnh viện, phòng mổ... là tu. Lúc đó chính sinh viên tự cầm dao kéo mổ xẻ, nhưng bây giờ thì tân tiến mổ bằng tia Laser. Như vậy tập học là tri kiến.

tuyệt học gọi là gần.

Gần cái gì? - Gần đạo. Tuyệt học là vô kiến, chứng nghiệm tánh Không, nhưng chưa rốt ráo, chưa chứng ngộ nên chỉ mới gần đạo, chưa phải đạo.

Qua hai cái này mới thật là qua.

Nghĩa là phải công phu vượt qua “tập học” và “tuyệt học.”

Trong chúng mới hỏi: “Thế nào là thật qua?”

Hòa Sơn đáp: “Biết đánh trống.”

Cái biết này đã qua “tập học,” đã qua “tuyệt học,” đã là vô kiến thì không còn là biết của thức mà là biết của giác. Biết đánh trống là động dụng, đương nhiên

đã chứng ngộ. Như vậy “thật qua” là chứng ngộ và qua hoạt dụng đến bờ giác. Chứng ngộ phải là chân ngộ trong đời thường động dụng, thầy tổ mới ấn chứng. Chứng ngộ trong Tịnh tuy là chân ngộ nhưng chưa đủ mạnh, đủ cứng vì vậy chưa được ấn chứng. “Biết đánh trống” rõ ràng là trong đời thường, trong đi-đứng-nằm-ngồi.

Trong Tứ Hoảng Thệ Nguyên, “**Chúng sanh vô biên thê nguyện độ**” là nhân tu hay là quả tu? – Nhân. “**Phiền não vô tận thê nguyện đoạn**” là nhân. “**Pháp môn vô lượng thê nguyện học**” là nhân. “**Phật đạo vô thượng thê nguyện thành**” là quả. Phân tích nhân và quả như vậy, chúng ta rút ra điều gì bồi bổ cho pháp tu? Ba câu đầu đều là tự độ. Câu thứ nhất và thứ hai gieo nhân tu độ thoát, cho qua, buông bỏ chúng sanh tâm niệm nơi mình, nhất là phiền não, không đổ thừa hoàn cảnh hay người khác mà phải buông phiền não nơi mình. Câu thứ ba là Tam huệ học Văn/Tur/Tu, rồi qua hành trì Tam Vô Lậu Giới-Định-Huệ.

Chữ “pháp” nghĩa là phương pháp thực hành; chữ “giáo” nghiêng về lý thuyết. Vì vậy Pháp bảo ngụ ý pháp tu, pháp môn, tức là phải hành trì. Hiện giờ trong lớp học nghe giảng quý vị có tu không? – Dạ thưa có. Chủ đề bài pháp là lý thuyết, có hai trường hợp:

- nếu nghe suông là tập học, là kiến thức thỏa mãn trí tìm hiểu tò mò, chỉ được Văn huệ học và Tur huệ học

- nghe chánh niệm là tuyệt học, có định tâm, tức có Tu huệ học rồi qua Tam Vô Lậu là Giới-Định-Huệ.



Có thể kết luận một khi gieo được ba nhân tu:

- độ thoát chúng sanh tâm niệm,
- đoạn dứt tâm niệm phiền não,
- học và hành pháp môn tinh chuyên,

kết quả là **Phật đạo vô thượng thế nguyện thành.**

*

Triệu Châu Khám Phá Bà Lão

Vô Môn Quan tấc thứ 31

Cử: Có vị tăng hỏi một bà lão: “Đường nào đi núi Ngũ Đài?”

Ở Trung Quốc có Tứ Đại Danh Sơn là bốn quả núi thiêng:

- Ngũ Đài sơn tục truyền là chỗ ở Bồ-tát Văn-thù,
- Phổ Đà sơn: Bồ-tát Quán Thế Âm,
- Nga Mi sơn: Bồ-tát Phổ Hiền,
- Cửu Hoa sơn: Bồ-tát Địa Tạng.

Tăng Ni thường đến chiêm bái Ngũ Đài để nương nhờ từ trường tha lực của Bồ-tát Văn-thù, khai mở Giới-Định-Huệ. Đi dọc đường khi gần đến núi thường gặp một bà lão.

Bà lão đáp: “Cứ đi thẳng.”

Chữ Nho là “trực mạch khứ.”

Vị tăng mới đi năm ba bước bà nói với theo: “Đường đường một ông thầy tu, cứ thế mà đi kìa!”

Bà lão phê bình vị tăng dính mắc vào âm thanh, nghe nói đi thẳng lại hiểu theo nghĩa đen là chân bước đi thẳng. Bà có quyền phê bình vì đã chứng đạo.

Bồ-tát Văn-thù-sur-lợi tượng trưng cho Căn Bản Trí. Vị tăng hỏi đường đi Ngũ Đài không hẳn chỉ muốn viếng cảnh chiêm bái thường tình mà có thể có ý nghĩa tâm linh. Bà lão phải là người hội thiên nên không trả lời theo thói thường mà ý muốn giúp

vị tăng trở về Căn Bản Trí. Vậy Căn Bản Trí ở đâu? Nơi mình, hay nơi cảnh vật, trên núi cao? Nếu Căn Bản Trí nơi mình vậy phải trở về, tất nhiên thẳng vào tâm, không phải chạy ra ngoài, vì thế bà lão nói “cứ đi thẳng.” Vị tăng không hội, đi thẳng bằng chân, nên không đến được Ngũ Đài. Dầu đến được cảnh núi Ngũ Đài vẫn không thể nhận ra Căn Bản Trí, là một phương diện của Phật tánh. Nhiều vị tăng lâm vào tình cảnh trên và quay về không chút lợi lạc, tiếng đồn lan xa đến hội chúng của Triệu Châu.”

Triệu Châu nghe được mới bảo: “Ta sẽ đi khám phá bà lão cho các ông.”

Hôm sau Triệu Châu đến núi Ngũ Đài gặp bà lão hỏi đường, bà cũng đáp: “Trực mạch khứ.”

Triệu Châu là vị thiền sư chứng đạo, không phải vị tăng thường tình nên không hiểu theo nghĩa đen là đi bằng chân, và không dính mắc vào lời nói. Thay vì thẳng đến núi Ngũ Đài,

Triệu Châu trở về nói với tăng chúng: “Bà lão ở Đài sơn, ta đã khám phá cho các ông rồi,”

tức ngài biết đó là Căn Bản Trí.

Bà lão chính là kinh điển sống, nhờ bà nói “cứ đi thẳng” chúng ta nhận ra: “Ồ! Phải trở về pháp tu, phản quan tự kỷ, có vọng nếu dính thì buông, không dính không theo.” Bằng cách nào? Trở về hiện tiền, lúc đó chúng ta đến được Ngũ Đài Sơn tâm linh, hội ngộ Bồ-tát Văn-thù, tức chúng ngộ Căn Bản Trí. Theo

trình tự tu chứng, tiếp theo sẽ chứng ngộ Sai Biệt Trí tức hoạt dụng, tượng trưng là Bồ-tát Phổ Hiền.

Rửa chén, tu trong Động thì nhìn cái chén, nhìn xà bông, nước, không nhìn tâm, nhưng ở trên pháp tu chánh niệm / tỉnh giác, hậu quả là tâm máy động vẫn biết, như thế chúng ta là con cháu Bồ-tát Đại Hạnh Phổ Hiền. Ngồi thiền, tu trong Tĩnh nhìn tâm, chúng ta là con cháu Bồ-tát Đại Trí Văn-thù-sư-lợi.

*

II. HIỆN TẠI HIỆN TIỀN

[1]

SỐNG HIỆN TIỀN

Lời Dẫn tôi viết cho khóa tu mùa xuân 2012:

Chư Phật chư tổ trong kinh điển và ngữ lục đều có chỉ dạy từ lý thuyết đến thực hành, chúng ta cùng học hiểu và thực tập những lời chỉ giáo trong khóa tu này ngõ hầu được phần nào tư lương không những ngay đây và bây giờ mà còn tiếp nối về sau.

Và Lời Mở Đầu trong sách Sống Hiện Tiền:

Chúng ta thường quên sự quan trọng của ngay đây và bây giờ.

Ví dụ thấy bông hoa đẹp trước mắt, hãy thưởng thức mà không dính mắc, lỡ dính mắc khởi niệm khen/chê, đẹp/xấu... thì buồn. Chỉ tập trung vào hoa, hoa, hoa, thì có Giới-Định-Huệ vì đang chánh niệm trên pháp tu. Phải tập thành thói quen như thế, và đó là lý do tại sao đạo Phật thiết lập chùa chiền tăng chúng, vì khi vào trong một guồng máy như vậy chúng ta dễ tập thành thói quen. Ở nhà chúng ta cũng có thể tu như quý thầy, quý cô, nhiều khi còn thoải mái nữa, rộng rãi và ít người, đỡ va chạm, nhưng ở nhà công việc đa đoan...khó tập thành thói quen tu hành. Chúng ta phải biết ơn đại chúng, ví dụ ở chùa thức dậy sớm thành thói quen, bây giờ đi đâu đúng giờ là thức dậy.

Nói cách khác, sờ dĩ cái đẹp cái hay trước mắt chúng ta không thấy, không nghe, không cảm nhận, không thưởng thức, vì tâm đang dính mắc vào quá khứ, hiện tại và vị lai.

Quá khứ qua rồi, là bóng ma, vì vậy dính vào quá khứ là làm bạn với ma, chừng nào mới có kết quả là gặp Phật? Tương lai chưa đến, tưởng tượng mơ mộng hão huyền thì cũng là dính vào tương lai, nên bất giác. Nhưng hiện tại, tuy thực tại thực tế nhưng cũng dính mắc. Thiền khám phá sự kiện này, vì thế không dùng chữ hiện tại mà Hiện Tiền.

Đó là nguyên nhân chúng ta quên lửng cái đẹp hiện tiền.

*

[2]

KINH KIM CANG

Phẩm 18: Đồng Quán Có Một Thể

Trước hết xin nhắc lại lời Sư Ông dạy: “Thế gian này là giả, mộng huyễn,” nghĩa là vô thường, sanh diệt, không bền. Tuy sự vật là thật, thực tế (real, reality) nhưng không chân (true). Giống như cái tách, nếu là giả sao đổ nước vô không chảy? Như vậy giả hoặc mộng huyễn không phải vì không có hoặc không thực tế, mà vì không chân thật tuyệt đối.

Phật bảo:

- **Tu-bồ-đề ý ông nghĩ sao? Như trong một**

sông Hằng có bao nhiêu cát, có những sông Hằng bằng số cát như thế, có các thế giới của Phật bằng số cát của những sông Hằng ấy, như thế thật là nhiều chăng?

- Bạch Thế Tôn, rất là nhiều!

- Tu-bồ-đề, trong các cõi nước đầy dẫy như thế, có tất cả chúng sanh có bao nhiêu thứ tâm Như Lai thấy đều biết. Vì có sao? Như Lai nói các tâm đều không phải tâm ấy gọi là tâm. Vì có sao? Nay Tu-bồ-đề, tâm quá khứ không thể được, tâm hiện tại không thể được, tâm vị lai không thể được.

“Tâm” thường dùng để chỉ chân tâm, là bất biến. Như vậy nên hiểu là “quá khứ, tâm *không thể được*,” động từ là “*không thể được*,” chủ từ là “tâm,” và “quá khứ” là túc từ. Chính cái quá khứ không thể được, quý vị đang ngồi đây, ngày hôm qua trời mưa, quý vị chỉ nghĩ đến trời mưa đã qua, *không thể được* nghĩa là không nắm giữ được, không phải thực tế trước mắt, đã qua rồi.

Trích lời giảng của Sư Ông Trúc Lâm:

“Tâm quá khứ nhớ thuở xưa lúc đương thời làm những gì, nhưng quá khứ có thật không? Nó là bóng dáng không thật nên quá khứ tâm bất khả đắc. Tâm hiện tại là tâm suy tính đang nghĩ đang tính điều gì, tâm suy tính đó có dừng lại một chỗ thật không? Đang suy tính mà nhìn lại nó cũng mất, cũng không

thật. Đến tâm tưởng tượng vị lai mai kia thế này thế khác, như những người thanh niên nghĩ ngày sau mình sẽ như thế nào đó v.v... tâm đó có thật không? Vị lai chưa đến mà hiện giờ tưởng tượng ra thì cũng là tưởng tượng bóng dáng thôi, như vậy ba thời tâm có thật không? Vậy biết rõ ba thời tâm không thật là biết đúng sự thật.”

Quá khứ qua rồi, vị lai chưa đến, nhưng tại sao hiện tại *không thể được*? Vì hiện tại trôi chảy, ví dụ bây giờ 9 giờ 20 phút, miệng tôi vừa nói 20 phút, thời gian di chuyển, bây giờ đã 9 giờ 20 phút 05 giây rồi. Vì vậy điều gì trôi chảy thì không đứng lại, mà không đứng lại làm sao nắm giữ được! Xin giới thiệu câu thơ của Ni trưởng Như Thủy:

Làm sao có được hai lần tắm

Trong một dòng sông để ngâm ngài.

Cũng dòng sông đó, cũng buổi chiều đó, cũng giờ giấc đó mà ngày hôm qua mình tắm khác với hôm nay, nước có thể trong hơn hoặc có nhiều rác hơn, có thể lạnh hơn hoặc ấm hơn. Danh từ nhà thiền là *trôi chảy*, chữ Nho là *vô sở trụ*. Tưởng là mình nắm giữ được, thực tế tất cả đều chuyển động, không bao giờ dừng trụ, kể cả hiện tại. Nhà cửa bàn ghế tuy tưởng là đứng yên, nhưng thật ra mắt không thấy là đang mòn cũ từ từ. Tuy sự vật vô thường biến dịch như thế nhưng sự hiện hữu luôn luôn đang có mặt, đang trước mắt. Hiện tại luôn biến dịch, vì vậy chữ “hiện tại” không giải thích được tính chất luôn luôn hiện

hữu luôn luôn có mặt, cho nên Thiền tông dùng chữ “*hiện tiền*,” nghĩa là trước mặt tôi khi thì cái tách, khi thì máy tính, vật thì thay đổi nhưng sự hiện hữu, tính chất hiện hữu thì luôn luôn trước mặt! Đó là *hiện tiền*, là các pháp như thị.

Ví dụ một câu chê bai như “chị dở quá,” ba âm thanh nói ra là mất liền, người chê bai cũng đi rồi. Bây giờ đang ngồi thiền chợt nhớ lại, mình buồn bực, như vậy quá khứ qua rồi mình nhớ lại, chỉ là bóng dáng âm thanh của người nói, không phải thực tại thực tế, thế mà mình dính mắc rồi buồn bực. Vậy là mê hay tỉnh? - Mê. Khi nhận ra dính mắc vào vọng tưởng, lúc đó mới có tu, mới tỉnh. Và khi tỉnh ra còn buồn không? - Hết buồn.

Lục Tổ giải: Trong quốc độ ấy những chúng sanh đều có bao nhiêu tâm sai biệt, số tâm tuy nhiều nhưng tổng danh là vọng tâm. Biết dạng vọng tâm chẳng phải tâm nên nói chỉ cưỡng danh là tâm.

Vọng tâm là khi chúng ta dính mắc, nếu không dính mắc là tâm tỉnh giác. Chẳng hạn như tặng một món quà hoặc mời một Phật tử mới đến dùng bánh bông lan, không dính mắc vào cái bánh, không dính mắc vào người được mời, tức là tỉnh giác. Nếu không phải mời mọc tinh thuần mà có ý đồ vì thấy Phật tử này là đại thí chủ, tức là có dính mắc, và tâm không cảm rã trong tánh Không.

Lâm Tế tụng:

Bằng nhất niệm tâm mà giải thoát Là tam-muội pháp của Quán Âm.

Tam-muội là Định, pháp là pháp tu, nghĩa là trong nhất niệm tức là chánh niệm / tỉnh giác, chúng ta không dính mắc, và lúc đó là giải thoát, tình trạng tâm vừa Định vừa Huệ, vì chưa toàn giác thành Phật nên gọi là Bồ-tát Quán Âm.

Thế gian này là mộng huyền không phải vì không có hoặc không thật tế mà vì không chân thật tuyệt đối, tuy có nhưng không thường hằng nên gọi là không thật. Vì vậy covid là thật tế, bằng có là 500.000 người đã ra đi, nhưng không phải chân, nghĩa là biến dịch vô thường. Như vậy ba thời quá khứ, hiện tại, vị lai nghĩa là trạng thái tâm nghĩ đến quá khứ, tương lai và trạng thái tâm đang sống hiện tại. Để dễ hiểu chúng ta dùng chữ “tâm” chỉ cho tâm Phật, chân tâm; chữ niệm chỉ cho “trạng thái tâm.” Thay vì nói vọng tâm thì nói vọng niệm, nghĩa là trạng thái tâm đang hư vọng, tưởng tượng. Suy nghĩ suy tính hiện tại nhìn lại cũng mất, cũng không thật, nghĩa là hiện tại luôn luôn trôi chảy. Trái lại Hiện Tiền là lúc nào cũng ở trước mắt, tuy cảnh và vật thay đổi - thời gian, không gian thay đổi, nắng dịu hơn, gió ít hơn, cây cối mọc cao hơn, hoa tươi thắm rồi héo tàn, trái xanh non rồi chín đỏ - nghĩa là đang trôi chảy sinh diệt, di chuyển biến dịch, nhưng sự hiện hữu vẫn là hiện hữu. Dùng từ ngữ giải thích giỏi lắm cũng được 90 phần trăm còn 10

phần trăm chúng ta phải tự thể nghiệm.

Hiện Tiền thì bất biến không phải hiện tại. Hiện Tiền luôn hiện hữu trùm khắp, cho dù có vật hay không có vật, có vật là “tướng có” hiện hữu, không vật thì “tướng không” hiện hữu.

Ba tâm bốn lai Không, bởi việc mà có.

Nghĩa là “xưa nay không một vật,” nhưng tùy duyên thì có, “chân không diệu hữu.” Có hai chữ, “Không” (hoa) và chữ “không” (viết thường). Trên bàn viết có cái tách là **có vật (tướng có)**, lấy tách đi, không có tách là **không vật (tướng không)**. Như vậy có / không đối nghịch lẫn nhau, **căn cứ trên vật là hình tướng**, có là có vật, không là không vật. Vì vậy không này là chữ “k” thường, có / không là cặp đối đãi, hồi nãy có buồn bây giờ là không buồn là cặp đối đãi. Không với chữ “K” hoa là thể tánh lúc nào cũng Không. Không vật (tướng không) thể tánh vẫn Không, có vật (tướng có) thể tánh vẫn Không. Vì vậy trong cuộc sống đời thường chúng ta tiếp xúc, đi xa có xe hơi, có thời gian, và có thân thì có đau ốm, nếu tâm luôn luôn cảm rã trong tánh Không thì chúng ta sẽ chịu đựng được những cái có, dù như ý hoặc bất như ý, thân đau mà tâm không khổ. Dầu cái tách sờ sờ đựng nước được, là thật té đời thường, là thiệt không phải giả, nhưng thể tánh vẫn là Không nên tách có bề hay mất chúng ta cũng không khổ. Làm sao đạt được tánh Không? Phải tu, trở về pháp tu. Không phải hiểu biết, nghe nói, mà phải chúng nghiệm

tánh Không, đó là nhập Định. Khi cảm rỗng trong tánh Không, cho dù sự kiện bên ngoài như thế nào tâm chúng ta vẫn giữ vững như kiềng ba chân, nghĩa là vẫn đón nhận, không bị chi phối, không bị ảnh hưởng của sự kiện, con người, cảnh vật v.v... vì bản lai vốn là Không.

Kinh Viên Giác nói: “Sáu trần bởi theo bóng ở ngoài làm tướng của tự tâm¹.”

Sáu trần là thực tế thực tại, không phải chân lý tuyệt đối. Khi chúng ta thấy cội cây, hình ảnh cội cây vào võng mô phía sau con mắt, hình ảnh cội cây thì không phải cây thật. Ý thức biết hình ảnh đó, biết là cây đào, tươi tốt hay khô cằn, cằn phải tưới thêm, vô phân... Suy nghĩ xử lý cây trên hình ảnh trong võng mô, không phải trên cây thật. Đừng nói “mắt thấy tai nghe,” lúc buồn thấy khác, lúc vui khác. “Mắt thấy tai nghe” tuy là thật nhưng không phải chân, vì vậy Sư Ông nói “Cuộc đời tương đối mà!” Mình khó khăn với mình để tiến tu nhưng thông cảm người khác, thông cảm với người lỡ ăn trộm, nhưng mình không bắt chước ăn trộm, đó là tâm hạnh Bồ-tát. Nên dành thời gian hành trì nhiều hơn thời gian thức mắc tò mò tìm hiểu kiến thức. Tập trung vào kiến thức nhiều quá bộ não sẽ suy mòn, khó tỉnh giác và khó có Giới-Định-Huệ, có thể thành “sở tri chướng.”

*

1 Che đậy tánh giác.

[3]

KINH PHÁP CÚ

Hiện tại có phải là Đạo hay không? Cùng nghĩa với câu quá khứ tâm bất khả đắc, hiện tại tâm bất khả đắc, vị lai tâm bất khả đắc, trong kinh Kim Cang là Pháp Cú 348:

Bỏ quá hiện vị lai

Đến bờ kia cuộc đời

Ý giải thoát tất cả

Chớ vướng lại sanh già.

Phật nói kinh Pháp Cú vào thời Phật. Về sau chư tổ, chư thiền sư xét thấy nếu để nguyên chữ hiện tại thì không thể diễn tả được cái “ràng ràng trước mắt” bất biến, vì vậy các ngài đưa vào chữ Hiện Tiền, là thái độ hoặc trạng thái tâm đối với sự kiện tính chất lúc nào cũng “ràng ràng trước mắt,” không lệ thuộc vào thời gian – quá khứ, hiện tại, vị lai – vào không gian, mà ngay bây giờ và ngay tại đây. Tuy cảnh vật (đối tượng) trước mắt đang thay đổi chuyển dịch nhưng sự hiện hữu luôn luôn trước mắt nên Hiện Tiền là thực tại bất biến, không thay đổi. Vật thay đổi mà sự hiện hữu không thay đổi, và khi sống Hiện Tiền thì tỉnh giác và không đau khổ. Cho dù bất như ý, chúng ta rõ biết là bất như ý, vẫn đón nhận cái bất như ý. Không thay đổi được cảnh vật nhưng thay đổi được tâm chính mình khi trở về pháp tu. Chẳng hạn như nhức răng, nhức đầu, đau bụng..., thân có

thể rên la thoải mái, chảy nước mắt ..., nhưng tâm vẫn an lạc, như vậy mới là tu và phải tu được như vậy.



Chữ “nhẫn” trên bộ “đao,” dưới bộ “tâm,” như con dao cắt trái tim, tuy thân đau mà tâm không khổ, vì vậy hạnh nhẫn của đạo Phật là tâm tĩnh giác an lạc, cho dù hoàn cảnh như ý hoặc bất như ý.

*

[4]

TÍN TÂM MINH

Dục đắc hiện tiền, *Muốn được hiện tiền,*
Mạc tồn thuận nghịch. *Chớ thuận chớ nghịch*²
Vi thuận tương tranh, *Thuận nghịch tranh nhau,*
Thị vi tâm bệnh. *Đó là tâm bệnh.*

Thế giới này bản chất là nhị nguyên, có sáng có tối, có nam có nữ, có rác có hoa, có tốt có xấu..., vấn đề là mình không thay đổi được thế gian này, không thể dẹp hết rác, dẹp hết xấu. Vấn đề là tổ chức sống như thế nào để đừng lây bệnh, bây giờ khoa học sử dụng rác làm phân bón rất tốt. Vấn đề là đừng dính mắc, lỡ dính thì rửa tay, nhưng quan trọng là có xà-bông để rửa tay không? Về tâm linh thì xà-bông hay nước lạnh để rửa sạch dính mắc là pháp tu. Dính với cái dơ xấu, dính với rác thì dễ thấy dễ rửa, dễ buông bỏ,

² Chớ kẹt hai bên.

dễ giải quyết. Dính với hoa đẹp thì khó, cho nên “ngọt mật chết ruồi, thuốc đắng mới đã tật.” Chính vì vậy muốn Hiện Tiền phải là không dính mắc sự vật trước mắt. Tâm Hiện Tiền chắc chắn ở trên pháp tu. Sở dĩ mất Hiện Tiền vì rời pháp tu, dính với cảnh, dính với thanh sắc, dính với phân biệt đối đãi, khen / chê, đúng / sai, phải / quấy. Bây giờ đau biết đau – stop – thì sống với Hiện Tiền, mặc dầu bất như ý. Trên pháp tu không phân biệt, chê khen, dư thừa thì ngay lúc đó là sống Hiện Tiền. Chứng đạo thì Hiện Tiền viên mãn.

*

[5]

NGŨ LỤC THIÊN SƯ

1. Đức Sơn Tuyên Giám

Thiền sư Đức Sơn Tuyên Giám thường giảng kinh Kim Cang Bát-nhã, là một giảng sư nổi tiếng thời bấy giờ. Nghe Thiền Tông phương nam thịnh hành Sư bất bình, khăn gói lên đường mang theo bộ Thanh Long Sớ Sao là luận giải Kinh Kim Cang. Lý do bất bình là Lục Tổ Huệ Năng ở phương nam chủ trương “Xưa nay không một vật.” Cả hai vị, Nam Năng Bắc Tú, đều là đại đệ tử của Ngũ Tổ Hoằng Nhẫn. Ngài Thần Tú có học có tu, trước ngài Huệ Năng rất lâu nhưng chưa chứng đạo. Thần Tú chủ trương học, dù hạ lap lớn nhất trong chúng mà không được truyền tở vị, trong khi Huệ Năng được truyền thừa. Thật ra Huệ Năng là Bồ-tát tái lai, và chính câu “Xưa Nay Không

Một Vật” vạch trần sai lầm trong bài kệ của Thần Tú:

Tâm như đài gương sáng,

Mặt gương soi chiếu không phải đài gương, giá gương. Thật ra Ngũ Tổ Hoàng Nhẫn là bậc thầy cũng thấy như thế, nhưng chưa thuận tiện, chưa đủ duyên để nói ra, và nếu Huệ Năng không xuất hiện có thể Ngũ Tổ lặng thinh và không truyền tổ vị vì không ai xứng đáng.

Quan điểm của Đức Sơn là học hiểu, tri kiến, như Thần Tú, cho nên ngược lại phương Nam, tức tông phái theo Lục Tổ chủ trương Xưa Nay Không Một Vật, tức Giới Định Tuệ, là “vô kiến.” Đức Sơn cho đó là giặc trong đạo vì vậy phát nguyện bảo vệ đạo bằng cách đi về phương Nam “*ruồng tận hang ổ của chúng, diệt hết những giống ấy để đền ơn Phật.*” Chỗ này thuộc về chánh kiến là chi phần đầu tiên trong Bát Chánh Đạo. Đức Sơn, trước khi chứng đạo, là bình giả luận sư giảng sư Kinh Kim Cang là kinh tối thượng thừa chỉ có sở học, tức là kiến chấp.

Đức Sơn Tuyên Giám nhắm Lễ Dương tiến bước,

Lúc đó ngài cho rằng thiền tông bài bác kinh điển, báng bỏ pháp bảo, không phải chánh pháp, vì vậy phải diệt trừ, nếu không sẽ lây lan nguy hiểm.

trên đường khi gặp một bà già bán bánh xin mua ít bánh điểm tâm.

Bà già chỉ gánh của Sư hỏi: “Gói ấy là sách vở gì?”

Sư đáp: “Thanh Long Sớ Sao.”

Bà hỏi tiếp: “Thầy thường giảng kinh gì?”

- Kinh Kim Cang.

- Tôi có một câu hỏi, nếu Thầy đáp được xin cúng dường bánh điểm tâm, bằng đáp chẳng được mời Thầy đi nơi khác.

Đạo Phật là đến để thấy, chứng nghiệm, không phải suy nghĩ để tin. Bà già bán bánh hành tung đặc biệt, có thể gặp một người thường bà sẽ không hỏi, nhưng bây giờ gặp giảng sư nên “gặp kiếm khách mới trình kiếm.” Sư đồng ý và bà nêu câu hỏi:

“Kinh Kim Cang nói quá khứ tâm bất khả đắc, hiện tại tâm bất khả đắc, vị lai tâm bất khả đắc, vậy Thượng tọa ‘điểm tâm’ nào?”

‘Điểm tâm’ nghĩa đen là buổi ăn sáng, nhưng bà bán bánh, từ nghĩa đen chuyển qua nghĩa bóng, “*điểm tâm*” là “*điểm vào tâm nào trong ba thời quá khứ, hiện tại, vị lai?*” Hiện tiền trước mặt cả hai là Thanh Long Sớ Sao của kinh Kim Cang, vì vậy câu hỏi là “tâm quá khứ, tâm hiện tại, tâm vị lai, ngài *điểm vào tâm nào?*” Làm sao chỉ ra được vì cả ba thời đều trôi chảy! Nếu chứng đạo Đức Sơn sẽ có cách trả lời.

Một bà già không biết học đến đâu? Chắc cũng nghèo mới bán bánh giữa đường, không biết tu với ai? Chứng đạo chưa mà hỏi như vậy? Đức Sơn không đáp được bèn hỏi đường tìm thầy, và bà chỉ đến Long Đàm. Như vậy Đức Sơn còn có tâm ruồng tận hang ổ,

diệt hết những vị thiên sư nữa không? Giảng sư kinh Kim Cang mà trả lời không được câu hỏi trong kinh Kim Cang, nếu không gặp bà già bán bánh này thì đời tu của ngài sẽ đi đến đâu? Như vậy đối với Đức Sơn bà già bán bánh này có phải Bồ-tát không? Nếu không gặp bà già bán bánh làm sao ngài gặp được thiên sư Long Đàm Sùng Tín để sau này là đệ tử nối pháp? Cho nên câu hỏi của bà già bán bánh đúng là “lời thật mịch lòng, trung ngôn nghịch nhĩ,” tuy chưa hẳn minh sư chánh pháp, bà đúng là thiện hữu tri thức.

Ngày hôm qua khi đọc lại soạn bài giảng cho lớp học, tôi có hứng khởi, xin chia sẻ. Tôi đã được học và đang tập tu pháp tu Chánh niệm / tỉnh giác là trở về Hiện Tiền, nếu được hỏi như vậy, biết rằng Bà Già chơi chữ, “nói trắng nói cuội” thế nào mặc kệ, có thử đạo lực cũng mặc kệ, không cần biết, tôi duy trì pháp tu sống Hiện Tiền, đang đói bụng, chỉ biết đến tiệm của Bà mua bánh ăn sáng, và trước mặt chỉ thấy biết bánh bao, vì vậy tôi chỉ có một câu đáp: “Bánh bao đâu, đưa đây!” Nếu suy nghĩ chuyện khác không phải Hiện Tiền là mắc mưu rồi, dính mắc vào lời nói của bà lão rồi! Kinh Kim Cang, Thanh Long Sớ Sao không phải Hiện Tiền. Hiện Tiền là tiệm bánh, và mình đang nhất niệm là mua bánh, nên gặp Bà là để mua bánh: “Bánh bao đâu, đưa đây!” Sống đạo trong đời thường là như vậy, nếu lúc đó hỏi đáp đạo lý thì dư thừa, hện dịp khác.

Cho nên tu tập cần giới hạn lời ăn tiếng nói, không

kẹt vào tiếng động cũng không kẹt vào thình lạng. Sợ tiếng động coi chừng dính vào thình lạng, rồi gặp cảnh động chịu không nổi. Có những người nhập thất ra, không chịu nổi đời sống hoạt động trong chúng, như vậy có chấp dính vào cảnh không? Cảnh yên thì tâm yên, cảnh động thì tâm động. Nhà thiền không bao giờ ấn chứng trong cảnh yên mà chỉ ấn chứng trong đời thường sinh hoạt. Đời thường là động, chết thì lặng sinh thì động, sống động, hoạt động, động dụng. Chẳng qua sức tu yếu chúng ta, phải bắt đầu tu thình lạng, khá khá rồi mới tu trong Động.

2. Vân Môn Văn Yên

Vân Môn dạy chúng: “Ngày mười lăm về trước

Là quá khứ.

chẳng hỏi ông, ngày 15 về sau

Ngày 15 về sau là vị lai, cũng thuộc về thời gian.
nói một câu xem.”

Vân Môn hỏi để trắc nghiệm đạo lực đại chúng.

Không ai đáp được.

Sư tự đáp: “Mỗi ngày đều là ngày tốt.”

Như vậy chữ tốt ở đây không phải đối đãi với xấu, mà là tính như thị của các pháp. Vấn đề không phải “mỗi ngày” mà “từng giây phút,” không phải ngày 15 về trước, ngày 15 về sau, ngày 15 bây giờ, vấn đề là có đang sống với tính như thị, tức là Hiện Tiền. Vì vậy

ở đây chữ “tốt” là đón nhận dù như ý hay bất như ý. Mỗi ngày mặt trời lên, có mưa có nắng, cây cỏ tốt tươi, rồi héo tàn, bốn mùa thay đổi không đẹp, không xấu, chỉ có tâm mình điên đảo phân biệt rồi dính mắc, sinh ra vui buồn tốt xấu. Vì vậy hiện tiền không lệ thuộc thời gian, không gian, chỉ là “rửa” thôi, đối với nhà Thiền vô thường cũng tốt thôi vì chỉ là các pháp như thị.

3. Phù Sơn Viễn Công

Đây là câu của ngài Phù Sơn diễn tả tâm trạng sống Hiện Tiền, như thị:

**Mười ngày một trận gió
Năm ngày một trận mưa
An bang lạc nghiệp,
Vỗ bụng hát ca.**

Mười ngày một trận gió: không phải yên tĩnh, không phải như ý.

Năm ngày một trận mưa: tuy như vậy, dầu sôi lửa bỏng, gió mưa, nhưng vẫn

An bang lạc nghiệp, Vỗ bụng hát ca.



Khi tôi đến Diệu Nhân năm 2002 và ở một mình, có lúc cúp điện, chưa có điện thoại di động, chỉ có điện thoại bàn của chùa. Có hai Phật tử lão niên phải chạy xe lên chùa xem tình hình. Và trong tình trạng như vậy, không lo sợ buồn bã, tôi nhớ bài kệ của ngài Phù Sơn Viễn Công, sau đó hứng khởi tôi viết một bài về núi rừng Diệu Nhân gửi đăng báo Viên Chiếu, với câu kết:

Và chúng ta sẽ được như người xưa:

Thu ăn măng trúc đông ăn giá

Xuân tắm hồ sen hạ tắm ao.

Nhìn xem phú quý tựa chiêm bao.

Nguyễn Bình Khiêm



4. Ngũ Tổ Pháp Diễn

Sau khi Ngũ Tổ Pháp Diễn dâng bài kệ đầu cơ, Bạch Vân ẩn khả sai Sư coi việc trồng gai.

Ẩn khả là chứng nhận kiến tánh, tranh chặn trâu số 3 “Thấy Dấu”.

Chưa bao lâu, Bạch Vân đến bảo Sư:

Bạch Vân trách nghiệm tiếp.

“Có một số thiền khách ở Lô Sơn đến đều có chỗ ngộ nhập,

Tức có công phu đặc lực.

bảo y nói cũng nói được rõ ràng, cử nhân duyên hỏi y cũng hiểu được,

Nghĩa là có kiến giải.

bảo y hạ ngữ cũng hạ được,

Tức là qua hoạt dụng, dù chỉ mới sơ ngộ.

chỉ là chưa hiện tiền³”

Nghĩa là chưa triệt ngộ, chưa sống Đạo.

Khi ấy Sư rất nghi,

Đây là nghi vấn đưa đến nghi tình, nghĩa là lời của Bạch Vân đã đánh động vào tâm Ngũ Tổ, từ đó sẽ thúc đẩy biến chuyển.

thăm nghĩ: “Đã ngộ rồi cũng nói được, rõ cũng rõ được, tại sao chưa hiện tiền?”

Sư bèn nghiên cứu

Là tham cứu, công phu hành trì, sống chết với chủ đề, không phải học hiểu lý thuyết suông.

luôn nhiều ngày, bỗng nhiên tỉnh ngộ, của báu

Trường hợp này là ngã, pháp tu, sở ngộ vừa chứng đắc. Kinh Kim Cang nói: “**Pháp** – tức là pháp trần (hiện tượng, trần cảnh, sắc tướng) kể cả pháp tu – còn phải buông, **hà hướng phi pháp** là cái Không. Giống như quý vị phải rời bậc thang số 3 mới bước lên bậc thang số 4, số 5 được.

từ trước buông hết,

Một lần nữa Ngũ Tổ Pháp Diễn chứng nghiệm tánh Không, ở mức độ thâm sâu hơn là “triệt không,” tận đáy nền, đương nhiên sẽ đại ngộ. Do đó

³ Chưa triệt ngộ, tức Tranh Chấn Trâu số 10 là tổ vị.

chạy đến yết kiến Bạch Vân. Bạch Vân dùng tay múa chân đạp, Sư chỉ một cái cười mà thôi.

Đến đây “ngôn ngữ đạo đoạn - bật đường ngôn ngữ,” tâm với tâm giao cảm, Thiên Tông Việt Nam gọi là “tứ mục tương cố - bốn mắt nhìn nhau.”

Sau Sư nói: “Tôi nhân đây khắp thân xuất mồ hôi, liền rõ được dưới chỗ gió lành.”

Lần này là đại ngộ là tranh chẵn trâu số 9: Nhập Phật Giới và đại dụng là tranh chẵn trâu số 10: Thông Tay Vào Chợ.

Ban đầu Sư trụ trì chùa Tứ Diện, kế dời về Bạch Vân. Về già đến trụ Đông Sơn núi Ngũ Tổ.

Chính nhờ bài này tôi nhận ra chỗ **“tại sao chưa hiện tiền?”** và từ đó kết hợp vào pháp tu Chánh Niệm / Tỉnh Giác.

5. Ba Tiêu Tùng Vỹ



tranh của Bạch Ẩn

Cư sĩ và nhà thơ, Ba Tiêu sống thiền như thế nào mà Bạch Ẩn, thiền tổ trung hưng tông Lâm Tế

Nhật Bản, vẽ ngài đắp cà-sa đội nón béret. Ba Tiêu diễn tả giây phút chứng đạo:

**Kìa cái ao xưa,
Con cóc nhảy vào,
Tiếng nước xô xao.**

Tại sao **ao xưa**? Vì là tâm xưa nay bản hữu, là Phật, nhưng bị năm ám che đậy. **Con cóc nhảy vào** nghĩa là đột biến. **Tiếng nước xô xao**, chấn động.

Ba Tiêu trở về cái ao bản thể xưa nay và từ đó bùng vỡ đột ngột, đúc kết thành chấn động nghiêng trời lở đất khiến mặt nước xô xao: đại ngộ. Con cóc tượng trưng cho duyên cuối cùng đẩy hành giả chứng ngộ, có thể một câu niệm Phật, công án, thoại đầu, hoặc tu theo Thiên Tông Việt Nam là buông sạch, chứng nghiệm tánh Không, đạt Định.

Phút giây hội ngộ này “**vẽ cũng vẽ chẳng được, tả cũng tả chẳng thành**” nên có bản dịch chỉ gọn một chữ “**Túm!**” Ba Tiêu rất nhiều lần tỉnh ngộ như vậy giữa những hư huyền tục lụy:

**Kìa hoa cúc trắng ngần,
Không mảy may hạt bụi,
Nở ngay trước mắt trần.**

Đến cuối đời trên giường bệnh khó ăn khó ngủ, Ba Tiêu vẫn không quên hoa đào trước mắt.

**Ở trên giường bệnh mà ăn,
Bánh dày khó nuốt,
Đào đang nở kia!**

Như vậy là tỉnh hay mê? Có sợ chết không? Có sống Hiện Tiền không? “**Bánh dày khó nuốt,**” là thân bệnh, nhưng tâm vẫn nhận ra trước mắt “**đào đang nở kia.**” Không phân biệt đẹp/xấu, không nghĩ tương lai, quá khứ. Phải chăng Ba Tiêu kết thúc đời mình trong tỉnh giác, an lành, thanh thản với “cái không bệnh”?

*

[6]

BÁ TRƯỢNG QUẢNG LỤC

Chỉ cần chiếu cảnh

Nghĩa là đang trên pháp tu, đối với cảnh nhìn-nghe-xúc chạm ... tâm quán chiếu là vô thường, là Không v. v ...

như chiếu soi hiện tại,

Tức là trở về Hiện Tiền, chỉ biết ngay đây và bây giờ. Không chiêm nghiệm lý lẽ, lý thuyết, lập luận, bây giờ là sống thực tế, để cảnh vật mặc nhiên, như thị.

đối tất cả những pháp có/không đều không tham đắm, chẳng chấp trước.

Tức là không dính mắc. Lỡ dính mắc thì buông, không dính mắc thì không theo.

Chỉ ngay cái giác chiếu soi hiện tại
Tức là hiện tiền, lúc đó sẽ
không bị hữu tình cải biến
chi phối, thay đổi.
dụ như trúc biếc;



đều ứng cơ đều tri thời dụ như hoa vàng.



Nghĩa là sống Hiện Tiền sẽ biết thời cơ và sẽ tỉnh giác ứng xử khéo hợp.

Hiện tại nếu không chiếu soi, theo kinh Kim Cang vẫn là bất khả đắc, vẫn là trôi chảy, vô thường, sanh diệt, quan trọng nhất là tạo nghiệp. Vì vậy riêng chữ hiện tại không thể diễn tả pháp tu, phải là **giác chiếu soi hiện tại** tức hiện tại pháp tu chánh niệm / tỉnh giác chiếu soi mới không dính mắc, mới là Hiện Tiền.

Nếu ngay bây giờ ông chứng đạt thì luôn luôn chỉ có một niệm hiện tại,

Tức là nhất niệm,

và niệm này không bị tất cả những pháp có/không trói buộc,

vì đang trên pháp tu, không dính mắc, và là Định tương đối.

rồi thì từ xưa đến nay Phật chỉ là người, người chỉ là Phật.

Chúng ta với Phật bình đẳng trên Phật tánh. Khi sống chung trong một tập thể, viên thuốc “bình đẳng trên Phật tánh” sẽ hóa giải những xích mích, thuận nghịch.

Bởi lẽ, tất cả ngôn giáo chỉ làm sáng cái giác chiếu soi hiện nay nơi tự tánh.

Việc gì đến chúng ta đón nhận, vì đều là cơ hội để tu, để trở về pháp tu. Vấn đề là có nhận ra, có biết là mình đang dính mắc hay không. Bước đầu nhận ra dính mắc và buông bỏ, chúng ta đã rời bờ mê, đang tiến đến bến giác. Lúc đó chúng ta có Giới-Định-Huệ và sử dụng nhị nguyên để lợi mình lợi người.

Bây giờ đi vào bí mật tạng của Như Lai.

Có vị tăng đến hỏi: “Từ trước tổ tông đều có lần lượt truyền thọ mật ngữ là thế nào?”

Bá Trượng đáp: “Không có mật ngữ. Như Lai không có bí mật tạng.”

Không thể học “**bí mật tạng**” từ bên ngoài dầu là lời Phật, lời Tổ. Nếu nói ra được thì “bí mật” đã thành “bật mí.” Vì vậy mật là ở chỗ chúng ta phải thể nghiệm, chứng nghiệm, kinh nghiệm, nghĩa là phải tu và chính mình khám phá. Phật đã thọ ký cho chúng ta “là Phật sẽ thành.” Nhưng chúng ta đi thi, Phật là thầy giáo không đi thi giùm. Chúng ta học, hiểu đến đâu thì hành đến đó.

Ngay cái giác chiếu soi hiện tại, dùng lời nói để tỏ rõ rồi tìm kiếm hình tướng của nó trọn không thể được, đó là mật ngữ.

Bởi vì hiện tại trôi chảy, không thể chặn đứng được, vì vậy là **mật ngữ**.

Hỏi: - Bồ-tát Vô Biên Thân chẳng thấy đánh tướng của Như Lai là thế nào?

Sư đáp: - Vì khởi cái thấy hữu biên, cái thấy vô biên,

là kẹt vào có, dính vào không. Như vậy ra ngoài pháp tu, và vẫn tạo nghiệp, dầu cho nghiệp thiện cũng trôi lăn trong vòng sanh tử.

nên không thấy đánh tướng Như Lai.

nghĩa là mê mờ, bất giác.

- Chỉ ngay hiện tại đều không tất cả cái thấy không,

Vì đó là “tướng không” đối đãi với “tướng có,” chưa phải thể tánh Không. Sau khi buông cặp đối đãi có / không, chúng ta mới chứng nghiệm được thể tánh

Không, lúc đó bùng vỡ và chúng ngộ. Kế tiếp qua diệu dụng, là “chân không diệu hữu,” đủ duyên thì có, và tuy sống giữa muôn cái có, nhưng không dính mắc vì luôn cảm rỗng trong tánh Không. Bây giờ có/không không còn là cặp đối đãi nữa, mà là hai mặt của một đồng tiền, tùy duyên thay đổi, khi thì chân không, khi thì diệu hữu, Như thế

gọi là đánh tướng hiện.

- Chỉ hiện tại nơi mỗi niệm và tất cả thấy nghe hay biết, cùng tất cả trần cấu

là trần cảnh cấu uế

khử trừ cho sạch,

cũng phải buông sạch,

thì ngay một trần một sắc

nếu không dính mắc

chính là một Phật.

Nếu vừa khởi một niệm

là khi tu trong Tịnh

chính là một Phật ba đời ngũ ấm che đậy.

Tuy nhiên trong Động khi nào dính mắc mới bị ngũ ấm che. Nếu khởi niệm mà không dính mắc, chẳng hạn đang ngồi muốn đứng dậy phải khởi niệm mới đứng dậy được, tức là nhất niệm là Định tương đối, vẫn trên pháp tu và tỉnh giác.

- Chỉ hiện tại nơi năm ấm của mình không bị chúng làm chủ tể.

là không bị chi phối, không dính mắc.

- Ngay hiện tại vừa có những động niệm nhiễm trước đều gọi là ác dục, đều thuộc sáu cõi trời dục, nghĩa là trôi lăn trong sanh tử. và bị Ma-ba-tuần quản chặt.

Tuy là không kẹt quá khứ vị lai, nhưng sống hiện tại vẫn tạo nghiệp, vẫn vô minh và đau khổ.

- Sân như tảng đá, ái hơn nước sông,

Sân và ái là hai chứng bệnh trầm kha, bền chắc như đá, lây lan cùng khắp như sông.

Chỉ ngay hiện tại không sân, không ái, tức không dính mắc.

thì vượt sáu núi sông vách đá,

tức là tự độ, công phu trên pháp tu, chứng đạo, vượt khỏi sáu nẻo luân hồi.

thẳng tắt trị bệnh

Bây giờ qua dụng là độ tha.

cho kẻ tục tai điếc.

Là chúng ta vô minh, u mê.

Còn đa văn biện thuyết là để trị bệnh đau mắt.

Tức là mới lý thuyết Tam Huệ Học là Văn-Tu-Tu, tuy có phần nào ứng dụng thực hành nhưng công phu hành trì chưa sâu vào tu chứng Tam Vô Lậu Học là Giới-Định-Huệ.

Hiện tại chỉ cần đối tất cả các pháp có/không

đều không thấy không nghe.

Nghĩa là mở hết mắt tai để thấy nghe tròn đầy mà không dính mắc.

Sáu căn bít lấp⁴,

không dính mắc sáu trần, do đó thấy nghe mà không dính mắc. Nương gá và sử dụng sáu căn tùy duyên nghĩa là lục căn hữu dụng. Chọn một căn để đi vào chánh niệm, tức trên pháp tu, tỉnh giác nên những căn kia khi cần vẫn hoạt động nhưng là phụ. Tuy sử dụng hết sáu căn tùy duyên nhưng không dính mắc, không bị sáu trần chi phối sai khiến.

lục nhập không vết tích

Lục nhập	
Sáu căn / Sáu thức (sáu nội xứ)	Sáu trần
1. Mắt / nhãn thức	Sắc
2. Tai / nhĩ thức	Thanh
3. Mũi / tỷ thức	Hương
4. Lưỡi / thiệt thức	Vị
5. Thân / thân thức	Xúc
6. Bộ não/ ý thức	Pháp

Nghĩa là tuy 6 căn tiếp xúc 6 trần phát sinh 6 thức, nhưng ở trên pháp tu Chánh niệm/Tỉnh giác nên

⁴ Sáu căn tiếp xúc sáu trần mà không theo.

“**không vết tích,**” tức không lưu dấu.

Không tham nhiễm các pháp có/không

Nghĩa là không dính mắc vào tướng có, tướng không,

gọi là độ tha,

Theo Bát-nhã Tâm Kinh, “độ” là “qua đi – yết đế,” tức là buông. “Tha” là bên ngoài tức cảnh giới hiện tượng bên ngoài đối đãi có/không. Bây giờ vẫn sống giữa có/không, nhưng sử dụng có/không, không phải dính mắc có/không.

cũng chẳng chấp lấy tự kỷ gọi là tự độ.

Là buông xả dính mắc vào tự ngã.

Chỉ ngay hiện tiền

Hiện tại là thực tế, là điểm đi, chưa tu. Ứng dụng pháp tu buông xả dính mắc thì hiện tại chuyển thành Hiện Tiền là điểm đến. Như thế

không bị tất cả các pháp có/không ngăn ngại, cũng không y trụ

tức là không bám chặt vào

không ngăn ngại, cũng không luôn tri giải,

biện luận dông dài dư thừa về không y trụ.

Đây gọi là thần thông.

của Đạo Phật. Đối với nhà Thiên thần thông là có Giới-Định-Huệ, diệu dụng ngay nơi sáu căn, không phải là Tha tâm thông (biết tâm người khác), Thần túc thông, Thiên nhãn thông, Thiên nhĩ thông, Túc mạng

thông. Ngoại đạo có đủ ngũ thông, nhưng riêng Lộ tận thông là không rơi rớt vào sanh tử luân hồi thì chỉ có Phật giáo.

- Hiện tại đối mỗi thanh, hương, vị, xúc, pháp v.v... không ưa thích, đối mỗi cảnh không tham nhiễm,

Ưa thích chán ghét hoặc tham nhiễm chống trái là hai cực đoan và đều là dính mắc. Chỉ một bề đón nhận tức tu hạnh nhân,

chẳng có mười loại tâm vẫn đục là liễu nhân thành Phật.

Liễu nhân là nhân cứu cánh, rốt ráo.

Nếu hay học được như thế, trì Kinh được như thế mới có phần tu hành.

Đọc không ra tiếng gọi là trì. Thực hành, thể nghiệm, chứng nghiệm, kinh nghiệm mới gọi là trì kinh.

Có ba chữ liên quan đến chữ “biệt”:

- Phân biệt là phân hai, đối đãi, có/không, tốt/xấu, ưa/thích v.v... là rời pháp tu, tạo nghiệp.

- Sai biệt hoặc khác biệt là sai khác, như dài khác với ngắn, không phải đối đãi bên trọng bên khinh mà bình đẳng. Tất cả chúng sanh đều bình đẳng trên Phật tánh, nhưng sai khác vì nghiệp. Giày và nón sai khác trên công dụng, giày mang dưới chân, nón đội trên đầu.

- Biện biệt: nghĩa là biện luận đưa ra ví dụ, giải thích v.v... để dễ hiểu.

*

[7]

HOÀNG BÁ NGŨ LỤC

Duy một tâm này tức là Phật. Phật với chúng sanh chẳng có sai biệt.

Chỉ có một tâm là tâm Phật thôi, còn những trạng thái tâm là niệm thì thay đổi, niệm buồn niệm vui, niệm mê niệm tỉnh v.v... Tâm là Phật, là Phật tánh, vấn đề là có bị che hay không bị che.

Chỉ vì chúng sanh chấp tướng cầu bên ngoài, càng cầu thì càng mất,

vì Phật tánh bị che, nên

khiến Phật đi tìm Phật, đem tâm bắt tâm, mãn đời cùng kiếp trọn không thể được, họ chẳng biết dứt nghĩ quên tính Phật tự hiện tiền.

Dứt là buông, là không dính, **nghĩ** và **tính** là ra ngoài pháp tu vì đó là vọng tưởng điên đảo. Tuy nhiên nếu **nghĩ** và **tính** ngay việc trước mắt là đang trên pháp tu, không phải vọng tưởng điên đảo, đó là Chánh tư duy, một chi phần Bát chánh đạo giúp chúng ta tu thành Phật.

Hoàng Bá giải thích liên quan kinh Kim Cang:

Cho nên Bồ-tát tâm như hư không và mọi vật đều xả.

“Nhu” không phải “là” hư không, có nghĩa tâm Bò-tát luôn cắm rễ trong tánh Không, không dính mắc,

Kinh Kim Cang chỉ nói: **“quá khứ, vị lai, hiện tại tâm không thể được.”** Trong khi ra Hoàng Bá chỉ ra pháp tu là xả bỏ cả ba thời. Vì vậy “không thể được” tức là không nắm giữ, là xả bỏ

*

[8]

ĐÓN NGỘ NGẬP ĐẠO YẾU MÔN

Nếu khi tâm được trụ chỗ không trụ (duy trì vô trụ),

Tuy đang “**vô trụ**” vẫn duy trì pháp tu chánh niệm/ tỉnh giác để không bám chấp, nếu không

chẳng phải chấp chỗ không chỗ trụ sao?

Nghe giáo lý rồi đọc kinh sách hiểu và

Chỉ cái khởi tưởng không là không

mà không hành trì

thì có chỗ chấp.

Công dã tràng mà còn nguy hiểm.

Nếu ông muốn thấu rõ và hiểu được

Tức là muốn hành trì,

tâm không có chỗ trụ thì khi

tu trong Tĩnh,

ngồi ngay thẳng chỉ biết tâm,

tức phản quan tự kỷ, Trục Chỉ Nhân Tâm.

chớ suy nghĩ tất cả vật, tất cả thiện/ác đều chớ suy nghĩ.

Tuy như thế, Lục Tổ dạy trong Pháp Bảo Đàn: “Không sợ niệm khởi chỉ sợ giác chậm.” Nghĩa là đang khởi niệm mà mình không nhận ra đang khởi niệm - để dính mắc thì buông, không dính thì không theo - đang vọng tưởng mà cho là mình đang tu. Sống Đạo không phải thính lặng, không phải là chỉ sống với “tướng không,” mà sống giữa muôn “tướng có,” tâm vẫn cắm rễ trong “tánh Không”. Trạng thái tâm nếu nhất niệm là chánh niệm / tỉnh giác. Phật là giác.

Việc quá khứ đã đi rồi, chớ suy nghĩ thì tâm quá khứ tự bật, gọi là không việc quá khứ.

Nghĩ về quá khứ, từ đó khởi vui/buồn, thương/ghét là dính mắc. Tuy nhiên nếu nghĩ về việc đã làm để rút kinh nghiệm, và chia sẻ với thân hữu là xử dụng quá khứ. Trong thiền viện giờ thính nguyện, đại chúng nhớ lại lỗi lầm đã qua và phát lồ sám hối cũng là xử dụng quá khứ.

Việc vị lai chưa đến, chớ mong chớ cầu thì tâm vị lai tự bật, gọi là không việc vị lai.

Do suy nghĩ mong cầu việc vị lai nên dính mắc.

Việc hiện tại đã hiện tại, đối tất cả việc,

Suy nghĩ có hai hướng:

1- suy nghĩ ngay *hiện tại* là chánh tư duy một chi phần trong Bát Chánh Đạo, với điều kiện

chỉ biết không chấp, không chấp là chẳng khởi tâm yêu/ghét

tức nhất niệm, đang trên pháp tu, đạt Định tương đối.

thì tâm hiện tại bất, gọi là không việc hiện tại.

2- suy nghĩ quá khứ vị lai hoặc không liên quan đến việc trước mắt là vọng tưởng điên đảo.

Thiền sư là người nắm được then chốt của đạo, thấu suốt nguồn tâm⁵. Thủ thuật các ngài là ra vào, co (che giấu) duỗi (bày lộ), tung hoành tùy vật ứng hiện⁶. Các ngài diễn bày một cách xuất sắc sự lý thấy đồng khiến mọi người chóng thấy Như Lai và nhổ hết gốc sâu sanh tử. Các ngài chỉ dẫn đệ tử chứng đạt tam-muội

là Định. Huệ và Định là hai mặt của một đồng tiền. Khi công phu tuy chúng ta nhắm vào Định, nhưng đều có Huệ, vì vậy chỉ cần đạt Định là tỉnh giác, trí sáng,

ngay hiện tiền⁷.

*

⁵ Đã ngộ.

⁶ Ứng dụng trong động.

⁷ Du-hý Tam-muội, Na-già thường tại định: Định trong động.

BIỂU ĐỒ TU CHỨNG



1- Trục Chỉ Nhân Tâm: nhân tâm là tâm người, tâm đang dính mắc, phiền não, tạo nghiệp, đó là tâm thức. Điểm đi của chúng ta là áp dụng pháp tu phản quan tự kỷ: nếu dính mắc thì buông, nếu không dính thì không theo.

Tuy là chưa đến, trên đường đi có tiến bộ, có lên lớp, chúng ta đạt được trạng thái nhất niệm, định tương đối, định trong Động. Buông luôn nhất niệm chúng ta đạt vô niệm, định tuyệt đối. Đào sâu vô niệm thì chứng nghiệm tánh Không. Nếu minh sư chánh pháp và chánh định thì sau đó là chân ngộ, tức kiến tánh.

2- Hiện Tại: Duy trì pháp tu sẽ không trời buộc, khử sạch trần cấu, không bị năm ấm sai xử. Hậu quả là chứng nghiệm được Hiện Tiền, sống Hiện Tiền.

3- Ngón tay chỉ mặt trăng. Ngón tay là văn và tư tức là tri kiến. Trong cõi Ta-bà mênh mông thiên địa không biết mặt trăng ở đâu, nhất là mình đang vô minh, khả năng tự mình không đi được, không biết đường hướng. Vì vậy phải nương nơi chư Phật, Thầy Tổ, kinh điển là ngón tay. Theo hướng ngón tay chỉ, sẽ thấy mặt trăng. Tuy nhiên, do tập khí nhiều đời là tò mò, mãi nhìn ngón tay, chấp dính không rời, nên “tri kiến lập tri”, do đó chỉ học hiểu lý thuyết, ý niệm trừu tượng, chỉ thấy ngón tay mà không thấy mặt trăng. Ngón tay là điểm đi ban đầu và khi tiến bước thì phải rời điểm đi, phải rời ngón tay mới thấy mặt trăng. Chẳng hạn lái xe đi chợ, dọc đường thấy bảng chỉ “quẹo trái đến chợ,” nếu mãi miết nhìn tấm bảng và cầm cúi đi tới tấm bảng sẽ đụng vô tấm bảng. Phải rời tấm bảng chỉ đường mới đến chợ được. Ở đây cũng vậy, theo hướng ngón tay nhưng phải rời ngón tay, tức là rời văn tự tri kiến, tiến đến “Tri kiến vô kiến tư tức Niết-bàn,” là thấy mặt trăng. Đã bỏ tri kiến thế gian coi chừng kẹt vào tri kiến đạo lý. Tục ngữ Việt Nam có câu “Bỏ danh đời mà cầu danh đạo.”

*

III. NHƯ NHƯ

[1]

Hoàng Bá Truyền Tâm Pháp Yếu

Pháp Yếu là yếu chỉ của pháp tu mà thầy truyền cho trò để trò tự ngộ. “Pháp” là Pháp bảo, Pháp tu phải thực hành. Quy y Tam bảo, Phật-Pháp-Tăng, tuy là cư sĩ thọ năm giới nếu không công phu thực hành, tu tập theo phương pháp của Phật, rất tiếc chưa quy y Pháp bảo. Có niềm tin chỉ mới quy y Phật bảo thôi. Tăng bảo ở thế gian là Tăng đoàn, Tăng thân, chúng ta gia nhập sẽ thành “chúng cư sĩ,” là một thành viên để tu tập thì đúng ý nghĩa quy y Tăng bảo.

Pháp Yếu chúng ta học là bí quyết tu tập của Hoàng Bá là thầy của Lâm Tế truyền dạy cho đệ tử. Dòng thiền Lâm Tế còn truyền tới thời nay.

Cúng dường chư Phật mười phương không bằng cúng dường một đạo nhân vô tâm. Tại sao? Vì người vô tâm là không tất cả tâm,

là người vô niệm, tất cả niệm khởi đều không, nghĩa là chứng nghiệm tánh Không. Hiện tại chưa tu, chúng ta lăng xăng tạo nghiệp, vui/buồn, tình trạng tâm chúng ta là tạp niệm, loạn niệm, hoặc là tán tâm. Khi trở về pháp tu, chúng ta quy về một niệm, là nhất niệm, tức là chánh niệm / tỉnh giác, sau đó buông luôn nhất niệm, chứng đạt vô niệm, tánh Không. Duy

trì tánh Không thật mạnh, thâm sâu và lâu bền, tinh thuần, sẽ đạt định trong giới-định-huệ. Nếu thực sự là chánh định, không phải tà định hoặc si định, hậu quả sẽ là chân ngộ, nghĩa là chúng ta trở về được thể tánh nơi mình, là

thể như như

Đây mới thực sự là đặc điểm của thiền tông chân truyền. Sống với thể tánh **như như** thì như thế nào?

trong như cây đá không động không lay,

không phải vô tình, vẫn biết, nhưng không bị lay động bởi thân đau ốm bệnh tật, hoạn nạn tù tội.

ngoài như hư không,

Nghĩa là dù ngoại cảnh như thời tiết, covid, người khác, ở trong tù, trong nhà thương, v. v... thì tâm luôn cắm rễ trong tánh Không. Làm sao được vậy? – Vì đã chứng nghiệm tánh Không, đạt định, đạt ngộ.

Phàm nhân khi sắp mạng chung

Đây là lời của chư Tổ khuyên nhắc chúng ta khi sắp mạng chung cũng phải tu. Bây giờ không tu tập tạo thành thói quen, tới phút lâm chung làm sao tu!

chỉ quán năm uẩn đều không,

Chúng nghiệm tánh Không rồi đương nhiên cắm rễ trong tánh Không, chắc chắn **năm uẩn đều không**, nghĩa là Phật tánh không bị năm uẩn che đậy.

bốn đại vô ngã,

nghĩa là không bị **bốn đại** chi phối. Mọi việc

làm, suy nghĩ đều phát xuất từ

chân tâm

và luôn cảm rõ trong

không tướng,

Vì vậy

chẳng đi chẳng đến, khi sanh tánh cũng chẳng đến, khi tử tánh cũng chẳng đi, yên lặng tròn bặt.

Tuy thân thì có chết và có sanh, có đến và có đi, nhưng tâm tánh thì luôn thường tại, nghĩa là lúc nào cũng sờ sờ trước mặt, lúc nào cũng hiện tiền.

Một người qua đời, tuy thân đã thiêu hoặc chôn thành tro bụi, vẫn còn dưới dạng năng lượng phảng phát trong vũ trụ và sẽ đi đầu thai. Không có gì mất mát, không có gì phải lo, vấn đề là khi ra đi chúng ta có tỉnh giác an vui hay sợ hãi đau khổ?

Tâm cảnh nhất như.

Là “một,” vì không phân biệt đối đãi, tâm không dính mắc vào cảnh. Có những chữ đồng nghĩa diễn tả trạng thái tâm rõ biết mà không dính mắc:

- nhất như là không phân biệt đối đãi

- tự như như là tự như thế,

- như thị là hiện rõ y nguyên như vậy

- như như: nhấn mạnh

- chân như: chân lý là như thế, vừa chân (true) vừa thật (reality)

Chỉ hay quán như thế

Trở về pháp tu chánh niệm / tỉnh giác

liền đó chóng liễu ngộ, chẳng bị ba đời

là quá khứ-hiện tại-vị lai. Ngay cả trong 49 ngày chờ đầu thai, ở cõi Ta-bà hay cõi giới nào, đều không **ràng buộc, bèn là người xuất thế.**

Tức không trói buộc vào duyên cảnh thế gian – hoặc giới xứ đang sống. Tuy phải trả nghiệp cũ, nhưng tâm vẫn tự tại. Ngài Mục-kiền-liên đã chứng A-la-hán bị bọn cướp hành hạ, thân đau nhưng tâm không khổ, vẫn tự tại an nhiên.

Thanh văn là nhân tiếng được ngộ, nên gọi là Thanh văn. Bởi không rõ tự tâm, nên trên lời dạy sanh hiểu biết, hoặc nhân thần thông, hoặc nhân tướng tốt,

Vì chưa rốt ráo nên còn trong

ngôn ngữ vận động, nghe có Bồ-đề Niết-bàn tu hành trải qua ba vô số kiếp mới thành Phật đạo, đều thuộc đạo Thanh văn, gọi đó là Thanh văn. Phật duy chỉ thẳng chóng rõ tự tâm,

Thiền tông là thẳng vào tâm, “trực chỉ nhân tâm” theo Tổ Bồ-đề Đạt-ma chỉ dạy, không mượn tiếng nên không thuộc vào Thanh văn. Tuy nghe tiếng trong giờ học nhưng công phu trên tâm là tánh nghe, không phải trên âm thanh. Khi tai nghe tiếng, phản quan tự kỷ trở về tâm, tức sử dụng 6 căn-6 trần-6 thức quay về nội tâm thì nhận ra và sống với tánh nghe, không phải âm thanh.

xưa nay là Phật,

Phật tánh vốn sẵn, nhưng bị tham-sân-si ... che đậy, khuấy lấp. Hiện giờ mình là sơ cơ – tương đương với tranh chẵn trâu số 1 – chân tâm Phật tánh bị che đậy quá nhiều, nên cần pháp tu, phải duy trì pháp tu, lỡ ra khỏi pháp tu phải trở về pháp tu – tương đương với tranh chẵn trâu số 2. Nhờ pháp tu chứng ngộ – tương đương với tranh chẵn trâu số 3, 4 – sau đó mới buông pháp tu – tương đương với tranh chẵn trâu số 7, 8 – đi đến triệt ngộ, đại ngộ – tương đương với tranh chẵn trâu số 9, và qua hoạt dụng là tổ vị số 10. Đến đây mới là

Không một pháp có thể được, không một hạnh có thể tu, đây là đạo vô thượng, đây là chơn như Phật.

Nghĩa là rất ráo.

Người học đạo chỉ sợ một niệm có

Là khởi niệm và dính mắc.

tức cùng đạo ngăn cách,

Tuy nhiên tu trong động, chúng ta khởi niệm mà không dính mắc là chánh tư duy. Như vậy

niệm niệm không tướng,

Nghĩa là đang nấu canh thì khởi niệm về nấu canh, nếu không khởi niệm làm sao tay với lấy hũ muối, lấy muông để quậy, vặn nút để tăng hoặc giảm nhiệt độ bếp lò? Nhưng khởi niệm ngay việc trước mắt là thiền-nấu canh, có tu, có giới-định-huệ. Đó là chánh niệm hoặc là nhất niệm để đi tới vô niệm.

niệm niệm vô vi tức là Phật.

Vô vi không phải “không làm,” nhưng làm mà luôn cảm rảnh trong tánh Không, tất nhiên không dính mắc. Đại chúng các thiền viện làm ruộng, lao động, tụng kinh, ngồi thiền ... nhưng vấn đề là tâm vô vi hay hữu vi.

Kết luận, ngài nhấn mạnh:

Người học đạo tam thừa đều giống như thế, chung gọi là ăn không tiêu. Nên nói “hiểu biết không tiêu đều là thuốc độc.”

Hiểu biết kiến thức là thức ăn tâm linh, nếu không tiêu hóa thì tâm cũng bị trúng độc, như thức ăn đối với thân. Tu mà không hành như là “ăn nuốt” Phật pháp mà không tiêu hóa, “tri kiến lập tri, tức vô minh bản,” không chỉ uổng phí thời gian, mà còn nhiễm độc tâm linh mang qua đời sau.

Từ trước có tất cả chỗ hiểu biết cần phải dẹp sạch, khiến không, lại không phân biệt

Đến đây “tri kiến vô kiến, tư tức Niết-bàn”, không còn chủng tử trong A-lại-da thức, bây giờ là Bạch tịnh thức

tức là Không Như Lai Tạng.

là kho chứa hạt giống Như Lai.

[2]

Ngưỡng Sơn Huệ Tịch (804- 899)

Là đệ tử của ngài Quy Sơn Linh Hựu.

Sư, là Ngưỡng Sơn, hỏi: “Thế nào là chỗ ở

của chân Phật?”

Đây không phải hiểu biết tò mò, ý Ngưỡng Sơn là xin thầy chỉ dạy dụng công để nhận ra chân Phật nơi mình, không phải chỗ Phật ở. “Chỗ ở” đây là tâm linh, không phải nơi chốn có địa chỉ như Bồ-đề đạo tràng ở Ấn Độ hoặc Tây Tạng, tức là Ngưỡng Sơn cầu xin thầy khai thị hoặc khai ngộ. Qua sự gần gũi chung sống, ngài Quy Sơn nhận thấy đệ tử mình đang vương bận, kẹt dính thế nào mà chưa chứng ngộ, chưa trở về được chân Phật nơi mình. Do đó

Quy Sơn đáp: “Dùng cái diệu tư

là suy nghĩ vi diệu, từ Phật tánh Chân tâm, nghĩa là ngay việc đang làm, ngay hiện tiền là chánh tư duy, một chi phần trong Bát chánh đạo, tức là đang trên pháp tu, chánh niệm, nhất niệm.

mà không tư.

tức cắm rễ trong tánh Không, là không dính mắc.

Xoay cái tư tinh anh sáng suốt vô cùng, tư hết trở về nguồn⁸,

Đào sâu suy nghĩ tư duy mà không dính mắc, luôn cắm rễ trong tánh Không, hậu quả là

tánh tướng thường trụ⁹,

dầu cho đó là lãnh vực của thể tánh, hoặc lãnh

⁸ Trở về nguồn: Không rời tánh KHÔNG.

⁹ Tánh: THỂ; tướng: DỤNG; cả hai không rời, luôn trước mặt.

vực của sắc tướng.

sự¹⁰

là những sự kiện thực tại,

lý

là lãnh vực lý luận, đều

không hai,

tức không phân biệt đối đãi, chỉ một nguồn là

chân Phật như như¹¹.”

vốn sẵn có không phải tìm mà được, chỉ cần tháo gỡ chụp che là nắm ấm (sắc-thọ-tướng-hành-thức.)

Một dịp khác Quy Sơn đáp một vị tăng:

“Như nay có người sơ tâm,

có nghĩa mới tu, công phu lúc nào đó chín muồi

tuy được một niệm đốn ngộ¹² chân lý

là nhận ra Phật tánh

nơi mình,

nhưng chưa xong việc, vì

vẫn còn tập khí nhiều kiếp từ vô thủy chưa thể chóng sạch. Nên dạy hẩn trừ sạch dòng thức

¹⁰ Sự: DỤNG; lý: THỂ

¹¹ Phật luôn trước mặt.

¹² Sơ ngộ: Kiến tánh, tranh số 4, từ tranh số 1 đến số 3 Trâu, đối tượng tu tập, là thể tánh (Mười Bức Tranh Chăn Trâu.)

tao nghiệp hiện tại tức là tu vậy¹³.”

Như vậy tu có chất lượng, có hiệu quả, là căn cứ trên tập khí tập nghiệp có trừ sạch hay không.

[3]

Mã Tổ Đạo Nhất (709-788)

Lịch sử ghi lại ngài có nhiều đệ tử chứng đạo, 84 vị. Từ dòng thiền của Mã Tổ tới ngài Bá Trượng, sau đó đến Hoàng Bá rồi Lâm Tế. Chúng ta học ngữ lục của ngài liên quan tới chữ Như.

Tất cả pháp đều là Phật pháp,

Như vậy các pháp thế gian, là sự kiện, sự vật, ngay cả con người, đều là Phật pháp, là pháp tu để thành Phật, là Pháp bảo. Tất cả những gì xảy ra trên thế gian, đương nhiên tính chất là sinh diệt, nhưng trong sinh diệt vẫn có Thể tánh bất sanh bất diệt. Tánh giác tức Phật tánh là thể tánh nơi loài hữu tình. Đối với loài vô tình như cây cỏ gọi là Pháp tánh cũng có tánh biết là sự sống.

các pháp tức là giải thoát.

Chúng ta sống giữa muôn pháp và có tu thì giải thoát. Dầu chưa thành Phật nhưng ít phút ngay tại đó có lợi lạc và ý nghĩa.

¹³Từ tranh số 5 đến số 6 là Chăn Trâu (điều phục tập khí) và đào sâu sở ngộ để qua số 9, Nhập Phật Giới là Đại ngộ hay triệt ngộ.

Giải thoát tức là chân như,

Giải thoát không phải điều gì mơ màng, ý niệm, tưởng tượng v.v... mà là thực tại hiện tiền, “**là chân như.**” Duyên cảnh như ý hoặc bất như ý đều không thay đổi được. Trời đang mưa, không cầm được, không xua đuổi hết mưa được, nhưng có thể khéo sống (mặc áo mưa, che dù, hoặc là núp dưới cội cây, vào trong nhà ...), vẫn tu được. Vì vậy sự giải thoát là lẽ thật bất biến, chẳng qua chúng ta không nhận ra vì đang kẹt dính vào tham-sân-si.

các pháp không ngoài chân như,

vì lúc nào cũng sò sò, nhưng chúng ta phải trở về pháp tu mới nhận ra.

đi-đứng-ngồi-nằm

tức là trong thi vi vận động, lúc đánh răng, lúc ăn cơm, ngồi lên ngồi xuống, lúc mở contact xe và lái xe ... nếu có tu, tức có chánh niệm/tỉnh giác, thì

thấy là dụng bất tư nghĩ,

Nghĩa là mọi sinh hoạt đều là hoạt dụng không thể nghĩ bàn.

không đợi thời tiết.

không đợi đủ duyên tới chùa, lớp học, mới tu. Ở nhà, ở chợ, bệnh hoạn hoặc khỏe mạnh, điều kiện như ý hoặc bất như ý... vẫn tu với Tánh nghe, Tánh thấy Ví dụ ngồi chơi, nhâm nhi ly cà phê là tu với Tánh thấy, Tánh nếm.

Tâm chân như

là tâm thể giải thoát hết nghiệp thức
dụ như gương sáng soi vật tượng.

Nghĩa là vật tượng, cảnh vật bên ngoài ra sao thì hiện nguyên hình như vậy trên mặt gương tâm, không biến đổi, không thêm bớt, rất là trung thực. Vấn đề là chúng ta có phản quan tự kỷ, nhận ra mình đang dính mắc vào vật tượng hay không? Có buông bỏ để giải thoát tập khí hay không?

Gương dụ tâm, vật tượng dụ pháp.

[4]

Huệ Hải Đại Châu

Luật sư Nguyên đến hỏi: “Hòa thượng tu có dụng công chăng?”

Thiền nhân mạnh chỗ dụng công. Giống như nhà võ phải có sự khổ luyện điều hòa thường xuyên, không phải rảnh mới tu, cho nên công phu phải miên mật.

Sư [Huệ Hải Đại Châu] đáp: “Dụng công.”

Luật sư Nguyên hỏi tiếp:

“Dụng công thế nào?”

Đáp: “Khi đói thì ăn, khi mệt thì ngủ.”

Đói thì ăn là tu với tánh nếm trong lúc ăn. Mệt thì ngủ hoặc là nghỉ là tu trong tư thế nằm, vẫn có thiền.

Hỏi: “Tất cả người đều như vậy, đồng chỗ dụng công của thầy chăng?”

Huệ Hải trả lời: “Chẳng đồng.”

Hỏi: “Tại sao chẳng đồng?”

Huệ Hải trả lời: “Họ khi ăn thì chẳng chịu ăn,

Nghĩa là không nhất niệm tinh giác, mà dính mắc vào món ăn, phân biệt đối đãi như ý hay bất như ý,

đòi trăm thứ cần dùng.

Thật ra chúng ta có thể xin thêm miếng nước tương hay miếng ớt, nhưng ở đây là đòi hỏi, chấp dính, tức là không có thì tâm khổ sở, còn có được thì tâm vui thích. Mỗi người nhìn tâm thì sẽ biết là mình đòi hỏi hay xin thêm, có dính mắc hay không.

Tương tự như vậy

Khi ngủ chẳng chịu ngủ, tính toán ngàn chuyện,

Tức là nằm thao thức, tính tương lai hoặc nhớ quá khứ rồi buồn, rồi thương tiếc v.v... Ví dụ cô Thuần Bạch, lên giường nằm rồi mới nhận ra gần tới ngày dạy học mà chưa soạn bài, không phải cố ý tính toán mà trong lúc tâm yên, thanh thoi chợt nhớ ra, đó là tinh giác. Lúc đó không vui, không buồn, không tiếc. Cũng tới rồi nên lấy tờ giấy viết chữ “soạn bài” đặt trên bàn, để ngày mai nhớ làm. Như vậy vẫn chánh niệm, vẫn tinh giác, không dính mắc, vẫn thanh thoi và yên tâm đi ngủ.

do đó chẳng đồng.”

Là vì dính mắc nên không ở trên pháp tu, nên chẳng đồng với chư Tổ, chư thiền sư.

[5]

Nam Tuyền Ngữ Lục

Cho nên chân lý nhất như

Nhất như cũng là **như thị**, nhân mạnh không kẹt hai bên đẹp / xấu, phải / quấy v.v... Khi trở về pháp tu, không phân biệt, chỉ là sai khác, tròn hoặc vuông, dài thì khác với ngắn... Tất cả vật chỉ thế thôi,

vừa có tư tưởng

nghĩa là vừa khởi niệm,

liền bị ám, tức là ngũ ấm trói, sau đó mới có tên chúng sanh, mới có tên Phật.

Hai câu có thể gói đầu giường cho chúng ta đó là:



Trúc biếc xanh xanh trọn là chân như,



Hoa vàng rộp rộp đều là Bát-nhã.

Trúc biếc thì khác hoa vàng, có sai khác sai biệt, nếu không phân biệt đối đãi bên trọng bên khinh, không ưa không ghét, thì đang ở trên pháp tu. Bồ-tát Phổ Hiền tượng trưng Trí sai biệt, trong khi thức thì phân biệt, tạo nghiệp, ra ngoài pháp tu. Trúc biếc hoa vàng, là tính như thị của các pháp và đều là Bát-nhã. Nếu chúng ta sống để y nguyên sự vật như vậy, mặc nhiên như thị, chân như, nhất như, tự như như, thì ngay đó có trí tuệ Bát-nhã.

[6]

Long Đàm Sùng Tín

**Thích sử Lý Tường tới hỏi ngài Long Đàm:
“Thế nào là Chân như Bát-nhã?”**

Chân như là sự kiện thực tế, hiện tiền, trước mắt. Nếu vo tròn bóp méo, dán nhãn dán tên, rồi vui buồn

thì không còn chân như. Sống với chân như thì có trí tuệ Bát-nhã. Khi Lý Tường hỏi có thể đang nôn nóng hoặc suy nghĩ câu trả lời, Long Đàm biết tâm không tập trung mà dính mắc nên

đáp: “Tôi không có chân như Bát-nhã.”

để cho Lý Tường tỉnh và tự biết câu trả lời. Lý Tường tuy có tỉnh, có câu trả lời ngay hiện tiền:

“Dạ, hân hạnh được gặp Hòa thượng.”

Tuy buông dính mắc rồi, nhưng sức tu trở về hiện tiền chưa đắc lực, chỉ là trả bài, nên

“Đây vẫn là lời nói bên ngoài.”

[7]

Nam Dương Quốc Sư Huệ Trung

Có vị Tăng đến tham lễ, Sư hỏi: “Ông chứa đựng sự nghiệp gì?”

Tăng thưa: “Giảng kinh Kim Cang.”

- Hai chữ rót đầu

là chủ yếu

kinh là gì?

- Như thị.

- Là gì?

Tăng không đáp được.

Nghĩa là chưa ngộ và sống được với tính như thị.

[8]

Bá Trọng Hoài Hải

(724 - 814)

**Sư thượng đường dạy chúng: “Linh quang
chói sáng**

là Phật tánh, lúc nào cũng chiếu sáng nơi mỗi người, giống như mưa, không phải của riêng mà mưa tại Diệu Nhân. Điều kiện là phải

vượt khỏi căn trần,

và cả nghiệp thức, nghĩa là sáu căn không dính mắc sáu trần. Lúc đó

thể bày chân thường

tức là bản thể chân tánh thường hằng sẽ hiển bày.

không cuộc vãn tự,

Và đặc tính là không lệ thuộc, trói buộc vào vãn tự, tức “*tri kiến vô kiến*,” tiến tới giới-định-huệ,

Được như vậy thì

**tâm tánh không nhiễm vốn tự viên thành, chỉ
lìa vọng duyên**

Lìa cũng là buông, không dính mắc, sống tùy duyên “ở bầu thì tròn, ở ống thì dài.” Được vậy điếm đến

tức như như Phật.”

Như như cũng là chân như, như thị.

*

TRUYỆN

Bà Lão Ăn Xin

Hôm nay ngày đầu năm, trước tiên xin kể câu chuyện có thật. Lúc đó cô Bạch làm tri khách ở thiền viện Viên Chiếu, có một bà lão không già lắm, mang dép mặc áo bà ba, đến chùa. Tôi chào đáp lễ và mời uống nước, chỉ bà lên chánh điện lạy Phật, rồi ở lại dùng cơm. Tôi hơi ngạc nhiên, phong cách bà bình dị, hiền lành, mộc mạc, chất phác nhưng nói năng mạnh bạo:

- Hôm nay tôi không phải đi chùa, tôi đi cúng dường.

Tôi không thấy bà “làm tàng,” chỉ thấy hơi đặc biệt.

- Thưa bác, bác cúng dường?

- Dạ, mô Phật.

- Bây giờ bác lên chánh điện lễ Phật, rồi để tiền vào cái chuông được không?

- Không, tôi không rảnh, bây giờ tôi đưa cho cô, rồi cô đưa lên cúng Phật giùm. Sáng nay xin được bao nhiêu tôi cúng hết, chút nữa tôi phải ra Thường Chiếu xin ăn tiếp.

- Bà ra Thường Chiếu hả? Làm sao bà đi?

- Thì tôi ra đầu đường lộ đón xe đò quá giang, ở Viên Chiếu ít Phật tử quá à, xin không có tiền.

Bây giờ kể lại tôi cũng còn cảm động. Tôi nói:

- Dạ, bà uống chén nước nữa nhen? Nếu bà dùng cơm, không đợi trưa, bây giờ cũng được, tôi vô bếp xin thức ăn buổi sáng còn lại.

- Không có thì giờ, tôi đi lẹ còn xin ăn nữa.

Rồi bà đi. Đòi tôi cho đến bây giờ, một lần duy nhất, được tiếp đón tiếp bà lão ăn xin cúng dường. Sau đó tôi đưa tiền cho thầy thủ bồn là sư Hạnh Huệ.

Đến ngày vào Viên Chiếu giảng dạy, Sư Ông ngồi nghỉ ở nhà khách, quý Ni sư ra đón, đánh lễ. Sư thủ bồn để số tiền của bà lão ăn xin trong bao thơ, tôi không nhớ bao nhiêu, đặt trên cái đĩa. Sư Ông ngồi võng, uống nước, Sư thủ bồn trình đĩa lên Sư Ông thưa: “Thưa thầy, một bà lão ăn xin cúng dường, chúng con không dám nhận, chúng con xin dâng lại Thầy.” Sư Ông tươi cười để tay lên trên đĩa cúng dường nói nhỏ nhẹ: “Thầy nhận rồi đó.”

Khi có dịp may được gần Sư Ông tôi hay quan sát nét mặt để học hỏi thân giáo của Thầy, tôi nhận ra Sư Ông hoan hỷ, cả một từ trường từ lực lan tỏa khiến tâm tôi cũng tràn đầy hỷ lạc. Xin chia sẻ với lớp học mẫu chuyện trên để chúng ta thấy đức độ sống đạo của Sư Ông và các vị đệ tử lớn, qua tấm lòng biết ơn Phật của một bà lão ăn xin.

*

VỀ CHÂN TÁNH

Ekikhu, vị Tổ thứ bảy chùa Thọ Phước, là một

họa sĩ nổi danh. Ngày nọ Nobumitsu đến thăm ngài và hỏi ngài có thể vẽ được làn hương trong câu thơ.

Đạo qua ngàn hoa.

Vó ngựa cũng thơm.

Nobumitsu là một hiệp sĩ có tâm học đạo, đến chùa vừa học hỏi vừa tìm hiểu vị thầy. Không phải là thử thách, nhưng biết thầy là một họa sĩ nên đến tham hỏi. Mùi thơm không phải sắc, đối tượng của mắt, làm sao vẽ được? Thiền sư vẽ vó ngựa với chú bướm lượn quanh, vì quyến rũ bởi mùi hương, như vậy thiền sư có sáng suốt không? Nobumitsu chấp nhận và dẫn câu thơ:

Gió xuân thổi qua bờ sông

Và xin thiền sư vẽ làn gió. Làn gió động, không phải đối tượng của mắt, tai, nhưng có sự xúc chạm gió thổi da mát, và thiền sư vẽ cảnh liễu rung rinh. Nobumitsu hoan hỷ.

Từ thế gian trần cảnh sanh diệt, bây giờ Nobumitsu hỏi về đạo, trích dẫn câu kệ:

Trực chỉ nhân tâm, *Chỉ thẳng tâm người,*

Kiến tánh thành Phật. *Thấy tánh thành Phật.*

Và yêu cầu thiền sư vẽ tâm. Tâm không phải là sắc tướng làm sao vẽ? Thiền sư từ nãy giờ chịu khó trả lời, vì nhận ra mạch ngầm tâm cầu đạo của hiệp sĩ. Ông bà hay nói “lấy gậy ông đập lưng ông,” vì vậy thiền sư cầm bút vẩy mực vào mặt Nobumitsu. Hiệp sĩ ngạc nhiên và lộ vẻ bất bình, thiền sư lập tức

vẽ ngay bộ mặt đang tức giận. Tâm này đúng là tâm người, là niệm giận.

Sau đó Nobumitsu yêu cầu vẽ chân tánh trong câu “thấy tánh.” Chỗ này thiền sư không vẽ được rồi, nên bẻ gãy bút lông và nói: “Ngay đó là hình vẽ,” nghĩa là đến rớt ráo cứu cánh không còn phương tiện diễn tả, “vẽ cũng vẽ chẳng được, tả cũng tả chẳng thành.” Ngay đó nghĩa là hiện tiền, nhận ra hay không nhận ra, thế thôi. Nobumitsu không hiểu và thiền sư giải thích: “Nếu ông không có con mắt để thấy thì không thấy được.” Là con mắt nào? Không phải con mắt thịt! Phải công phu, phải có Giới-Định-Huệ, chứng nghiệm tánh Không, đạt định, rồi chứng ngộ. Nobumitsu không nhận ra, nên nói: “Xin lấy cây bút khác vẽ chân tánh.” Hiệp sĩ ngâm thơ đến nỗi nghĩ rằng vẽ được là nhờ cây bút, không phải do người cầm bút. Vị thầy trả lời: “Đưa chân tánh cho ta xem, rồi ta sẽ vẽ.” Nobumitsu không nói được.

*

CON BẢO

Tàu đang ở giữa biển thành linh gặp bão, khách hành hương run sợ xúm quanh vị thiền sư, trong lúc chiếc tàu trời lên hụp xuống, thành khoang rung lắc dữ dội. Một người than: “Ta sẽ chết hết thôi.” Người khác rên: “Ước gì ta xử sự tốt hơn với vợ con.” Một cô gái nói: “Tôi đã dự định đi hành hương về, chuyến này sẽ lập gia đình, thầy ơi, lỗi tại thầy, thầy đưa chúng tôi

đi lên tàu này, giờ đây chúng tôi sẽ phải chết với biết bao hối tiếc, biết bao dự định tương lai sụp đổ.” Thiên sư nhẫn nại bảo: “Các vị hãy nhìn đây.” Ngài lấy hai miếng gỗ hình tam giác đặt cạnh nhau chỉ chạm hai đỉnh chóp rồi nói tiếp: “Tam giác nằm trên là quá khứ, không có gì có thể níu kéo trở lại, hoặc thay đổi được, tam giác nằm dưới là tương lai, phỏng đoán trước cũng vô ích thôi.” [Vì không thực tế, không thực tại, không giải quyết được, phải không?] “Chỉ có chỗ chạm nhau là hiện tại thay đổi theo từng nhịp đập của trái tim quý vị, và hiện tại đó rất tiếc cũng thay đổi.”

Nhóm khách hành hương hỏi “Thế thì sao?” “Thế thì đau khổ với những gì đã qua hoặc buồn bã với những chuyện sẽ đến đều vô ích. [Đây là lời nhắc của vị thầy.] Hãy sống với giây phút hiện tại thế gian đang cho ta. [Hiện tại mà không dính mắc mới là hiện tiền. Đó là gì? Làm sao được?] Ta hãy lấy thực phẩm ra ăn.”

*

THƯỜNG BÁT KHINH BỒ-TÁT

Thường Bát Khinh Bồ-tát có tên như vậy vì đi đâu cũng tự nhủ: “Mọi người đều là Bồ-tát, đều là Phật, tôi không bao giờ dám coi thường các ngài.” Chính Đức Phật thọ ký “Chúng sanh là Phật sẽ thành.” Thường Bát Khinh Bồ-tát nhìn mọi người bình đẳng trên Phật tánh. Dầu có ai đang làm khổ mình, mình biết nhưng mình kham nhẫn, bỏ qua, chỉ thấy người

đó có Phật tánh, nghĩa là tương quan trên Phật tánh. Đó là hạnh của Thường Bất Khinh Bồ-tát.

Tăng chúng trong một ngôi chùa lục đục với nhau, không ôn. Theo Phật pháp căn bản thì không tốt, tạo nghiệp. Thiên tông nhìn trên phương diện tích cực hơn, xem là thử thách cho mình vươn lên, thật ra quả báo vẫn đến, không phủ nhận được. Vị trụ trì thấy mình không đủ đức độ và trí tuệ vẫn hồi trật tự trong chùa, nên đi gặp một vị hòa thượng xin chỉ dạy. Hòa thượng bảo: “Tôi thấy trong chùa có Bồ-tát, thầy về thông báo trong chúng, đây lời dạy của tôi, trong chùa có Bồ-tát.” Vị trụ trì ngạc nhiên, về thông báo trong chúng, cả chúng ngạc nhiên. Tuy bất hòa gây lộn như vậy, Phật tánh bị che nhưng còn nguyên. Rồi mỗi người tự nhìn lại mình, thấy mình có lỗi, chắc mình không phải Bồ-tát. Tha lục vị hòa thượng như thế nào mà cả chúng trong chùa rất nể nang, tin tưởng vâng lời, và tự nhìn lại mình. Tin rằng trong chúng có Bồ-tát, nhưng không biết ai. Tự nhiên mọi người đều dè dặt, nét na, êm thấm, vì chung quanh không biết ai là Bồ-tát.

Đây là một viên thuốc để tu, quán Giả, quán Không rồi trở về hiện tiền, nếu không được thì dùng viên thuốc kê trên, hoặc viên thuốc nào khác, và cứ tu như thế, dù thế nào Phật tánh vẫn còn nguyên.

*

ÔNG ĂN XIN

Lúc đó cô Bạch làm tri khách, có ông ăn xin vào

chùa xin tiền, mùi rượu nồng nặc. Cô Bạch chào đón:

- Mời chú ngồi uống nước, chú muốn dùng cơm thì đợi một lát.

- Không! Tôi không uống nước ăn cơm gì hết, tui xin tiền.

Nghe mùi rượu, tôi bắt đầu cẩn thận. Chú nói tiếp:

- Tui cần tiền, tui xin tiền.

Tôi đáp:

- Nói thiệt với chú, thiền viện không giữ tiền riêng, tất cả tiền đều nộp cho Thủ bản hết.

- Tôi cần tiền, tui vô chùa xin tiền.

- Thôi chú ngồi đây uống nước nhen, đợi tôi.

Tôi vào trong chùa, gặp thầy Thủ bản là Sư Hạnh Huệ. Tôi thưa:

- Có ông ăn xin, xin tiền.

Sư hỏi:

- Ông xin bao nhiêu?

- Dạ, em không biết, mà mùi rượu nồng nặc, cũng ngại quá, cho tiền sợ ông đi uống rượu nữa.

- Người ta uống rượu ai mà dám cho tiền.

Tôi trở ra nhà khách, nói:

- Thôi, chú ơi, Thủ bản không cho, còn tôi thì trong túi không có tiền.

- Không có tiền hả, thì tôi ở đây, không đi đâu hết.

- Rồi chú ở đây đến chừng nào?

- Có tiền thì mới đi.

Lúc đó hình như cũng chạng vạng rồi.

- Ở lại đây rồi tôi làm sao?

- Thì tôi ngủ lại đây, tôi chờ.

- Chú ơi, chùa này là chùa Ni, chú là nam tử đâu có ở được!

- Tôi không cần biết, tôi ở đây.

Tôi cũng hơi lo, chưa biết giải quyết thế nào. Nếu khách bình thường, trời mát có thể ngủ ngoài chòi rầy đối diện Nhà Khách cũng được. Nhưng ông này say rượu, tôi có bệnh hoạn thì sao? Chợt có sáng kiến, tôi nói:

- Chú ơi, bây giờ chú ở lại thì chùa sẽ sắp xếp, luật ở đây tạm trú tạm vắng, khách ở lại đêm phải báo công an.

Chú nhìn tôi, chăm chăm.

- Chú đừng lo, không phải đi đến bót đâu, nhà ông công an ở sát bên chùa, có hai ba bước, bây giờ tôi dẫn chú đi đăng ký.

Tôi hướng vào trong nhà sau gọi lớn:

- Có em nào coi chừng nhà nhe, cô Bạch dẫn ông khách này qua trình báo công an, tối nay ông ở lại.

Ông háy tôi một cái, đi mất.

Nhớ lại, tôi rất biết ơn cả hai người ăn xin. Khi kể lại câu chuyện trong lớp học, một Phật tử nói bà

ăn xin là Bò-tát, ít nhất ngay thời điểm tâm cúng dường và chính Sư Ông cảm nhận từ trường từ lực của bà mà hoan hỷ đón nhận. Vì vậy khi đứng trước một người chưa phải Bò-tát thiệt, mà tâm Bò-tát của họ nhúc nhích, có một từ lực từ trường đánh động và tâm Bò-tát của mình cũng nhúc nhích. Vì vậy đối với ông ăn xin say rượu này Phật tánh ông cũng còn nguyên, có thể lúc nào đó, sau này Phật tánh của ông cũng nhúc nhích? Từ lúc tiếp xúc hỏi chuyện đến khi ông rời chùa, tôi chớ hề khởi lên bực bội, giận hờn mà chỉ nghĩ “khó quá làm sao giải quyết?” Đến chừng ông đi rồi mới thở phào nhẹ nhõm. Nếu khéo sống và ở trên pháp tu thì cõi Ta-bà này vẫn giúp cho mình tu tốt đẹp.

*

Phụ Bản
THEO SƯ VÀO CHỢ
TÌM PHẬT GIỮA ĐỜI

Trần Kiên Đoàn

Thiền viện Diệu Nhân nằm trên đồi Duncan Hill thành phố Rescue.

Tác giả Uyên Nguyên có đôi nét giới thiệu về Diệu Nhân:

“Thiền viện Diệu Nhân có mặt ở miền Bắc tiểu bang California – Hoa Kỳ từ tháng bảy năm 2002. Đây là một ngôi thiền viện nhỏ nằm trên một vùng đất cao với nhiều đồi thông và cây rừng, cách thủ phủ Sacramento khoảng 45 phút lái xe.

Mảnh đất rộng gần 11 mẫu Tây là món quà dâng cúng của sáu chị em “Lục Hòa”.

Mười lăm năm, có những dịp đến viếng chùa và lễ Phật với Diệu Nhân, chúng tôi vẫn quen sinh hoạt theo nếp truyền thống chùa viện. Nhưng lần này được Ni sư Thuần Bạch thông báo ngày thứ Bảy tới sẽ có một **“shopping meditation”** – hành thiền giữa chợ – tại khu thương mại Galleria, Roseville. Đây là một trung tâm mua bán đồ sộ, kể cả bên cạnh có resort đánh bạc khét tiếng Bắc Cali là Thunder Valley nữa!

Ở tại một địa bàn phồn tạp như thế này, hành giả thiền sinh sẽ có dịp nếm trải qua hiện trường thực

hành cái tĩnh trong động. Đề tài cho buổi họp mặt thực hành lần này là TU TẬP THIỀN LẮNG NGHE.



Ni sư Thuận Bạch (thứ nhì từ phải)

Vì tới trễ nên các đạo hữu thiền sinh đã phân tán theo sự hướng dẫn của thiền sư hành thiền Tánh Nghe khắp trong khu thương mại. Nơi đây là cả một rừng tiếng động và âm thanh. Tiếng động nơi đây có khi là sự lặng im khởi lên từ lửa cháy, tiếng gầm dã thú, mèo chuột đuổi nhau nhưng chỉ qua dáng điệu và hình ảnh của các mặt hàng điện tử mà không thật sự phát ra một mảy may tiếng động. Âm thanh nơi đây có khi là sự vắng bóng của nguồn gốc phát động, nhưng sóng thanh âm lại phát tán tung bồng thông qua hệ thống loa khắp nơi trong cả thương trường rộng lớn.

Chúng tôi cùng tới điểm hội vừa lúc các thiền sinh khác cùng trở về từ cuộc “hành trình bỏ túi” đi tìm tánh nghe trong một vài mươi phút. Các tham dự

viên tuổi từ 15 đến 90, cả Việt lẫn Mỹ. Mỗi người đều tuân tự theo chiều kim đồng hồ mà phát biểu (tiếng Việt hay tiếng Anh tùy thích) về những giây phút trải nghiệm của chính mình “tìm tịnh trong động” dưới sự chủ trì pháp đàm của Ni sư Thuần Bạch. Thực tế rất thú vị là không ai giống ai trong tiến trình cảm nhận âm thanh chung quanh khu Shopping Mall này. Mỗi người “như như” tùy vào tuổi tác, kinh nghiệm, cảm nhận của riêng mình mà thẩm nhập âm thanh từ bên ngoài dội đến tai mình. Nhưng phần khó nhất là để cho âm thanh đi qua mà thản nhiên không có một phản ứng nào dấy lên. Ai cũng hình dung qua tưởng tượng là có một âm thanh tự tại, nhất thể, tuyệt cùng vắng lặng. Nhưng chỉ rơi vào một chút tưởng tượng không thôi thì cái âm thanh “uyên nguyên” đó đã chao động rơi vào cảm xúc. Sáng nay, có nhiều âm thanh đi qua, đi qua... Tôi dừng lại nghe một tí và để cho nó lọt qua. Nhưng bỗng đâu đó, có tiếng hát của *John Elton* với bài *Ngon Đèn Trước Gió (Candle in the Wind)* trong đám tang của công chúa Diana làm tôi lạnh người. Tôi cố đuổi cái âm thanh lắng đọng mà ma quái đó, nhưng nó cứ bám riết lấy mình. Rồi không được thói quen tự nhiên, tôi miên man nghĩ đến Thúy Kiều, đến những nàng cung nữ trong Cung Oán Ngâm Khúc, đến Diana hồng nhan bạc phận... Đúng là cái nghiệp văn chương đã huân tập nguồn cảm xúc cột lấy mình. Trên đường trở về hòa nhập với sự vắng lặng của Tánh Nghe, Tánh Biết, Tánh Thấy mỗi

người đều phải vượt qua cái tròng nghiệp lực của mình. Tu là cuộc chiến đấu một mất một còn để giải nghiệp: Nghiệp nặng, nghiệp nhẹ; nghiệp dữ, nghiệp lành; nghiệp chướng, nghiệp thuận; nghiệp báo, nghiệp duyên... là những món nợ tiền thân không ai tránh khỏi trong vòng quay vay trả, trả vay trải qua từng chớp mắt và quay tít không bao giờ ngừng nghỉ. Đến chùa là tìm về những nguồn năng lượng lành của những tâm hồn hướng thiện và hòa đồng chia sẻ để giúp làm loãng dần những dính mắc và lôi dần những cột buộc trong chính mỗi người từ cuộc sống nhiều bồn phận ở nhà và đầy bon chen ngoài xã hội.

Từ đó, qua những phần quan sát, chia sẻ và chiêm nghiệm về *Tánh Nghe, Tánh Biết*... tạo ra những cơ hội tập sống tỉnh táo với những gì hiện tiền đang trôi qua mà không bấn khoăn tính sổ sau lưng và đuổi theo kiếm tìm trước mắt.

Con đường *nhất tâm* nằm sâu trong tôi mà muốn tìm đến nó phải qua muôn vàn sóng gió. Thế tánh – tánh thật – như mặt trăng dưới đáy giếng. Thấy dễ và có khi ở trong tầm tay nhưng cách xa nghìn trùng không với tới. Vua Trần Thái Tông đã nói trong *Kệ Tứ Sơn*:

*Suốt đời làm khách phong trần
Mỗi ngày một bước xa dần quê hương
(Vĩnh vi lăng đặng phong trần khách
Nhật viễn gia hương vạn lý trình)*

Hôm nay, theo Thầy vào chợ để tìm Phật giữa đời thường ở ngay trong chính mỗi người là tâm nguyện của những thiền sinh đang thực hành “*Shopping Meditation*.” Chúng tôi đang theo bước chân thiền với ước nguyện mỗi ngày mỗi được về gần với quê hương Phật – mặc dầu quê hương đích thực đó đang nằm ở góc khuất trong tôi – gần trong nháy mắt lưu ly mà cũng xa cả thiên hà đại hải.



Thảo luận “Shopping Meditation” tại Roseville Galleria

Đức Phật Thích Ca đã rất khiêm cung mà vô cùng vĩ đại khi Ngài tìm đến Tánh Không: Thấy rõ Tướng Giả để chuyển hóa thành Tướng Dụng và điếm đích cuối cùng nhằm đạt tới Tướng Thật. Mắt tai mũi lưỡi thân ý là tướng giả. Thấy nghe ngửi nếm cảm nghĩ là tướng dụng. Và rỗng lặng là tướng thật. Dầu có xuất hiện dưới nhiều tên gọi khác nhau như *bản lai diện mục, thể tánh tuyệt đối, bản thể tự tánh, Như lai*

tang... hay là gì gì đi nữa thì cũng chỉ là cái bóng của một ảo ảnh. Thấy bóng biết bóng để đừng bắt bóng là đang trở về với tánh thật.

*Cái bóng trắng dưới đáy giếng oi!
Múc cạn tìm trăng, trăng biến mất,
Vùng vẫy ruồi tìm chỉ thấy ánh trăng tan.
Ôm miệng giếng thì bóng người che khuất,
Thinh lặng ngòi yên sẽ thấy bóng trăng vàng.*

Natomas, mùa Xuân 2017

*

**CHỮ NHO
LIÊN QUAN
ĐẾN
PHÁP TU**

Đầu tiên qua đây tôi có thỉnh ý Hòa thượng giảng dạy cho Phật tử và được chỉ dạy: “Nên trang bị lại cho Phật tử Luật Nhân Quả.” Thiên thượng gọi là Tối thượng thừa, nếu chúng ta quên Phật pháp căn bản, sẽ nguy hiểm, bởi vì thuộc Kinh, ngòai thiên đều, có thể vẫn tạo nghiệp. Tôi hỏi tiếp: “Thưa Thầy chỉ dạy con phải dạy kinh gì?” Thầy bảo: “Dạy Pháp Cú.”

Tôi nghiệm một điều là khi vâng lời Thầy Tổ, chúng ta sẽ được sự gia bị, gọi là tha lực. Vì vậy hôm nay xin giới thiệu kinh Pháp Cú:

Câu 277

Tất cả hành vô thường,
VớI tuệ quán thấy vậy,
Đau khổ được nhàm chán,
Đây con đường thanh tịnh.

Câu 278

Tất cả hành khổ đau,
VớI tuệ quán thấy vậy,
Đau khổ được nhàm chán,
Đây con đường thanh tịnh.

Như vậy, hiện trạng thực tế là vô thường, vì vô thường nên khổ đau, vấn đề làm sao để thoát ra vô thường khổ đau. Phật dạy “vớI tuệ quán thấy vậy,” trí tuệ chưa có, làm sao quán chiếu?

Trong chương này, xin giới thiệu chữ Nho là chữ tượng hình, từ đó chúng ta học Ngũ Lục chư Tổ, trở về pháp tu chánh niệm / tỉnh giác để có thể quán chiếu vớI trí tuệ theo lời Phật dạy.

*

CHỮ BÌNH



Tác 33

TRẦN THÁO ĐỦ MỘT CON MẮT

Công án:

Thượng thư Trần Tháo đến tham vấn Tư Phước. Thấy ông đến Tư Phước vẽ một vòng tròn¹⁴ [trên không].

Trần Tháo nói: “Đệ tử sớm chẳng được phương tiện¹⁵, mới vừa đến thế này, hướng nữa lại vẽ một vòng tròn¹⁶!”

Nghĩa là chưa hiểu gì hết, thầy không có chỉ dạy,

¹⁴ *vẽ một vòng tròn*: (BA) “Đây là lời vô ngôn. Tư Phước ở vị thế tấn công khi vẽ vòng tròn. Trần Tháo tùy khả năng của mình sẽ bị giam trong vòng tròn hay thoát ra được.”

¹⁵ *chẳng được phương tiện*: Không có tác ý hay mục đích. Câu đáp này của Trần Tháo đã khéo léo không bị giam trong vòng tròn.

¹⁶ *hướng nữa lại vẽ một vòng tròn*: (BA) “Trần Tháo quay mũi giáo để đuổi Tư Phước vào vòng tròn.”

lại vẽ một vòng tròn càng không hiểu.

Tư Phước liền đóng cửa phương trượng¹⁷.

[Tuyệt Đâu bình: Trần Tháo chỉ đủ một con mắt¹⁸!]

Nghĩa là chỉ có con mắt thế gian, chỉ thấy cảnh vật, đóng cửa biết đóng cửa, không hiểu ý gấm. Phải có con mắt thứ hai mới nhận ra. “Đóng cửa” là thầy tạo duyên cho đệ tử không nhìn ra ngoài mà phản quán biết rõ nội tâm. Ngài Lâm Tế mạnh bạo hơn, cho ăn đòn. Chính như thế mới đẩy đến ngộ đạo.

Vô Môn Quan Tác 19

TÂM BÌNH THƯỜNG là ĐẠO

Triệu Châu hỏi Nam Tuyền: “Đạo là gì”

Nam Tuyền đáp: “Tâm Bình Thường là đạo”,
Đây là câu của Mã Tổ, ngài Nam Tuyền nhắc lại.

Triệu Châu hỏi tiếp: “Có nên hướng đến đó không?”

Nam Tuyền đáp: “Nghĩ hướng đến liền sai.”

Nghĩ là tư tưởng. Ví dụ trái táo là vật tầm thường phải cắn hay nhai nuốt chậm chậm, không nuốt trọn, không vừa nuốt vừa nói, mới biết ngọt lạt thế nào. Do

¹⁷ *đóng cửa phương trượng*: (BA) “Quả thật tuyệt vời! Giờ đây viên thượng thơ hẳn là ngọc nhiên và lúng túng hồi hộp.”

¹⁸ *chỉ đủ một con mắt*: (BA) “Tuyệt Đâu khen hay chê? Mọi người hãy cố gắng để thấy.”

đó lời nói hay tư tưởng không thể nắm bắt được.

Châu: “Không nghĩ làm sao biết đó là đạo?”

Biết do suy nghĩ là thức, ý thức kết hợp với nhãn-nhĩ-tỷ-thiệt-thân thức, và Mạt-na thức, A-lại-da thức. Tám thức vừa kể là nghiệp thức, thức tạo nghiệp, còn ngã chấp, tham-sân-si, còn phân biệt đối đãi.

Tuyền: “Đạo không thuộc về biết hay không biết. Biết thuộc về vọng giác. Không biết thuộc về vô ký.

Khi buông hết tham-sân-si, thiện ác ... chứng nghiệm tánh Không, vẫn có biết là tỉnh giác. Dù chưa rõ ráo để Thức biết chuyển thành Trí biết, nhưng trên pháp tu có chánh niệm/tỉnh giác thì Thức Tỉnh giác biết.

Nếu thực sự đạt đạo,

Tức có minh sư chánh pháp, và tinh tấn công phu có Giới-Định-Huệ.

đó như hư không, rỗng rang không ngăn mé,

Thật ra bầu hư không là vô tình, vô tri, vô giác, trong khi chân tâm là tâm thể chân thật luôn có cái biết.

làm sao gượng nói có hay không có?”

Châu ngay lời này đốn ngộ.

*

Lâm Tế, dạy chúng rằng:

“Đạo lưu,

là những hành giả tu thiền,

Phật pháp không có chỗ dụng công,

Nghĩa là tu mà không khởi niệm mong cầu chứng đắc. Khi lập nguyện và đọc Tứ hoàng thệ nguyện trong thời khóa chúng ta nhắc lại chí nguyện của mình, nhưng đi vào dụng công thì chánh niệm, giờ nào việc nấy, một việc duy nhất, nấu canh chỉ tập trung nấu canh, như thế sẽ tỉnh giác. Trình độ chúng ta còn sơ cơ, theo trình tự Tranh Chăn Trâu chỉ đến số 1 là Tim Trâu, hoặc số 2 là Thấy Dấu, chưa kiến tánh. Vì vậy phải nỗ lực tiến tu, công phu thuần thực rồi mới đến được chỗ “không dụng công” theo bài Tâm Minh của Tổ Ngưu Đầu Pháp Dung

*Sinh khởi không lưu dấu,
Sinh và chiếu là một,
Ai muốn tịnh hóa tâm,
Phải không chỗ dụng công.*

Trường hợp sau đây là đang dụng công. Một vị thầy hỏi đệ tử đang nấu bếp:

- Chú đang làm gì?

Đệ tử trả lời:

- Con đang chăn trâu.

Trâu ở đây là pháp tu hoặc tập khí tham-sân-si ... , không phải tượng trưng cho Phật tánh.

Có thể trả lời là “đang nấu canh” nghĩa là đang sống hiện tiền, chỉ biết một việc trước mắt, như vậy đang trên pháp tu và chánh niệm / tỉnh giác.

Xin giới thiệu bài Lạc Đạo Ca của Nam Nhạc Minh Toàn:

*Ráng sức để dụng công
Càng trôi sâu trong vô minh.
Nắm bắt bao giờ được
Không nắm tắt viên thành.
Chỉ bình thường vô sự.*

Đây là trình độ cao, đã đến chỗ không dụng công. Tuy nhiên chúng ta có thể ứng dụng câu “*Chỉ bình thường vô sự.*” Nghĩa là

- đối với mình thường xuyên quân bình, không kẹt hai bên thương / ghét.

- đối với người thì thấy tất cả đều bình đẳng trên Phật tánh.

- *vô sự* là làm mọi việc mà không dính mắc.

Lâm Tế cùng một ý này khi dạy chúng “Vô sự là người quý, chớ tạo tác, chỉ là bình thường.”

Thấy cái chuông biết cái chuông, đó là niệm biết ban đầu, tới đó dừng, tuy là thức biết, nhưng có dừng lại, có quay đầu. Vì thế đây là thức phản quán có phần nào tỉnh giác nên gọi là thức tỉnh giác. Chỗ này là chỗ ranh giới giữa thức và trí. Nếu đẩy mạnh công phu thức tỉnh giác sẽ chuyển thành trí.

Chính ngòi thiền mỗi ngày, huân tập buông dứt niệm tưởng, đi đến vô niệm – là Định tuyệt đối – hậu quả là trong Động chúng ta mới dừng được ngay niệm đầu tiên là niệm biết, hoặc niệm hiện tiền, tức là nhất niệm, là Định tương đối.

*

CHỮ NHẪN



Tục ngữ Việt Nam nói “Một câu nhịn chín câu lành.” Trong nhà Phật thì dùng chữ “nhẫn.” Trong một buổi lễ hằng thuận ở thiền viện Diệu Nhân, tôi có nhắc lại lời của Sư Ông dạy lúc tác lễ đeo nhẫn cho cô dâu chú rể, ghi lại trong Thanh quy của thiền phái Trúc Lâm. Nội dung ngắn gọn là muốn hạnh phúc, hai bên nên sống hạnh “nhẫn.” Chú rể là người Mỹ nghe xong, phát tâm quy y Tam bảo và thọ Năm giới.

Chữ nhẫn, bộ “đao” ở trên bộ “tâm,” là con dao trên trái tim, tức là đối với chương duyên nghịch cảnh chúng ta phải vượt qua dầu tim rướm máu. Có thể quán chiếu đây là nhân quả vận hành. Hoặc là theo Tổ Bồ-đề Đạt-ma khi mang thiền qua Đông độ dạy “trực chỉ nhân tâm,” nghĩa là nhìn tâm và buông hết phiền não, sân giận... trong tâm, nhưng không phân tích đúng/sai, phải/quá... vì khi phân tích sẽ phân biệt đối đãi và bản ngã xen vào biện minh, bào chữa.

Ngay như Đức Phật, kiếp cuối cùng để thành Phật là một vị Bồ-tát, vẫn có tu hạnh nhẫn.

Pháp Cú 320

Pháp Cú 321

Ta như voi giữa trận Voi luyện, đưa dự hội
Hứng chịu cung tên rơi Ngựa luyện được vua cưỡi
Chịu đựng mọi phi báng Người luyện bậc cao tột
Ác giới rất nhiều người. Chịu đựng mọi phi báng.

Và nhà thiền thì ứng dụng hạnh nhẫn để khai ngộ cho đệ tử, như giai thoại sau.

Thiền sư Huệ Nam ở Hoàng Long khai tổ hệ phái Hoàng Long. Sư họ Chương tên Huệ Nam ở Ngọc Sơn, Tín châu. Thuở bé đã có vẻ thâm trầm hiện tướng đại nhân, chẳng ăn cá thịt, không ưa hát xướng. Năm mười một tuổi, Sư theo thầy Trí Loan ở viện Định Thủy xuất gia. Đến mười chín tuổi Sư thọ giới cụ túc. Đi du phương, Sư đến chùa Qui Tông ở Lô Sơn yết kiến Thiền sư Tự Bảo. Mỗi khi họp chúng, chúng đều ngồi, chỉ riêng Sư đứng dựa ghế, Tự Bảo thường nhìn Sư. Từ đây về sau, Sư ngồi thì tréo kiết già, đi thì nhìn thẳng đến trước. Về sau Sư đến tham học với Từ Minh. Một hôm Sư vào thất Từ Minh.

Từ Minh bảo: “Thơ ký học thiền Vân Môn

Huệ Nam đã tu từ lâu và theo tông Vân Môn, làm thơ ký trong chúng, tất nhiên có đạo lực, đạo hạnh.

ắt được yếu chỉ,

là nhận được bí quyết tu tập của tông Vân Môn. Đây là học nghề.

nư nói “Tha Động Sơn ba gậy, Động Sơn khi ấy nên đánh hay chẳng nên đánh?”

Điểm chủ yếu không phải chỗ “ăn gậy” hay “không ăn gậy.” Chuyện đó là quá khứ giữa hai thầy trò là Vân Môn và Động Sơn Thủ Sơ, bây giờ trình kiến giải là ngay đây, trước mặt đây. Thầy dùng chuyện quá khứ để trắc nghiệm trò, nhưng sống thiền là tỉnh giác ngay đây và bây giờ (here and now.)

Sư thưa: - Nên đánh.

Nghĩa là Huệ Nam nghe câu hỏi “Tha Động Sơn ba gậy,” liền kết luận bị đánh, vậy tai nghe tiếng ngài có dính mắc không?

Từ Minh nghiêm nghị bảo: - Nghe tiếng ba gậy

Chỉ là tiếng nói, âm thanh bên ngoài, Huệ Nam
liên cho là nên ăn gậy,

vì tai nghe tiếng dính mắc âm thanh, nên Từ Minh nghiêm nghị bảo:

**vậy ông từ sáng đến chiều nghe chim kêu
trống đánh tiếng chuông tiếng bảng... cũng nên ăn
ba gậy. Ăn gậy đến lúc nào mới thôi.**

Sư chỉ nhìn sững mà thôi.

Tu thiền tông Việt Nam – sáu căn tiếp xúc với sáu trần – khi tai nghe âm thanh, biết tiếng chim kêu, hoặc biết tiếng còi xe hơi, không khởi thêm niệm kế tiếp dư thừa như khen/chê, quá khứ, vị lai ... tức đang trên pháp tu có Chánh niệm / Tỉnh giác, tức là sống với Tánh nghe, không dính mắc vào âm thanh là trần cảnh bên ngoài.

*

CHỮ NIỆM



Chữ bên dưới là bộ Tâm, bên trên là bộ Kim, nghĩa là trạng thái tâm ngay bây giờ.

Niệm Phật có nghĩa là tâm của chúng ta, đi-đứng-ngồi-nằm, thân-khẩu-ý, đều sống với ông Phật nơi mình ngay giây phút này. Không đợi tới chùa mới niệm Phật, không phải có tai nạn mới niệm Phật, không phải đến hộ niệm ở nhà quàn mới niệm Phật. Phật là Giác, niệm Phật là hằng tỉnh giác.

Niệm còn có nghĩa “nghĩ, nhớ.” Niệm Pháp là tu và sống phù hợp với Phật pháp, đang nấu canh, đang quét nhà... thì tu trong lúc nấu canh, quét nhà... tức chánh niệm / tỉnh giác.

Tăng là hòa hợp, niệm Tăng nghĩa là trong cuộc sống hằng ngày, ở mọi thời điểm, chúng ta sống hòa hợp. Như vậy, chúng ta mang niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng vào đời sống thường ngày, tức hằng sống, không phải niệm suông.

Trong Tín Tâm Minh, Tam Tổ Tăng Xán nói “nhất niệm vạn niên,” một niệm muôn năm, nghĩa là trong đi-đứng-nằm-ngồi chúng ta sống thế nào mà chỉ có một niệm trước mắt, là hiện tiền, là chánh niệm.

Vô niệm theo từ điển “vô” là không, “niệm” là suy nghĩ. Cấu tạo thân có mắt thì để thấy, bộ não để suy nghĩ. Bộ não không suy nghĩ, có thể bệnh. Như vậy suy nghĩ là chuyện bình thường, tự nhiên, giống như một năm có bốn mùa xuân hạ thu đông. Vấn đề chúng ta suy nghĩ sao cho hợp thời và tỉnh giác, được như vậy là chánh tư duy, một chi phần trong Bát chánh đạo, là con đường tám ngành tiến đến thành Phật.

Phẩm Định Tuệ trong Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng dạy:

Nếu chỉ trảm vật chẳng nghĩ, niệm phải trừ hết, một niệm dứt tức là chết rồi sẽ sanh nơi khác ấy là lầm to,

không phải là ngồi không suy nghĩ. Chỗ này bài kệ của tổ Vĩnh Gia Huyền Giác chỉ rõ: “Lặng lặng vô ký sai” tức là tâm thái vô ký, rơi vào ngoan không, còn gọi là “trâm không trệ tịch.” Câu tiếp “tĩnh tĩnh loạn tướng sai” tuy có tĩnh mà động niệm, vọng tưởng. Câu tiếp “lặng lặng tĩnh tĩnh” hoặc “tĩnh tĩnh lặng lặng” mới đúng.

người học đạo suy nghĩ đó.

Trạng thái tâm không một niệm là chúng ta chứng nghiệm tánh Không, đạt Định. Như một hành giả đang ngồi thiền thì vắng bật cảnh và sau đó vắng bật ngã, rồi chứng nghiệm tánh Không trên bờ đoàn, tức trong Tĩnh. Trường hợp trong Động như quốc sư Đại Đăng làm rớt chìa khóa và nghe tiếng rớt,

cảnh và người liền vắng bật, nghĩa là năng sở đều vắng, đi tới kiến tánh, Một vị bác sĩ về thần kinh, với lòng từ muốn cứu giúp bệnh nhân, nên nghiên cứu thêm Tâm lý học Đông phương và gặp đạo Phật, thấy hay bèn phát tâm tu thiền. Ban đầu dựa trên sách vở công phu, tuy được vắng bật, sự chứng nghiệm còn cạn, tức chưa đến rốt ráo là tánh Không. E ngại nguy hiểm nên ông đến một lớp dạy thiền. Và đến lần cuối chứng nghiệm thật sâu, là tánh Không và bùng ngộ, bèn la lên: “Ô! Tận cùng cái Không chính là tỉnh giác.” Vì vậy chứng nghiệm tánh không là đạt Định, rồi ngộ là Huệ, lúc đó mới thực sự tròn đủ quy trình Giới-Định-Huệ. Cho nên tánh Không thì có biết, là “tỉnh tỉnh lặng lặng đứng” trong bài kệ của tổ Vĩnh Gia Huyền Giác.

Như vậy chánh niệm là đương ăn biết ăn, đương đi biết đi. Chánh niệm hoặc nhất niệm có hai hướng:

- đứng đường, có minh sư chánh pháp
- tuy có chú tâm, có chánh niệm, nhưng dính mắc. Như trường hợp một Phật tử đang tập chánh niệm, chú tâm, làm việc gì biết việc nấy, nhưng có ai gọi tên lại không nghe biết. Vậy là mê hay tỉnh? Mê. Bởi vì việc đang làm quá thu hút nên chìm vào, tức là dính mắc vào việc. Xin lỗi đang đánh bài quý vị chú tâm không? Nhưng mê hay tỉnh? Như vậy chánh niệm đứng pháp phải tỉnh giác.

Lục Tổ dạy tiếp:

Đối trên các cảnh tâm không nhiễm

Tức không dính mắc là vô niệm.

Này thiện tri thức, vô là vô việc gì? Niệm là niệm vật nào? Vô đó là không hai tướng,

Nhìn bình bông, chỉ biết bình bông, không phân biệt đối đãi thương / ghét, mắc / rẻ, dư thừa.

không có các tâm trần lao;

là tâm dính mắc vào thế gian

niệm mà niệm chân như bản tánh.

Nghĩa là trở về chân như bản tánh, tức thể tánh Không. Tuy sống giữa muôn vật tức là tướng có, hoặc đôi khi không vật tức là tướng không, nhưng tâm luôn cảm rở trong tánh Không.

Chân như tức là thể của niệm, niệm tức là dụng của chân như.

Là luôn ở trên pháp tu chánh niệm / tỉnh giác thì

Chân như tự tánh khởi niệm, không phải mất tai mũi lưỡi

tức là sáu thức.

hay khởi niệm. Sáu căn tuy có thấy nghe hiểu biết mà không nhiễm muôn cảnh, mà chân tánh thường tự tại.

Như vậy chánh niệm tức nhất niệm là định tương đối từ trong Động nên không có cái Động nào phá nổi. Định này còn có tên Na-già (tên một loài rồng là con vật mạnh nhất thế gian) thường tại, là luôn sống hiện tiền.

*

CHỮ TÍN

信

Chữ “Tín,” bên mặt là chữ Ngôn, bên trái là bộ Nhân, nghĩa là niềm tin, không phải tin điều gì cao xa mà tin nơi chính mình, nơi bản vị con người.

Tín Tâm Minh, “minh” là một bài văn, và “tín” là tin, có nghĩa là tin vào tâm mình là chân tâm Phật tánh? Khi bị năm ám che đậy là tâm mê vọng tạo nghiệp luân hồi sanh tử, nhưng buông vọng, tháo gỡ chập che, là tâm tỉnh giác, là Phật.

Nhưng “Tín” trong đạo Phật có phải là tin suông không? Chúng ta dần thân vào tu tập để trực tiếp chứng nghiệm điều mình tin là Phật tâm. Lĩnh hội Phật tâm, chân tâm, Phật tánh qua trực giác là trí Bát-nhã, không phải từ ý niệm, lý luận, tri thức, chữ nghĩa văn tự. Nhưng cũng không thể xem thường giáo lý văn tự vì đó là bước đầu khởi sự phải có thì mới có bước cuối là cứu cánh. Điềm đi, thực tế trước mắt là tâm mê vọng tham-sân-si, phiền não ... và điềm đến là giác ngộ thành Phật, vì vậy Lục tổ nói “phiền não tức Bồ-đề.” Vì vậy một hành giả khởi sự đi trước tiên phải biết mình đang đứng ở đâu, khả năng mình như thế nào, và từ đó mình mới chọn hướng đi đúng.

Trong quá trình đi chúng ta phải thường xuyên củng cố niềm tin.

Vì vậy chữ “tin” của đạo Phật là tin Tam Bảo: Phật-Pháp-Tăng, rồi quy y Tam Bảo. Tin Phật là tin mình có Phật tánh và có khả năng thành Phật. Tin Pháp là tin vào phương pháp thành Phật truyền thừa từ Đức Phật Thích-ca, chư Tổ sư, và tin Tăng là Tăng bảo đại diện Tam Bảo ở thế gian và sự hòa hợp giữa mọi người. Cuộc sống trong thiền viện dựa trên lục hòa, tuy căn cơ, tập khí sai khác, nhưng hòa thuận như sữa với nước. Vì vậy có câu “Tín là mẹ của chư Phật.”

Về pháp tu công án có ba điều kiện:

- 1- Đại tín căn, là niềm tin mà có gốc rễ, căn bản.
- 2- Đại phẩn chí là tinh tấn,
- 3- Đại nghi đoàn.

Thay vì niệm Phật, pháp tu thoại đầu đề khởi “Ai niệm Phật?” nhưng không được tìm câu trả lời, chỉ nuôi dưỡng thắc mắc tạo thành khối nghi. Khối nghi lớn mạnh gọi là nghi đoàn. Càng lớn càng mạnh, nghi đoàn đến cực điểm sẽ bùng vỡ, chứng ngộ. Nếu bị bế tắc đâu đó không bùng vỡ được thì chính vị thầy sẽ “tháo đinh gỡ chốt.” Vì vậy chỗ này “không thầy đồ mà làm nên.”

Giai đoạn đầu:

1/ đại tín căn – tin Phật-Pháp-Tăng, tin vào vị thầy đang hướng dẫn, tin vào pháp tu – là nhân,

2/ đại phần chí là nhân,

3/ đại nghi đoàn là quả.

Giai đoạn sau:

1/ đại nghi đoàn là nhân,

2/ chúng ngộ là quả.

Trong Tín Tâm Minh:

Tín (với) tâm (là) không hai,

Bắt đầu tu chúng ta khởi niềm tin tâm mình là Phật, vậy có hai bên - ***Tín (với) tâm*** - tức nhị nguyên đối đãi. Qua công phu tu tập, từ nhị nguyên tiến đến bất nhị,

Tín (với) tâm (là) không hai.

Và đến cứu cánh,

Không hai (là) tín tâm.

Về chữ Tín, Lâm Tế nói:

“Người học thiếu tín tâm nơi mình mãi tìm cầu bên ngoài, dù cho tìm được thì cũng đều là văn tự diễn tả, rốt lại chẳng được tâm ý linh hoạt của Tổ.”

Quan trọng là chữ linh hoạt nghĩa là phải nắm được ý Tổ sinh động là hoạt ngữ, tức là phải công phu đi đến chúng ngộ và hoạt dụng, không phải chạy theo văn tự là tử ngữ, tri kiến.

Trong Thiếu Thất Lục Môn, Tổ Đạt-ma dạy về tắm rửa có công đức. Thuộc về thân gồm 7 điều: 1- nước sạch, 2- lửa, 3- thuốc tẩy (xà bông), 4- cành

dương, 5- tro sạch, 6- dầu thoa, 7- y phục bên trong.

Bảy pháp này dụ cho bảy việc khiến chúng sanh tắm rửa sạch sẽ và tẩy trừ tâm độc bụi bẩn:

1- lấy giới gội rửa mê lầm như lấy nước sạch gội rửa bụi nhơ. Giới gồm có oai nghi, chẳng hạn miệng ngậm tăm nói chuyện... là phạm oai nghi, hoặc ho, khạc nhổ dưới đất

2- trí tuệ quán sát trong ngoài như lửa làm cho nước ấm

3- phân biệt lựa bỏ điều ác như thuốc tẩy rửa sạch bợn nhơ

4- chân thật đoạn trừ vọng tưởng như cành dương (tắm xỉa răng) làm sạch miệng và hơi thở.

5- chánh tín giải quyết mọi nghi ngờ như tro sạch chà sát thân thể ngừa gió máy

6- nhẫn nhục nhu hòa như dầu thoa làm trơn láng da

7- tâm quý đối với ác nghiệp như y phục bên trong che phủ thân hình xấu xí

*

Chữ Tưởng

想

Chữ “tưởng” bộ ở trên là chữ “tượng”, bộ ở dưới là chữ “tâm,” có nghĩa tượng trưng, hình tượng trong tâm, không phải là thực tế trước mắt. Như cái chuông là thực tế trước mắt, hiện hữu, có thể sờ mó được, đánh lên có âm thanh.

Tưởng âm, thuộc về Ngũ âm (sắc-thọ-tưởng-hành-thức) hoặc Ngũ âm ma. “Âm” là che đậy, nghĩa là che đậy Phật tánh. “Ma” tức “ma chướng” là chướng ngại trên đường tu thành Phật. Muốn Phật tánh hiển lộ phải phá năm bức tường Ngũ âm mới đi ra khỏi nhà Năm uẩn (năm thành phần cấu tạo con người) thì mới giải thoát.

Bồ-tát Quán Thế Âm phá tưởng âm bằng pháp tu “phản văn văn tự tánh.” Thay vì nghe xuôi theo âm thanh bên ngoài là lời khen / chê ... bây giờ nghe ngược lại gọi là “phản văn,” tức nghe biết nội tâm, tương tự phản quan tự kỷ của Thiền Tông Việt Nam. Khi phát hiện niệm tưởng trong tâm:

- dính mắc thì buông
- không dính thì không theo

Hậu quả là nhận ra Tự tánh, tức thể tánh là tánh giác, là Phật. Nói cách khác, điếm đi là “phản văn” và điếm đến là “văn tự tánh.”

*

**KỆ TỤNG
THIÊN SƯ
VIỆT NAM**

1. Thiền Sư Thường Chiếu (? – 1203)

(Đời thứ 12, dòng Vô Ngôn Thông)

Kệ Trả Lời Vị Tăng

Tại thể nhân thân Ở đời làm thân người,
Tâm vi Như Lai tạng Nơi tâm Như Lai tạng.
Chiếu diệu thả vô phương Chiếu soi cùng khắp nơi,
Tâm chi cánh tài khoáng. Tìm đó lại càng rộng.

Thiền sư không phải thi sĩ tức cảnh sinh tình, nghĩa là thấy cảnh dính mắc, động tâm, từ đó khởi tình niệm làm thơ. Như đức Phật, thiền sư mượn thơ văn tụng kệ chữ nghĩa truyền đạt pháp tu, đó là độ tha, vì vậy bài thơ là một pháp tu.

Ở đời làm thân người.

Cụ thể điếm đi là “thân”. Chúng ta không quá trọng cũng không quá khinh, mà trung đạo, siêu vượt trọng và khinh, tức là sử dụng thân mà không dính mắc. Thân là dụng cụ để tu, cụ thể là sáu căn: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, và ý căn là bộ não. Nhưng

Nơi tâm Như Lai tạng.

là kho chứa chủng tử *Như Lai*, tức xưa nay vốn sẵn Phật tánh. Lai là đến, Như là chân như. Điếm đi là A-lại-da thức chứa chủng tử nghiệp thiện, bất thiện và vô ký (trung tính). Quá trình tu tập, A-lại-da thức chuyển thành Bạch tịnh thức, tức không còn chủng tử nên thanh tịnh. Công phu thuần thực Bạch tịnh thức

chuyển thành Như Lai tạng, chỉ có năng lượng năng lực, là diệu dụng của Phật tánh. Để trở về Như Lai tạng chúng ta phải buông bỏ tất cả chủng tử thiện, bất thiện và vô ký. Giác ngộ thì Như Lai tạng thành Đại Viên Cảnh Trí. Vì là trí tuệ nên

***Chiếu soi cùng khắp nơi,
Tìm đó lại càng rộng.***

Càng xa, càng mất. Chúng ta chỉ trở về. Nhà Thiền hay nhắc nhở “cởi trâu, tìm trâu.” Bài kệ Hồ Chuông Tọa Thiền có câu:

*Nếu không một niệm mới thật tìm
Càng có tâm tìm, toàn chẳng biết.*

Ngày 24 tháng 9 niên hiệu Thiên Gia Bảo Hựu thứ hai, tức 1203, Sư cho hay đau bụng, nhóm chúng nói kệ.

Kệ Từ Thế

Đạo bản vô nhan sắc	<i>Đạo vốn không nhan sắc</i>
Tân tiên nhật nhật khoa	<i>Ngày ngày lại mới tươi,</i>
Đại thiên sa giới ngoại	<i>Ngoài đại thiên sa giới</i>
Hà xử bất vi gia.	<i>Chỗ nào chẳng là nhà.</i>

Đạo vốn không nhan sắc

là không hình tướng. Đạo không phải vật sanh diệt mà thường hằng, không bị chi phối bởi vô thường sanh-lão-bệnh-tử, vì thế luôn hiện tiền trước mắt,

Ngày ngày lại mới tươi.

Không phải quá khứ, cũng không phải tương

lại, cũng không phải hiện tại đang trôi chảy. Chính tâm chúng ta khi khế hợp với đạo, tâm với đạo là một, nghĩa là chúng ta sống đạo, “làm sống lại lời Phật dạy” như lời Sư Ông Trúc Lâm dạy bảo. Mặc dầu chưa giác ngộ, nhưng đã rời bờ mê, đang ở giữa dòng, tuy chưa tới bến giác. Thức tuy chưa chuyển hẳn thành trí, nhưng trên pháp tu là thức phản quán, không phải thức tạo nghiệp, và tâm tỉnh giác là thức tỉnh giác.

Ngoài đại thiên sa giới

bất kỳ đâu đâu, tuy thân chịu quả báo từ kiếp trước, trôi lăn trong sáu nẻo luân hồi, nhưng tâm vô trụ xứ, vì thế an ổn tự tại,

Chỗ nào chẳng là nhà.

Chẳng là mái ấm? Đền đây là Tranh Chấn Trâu 6: Cười trâu về nhà.

*

2. Thiền Sư Mãn Giác (1052 – 1096)

(Đời thứ 8 dòng Vô Ngôn Thông)

Sư họ Nguyễn, tên Trường, quê ở Lũng Chiền làng An Cách. Niên hiệu Anh Vũ Chiêu Thắng khoảng 1076 - 1084, Sư dâng biểu xin xuất gia theo học với thiền sư Quảng Trí. Sau khi được tâm ấn, Sư thường chống gậy mang bát vân du khắp nơi tìm thiện tri thức. Sư đến nơi nào thường có học giả vân tập đông đủ. Niên hiệu Hội Phong thứ 5 (1096), cuối tháng 11, Sư cáo bệnh nói kệ dạy chúng, xong ngồi kiết-già thị tịch, thọ 45 tuổi, 19 tuổi hạ. Vua kính lễ rất hậu, công khanh đưa tiền đốt tín hương, làm lễ hỏa táng, thu xá-lợi xây tháp thờ tại chùa Sùng Nghiêm, làng An Cách. Vua ban thụy là Mãn Giác.

Cáo Tật Thị Chúng

Xuân khứ bách hoa lạc	<i>Xuân đi trăm hoa rụng,</i>
Xuân đáo bách hoa khai	<i>Xuân đến trăm hoa cười.</i>
Sự trực nhãn tiền quá	<i>Trước mắt việc đi mãi.</i>
Lão tùng đầu thượng lai.	<i>Trên đầu già đến rồi.</i>
Mạc vị xuân tàn	<i>Chớ báo xuân tàn</i>
hoa lạc tận	<i>hoa rụng hết</i>
Đình tiền tạc dạ	<i>Đêm qua sân trước</i>
nhất chi mai	<i>một cành mai.</i>

Cáo Tật Thị Chúng (Báo Bệnh Dạy Chúng) là bài kệ của vị thiền sư chứng đạo, khi chuẩn bị ra đi

để lại cho đệ tử, chắc chắn không phải tức cảnh sanh tình, nhưng gửi gắm cho cả thế gian bí quyết dụng công, giống như Đức Phật trao truyền cho chúng ta. Vào đạo, qua phương tiện ngôn ngữ, thơ ca mục tiêu khám phá bí quyết, nhưng cứu cánh vẫn là khám phá Ông Chủ.

Thời tiết bốn mùa trên cõi ta-bà, cảnh vật vô thường biến dịch không phải chân nhưng thật, là thực tế đời thường, không phải lý luận, niệm tưởng, chiêm bao. Như cái tách, nồi canh, như biển núi, như phố chợ ngục tù, như cơn bệnh, nghĩa trang... Sống thực tại, chúng ta mở mắt, tai ... để nhận diện và đón nhận việc trước mắt. Đó là điều kiện của một người tu thiền.

Xuân đi trăm hoa rụng

là “không vật” thuộc về “tướng không,”

Xuân đến trăm hoa cười.

là “có vật” thuộc về “tướng có,” không phải quá khứ-hiện tại-vị lai. Nhưng chính sự hiện hữu thì luôn

Trước mắt

hiện tiền, nên thường hằng, mặc dù

việc đi mãi.

trôi chảy, không dừng trụ. Đó là cảnh vật bên ngoài, bây giờ đến chính mình.

Trên đầu già đến rồi.

vì quy luật già-sanh-lão-bệnh-tử là hiện tượng thành-trụ-hoại-không. Tuy thân vậy lý và năm âm

(sắc-thọ-tướng-hành-thức) sinh diệt vô thường, Phật tánh vẫn y nguyên bất biến, nhưng bị năm ám che khuất. Pháp tu phản quan tự kỷ giúp chúng ta nhận ra năm ám và hành trì chánh niệm / tỉnh giác sẽ tháo gỡ chup che năm ám¹⁹, và sau đó Phật tánh hiển bày chiếu sáng. Vì thế,

Chớ bảo Xuân tàn hoa rụng hết.

Bởi vì

Đêm qua

tức xưa nay chúng ta vốn sẵn có Phật tánh, nếu duy trì chánh niệm / tỉnh giác, trở về hiện tiền thì ngay

sân trước

là trước mắt, chẳng sớm thì muộn, sẽ hiển lộ

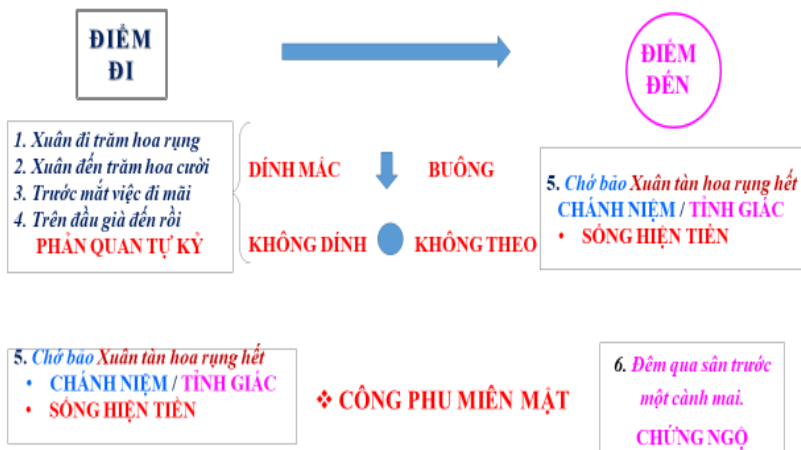
một cành mai.

Phật tánh bất sanh bất diệt.

¹⁹ Kinh Pháp Hoa (xem Phụ Bản):

- phẩm 23 Dược Vương Bồ-tát Bồn Sự phá Sắc ám,
- phẩm 24 Diệu Âm Bồ-tát phá Thọ ám,
- phẩm 25 Quán Thế Âm Bồ-tát phá Tưởng Âm,
- phẩm 26 Đà-la-ni phá Hành ám,
- phẩm 27 Diệu Trang Nghiêm Vương Bản Sự, phá Thức Âm.

Cáo Tật Thị Chúng -Thiền Sư Mãn Giác



17/23

*

3. Thiên Sư Viên Chiếu (999-1090)

(Đời thứ 7, dòng Vô Ngôn Thông)

Thân như tường bích dĩ đòi thì	<i>Thân như tường vách đã lung lay.</i>
Cử thể thông thông thục bất bi	<i>Đau khổ người đời đáng thương thay.</i>
Nhược đạt tâm không Vô sắc tướng	<i>Nếu đạt tâm không, không sắc tướng</i>
Sắc/không ẩn hiện nhậm suy di.	<i>Sắc/không ẩn hiện mặc vẫn xoay.</i>

Thân như tường vách đã lung lay.

Đây là thực tại, thuộc về thân.

Đau khổ người đời đáng thương thay.

vì thân đau, tâm khổ. Nhưng qua tu tập

Nếu đạt tâm không,

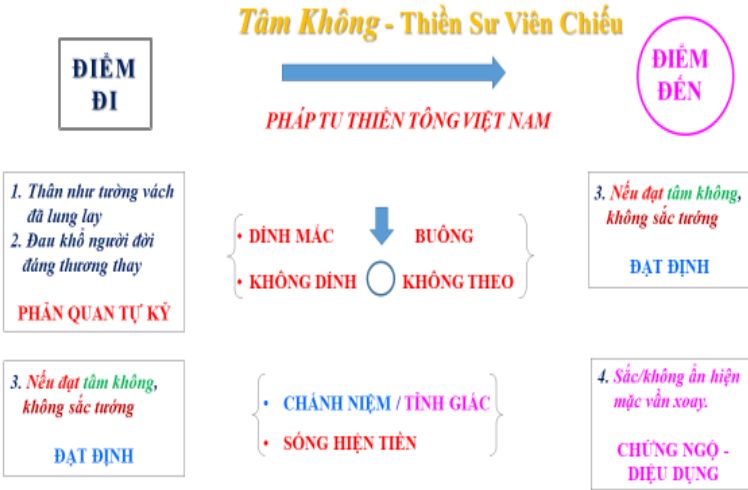
nghĩa là trước tiên, buông bỏ tất cả chấp dính, kể cả tri kiến, tiếp theo buông pháp tu – tranh chẵn trâu số 8: Trâu/Người đều quên – sẽ chứng đạt

không sắc tướng,

là “tướng không.” Công phu thuần thực sẽ chứng đạt “tánh Không,” đạt Định. Nếu là chánh định sẽ qua chân ngộ – tranh chẵn trâu số 9: Nhập Phật giới. Sau đó là diệu dụng – tranh chẵn trâu số 10: Thông Tay Vào Chợ, vẫn sống bình thường, tùy duyên mà

*Sắc không ẩn hiện,
và tùy thuận
mặc vẫn xoay.*

*



19/23

*

4. Thiên Sư Ni Diệu Nhân (1041-1113)

(Đời thứ 17, dòng Tỳ-ni-đa-lưu-chi)

Sanh lão bệnh tử	<i>Sanh, già, bệnh, chết,</i>
Tự cô thường nhiên.	<i>Xưa nay lẽ thường.</i>
Dục cầu xuất ly	<i>Muốn cầu thoát ra,</i>
Giải phượng thêm triền	<i>Mở trời thêm ràng.</i>
Mê chi cầu Phật	<i>Mê đó tìm Phật,</i>
Hoặc chi cầu thiên	<i>Làm đó cầu thiên.</i>
Thiên, Phật bất cầu	<i>Thiên, Phật chẳng cầu</i>
Uổng khẩu vô ngôn.	<i>Uổng miệng không lời.</i>

Sanh, già, bệnh, chết,

Xưa nay lẽ thường.

Vấn đề là mình sống như thế nào: tỉnh giác, lợi mình lợi người. Đối với sanh tử phiền não, không phải

Muốn cầu

mà có thể

thoát ra,

Bởi vì cầu nguyện suông – dù chí thành – cũng không đạt. Phải tu Giới-Định-Huệ, miên mật thường xuyên, tùy hoàn cảnh, khi trong Tĩnh, khi trong Động. Nếu chỉ biết chạy theo ý muốn riêng của bản ngã là

Mở trời

thì càng

thêm ràng.

Tuy có niềm tin và cầu nguyện, nhưng phải công phu để chuyển thành tín lực nguyện lực, cộng thêm ứng dụng kiến thức học hỏi từ kinh điển, ngữ lục biến thành kiến lực. Và cả ba tín lực-nguyện lực-kiến lực sẽ là sức mạnh bắt đầu hành trình tâm linh. Khi công phu đắc lực sẽ có thêm định lực, huệ lực.

Nếu không tự mình dụng công mà cầu bên ngoài là

Mê đó tìm Phật,

Lâm đó cầu thiên.

Vì vậy

Phật thiên chẳng cầu

Chỉ cần phản quan tự kỷ, thấy biết 52 tâm sở và ngũ ấm che khuất chân Phật nơi mình, ứng dụng pháp tu để tháo gỡ. Vì vậy Bà nói

uông miệng không lời.

*

5. Thiền Lão Thiền Sư

(Đời thứ 6, dòng Vô Ngôn Thông)

Không biết tên họ và sanh quán, chỉ biết sau này để lại danh hiệu là Thiền Lão thiền sư.

Khoảng niên hiệu Thông Thuy từ 1034 đến 1038. Vua Lý Thái Tông thường đến viếng chùa của Sư.

Vua hỏi Sư: - Hoà Thượng trụ núi này đã bao lâu?

Đây là cuộc sống đời thường. Chức năng của vị thiền sư là người sáng đạo, không chỉ truyền bá kiến thức, nhưng khai thị hoặc khai ngộ. Khai thị là cấp thấp, sáng ra sự tu hành. Nếu người hỏi có trình độ tu thâm sâu, lời thiền sư dạy không phải khai thị mà khai ngộ, người hỏi sẽ bùng vỡ và chứng ngộ. Phải có cơ cảm, tức là “đồng thanh tương ứng, đồng khí tương cầu.”

Khi vua hỏi, Thiền Lão thấy được tâm đạo, trả lời theo đạo. Nếu vua hỏi theo thế gian, xã giao, thiền sư sẽ trả lời theo thế gian. Chỗ này thiền tông Việt Nam gọi là “Tứ Mục Tương Cố,” bốn mắt tương giao, hiểu nhau, trên cùng bằng tần tâm linh, là tri âm tri kỷ.

Thiền Lão thiền sư đáp: “Chỉ biết ngày tháng này,



Là ý nghĩa hình minh họa, chỉ biết tập trung nhìn hoa hút nhụy, ngay đây và bây giờ. Một việc là “hút.” Một động tác là giữ mỏ nhọn cắm sâu vào bông hoa. Một vị giác là ngọt. Tiếp tục hút mật, hút mật, hút mật, là sống hiện tiền, chánh niệm/ tỉnh giác, vì niệm đầu là niệm biết tinh thuần, đang trên pháp tu. Ngài nói rõ thêm đừng **dính mắc** vào xuân thu trước là quá khứ.

ai rành xuân thu trước.”

là quá khứ, biết để làm chi!

Cuộc sống của chúng ta chẳng qua là sáu căn tiếp xúc sáu trần, phát sinh sáu thức. Có hai hướng:

- không tu, thấy biết là nghiệp thức, thường là dính mắc và tạo nghiệp.

- có tu, biết là thức tỉnh giác, và pháp tu trong

Tĩnh là hồi quang phản chiếu hoặc phản quan tự kỷ.

Hồi quang phản chiếu: Hồi là phục hồi, trở về, quang là ánh sáng. Thay vì chiếu ra cảnh bên ngoài thì quay ánh sáng chiếu về nơi mình, phản chiếu nơi mình, không hướng ra sáu trần.

Phản Quan tự kỷ: Phản là quay trở về, quan là quan sát, tự kỷ là chính mình. Như thế, khi đang nổi sân nhận biết mình sân và lo xử lý niệm sân của mình, rồi buông bỏ để không còn dính mắc.

Khi tu trong Động, mặc dầu không nhìn tâm, nhưng vì tĩnh giác:

- nếu tâm dính mắc, nổi sân chúng ta vẫn nhận ra ngay và buông,

- không dính mắc thì không theo.

Vua hỏi: - Hằng ngày Hoà Thượng làm việc gì?

Biết vua đã hỏi, nên Thiền Lão thiền sư trả lời:

Trúc biếc hoa vàng đâu cảnh khác,

các pháp đều như thị. Nếu có tu thì ngay chỗ

Trăng trong mây bạc

chắc chắn

hiện toàn chân.

Ở Diệu Nhân, gần gũi với thiên nhiên, tôi mượn cảnh và nương vào việc chụp ảnh để tu, tức là Thiền với tánh thấy. Tập trung nhìn sâu vào chủ đề trước mắt, một việc, một suy nghĩ, một động tác, điều chỉnh ống kính và bấm nút. Đẹp/xấu không thành vấn đề, chỉ chánh niệm trong lúc chụp ảnh.

Vua lại hỏi: - Có ý chỉ gì?

Sư đã hiểu tâm của vua Lý nên đáp:

- *Lời nhiều sao vô ích.*

Vua hoát nhiên lãnh hội.

*

6. Điều Ngự Giác Hoàng

Trần Nhân Tông (1258-1308)

Tên húy là Khâm, con trưởng vua Trần Thái Tông và Nguyên Thánh Hoàng Hậu. Năm 16 tuổi được lập làm hoàng thái tử. Ngài cố từ để nhường cho em mà vua cha không chịu. Vua cưới trưởng nữ của Nguyên Từ Quốc mẫu cho ngài, tức là Khâm Từ Thái Hậu sau này.

Một hôm vào lúc nửa đêm, ngài trèo thành trốn đi, định vào núi Yên Tử. Đến chùa Tháp ở núi Đông Cứu thì trời vừa sáng.

Cuối Xuân

Niên thiếu hà tăng liễu sắc không,
Nhất xuân tâm sự bách hoa trung,
N như kim khám phá Đông hoàng điện,
Thiền bản bồ đoàn khán trụ hồng.

Dịch: Cuối Xuân

Thuở bé chưa từng rõ sắc không,
Xuân về hoa nở rộn trong lòng,
Chúa Xuân nay bị ta khám phá,
Chiếu trải giường thiền ngắm cánh hồng.

Thuở bé

là mới tu, còn ấu trĩ, không phải dốt về chữ nghĩa mà đường tu chưa trưởng thành, thành ra chưa lĩnh hội,

chưa từng rõ sắc không.

Đủ duyên có sắc là có vật (tướng có), hết duyên thì không vật (tướng không). Chúng ta sống giữa muôn tướng có – vật, cảnh, tâm niệm vui buồn, tham sân... – hoặc đôi khi tiếp cận với tướng không – không gian bao la hoặc vừa buông niệm ... – nhưng thể tánh luôn luôn Không. Tuy thân có đau, nhưng biết tu, buông phiền não..., cảm rã trong tánh Không thì tâm không khổ. Như Bò-tát từ bi, thấy chúng sanh đau khổ, có chia sẻ nhưng Bò-tát không lay đau khổ, vì từ bi không phải duyên ái. Nếu tu tập - trong Tĩnh là ngồi thiền đều đặn, trong Động là trong đời sống thường ngày làm một việc, chánh niệm / tỉnh giác - chúng ta sẽ không còn “bé” nữa, vì đã chứng ngộ lý sắc không. Nhưng nếu chưa được thì

Xuân về hoa nở rộn trong lòng

Xuân đến thì vui, Xuân đi thì buồn, là dính mắc vào cảnh. Và khi lĩnh hội lý sắc không, thì

Chúa Xuân bị ta khám phá.

là phát minh, chứng ngộ. Tuy dựa vào lời Phật lời Tổ, như nhà khoa học dựa vào kinh nghiệm của bậc tiền bối khi nghiên cứu một chủ đề, học hỏi từ thầy bạn, sách vở thư viện, mày mò trong phòng thí nghiệm... nhưng khi phát minh là thuộc về mình, là vô sư trí. Chưa phát minh, chưa chứng ngộ còn vay mượn bên ngoài, là hữu sư trí. **Chúa Xuân** là thể tánh, khám phá là thấy tánh, tranh chăn trâu số 3: sơ ngộ.

Vì chưa đến tranh số 10 là cứu cánh ở giai đoạn
Tổ vị, nên vẫn phải tiến tu,

Chiếu trải giường thiền

là tọa thiền, tu trong Tĩnh. Tùy duyên, khi tu
Động với tánh thấy thì

ngắm cánh hồng.

Không nhất thiết phải tọa thiền trong chùa, có
thể ngồi trong quán cà phê, đi chợ mua rau trái...
vẫn tu với tánh thấy là nhìn ngắm. “**Ngắm**” là nhìn
một cách tự tại không dính mắc. “**Cánh hồng**” tượng
trưng cảnh vật thế gian hoặc người khác, sanh diệt vô
thường.

Tu trong Tĩnh và trong Động, cả hai phải đầy đủ,
bổ túc lẫn nhau, giống như chiếc thuyền, nghiêng một
bên là Tĩnh hoặc Động thuyền sẽ nghiêng và có thể
chìm. Mỗi lần ngồi thiền, là chúng ta nạp năng lượng,
tức tích lũy đạo lực, để trong Động chúng ta làm chủ,
không bị duyên cảnh kéo lôi. Cả hai pháp tu trong
Tĩnh và trong Động đều phải chánh niệm / tỉnh giác.

*

Xuân Vãn - Điều Ngự Giác Hoàng - Trần Nhân Tông

**ĐIỂM
ĐI**



**ĐIỂM
ĐẾN**

1. Thuở bé chưa từng rõ sắc/không
2. Xuân về hoa nở rộn trong lòng

PHÂN QUAN TỰ KỶ

- DÍNH MẮC ↓ BUÔNG
- KHÔNG ĐÍNH ○ KHÔNG THEO

3. Chúa Xuân nay bị ta khám phá

ĐẠT ĐỊNH - CHỨNG NGỘ

3. Chúa Xuân nay bị ta khám phá

ĐẠT ĐỊNH - CHỨNG NGỘ

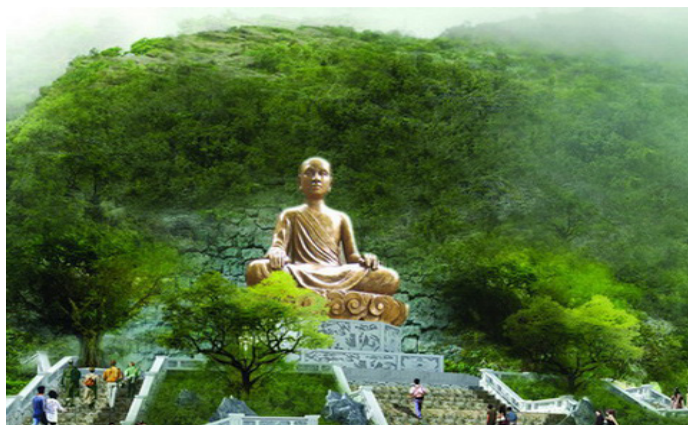
- CHÁNH NIỆM / TỈNH GIÁC
- SỐNG HIỆN TIÊN

4. Chiều trải giường thiền ngắm cảnh hồng

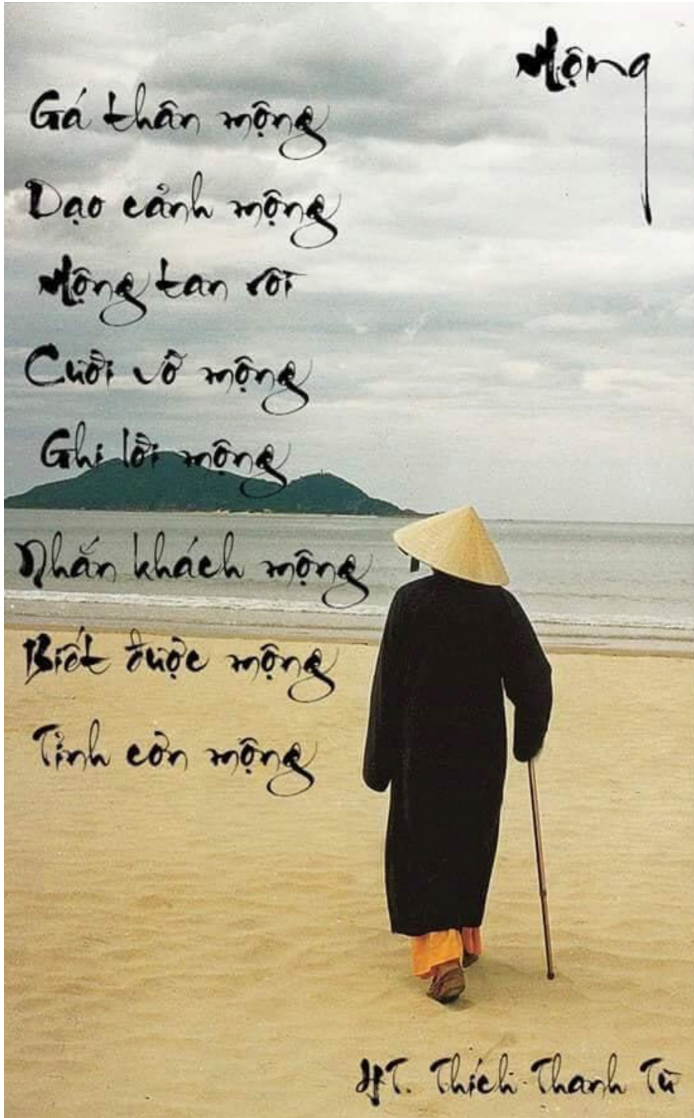
DIỆU DỤNG

18/23

*



7. Bài kệ Mộng
Sư Ông Trúc Lâm Thích Thanh Từ



Hôm nay là ngày khai pháp đầu năm. Trong tinh thần biết ơn chúng tôi quy hướng đánh lễ trên hết là Tam bảo, sau đến Thầy Tổ, và những đáng sinh thành. Quyển sách Tinh Người hồi xưa để bút hiệu là Tâm Quán (Su Ông Nhất Hạnh), người cô họ ở kế bên nhà cho tôi đọc. Đó là hạt giống lành đầu tiên đưa tôi đến cửa Thiền. Rồi khi cầm trên tay cuốn Thiền Sư Trung Hoa của Su Ông Trúc Lâm, có thể nói tôi chấn động. Sự tu của thiền sư, sao tôi thấy giống võ hiệp, nghĩa là anh hùng, đầy thử thách gian truân, Việt Nam có hai bậc long tượng tôi được học cả hai vị.

Trong bài kệ, “Mộng” là vô thường, biến đổi, không bền vững, đồng nghĩa là “giả,” không phải “chân,” nhưng là thực tế đời thường, như bốn mùa thay đổi Xuân Hạ Thu Đông nóng lạnh khác nhau.

Gá thân mộng

Nghĩa là chúng ta nương gá, sử dụng thân như chiếc xe, rất là thực tế đời thường, nhưng vẫn không quên đó là “mộng,” tức sanh diệt. Tuy vẫn chăm sóc không bỏ bê thân, đau bệnh thì đi bác sĩ, khi cần phải cũ kiêng... nhưng không dính mắc, không nô lệ thân, không vì thân mà tạo nghiệp. Luôn nhớ thân là dụng cụ để tu tập, không phải để thỏa mãn nhu cầu.

MỘNG – Thiên Sư Thích Thanh Từ

ĐIỂM ĐI

ĐIỂM ĐẾN

1. **GÁ THÂN MỘNG**
2. **ĐẠO CẢNH MỘNG**

3. **MỘNG TAN RỜI**
 - NHÁT NIỆM
 - THỨC TỈNH**GIÁC BIẾT**

- **VÔ NIỆM**
- **CHỨNG NGHIỆM**
- **TÁNH KHÔNG**
- **ĐẠT ĐỊNH**

4. **CƯỜI VỖ MỘNG**
- **CHỨNG NGỘ**

1. PHẢN QUAN TỰ KỶ –
TU TRONG TỈNH (TỌA THIÊN)

2. CHÁNH NIỆM/TỈNH
GIÁC – TU TRONG ĐỘNG
(ĐI-ĐỪNG-NGỒI-NĂM):

- TẬP TRUNG MỘT VIỆC TRƯỚC MẮT
- KHÔNG NHÌN TÂM
- TÂM MÂY ĐỘNG TỰ BIẾT

❖ **CÔNG PHU MIỀN MẶT**

3. **MỘNG TAN RỜI**
 - NHÁT NIỆM
 - THỨC TỈNH**GIÁC BIẾT**

- **VÔ NIỆM**
- **CHỨNG NGHIỆM**
- **TÁNH KHÔNG**
- **ĐẠT ĐỊNH**

4. **CƯỜI VỖ MỘNG**
- **CHỨNG NGỘ**

5. **GHI LỜI MỘNG**
6. **NHÂN KHẢNH MỘNG**
7. **BIẾT DƯỢC MỘNG**
8. **TỈNH CƠN MỘNG**
- **DỤNG – ĐỘ THA**

Khi sáu căn, tức thân, tiếp xúc sáu trần, luôn duy trì pháp tu là phản quan tự kỷ. Nhờ thế có thể an vui

Đạo cảnh mộng

Cho dù trả nghiệp kiếp trước, bây giờ ở tù vẫn tu tập và có người thành thiền sư. Ngoài chợ, buôn bán, lái xe ... đều tu, tùy duyên. Biết thân, cảnh đều là “Mộng” là cái biết của Thức, còn tri kiến, có thể không dính mắc hay tạo nghiệp nặng. Khi trở về pháp tu, cái biết bây giờ là Thức Tỉnh Giác. Đào sâu công phu, tăng cường đạo lực, hậu quả là

Mộng tan rồi

chứng nghiệm tánh Không, đạt Định. Nếu là chánh định sẽ chứng ngộ

Cười vỡ mộng

là tự độ. Bây giờ qua độ tha là

Ghi lời mộng

tức kinh nghiệm tu chứng để trao truyền,

Nhấn khách mộng

gieo nhân tu tập miên mật để

biết được mộng

là kết quả sẽ

tỉnh cơn mộng.

Trong tiến trình chuyển biến, chưa cất bước, ở cây số zero cái biết là nghiệp thức 100%. Bắt đầu đi, vì tu theo Thiền Tông Việt Nam là phản quan tự

kỷ, cái biết bây giờ là thức phản quán. Đi một đoạn đường, mỗi bước đi thức phản quán chuyển hóa thành thức tỉnh giác.

Đến cứu cánh thì tám thức chuyển thành tứ trí:

- Tiền ngũ thức (nhãn-nhĩ-tỷ-thiệt-thân thức) chuyển thành Thành sở tác trí

- Ý thức chuyển thành Diệu quan sát trí

- Mạt-na thức chuyển thành Bình đẳng tánh trí

- A-lại-da thức chuyển thành Đại viên cảnh trí.

*

THẢO LUẬN

Đây là những điểm gợi ý:

- Có tu tập miên mật đều đặn và thường xuyên hay không?

- Đang lái xe có tu hay không? Nấu ăn, trả lời phone ... có tu hay không?

- Tu trong Tịnh là tọa thiền, có phản quan tự kỷ không? Có phát hiện, nhận diện, ghi nhận, nhận biết niệm tưởng? Có chê/khen, vui/buồn ...?

- Có biết là đang rời khỏi pháp tu?

- Có tìm cách trở về pháp tu?

- Có tập trung thân và tâm, có chánh niệm / tỉnh giác hay không?

- Có làm một việc hay nhiều việc một lúc.

Xin nhắc lại pháp tu:

Khi phát hiện, niệm thứ nhất thường là niệm biết. Chính tập khí sinh ra niệm thứ hai, niệm thứ ba, niệm thứ tư ... Niệm thứ nhất vẫn trên pháp tu, đến niệm thứ hai là dính mắc, đã rời pháp tu. Phát hiện, nhận diện, ghi nhận sự kiện trước mắt, stop, là tu có chất lượng.

Đối tượng để nhìn tâm là niệm tưởng và nguyên nhân phát sinh chủ yếu là tập khí khiến tạo nghiệp. Khi khởi niệm biết, và cái biết này là thức. Câu Sư Ông dạy là “Biết mà cố phạm,” nghĩa là biết dính mắc

mà không buông, hoặc buông mà không rớt.

Câu hỏi 1: Đây là những điều con hiểu và làm khi ngồi thiền, con không biết có đúng không, xin Ni sư chỉ dạy. Khi ngồi thiền con biết khi có tiếng động, tiếng máy sưởi, xe chạy ngang, chim hót là âm thanh, biết khi có ánh nắng vào cửa sổ, đó là sắc tướng. Biết trời mưa, biết cảm giác của thân, đau chân, lạnh nóng đó là xúc giác, hơi thở ra vào thuộc về thân, biết thế ngồi của mình như lưng có thẳng hay không. Biết mà không chú tâm vào một đối tượng nào, chỉ nhận diện có niệm khởi và buông, không theo nó, như vậy có đúng không?

Trả lời: Biết như thế vẫn trên pháp tu. Quan trọng chỗ nào? Là không chú tâm vào một đối tượng – vì đây là tọa thiền, tu trong Tĩnh – nếu chú tâm vào đối tượng từ đó sinh khởi niệm 2, 3 ... là rời khỏi pháp tu. Nghe tiếng động biết lớn nhỏ, nhưng tới đó stop, là nhất niệm, định tương đối, vẫn trên pháp tu. Biết là tiếng máy sưởi, tiếng xe chạy ... tuy có định danh vẫn là niệm một, còn trên pháp tu, chưa dính mắc. Khi sinh ra niệm hai, có phân biệt đối đãi hay/dở, chê/khen, ưa/ghét ... là dính mắc. Trong khi lớn nhỏ là sai khác, không phân biệt đối đãi.

Khi nhận diện, phát hiện có niệm khởi, hai trường hợp có thể xảy ra:

- dính mắc thì buông, bằng cách nào? – Trở về hiện tiền. Trở về hơi thở cũng được. Thở vào đếm

một, thở ra đếm hai ... mắc đếm hơi thở nên niệm đi chợ chẳng hạn “rớt mất”.

- không dính mắc thì không theo.

Trường hợp cô Bạch không có thói quen trở về hơi thở. Nhìn tâm, phát hiện có khởi niệm và dính mắc, bây giờ chuyển qua tu với tánh thấy (trong động), mở mắt to nhìn trước mặt, thấy tủ kiếng, đường viền là gỗ màu nâu nhạt, tay cầm ở phía trên ... Thấy từng món đồ, không khởi niệm, cửa kiếng, tay cầm, màu nâu, ánh đèn, hình tượng Phật, đèn chiếu rọi, stop.

Câu hỏi 2:

Dạ, con đồng ý khi vọng tưởng khởi lên mà mình không thể buông được thì mình mượn một phương tiện nào đó để buông, mình có thể quán giả, quán không. Nhưng con nhận thấy thâm thâm là mình không muốn buông, nếu thêm một niệm khác là quán giả hoặc hư dối, là chồng thêm một lớp để xoa dịu cái ngã. Cho nên khi thấy cách mà Sư dạy là trở về hiện tiền, với sự vật trước mắt, không khởi một niệm nào hết. Giống như hồi nãy Sư nói là nhìn cái tủ rồi thấy vật này vật nọ..., không thêm niệm nào khác, bản thân con lại thấy cách đó rớt niệm lẹ hơn.

Trả lời: Cách đó là thuận tụy thiên, trở về hiện tiền. Nhớ hiện tiền là hiện tại không dính mắc. Có thể hơi khó đối với một số người chưa quen, nhưng đó là thực tế đời thường. Trong khi quán Giả quán Không là ý niệm, không phải thực tế đời thường. Dùng niệm

tượng thứ hai để đánh bạt niệm tượng thứ nhất, coi chừng “tránh ô mờ, gặp ô mả.” Thực tế đời thường là cửa kiếng, màu nâu, tay cầm, hình tượng Đức Phật đang sờ sờ trước mắt, nhưng khi cho là “giả,” “không thật,” lại là ý niệm. Tùy duyên, có nhiều pháp tu như nhiều viên thuốc, ai hạp với viên thuốc nào thì uống viên thuốc đó.

Câu hỏi 3: Lúc ngồi thiền, mình có thể nhắm mắt hoặc mở mắt một chút, lúc nhìn thì phải mở mắt to.

Trả lời: Đúng. Lúc đó cô Bạch phải mở mắt to, nhiều khi buồn ngủ phải gồng lên và mở mắt.

*

KINH PHÁP HOA

PHÁ NGŨ ẤM

HT Thích Thanh Từ Bình Giảng
(Trích Yếu)

1/ Phá Sắc Ấm

Phẩm Dược Vương Bồ-tát Bản Sự chủ yếu là phá sắc ấm, vào Sơ địa và Nhị địa Bồ-tát. Tri kiến Phật đầu tiên phá sắc ấm là thấy rõ thân tứ đại do cha mẹ sanh là vô thường huyễn hóa không thật, không có giá trị. Thấy như thế thì không lệ thuộc, không bị chi phối làm cho phiền não khổ đau, chỉ dùng làm phương tiện để truyền bá chánh pháp làm lợi ích cho chúng sanh. Thấy và thực hành như vậy là đốt thân hay đem thân cúng dường Phật.

Bồ-tát xả kiến chấp về thân, không còn thấy thân tứ đại là thật ngã nên ngộ Phật pháp thân. Vì khi ngộ được Tri kiến Phật, thấy rõ thân sắc uẩn là huyễn hóa tạm bợ. Do không còn chấp thân, không còn ái ngã nên không còn sanh tử. Giả sử như thân đau oằn oại, mà thấy thân là huyễn hóa không thật, thì không bị cái đau chi phối nên không khổ.

*

2/ Phá Thọ Ấm

Phẩm Diệu Âm Bồ-tát phá thọ ấm vào Tam địa

và Tứ địa Bồ-tát. Phải dùng trí tuệ quán chiếu cảm thọ do xúc mà có, không có tự thể cố định nên không thật. Cảm thọ không thật thì khổ vui làm gì thật? Đó là phá thọ ấm.

Bồ-tát Diệu Âm qua cõi Ta-bà là nhờ sức thần và trí tuệ của Phật, không phải khả năng của Ngài. Nơi cảm thọ Ngài được tự tại là do trí tuệ Phật. Như vậy, nơi sáu căn đều có lãnh thọ, nhãn căn thì thọ sắc trần, nhĩ căn thì thọ thanh trần, tỷ căn thì thọ hương trần, thiệt căn thì thọ vị trần, thân căn thì thọ xúc trần, ý căn thì thọ pháp trần. Tuy nhiên, căn lạnh lợi thông nhiếp như là nhĩ căn, vì khi đi-đứng-nằm-ngồi, nói-nín-thức-ngủ, tai đều nghe được tiếng. Nên Bồ-tát tượng trưng cho cảm thọ của nhĩ căn tên là Diệu Âm.

Bản chất của cảm thọ là biết, biết khổ biết vui, biết không khổ biết không vui. Do có biết nên nói cảm thọ phát khởi từ tâm chân thật, chớ không phải ở ngoài vào, giống như sóng dậy từ mặt biển.

Nếu chúng ta nghe tất cả tiếng, không dấy niệm phân biệt tốt/xấu, khen/chê; biết mình đang nghe tiếng, không cảm thọ buồn/vui, đó là xả thọ, là cúng dường âm nhạc. Bát bằng bảy báu tốt đẹp chỉ cho sắc pháp, mắt tiếp xúc sắc pháp mà không có cảm thọ vui/buồn, đó là xả sắc tướng, là cúng dường bát báu. Như vậy, mắt thấy sắc tai nghe âm thanh, biết rõ thanh sắc là huyễn hóa không thật, nên tâm không kẹt không dính và không bị quấy nhiễu, đó là phá thọ ấm.

Người được Tam-muội Hiện nhứt thiết sắc thân, sống với Tri kiến Phật, thấy thọ uẩn chột có chột không, vô thường huyễn hóa không thật, nên không chấp thọ uẩn là ngã. Do chấp thọ uẩn là ngã nên bị thọ ở mắt-tai-mũi-lưỡi-thân-ý trói buộc, vì vậy không tự tại vô ngại.

3/ Phá Tướng Âm

Phá tướng âm sẽ vào Ngũ địa và Lục địa Bồ-tát. Nếu niệm danh hiệu Quán Thế Âm Bồ-tát, mọi nghĩ tưởng dừng lặng thì hết khổ.

Kinh Thủ Lăng Nghiêm, Phật nói Bồ-tát Quán Âm tu hạnh Phản văn văn tự tánh, tức là xoay lại nghe tánh nghe của mình. Tánh nghe là thể chân thật của mỗi người, không có tướng mạo, không có hình dáng. Đã không có hình dáng tướng mạo thì lửa nào thiêu được, nước nào nhận chìm được? Nên nói niệm Quán Âm tức là lắng nghe tánh nghe của chính mình, thì mọi chướng nạn của lửa nước đều qua khỏi.

Khi sợ, chột tịnh, niệm Quán Thế Âm thì những niệm điên đảo tiêu tan, hết sợ hãi nên an ổn. Do biết xoay lại sống với Tri kiến Phật thanh tịnh sáng suốt nên lìa được tham, sân, si.

Muốn cầu con trai được con trai, cầu con gái được con gái, là nói lên công đức không thể nghĩ bàn của người niệm Bồ-tát Quán Thế Âm. Nếu nói xa hơn, niệm Bồ-tát Quán Thế Âm là xoay lại với tánh nghe của mình, tức là trở về Tri kiến Phật thì mọi sự việc

đều được như ý. Tri kiến Phật còn gọi là Châu như ý.

Vì niệm vô số danh hiệu của Bồ-tát khác cốt trở về Tri kiến Phật, còn niệm một danh hiệu Bồ-tát Quán Thế Âm cũng trở về Tri kiến Phật. Vì niệm là nhớ sống với Tri kiến Phật, chớ không phải niệm suông ngoài miệng để rồi chấp câu chấp lời.

Xưa khi tôi còn đi giảng, có ông phó quận Lộc Ninh tên Triền đứng ra tổ chức, mời tôi và thượng tọa Huyền Vi lên giảng, Ông hỏi tôi:

- Thưa Thầy, mình thành tâm cầu nguyện Bồ-tát Quán Âm, Ngài có ứng hiện không?

Tôi hỏi:

- Theo đạo hữu thì thấy sao?

- Tôi tin chắc, Ngài có ứng hiện.

Rồi ông kể cho tôi nghe, ông có một đứa con khoảng mười ba, mười bốn tuổi bệnh nặng, đưa đi bệnh viện Đồn Đất chữa trị khoảng nửa tháng. Bệnh không giảm, bác sĩ bó tay, bảo ông đem nó về nhà, nếu không sẽ chết trong bệnh viện. Ông chở về nhà tuyệt vọng, không biết phải chạy chữa như thế nào, chỉ thành tâm cầu nguyện Bồ-tát Quán Thế Âm. Đêm đó ông ngủ thấy Bồ-tát Quán Thế Âm hiện, Ngài đứng trên hoa sen trước mặt ông bảo:

- Người nên sai người đi về hướng Bắc rước thầy thuốc về trị, con người sẽ lành bệnh.

Khi thức giấc ông nhớ rõ ràng hình dáng Bồ-tát Quán Thế Âm ứng hiện. Sáng ra cho người đi về

hướng Bắc tìm gặp thầy thuốc, mời về nhà xem mạch hốt thuốc, con ông uống chỉ có ba thang là hết bệnh. Từ đó, ông lập bàn thờ Bồ-tát Quán Thế Âm, tin Tam bảo và rước chúng tôi giảng đạo.

Trên sự tương, chúng ta thấy có thành tâm cầu nguyện thì có cảm ứng. Song cảm ứng còn tùy duyên phước của mỗi người, chớ không phải ai ai cũng như vậy. Cũng như mặt trăng trên không, chỉ hiện bóng khi trời trong và chỗ có nước, nếu trời nhiều mây, không nước thì mặt trăng không hiện, chẳng phải Bồ-tát đến với người này mà không đến với người kia. Trên mặt lý, thì khi không còn chạy theo vọng niệm điên đảo, xoay lại sống với Tri kiến Phật là cái thanh tịnh sáng suốt, thì có việc gì mà chướng ngại trái ngăn không như ý. Vậy lý sự phải viên dung.

Từ trước chúng ta không nghe tên Bồ-tát Trì Địa, bây giờ ngẫu nhiên Ngài xuất hiện nói rằng: “Nếu có chúng sanh nào nghe phẩm Quán Thế Âm Bồ-tát đạo nghiệp tự tại, Phổ Môn thị hiện sức thần thông này, thời phải biết công đức của người đó chẳng ít.” Bồ-tát Trì Địa là vị Bồ-tát gìn giữ quả đất, tức là cõi Ta-bà này, Ngài nói: “Nếu mọi người ở cõi Ta-bà này thuận theo pháp tu của Bồ-tát Quán Thế Âm thì sẽ được kết quả là thần thông tự tại, công đức rất lớn.” Sở dĩ được như thế là do công hạnh tu Phán văn văn tự tánh, là xoay lại nghe tánh nghe của mình. Nghĩa là khi nghe âm thanh bên ngoài, không để tâm phân biệt chạy theo tiếng hay tiếng dở. Trái lại khi nghe âm

thanh liền nhớ mình có tánh nghe luôn luôn hiện hữu, không đuổi theo tiếng hay /dở, tâm được thanh tịnh thì trí tuệ hằng sáng soi, công đức đầy đủ, từ đó mà khởi phát diệu dụng. Đây là pháp tu chung ở cõi Ta-bà này nên nói là Phổ Môn.

*

4/ Phá Hành Âm

Phẩm Đà-la-ni (Dhârani) chủ yếu phá hành âm, vào Thất địa và Bát địa Bồ-tát.

Hành âm là niệm rất vi tế không hiện rõ như tướng âm. Thần chú là những lời nói nhiệm màu, khi nghe hay đọc chúng ta không thể khởi niệm suy tư về ý nghĩa của thần chú được. Nên khi đọc thần chú tâm bình thản an nhiên, gọi là trừ cái lặng lẽ vi tế của hành âm. Thông thường người tu khi phá tướng âm, hết vọng tưởng ngỡ rằng tâm mình đã thanh tịnh không có ý tiến lên, bèn an trú trong đó. Hàng Nhị thừa cho đó là Niết-bàn. Thiên tông biểu trưng trạng thái này qua bức tranh thứ tám trong mười bức tranh chặn trâu, người chặn và trâu không còn, gọi đó là đầu sào trăm trượng, mút đầu sào phải nhảy qua mới là người anh kiệt.

*

5/ Phá Thức Âm

Phẩm 27: Diệu Trang Nghiêm Vương Bản Sự phá thức âm, âm chót trong năm âm. Phá được thức

Ấm là qua được Cửu địa và Thập địa Bồ-tát, rồi lên Đẳng giác Diệu giác thành Phật. Thức ấm đây không phải là sáu thức do sáu căn duyên sáu trần dậy khởi, mà là Tạng thức, là kho chứa tất cả chủng tử thiện ác, khi chuyển hết chủng tử thiện ác thì nó trở thành Như Lai tạng, tức là thành Phật.

Vua Diệu Trang Nghiêm biểu trưng cho Tạng thức, phu nhân Tịnh Đức biểu trưng cho Mạt-na thức, Tịnh Tạng biểu trưng cho Ý thức, Tịnh Nhãn biểu trưng cho Tiền ngũ thức là nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân thức.

Người tu, dùng ý thức nhận hiểu chánh pháp rồi mới khởi sự tu hành và chuyển năm thức trước trở thành thanh tịnh. Do năm thức trước thanh tịnh thì thức thứ bảy là Mạt-na thức mới thanh tịnh. Khi ý thức và năm thức trước huân tu đầy đủ công đức rồi, mới chuyển thức thứ tám là A-lại-da thức thành Như Lai tạng. Nên nói hoàng tử Tịnh Tạng và Tịnh Nhãn xuất gia rồi, khuyên phu nhân Tịnh Đức và vua Diệu Trang Nghiêm hướng về đạo để tu hành.

Hoàng tử Tịnh Tạng và Tịnh Nhãn [tượng trưng 6 thức] dẫn đường cho phu nhân và Hoàng đế đi tu, lẽ ra phải được Phật thọ ký trước, Hoàng đế tới sau được thọ ký sau. Nhưng, ngược lại khi thọ ký thì Phật thọ ký cho vua Diệu Trang Nghiêm, mà không thọ ký cho hoàng tử Tịnh Tạng và Tịnh Nhãn. Để thấy thành Phật là A-lại-da thức thành, còn những thức kia chỉ là diệu dụng thôi. Nên khi loại hết chủng tử thiện ác rồi

thì A-lại-da thức thành cái kho thanh tịnh gọi là Như Lai tàng. Thức A-lại-da mang chủng tử thiện ác ở đời quá khứ đến thọ sanh ở đời hiện tại. Khi mang thân người thì tất cả nghiệp thiện hay ác đều chứa chấp đủ. Nếu chuyển được nó thì thành Phật, còn nếu chưa chuyển được nó, dầu cho tu các thức kia cũng không thể thành Phật. Vì vậy, trong Duy thức học nói thức A-lại-da đi thì đi sau đến thì đến trước, nên nói nó là gốc là chủ. Đó là hình ảnh biểu trưng của sự tu tiến.

Tại sao nói nhà vua theo ngoại đạo tà kiến? Nhà vua là chỉ cho thức A-lại-da huân chứa chủng tử cũ.

Thông thường chúng ta tu là do ý thức lanh lợi, giản trạch rõ lẽ chánh/tà, chân/ngụy, rồi từ từ chuyển hóa ý thức trở thành thanh tịnh. Do ý thức thanh tịnh mới có diệu dụng huân lại những chủng tử trong A-lại-da, nhờ đó thức A-lại-da lần lần chuyển theo. Ý thức và năm thức trước tiếp xúc bên ngoài, nó huân tất cả những cái hay cái tốt, mới có công năng hướng thức A-lại-da trở thành thanh tịnh, nên ở đây nói là hai hoàng tử hiện thân thông cho nhà vua tin để rồi đưa nhà vua tới chỗ Phật ngự. Sau khi hướng dẫn vua cha đến với đức Phật, hai hoàng tử đồng xin xuất gia, vì đã làm tròn bổn phận là đưa cha về với chánh pháp. Chúng ta thấy rõ, khi ý thức và năm thức trước đã chuyển thì thức A-lại-da cũng chuyển thành trí, thì tất cả thức đều được thanh tịnh hoàn toàn, ý nghĩa này đoạn sau sẽ giải thích.

Nhà vua đi đâu là có cả tám muôn bốn ngàn

người ở hậu cung đi theo, những người đó đều thọ trì kinh Pháp Hoa. Điều đó cho chúng ta thấy rằng thức A-lại-da chứa vô số chủng tử, nên khi thức A-lại-da chuyển thì bao nhiêu chủng tử liền theo đó chuyển hết. Đây nói Tịnh Nhãn thì được Pháp Hoa tam-muội, Tịnh Tạng thì được Ly chur ác thú tam-muội.

Pháp hoa tam-muội là Tri kiến Phật, mà Tri kiến Phật lúc nào cũng hiện hữu nơi mắt-tai-mũi-luỡi-thân của mỗi người, nên nói Tịnh Nhãn được Pháp Hoa tam-muội. “Ly chur ác thú tam-muội” là chánh định lià các đường ác, hay nói cách khác ý thức đã chuyển, không tạo nghiệp ác nên được thanh tịnh. Động lực dẫn con người đi vào đường ác cũng là ý thức, lià các nghiệp ác được thanh tịnh cũng là ý thức.

Phu nhân Tịnh Đức thì được “Chur Phật tập tam-muội”, là chánh định do chur Phật nhóm họp.

Đoạn này chúng ta thấy chia ra bốn nhóm:

- nhóm thứ nhất chỉ cho Tiền ngũ thức,
- nhóm thứ hai chỉ cho Ý thức,
- nhóm thứ ba chỉ cho Mạt-na thức,
- nhóm thứ tư chỉ cho A-lại-da thức.

Chúng ta thấy rõ ý thức là động lực chính tạo nghiệp và chuyển nghiệp. Còn những thức kia có công năng đi theo thôi, như là Mạt-na thức, qua hình ảnh phu nhân Tịnh Đức không có công gì hết, chỉ có việc đi theo vua Diệu Trang Nghiêm. Giống như Sa Tăng quảy hành lý theo Tam Tạng đi thỉnh kinh. Tịnh

Nhân như Trư Bát Giới, Tịnh Tạng như Tề Thiên tài ba mưu lược. Vua Diệu Trang Nghiêm là Tam Tạng thì không khôn lanh, chậm chạp, nhưng Ngài là chủ, những người kia theo trợ giúp cho Ngài nên khi thành tựu kết quả thì chính Ngài nhận lãnh.

Qua đoạn này chúng ta thấy trọng tâm tu, là chuyển Ý thức thành Diệu quan sát trí, năm thức trước thành Thành sở tác trí, Mạt-na thức thành Bình đẳng tánh trí, A-lại-da thức thành Đại viên cảnh trí. Rõ ràng chuyển tám thức thành bốn trí. Tạng thức là cái nhân chính để thành Phật, chớ bảy thức còn lại là phụ không phải là nhân tố chính để thành Phật.

Về lý thì, sở dĩ A-lại-da thức mà được thanh tịnh sáng suốt, là nhờ ý thức và tiền ngũ thức chuyển và hướng dẫn. Vậy A-lại-da thức được chuyển thành trí là nhờ những thức trước chuyển mà chuyển theo. Cho nên thức thứ tám được quả mà không phải công của mình, mà do công của những thức kia. Ở đây biểu trưng qua hình ảnh vua Diệu Trang Nghiêm tán thán hai người con là thiện tri thức của mình.

Điều này cho chúng ta thấy ý thức và tiền ngũ thức là quan trọng, vì Tri kiến Phật luôn hiện hữu ở những thức này. Khi đã nhận ra Tri kiến Phật liền từ đó chuyển lần tới A-lại-da thức.

Tâm hành là chỉ cho chúng tử do năm thức trước và ý thức huân tập, rồi Mạt-na thức đưa vào A-lại-da thức. Do có chúng tử ở A-lại-da thức nên khởi ra hiện

hành, chủng tử tốt thì khởi hiện hành tốt, chủng tử xấu thì khởi hiện hành xấu. Chủng tử khởi hiện hành, hiện hành huân thành chủng tử, cứ như vậy mà tiếp nối không dừng. Nên đây nói: “chẳng còn tự theo tâm hành”, tức là không còn theo những chủng tử mà sanh lòng ác kiêu mạn, giận hờn, tà kiến, nên được thanh tịnh.

Chúng sanh có những bệnh như tham lam, sân giận, si mê, kiêu căng, bồng xển... phát sanh từ ý thức và năm thức trước. Khi chuyển ý thức và tiền ngũ thức, hết những bệnh trên, gọi đó là Dược Vương và Dược Thượng. Hai vị Bồ-tát này hay chuyển cái xấu cái tà thành cái hay cái chánh, nên công đức của hai vị Bồ-tát này rất lớn. Ý thức và tiền ngũ thức trở thành thầy thuốc trị hết bệnh tham, sân, kiêu mạn... là bậc tôn kính đáng đánh lễ.

Trọng tâm của phẩm này là phá Thức ám trong thân năm ấm, ở kinh Lăng Nghiêm gọi là ngũ ấm ma. Sắc ám, thọ ám, tưởng ám, hành ám và thức ám che khuất Tri kiến Phật có sẵn nơi mỗi người, phá tan năm ấm đó thì Tri kiến Phật hiển hiện. Cũng như mặt trăng khi mây tan trời trong thì sáng vàng vạc. Phá xong thức ám đi tới quả Phật không còn khó khăn nữa. Tới đây là xong phần Nhập Tri kiến Phật.

*

