

VIỆN NGHIÊN CỨU PHẬT HỌC VIỆT NAM
TRUNG TÂM NGHIÊN CỨU VÀ ỨNG DỤNG THIỀN HỌC BẮC TRUYỀN
THÍCH TÂM HẠNH

Dụng
Công
Tu
Thiền

福

Thay lời tựa

Tâm tánh vốn thanh thang, không ô học tròn vuông giới hạn của ngàn mé. Thể ấy vắng bật không hình tướng, ngàn thánh khó dò tìm. Bởi nó chính là mình, là mỗi một chúng ta, người ngoài không thể ra tay, để mắt thấu. Đứng ra thẳng đây liền nhận, nhưng do nghiệp thức che đậy, vì thế người người trước mắt lầm qua. Chúng sanh phước ít nghiệp nhiều, vọng tập sâu dày, cho nên phần nhiều phải quyết chí hạ thủ công phu, mới mong suốt tốt.

Tất cả chúng sanh ngàn xưa vốn ở trong thể của tâm ấy. Nhưng rồi có lần bất chợt thoáng quên, từ đó mê mờ, vọng tình đua nhau sanh khởi, đi vào sanh tử, cam chịu lăm nõi đa đoan. Muốn chấm dứt kiếp sống cùng tử lang thang thì phải ngay chỗ khởi sanh để tìm đường lần về quê cũ.

Đạo này không tướng, sẵn đủ trước mắt mỗi người. Nhưng phàm tình lại tự rối

bồi, cho nên lối về cũng bồi bồi muôn nẻo. May thay gặp được con đường tâm tông chỉ thẳng (thiền tông trực chỉ), ngay đây thấy rõ cố hương. Đường về dù muôn dặm xa, nhưng cứ miệt mài, một sáng bất chợt hay ra, nào ngờ khắp nơi quê nhà ta đó.

Người ngộ thì đã biết lối. Những ai đêm ngày còn miệt mài hạ thủ công phu tu tập, sẽ cần một “cái nhìn” và những sẻ chia kinh nghiệm của các hành giả đã kinh qua. Dù có ít ỏi, thô sơ, nhưng cũng là cây nhà lá vườn. Tự mình ươm trồng, không những hoạt chất của bên lề học hiểu.

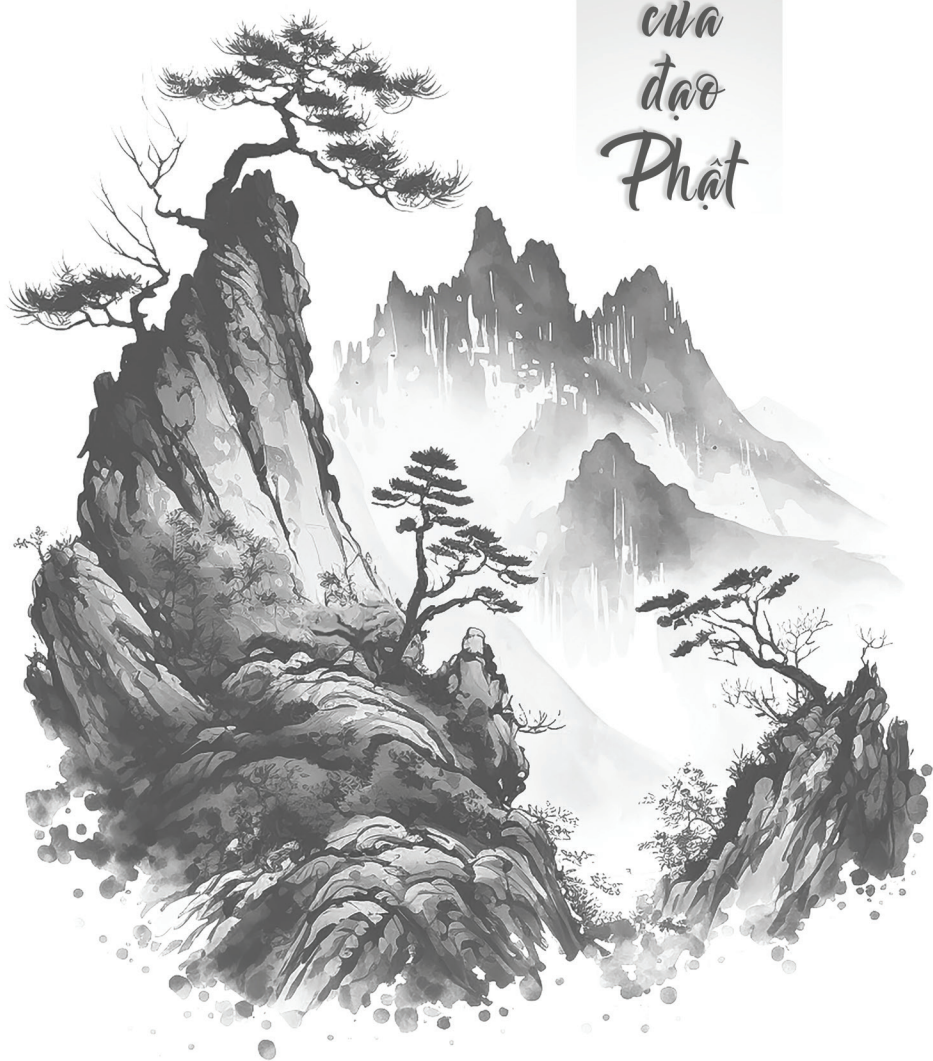
Những gì trong tập sách này chỉ nhấn mạnh đến việc hạ thủ công phu, hơn là bàn sâu đến diệu dụng bất tư nghì của tâm tánh. Chỉ dám mong chia sẻ với những hành giả hữu duyên, đang sánh nhau cùng đi trên con đường của Phật Tổ.

Ngày Xuân năm Quý Mão, 2023
Tỳ-kheo Thích Tâm Hạnh.

Chương

I

Thiền
là
cốt
tủy
của
đạo
Phật



1. CỘI NGUỒN THIÊN TÔNG

1.1. Từ Phật Tổ Tu Hành

a) Đức Phật Thích Ca Mâu Ni tu thiên mà thành đạo

Khi Thái tử Sĩ-đạt-ta vượt thành xuất gia tìm đạo, Ngài đã tìm học với những vị tiên như nổi tiếng ở Ấn Độ thời bấy giờ. Các vị tiên như ấy chúng đấng được pháp gì, Thái tử đều đạt đến như vậy. Nhưng chưa phải là chỗ tốt ráo mà Ngài muốn tìm cho nên Thái tử quyết định từ giã ra đi. Thử tu khổ hạnh, con đường này cũng không đưa đến đạo quả. Cuối cùng Ngài quyết chí tọa thiền. Trải qua 49 ngày đêm, khi sao mai vừa mọc, Ngài đã thành đạo, thành Phật hiệu là Thích Ca Mâu Ni. Cho thấy, đức Phật Bốn sứ Thích Ca Mâu Ni do tọa thiền, tu thiên mà được thành đạo.

b) Nhiều đời chư vị Tổ sư đều do tu thiên mà ngộ đạo

Nếu ai đã từng đọc học lịch sử sẽ thấy rõ, nhiều đời Tổ sư và chư vị Thiên sư đều

tu thiên. Cụ thể là 28 vị Tổ Ấn Độ, 6 vị Tổ Trung Hoa, 3 vị Tổ sư Thiên phái Trúc Lâm Việt Nam, cho đến chư vị Thiên sư đều do tu thiên mà được ngộ đạo, chứng đạo.

1.2. Từ Phật Tổ Truyền Thừa, Trao Truyền

Suốt 49 năm thuyết pháp độ sanh, cuối cùng trên hội Linh Sơn, đức Phật lên Pháp tòa. Có vị Đại Phạm Thiên Vương dâng cúng cành hoa sen. Tiện tay nhận lấy, đức Phật cầm cành sen đưa lên, nhìn khắp chúng hội, không nói năng gì. Đại chúng ngỡ ngác. Duy chỉ có ngài Đại Ca-diếp mỉm cười. Đức Thế tôn bảo:

“Ta có Chánh pháp nhãn tạng, Niết-bàn diệu tâm, Thật tướng vô tướng, Vi diệu pháp môn. Nay trao cho Ma ha Ca-diếp”.

Đồng thời đức Phật truyền trao y bát cho ngài Ca-diếp, trở thành vị Tổ Thiên tông đầu tiên. Sau đó, Tổ Ca-diếp tiếp tục trao lại cho ngài A-nan... Đòi đòi chư vị Tổ sư lần lượt trao truyền nhau tâm ấn này.

Ngộ tâm là ngộ thiên. Tâm thể này

cùng với chư Phật không khác. Ai về trong ấy cũng đồng suốt thông nhau. Đó là tâm ấn tâm, là truyền tâm ấn. Y bát chỉ là biểu tượng làm niềm tin cho người khác. Sau Lục Tổ Huệ Năng, người ngộ thiên nhiên, cho nên không truyền biểu tượng y bát nữa, chỉ ấn tại tâm. Cứ như thế, chư vị Thiền sư cùng nhau trao truyền tâm ấn Phật. Đến Sơ Tổ Trúc Lâm Việt Nam và nhiều đời chư vị Thiền sư Việt Nam cũng trao truyền nhau tâm ấn này. Mãi đến hôm nay, Hòa thượng Tông chủ (Thiền sư Thích Thanh Từ) đã tiếp nối phục hưng Thiền phái Trúc Lâm Việt Nam cũng trên tinh thần đạt ngộ khế tâm như thế.

Đức Phật đưa cành hoa sen lên, ngài Ca-diếp liền thấy thẳng bằng cái “**thấy biết Phật**” (*Tri kiến Phật*), là **kho chánh pháp** hiển hiện ngay con mắt, là **diệu tâm Niết-bàn** nơi tất cả chúng sanh, là **tướng chân thật** nhưng không phải có hình tướng như các pháp sanh diệt thế gian; hay nói rõ hơn là bản tâm, là tánh Phật nơi chính mỗi

người. Ngài Ca-diếp ngộ bản tâm, hội được điều trọng yếu đức Phật muốn chỉ là đã được Phật truyền tâm ấn làm Tổ vị Thiên tông đầu tiên. Đây là bài pháp rốt sau rất cô đọng, sống động, tóm gọn hết những điều trọng yếu mà Phật muốn nói một đời. Bởi một đại sự nhân duyên đức Phật xuất hiện nơi đời là cốt yếu khai thị cho chúng sanh ngộ nhập **Phật tri kiến**. Vì thế, bao nhiêu Kinh luận cũng đều chủ yếu chỉ cho tất cả chúng ta trở về nhận lại cái **thấy biết Phật** nơi chính mình. Cành hoa sen năm xưa đức Phật đưa lên trên hội Linh Sơn, ngài Ca-diếp liền thấy thẳng bằng **thấy biết Phật**, đức Phật liền ấn chứng Ngài làm Tổ vị Thiên tông đầu tiên; cành sen ấy đến nay đã trên hai ngàn năm trăm năm, nhưng vẫn còn nở rộ, tròn vìn, tươi thắm, hiển hiện ngay đây, bây giờ, cho hành giả có những phút bật cười, những giây bật khóc, hoan hỷ ngập tràn không thể kể được. Thử hỏi tại sao lại có chuyện lạ như thế? Nếu là người thực tâm tu hành, quyết chí hạ thủ công phu thì việc này không còn xa

lạ. Chỉ bởi nín cười không được, nhịn khóc không xong.

Ngàn xưa chư Phật, nhiều đời chư vị Tổ sư, hiện tại những bậc tu hành đạt đạo, cho mãi đến ngàn sau, hễ ai quyết chí tu hành, đạt ngộ bản tâm chân thật ấy thì mỗi mỗi đều nhất quán, thông suốt như nhau không khác. Dùng tâm ấn tâm, thiên tông đã được trao truyền từ ngàn xưa cho mãi đến hôm nay, vẫn còn!

1.3. Ngay Chính Bản Tâm Mỗi Người

Đức Phật được tôn xưng là bậc Đại Y Vương, hay tùy theo tâm bệnh của chúng sanh để cho thuốc. Vì thế, pháp Phật như tùy bệnh cho thuốc. Do chúng sanh có lắm tâm bệnh cho nên thuốc cũng phải nhiều. Từ đây, đạo Phật mới có nhiều pháp môn cho từng căn cơ phù hợp để theo đó hành trì, tu tập. Tuy vậy, pháp môn nào cuối cùng cũng phải đạt đến định tuệ thì mới được giác ngộ giải thoát.

Hơn nữa, tu Phật là để đạt được giác

ngộ. Chỉ có giác ngộ thì mới thực sự được an lạc, giải thoát. Ai đã trực ngộ bản tâm chân thật nơi chính mình thì sẽ hay ra sự giác ngộ, an lạc, giải thoát ấy một cách rõ ràng. Và ngộ tâm như thế là con đường của thiên định, thiên tông. Cho thấy, thiên vốn là bản tâm sẵn vậy nơi mỗi người. Cội nguồn của thiên cũng chính là cốt tủy của đạo Phật. Vốn từ sự giác ngộ bản tâm chân thật nơi mỗi người mà Phật Tổ muốn chỉ bày cho tất cả chúng ta. Vì thế, Thiên sư Khuê Phong Tông Mật đã khẳng định: *“Thiên là nguồn cội của các pháp tu. Người học ba thừa muốn cầu thánh đạo hẳn phải tu thiên. Lìa thiên không có cửa nào khác, lìa thiên không có đường nào khác”*.

1.4. Tóm Lại

Trên từ chư Phật, nhiều đời chư vị Tổ sư đều khởi nguồn ban đầu từ bản tâm của mình để tu hành và thành Phật, thành Tổ. Kế đến truyền thừa chánh pháp cũng trao truyền nhau chỉ thẳng ngay chính bản tâm này. Người đạt ngộ bản tâm nghĩa là được

truyền tâm ấn, dùng tâm ấn tâm. Đạt ngộ, kế tâm nghĩa là được trao truyền, chứ không phải có một cái tâm này của vị Thầy truyền sang cho một cái tâm khác của đệ tử. Và hiện tại hoặc cho mãi đến ngàn sau, ai tu Phật cũng bắt đầu từ bản tâm này để tu hành thì mới thành Phật, tác Tổ được. Bởi không thể tìm chánh giác ngoài tâm.

2. MÔN CĂN BẢN CỦA NGƯỜI TU PHẬT: GIỚI - ĐỊNH - TUỆ

Đạo Phật có tám muôn bốn ngàn pháp môn tu. Không phải đếm đủ con số có 84.000 pháp môn một cách cụ thể, mà đây là chỉ cho số nhiều. Vì thế còn gọi là “vô lượng pháp môn tu”. Nhưng theo sách biên tập lại thì hiện tại đạo Phật có mười Tông phái. Hiện nay, nổi trội nhất có ba Tông phái: Tịnh Độ Tông, Mật Tông và Thiên Tông. Tuy nhiều như vậy, nhưng pháp môn tu nào cũng không ra ngoài ba môn học vô lậu: Giới, định và trí tuệ.

Ai tu Phật cũng đều giữ gìn giới luật của Phật. Phạm phải một lỗi lầm gì, không

sớm thì muộn, lòng người sẽ bất an. Giữ giới để ngăn quấy, dứt ác, tâm mới được an định. Tâm có an định thì trí huệ vô lậu mới phát huy. Không kể đến những bậc thượng thừa có sự thị hiện đặc biệt. Còn lại, hầu hết người tu Phật chúng ta không thể thiếu ba môn học vô lậu căn bản như vậy. Trì giới, sống ngay tâm an định mà trí sáng, đó là tu hành. Theo thời gian, công phu của hành giả được thuần thục, đắc lực và sẽ có lúc bùng nổ bản tâm. Tự tâm này đạt đến đỉnh cao tuyệt đối của định tuệ. Ngay tự tánh giác sáng là tuệ. Bản thân tự tánh sáng biết ấy vốn tự tịnh tự định, không thể nào động; chứ không phải làm cho được an định nữa. Đến đây, định tuệ đồng thời, không trước không sau. Sống được với bản thể này là đã đạt được đại định của Thiên tông; động tĩnh, nhúc nhích, đều là tự tánh chân thật chính mình.

Tóm lại, người còn trong quá trình hạ thủ công phu thì phải trì giới, tập định, tu huệ đúng pháp. Công phu chín muồi, sẽ có

lúc bưng ngộ bản tâm. Người đã đạt ngộ thì trong định, giới đã tròn đủ, không khuyết; gọi là “Định cộng giới” hay “Đạo cộng giới”. Đồng thời, vị này sống thẳng bằng tâm tánh đã tỏ ngộ thì định tuệ hiện tiền.

Vì vậy, bất kỳ ai tu Phật cũng đều phải tu tập giới, định và trí tuệ. Với người sơ cơ mới vào đạo thì tu tập để thuần thực, sẽ có lúc tỏ ngộ. Người đã đạt ngộ là đạt đến đỉnh cao của ba môn học vô lậu này. Cho thấy, môn căn bản của người tu Phật là tam vô lậu học: Giới, định và trí tuệ. Khéo tu tập ba môn học vô lậu đạt đến rốt ráo, động tĩnh không khác, định tuệ đồng thời, sẽ đạt đến đại định của thiên tông. Vì thế, môn căn bản của người tu Phật là Thiên tông.



3. SỰ CẦN THIẾT (GIÁ TRỊ THỰC) CỦA THIÊN

3.1. Quá Khứ, Ngàn Xưa Minh Triết

Xưa kia, vật chất chưa phát triển nhiều cho nên đời sống tinh thần được mọi người đề cao hơn; trí tuệ, tư duy chuyên sâu, minh triết... Học thiên là dùng trí tuệ để học suốt, hiểu thông, soi thấu trí tuệ chân thật. Đạt thiên là đạt đến đỉnh cao của trí tuệ rất ráo. Vì vậy, thực tập thiên sẽ giúp cho chúng ta có trí tuệ sáng suốt để nhìn nhận sâu sắc và đầy đủ mọi khía cạnh mà con người cần lúc này.

3.2. Hiện Tại, Thực Tiến

Hiện tại, đời sống thiên về thực tiễn thì thiên vốn dĩ rất thực tiễn, giúp cho đời sống con người thăng tiến tốt hơn.

Hơn nữa, xã hội ngày càng hiện đại văn minh là nhờ vào trí tuệ của nhân loại. Ví như trí tuệ nhân tạo có siêu xuất đến đâu thì cũng đợi con người khởi động cho

nó thông minh thì nó mới có trí tuệ được, cho nên mới gọi là nhân tạo. Nhiều sự sáng kiến, sáng tạo khác cũng phải bắt nguồn từ trí tuệ của con người. Nhưng tu thiền lại là con đường thực hành của trí tuệ, đưa người học đạt đến trí tuệ rốt ráo, siêu việt. Do trí tuệ là cội nguồn của sự văn minh tiến bộ cho nên người có trí tuệ thiên sẽ tự tin, vững chãi và phát huy được trước mọi thời kỳ hiện đại phát triển. Kinh Pháp Cú số 282, đức Phật dạy: “Tu thiền trí tuệ sanh”. Thiền tông hướng dẫn mọi người phát huy theo chiều hướng trí tuệ như thế. Học thông thiên lý, nắm vững phương pháp thực hành, quyết chí hạ thủ công phu tu tập để nhận chân, đạt đến trí tuệ rốt ráo, chân thật chính mình. Chính vì thế, xã hội ngày càng văn minh, thời đại khoa học càng phát triển thì lại càng phù hợp với thiền.

Mặt khác, trước một xã hội ngày càng phát triển mạnh mẽ. Song song với vật chất dồi dào, cuộc sống con người được nhiều tiện

nghe thì sự phát triển ấy đã để lại nhiều vấn nạn khác, như là nhiều người bị căng thẳng, trầm cảm... Lúc này, tìm đến thư giãn là một nhu cầu tất yếu. Thực tập thiền đúng cách sẽ giúp cho con người thư giãn tuyệt đối để sống tốt. Vẫn làm việc, phát triển mà vẫn được thư giãn, chứ không đợi đến lúc nghỉ ngơi. Do đó, người tu tập thiền đắc lực sẽ giúp ích được cho nhân loại trên đà thăng tiến và phát triển chung.

Một đời sống hiện đại, dồi dào vật chất, tiện nghi, nhưng đạo đức cũng được song hành phát triển, trí tuệ sáng suốt, tinh thần vẫn được thư giãn, tĩnh tại. Chắc chắn đây là một sự phát triển cân bằng, vững chắc, lâu dài mà ai cũng muốn hướng đến. Cuộc sống nếu có thiền, sẽ giúp cho chúng ta làm tốt điều đó.

3.3. Ngàn Sau, Thiền Luôn Là Nguồn Sống Cần Thiết Cho Mọi Người

Con người không ai là không biết. Sống là biết. Biết trong loạn động thì rối rắm, mê

mờ, mất năng lượng sống. Sáng biết mà không động, người này có khả năng bình tĩnh và sống, được an vui hạnh phúc thực sự. Và bản chất của sự sáng biết không động là thiên. Tất cả chúng ta dù đã tu thiên hay chưa tu thiên, nhưng ai cũng đang sáng biết. Đồng nghĩa là ai ai cũng đang sống trên thiên cả.

Cho thấy, bên trong thì từ bản chất sống của mỗi người; bên ngoài thì trên các phương diện, trải qua nhiều thời đại khác nhau; thiên luôn là nguồn sống, là sự cần thiết. Xét qua phương diện nào, xét về thời đại nào, thiên cũng giúp ích được cho đời sống con người qua các thời kỳ và hoàn cảnh như thế. Đây là sự cần thiết của thiên đối với cuộc sống con người chúng ta. Giá trị thực của thiên nó nằm ở chỗ rất siêu huyền, phi thường, có thể giúp cho con người vươn lên để thành tựu mọi điều tốt đẹp trong cuộc sống. Bậc học đạo xuất thế cũng từ thiên định mà được thành đạo. Thiên sư Khuê Phong Tông

Mật nói: *“Một hạnh thiên định rất thân diệu, hay phát khởi trí huệ vô lậu trên chơn tánh. Tất cả diệu dụng, muôn đức muôn hạnh, cho đến thần thông quang minh đều từ định phát sanh”*. Tuy vậy, nhưng thiên lại rất thực tế, bởi nó chính là bản tâm chân thật nơi mỗi chúng ta.

4. THIÊN LÀ CHÂN LÝ HIỆN THỰC

Không chỉ là một pháp môn tu Phật, bản thân Thiên là chân lý hiện thực. Hành giả tu theo pháp môn nào của đạo Phật, đều phải đạt đến đích Thiên định mới đạt được giác ngộ giải thoát.

4.1. Thiên Là Một Chân Lý

Một chân lý được xác định qua các tiêu chí căn bản: Không bị biến đổi bởi thời gian (*quá khứ, hiện tại, vị lai*); không bị thay đổi bởi không gian (*đất nước này, hoặc đất nước khác, các cõi cũng vậy*).

Thiên vốn là danh từ chỉ cho bản tánh sẵn vậy nơi mỗi người, không sanh không

diệt. Do đó, ngàn xưa cho mãi đến ngàn sau, tánh này không biến đổi (*thời gian*). Dù đi đâu, đến bất kỳ cõi nước nào, tánh này vẫn vậy (*không gian*). Do đó, Thiên là một chân lý.

4.2. Thiên Là Một Chân Lý Hiện Thực

Nghe, liền biết; thấy, liền nhận ra... Nhờ cội nguồn sẵn tự sáng biết của tâm thiên bên trong, cho chúng ta có khả năng tự thấy nghe biết như vậy. Dù chúng ta bỏ quên, chưa nhận ra, tâm Thiên cũng đang sẵn đó nơi mỗi người. Không phải do làm nên, không do tạo tác làm thành, tâm tánh (*thiên*) vốn sẵn vậy lâu lắm rồi. Khi ngộ là nhận lại tâm này. Còn mê, chỉ là quên tâm này chứ nó không mất đi đâu cả. Không cần quan niệm về Thiên, bất kỳ ai thực hành đúng cũng đều được thừa hưởng lợi lạc từ thiên. Nó luôn luôn tồn tại, có mặt, không thiếu vắng. Cho thấy, Thiên là một chân lý hiện thực.

4.3. Sự Thực

Thiên là cội nguồn sống của mỗi người,

luôn cho chúng ta sức sống. Khi yên lặng thì tâm sẽ an lặng, trí sáng, năng lượng đong đầy, cho chúng ta tràn đầy nhựa sống. Một nguyên thủ quốc gia không có khái niệm tu thiền, nhưng trên các công việc, quý vị luôn vui nhẹ, điềm nhiên, ngay đó cội nguồn năng lượng được hồi phục. Sống và làm việc như vậy tức là đã đồng với việc thực tập Thiền. Có nhiều người khác khi đối diện với nhiều công việc quá tải, bị áp lực, quý vị tỉnh lặng lại, năng lượng hồi phục. Sau đó tiếp tục công việc của mình thì mang lại hiệu quả tích cực, cuộc sống trở nên tốt đẹp hơn. Thực hành như vậy, vô tình đã khế hợp với việc tu thiền. Cho thấy, không cần quan niệm tu thiền. Ai thực hành đúng, cũng đều đạt được lợi lạc nhất định từ Thiền mang lại.

4.4. Với Người Tu Phật

Tu Phật có nhiều pháp môn, nhưng tất cả đều phải đạt đến Thiền định (*giác ngộ*), mới có kết quả.

Cụ thể, như trên đã nói, ai tu Phật

cũng tu Tam vô lậu học. Khi đạt đến rốt ráo của giới định tuệ, sẽ hay ra bản tánh định tuệ bình đẳng, tức là Thiên định. Đạt được Thiên định là đạt đến cội nguồn giác ngộ, từ đó cho chúng ta thấy biết giác ngộ (*đúng như thật*). Lúc này đã no đầy thượng vị thiên định. Từ diệu lực này, các pháp không chạm đến được, cho hành giả được tự tại giải thoát.

5. KẾT LUẬN

Đức Phật vì chúng sanh mà vào đời. Đạo Phật có mặt nơi đời là để cứu khổ ban vui cho nhân loại, cho tất cả chúng sanh. Tùy theo căn cơ, đức Phật uyển chuyển lập bày phương tiện hướng dẫn những người hữu duyên tu hành. Tất cả cuối cùng đều để giác ngộ bản tâm nơi chính mỗi người và tiến đến thành Phật. Ngộ tâm là ngộ thiên. Chính năng lực định tuệ của tâm thiên này giúp chúng ta hết khổ, an vui mãi mãi. Tích cực hơn, chính trí tuệ, diệu dụng và năng lực của tâm thiên giúp cho con người sống tốt, vững chãi và phát huy qua mọi thời

đại. Người cầu giác ngộ giải thoát, cũng từ tâm thiện này mà được thành tựu. Từ giá trị siêu xuất của Phật đạo cho đến những giá trị thực trong đời sống thường nhật mỗi người, thiện chính là cội nguồn ấy. Người chứng ngộ thiện, sẽ phát huy hết những giá trị của đạo Phật, đó là chính mình giác ngộ, giáo hóa người khác cùng được giác ngộ, làm chủ sanh tử, chấm dứt khổ đau, được an lạc diệu thường.

Khi lớn tuổi, về già, đức Phật vẫn thường tọa thiền. Có người hỏi, vì sao đã thành Phật rồi mà Ngài vẫn còn ngồi thiền làm gì nữa? Đức Phật nói, Ngài tọa thiền để điều hòa sức khỏe. Đồng thời để cảnh tỉnh, răn nhắc người sau phải siêng năng tinh tấn, không biếng lười tọa thiền. Và hơn hết, để khẳng định, thiện là cốt tủy của đạo Phật.





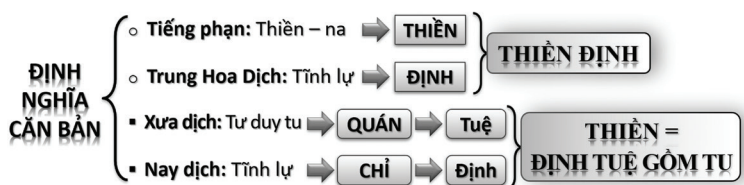
Chương

II

**CĂN
BẢN
DỤNG
CÔNG
TU
TẬP
THIỆN**



1. THIÊN LÀ GÌ?



1.1. Định Nghĩa Cơ Bản

Tiếng Phạn gọi là Thiên-na, Trung Hoa dịch là Tĩnh Lự. Nghĩa là làm lắng các tư tưởng, niệm lự xuống thì ngay đó là thiên.

Chữ Thiên-na là chỉ cho Thiên. Chữ tĩnh lự là chỉ cho định. Gộp hai nghĩa này lại, gọi là Thiên định. Ví dụ như lu nước chao động thì bị vẩn đục, gợn sóng lẫn tẩn, không thể soi bóng. Khi được để yên, lóng lại thì mặt nước phẳng lặng, trong trẻo, soi bóng rõ ràng.

Hơn nữa, chữ Thiên xưa kia dịch là tư duy, nay dịch là tĩnh lự. Theo nghĩa này, tư duy thuộc về quán, thuộc về tuệ; tĩnh lự thuộc về chỉ, thuộc về định. Do đây, Thiên còn có nghĩa là “Định tuệ gồm tu”.

1.2. Nghĩa Lý Chuyên Sâu

NGHĨA CHUYÊN SÂU	① Tâm lặng mà sáng biết: Quốc sư Phù Vân
	② Đối cảnh vô tâm: Sơ Tổ Trúc Lâm
	③ Thiền là thiền: Không là gì cả.

a) Tâm lặng mà sáng biết

* Quốc sư Phù Vân khai thị vua Trần Thái Tông

Khi vua Trần Thái Tông lên núi Yên Tử gặp Quốc sư Phù Vân (*Thiền sư Viên Chứng*). Quốc sư hỏi:

Lão tăng ở chốn sơn dã đã lâu, xương cứng mặt gầy, ăn rau đắng, cắn hạt dẻ, uống nước suối, dạo cảnh núi rừng, lòng như mây nổi, theo gió đến đây. Nay bệ hạ bỏ địa vị nhân chủ mà nghĩ đến cảnh quê mùa rừng núi, hẳn là muốn tìm câu gì ở đây cho nên mới đến, phải không?

Vua Trần Thái Tông nói:

Trẫm còn thơ ấu, sớm mất mẹ cha, chơ vơ đứng trên sĩ dân, không nơi nương tựa. Lại nghĩ, sự nghiệp đế vương đòi trước,

hưng phế bất thường, cho nên mới vào đây, chỉ muốn cầu thành Phật, chẳng muốn tìm gì khác.

Quốc sư nói:

Trong núi vốn không có Phật, Phật ở trong tâm. Tâm lặng mà sáng biết, đó là Phật thật. Nếu bệ hạ giác ngộ được tâm ấy thì tức khắc thành Phật, không cần đi tìm khổ nhọc bên ngoài.

Hằng ngày chúng ta sinh hoạt, làm nhiều công việc. Đêm về lắng lại thì liền nhận ra nhiều điều thiếu sót. Cho thấy, khi tâm lặng lại thì trí tuệ phát huy đúng mức của nó, ngay đó là thiền. Chỗ này Quốc sư Phù Vân chỉ thẳng, tâm lặng mà sáng biết, đó là Phật thật. Nếu ngộ được tâm ấy thì tức khắc thành Phật, không phải tìm cầu bên ngoài.

Qua đó, đúc kết lại: Tâm lặng mà sáng biết, đó là thiền; cũng chính là Phật thật, là bản tâm chân thật nơi mỗi chúng ta.

b) Đối cảnh vô tâm, tâm thiên hiển hiện

Lục Tổ nói: “Ngoài lìa tướng là thiền.

Trong chẳng loạn là định". Đi đứng nằm ngồi, ở bất cứ đâu, làm bất cứ việc gì, hành giả luôn thấy biết rõ ràng, suốt qua tất cả các cảnh, không dừng trụ trên bất kỳ một tướng trạng nào, ngay đó tâm thiên sáng rõ đang hiển lộ. Bên trong vốn tự bình thường, không động, tâm ấy vốn đã tự tịnh tự định, chứ không đợi buộc niệm, chặn tâm.

Trong, không tâm để chặn giữ. Ngoài, không tướng để dừng trụ. Trong ngoài suốt thông, thấy biết như thị, vượt cả năng và sở, có và không. Ngay đó tâm vốn tự rộng rang mà biết khắp. Sơ Tổ Trúc Lâm nói:

*... Trong nhà có báu thôi tìm kiếm,
Đối cảnh vô tâm chớ hỏi thiên.*

Nhận lại, hay ra của báu vốn sẵn nơi mình, chính là bản tâm chân thật của mỗi người. Tâm ấy tự vô (*tự không*), chứ không phải làm cho nó được không. Lúc này, nhìn bất cứ cảnh tượng gì, đối trước bất kỳ hoàn cảnh nào, ánh sáng giác ngộ hay sức sống thiên sẵn đó, bàng bạc, trùm khắp, không thiếu vắng bao giờ.

c) *Thiên là thiên*

Ly tứ cú, tuyệt bách phi, vượt lên trên nhị nguyên, ngay đó tâm thiên hiển hiện rõ ràng, sáng rõ.

Thiên sư Tông Mật nói: “*Chỉ chúng sanh mê chơn hiệp trần gọi là tán loạn, trái trần hiệp chơn gọi là thiên định. Nếu nói thẳng về bản tánh tức phi chơn phi vọng, không trái không hiệp, không định không loạn, gọi cái gì là thiên?*”.

Chúng sanh loạn động (vọng) nên đi tìm thiên định (chơn). Tuy có đạt được, nhưng chưa rời hai tướng chơn và vọng cho nên vẫn chưa suốt tột tâm thiên. Thông thường hành giả đến tham học đều mang tâm trạng muốn dừng loạn động để mong đạt được an định. Thấy có một điều để đạt được là đã có chỗ cho căn thức phan duyên. Khi nghe các Thiên sư nói: “*Không định, không loạn*” liền giật phất mình, không còn chỗ cho tình thức bám vào để sanh hiểu biết. Ngay đây khéo nhận thẳng, tâm thiên liền sống dậy, hiện bày. Vì vậy Thiên sư

Tông Mật nói: “*Nếu nói thẳng về bản tánh tức phi chơn phi vọng, không trái không hiệp, không định không loạn, gọi cái gì là thiên?*”.

Đây là cách khai thị đặc biệt của Thiền sư. Đối mặt vạch bày, chỉ thẳng, đẩy vào, hành giả ngay đó thành linh nhận ra tâm thiên nơi chính mình, như mê chợt tỉnh, không qua ngôn ngữ. Do đó, thiên là thiên, không là gì cả.

1.3. Tóm Lại

- 1 **Thiên là chỉ cho bản tâm chân thật rất ráo nơi mỗi người.**
- 2 **Thiên còn được gọi là Chân tâm, Phật tánh, Bản lai diện mục, Ông chủ...**
- 3 **Tu hành hướng đến bản tâm, nhận lại bản tánh, là tu thiên.**
- 4 **Tỏ ngộ tự tánh này là ngộ thiên.**

Tâm thiên này ai ai cũng có, mọi người đang sống trên nó mà bỏ sót, lãng quên. Người mới thực tập, lắng tâm được phần nào thì cảm nhận được thiên tương ứng như thế. Tuy vậy, lúc này năng lực phát huy chưa đầy đủ, mới cảm nhận phần nào cho nên vẫn còn bị ngoại duyên chi phối. Hành

giả siêng năng công phu miên mật, tỏ ngộ bản tâm. Tiếp tục sống và chuyên sâu, sẽ đạt đến triệt ngộ, chứng ngộ, mới phát huy đúng mức sức sống tâm thiền. Từ tâm thiền này sẽ đầy đủ định lực, tuệ lực, vô biên lực. Tự có đầy đủ năng lực, diệu dụng, không còn bị bất cứ gì chi phối. Các pháp vốn bình thường như thế. Lúc này như người nắm được hạt châu như ý vô tướng trong tay, làm bất cứ gì hay nói nín gì cũng phải, diệu dụng không thể nghĩ bàn. Do đây, tùy vào tính chất và diệu dụng của tâm thiền mà thiền có nhiều tên gọi hoặc định nghĩa khác nhau.

Không phải hiểu qua kiến giải chữ nghĩa; mà phân tích, nói rõ nhiều nghĩa qua nhiều tầng bậc từ cạn đến sâu như trên là bằng vào thực tiễn của công phu, để hướng cho hành giả tiến sâu dần, tột đến tâm thiền một cách rõ ràng.



2. THIÊN CÓ NHIỀU NGHĨA LÝ NHƯ VẬY, HÀNH GIẢ SẼ TU HỌC THEO HƯỚNG NÀO?

Cho thấy, trên lý thuyết, thiên có rất nhiều tên gọi, định nghĩa và nghĩa lý khác nhau. Như vậy, hành giả sẽ tu học theo hướng nào?

2.1. Nếu Học Và Tu Theo Tất Cả

Chư Phật thành đạo, từ đạo chân thật đã chứng nơi chính mình mà tùy thời, tùy cơ lưu xuất các pháp dẫn dắt chúng sanh trở lại chân trời giác ngộ. Chư Tổ chứng ngộ, từ tâm thể ấy ứng cơ, khai thị, khiến cho hành giả đương cơ ngộ nhập. Nếu học theo tất cả, chứng tỏ chính mình còn rộng tuếch, do đó gom góp những điều bên ngoài về làm cái của mình, là trái với diệu chỉ của Phật Tổ. Chính mình không sáng, bám theo bên ngoài dù đó là pháp yếu của Phật Tổ thì học đạo cách này cũng chỉ mê tâm, không sáng tự tánh, trái với thâm ý mà Phật Tổ chỉ dạy, không khế được Thiên.

2.2. Nếu Chọn Lấy Một Pháp

Nếu chọn lấy một pháp thì các pháp còn lại là gì? Không phải Thiên sao? Nếu thế thì ngoài tâm có pháp, trong khi chân lý thì không một pháp nào ngoài tâm; do đó lý này không ổn.

2.3. Bằng Trí Tuệ Để Xác Định Và Tu Học

✧ *Xác định bản chất của Thiên*

Bằng vào trí tuệ, khoan vội theo bất cứ gì bên ngoài, trước tiên chúng ta xác định bản chất thực của vấn đề. Cụ thể ở đây, bỏ ngoài chữ nghĩa, lắng tâm lại, xác định và thấy rõ ra bản chất thật của Thiên là gì? Lúc này, hành giả dễ dàng nhận ra, Thiên là danh từ chỉ cho bản tâm chân thật rất rạo nơi chúng ta, đang hiển hiện tại đây. Nơi mỗi người, ai ai cũng sẵn đủ như thế.

✧ *Vì sao Thiên có nhiều tên gọi và định nghĩa hoặc nghĩa lý khác nhau?*

Tùy theo diệu dụng mà đặt tên, do đây Thiên có nhiều tên gọi khác nhau: Phật, Tâm, Đạo, Ông chủ, bản lai diện mục...

Lý do tiếp theo là tùy duyên để dựng lập. Đây là do yếu tố kế cơ. Tùy vào căn cơ và hoàn cảnh của địa phương sở tại mà dựng lập pháp Thiên.

Cuối cùng là tùy vào sở trường công phu của vị Thầy hướng dẫn. Tuy chân lý rất ráo giác ngộ như nhau, không khác. Nhưng về mặt diệu dụng uyển chuyển phương tiện như vừa nêu trên, cho nên có nhiều pháp Thiên khác nhau.

*** *Hành giả nên tu theo pháp Thiên nào?***

Theo bất kỳ những gì, dù đó là tướng của tâm đều là việc bên ngoài, không phải thật là Thiên. Hướng thẳng tự tánh (đó là bản chất của Thiên), không kẹt phương tiện, lộ trình (con đường) để ngộ tánh. Tu tập như thế là Tu Thiên Tối Thượng Thừa, chính là Thiên tông Việt Nam mà Hòa thượng Tông chủ hiện nay đã tiếp nối, phục hưng và hướng dẫn. (Sẽ nói rõ ở những chương sau).

3. DỤNG CÔNG TU TẬP THIÊN

3.1. Kiến Tánh Khởi Tu (Y Tánh Khởi Tu)

Chơn hay vọng, thiên định hay loạn động đều tại tâm mỗi người. Tâm vốn vô tướng, không có ô học, thứ lớp hay vách ngăn. Chỉ là niệm trước quên giác thì gọi là mê. Niệm sau tỉnh lại, sáng ra thì đó là giác. Giác hay mê chỉ trong một niệm. Nói là một niệm không phải có một niệm, mà ngầm chỉ giữa mê và giác không có khoảng cách hay phải trải qua một khoảng thời gian nào cả. Chỉ quên hay nhớ ra thôi. Hiệu ứng cho chúng ta dễ dàng phát hiện điểm tách giữa mê và giác chính là động hay không động, sanh diệt hoặc vô sanh. Nhận được thể tánh vô sanh, hành giả sẽ thấy ra rất rõ sự giác ngộ nơi mình. Ngay đây đã chia đường, rẽ lối, không còn nằm trong đường sanh tử nữa. Tổ Bá Trượng bảo Thiên sư Qui Sơn:

“Đây là con đường rẽ tạm thời. Kinh

nói, muốn thấy Phật tánh, phải quán thời tiết nhân duyên. Thời tiết đã đến, như mê chợt ngộ, như quên chợt nhớ; mới tỉnh vật của mình không từ bên ngoài được”.

Thành Phật là viên thành quả vị vô sanh. Mà muốn đạt đến quả vị vô sanh thì phải từ nhân vô sanh, không thể bắt đầu từ nhân sanh diệt được. Nhân vô sanh ấy chính là tâm tánh không sanh diệt nơi chính mình. Vì vậy, khi hạ thủ công phu, ngưỡng căn bản đầu tiên hành giả cần đạt đến là kiến tánh, tỏ ngộ tự tánh vô sanh. Kế đến, sống thẳng bằng tự tánh vô sanh ấy là chân thật tu hành. Trong nhà thiền gọi là “Kiến tánh khởi tu” hay còn gọi là “Y tánh khởi tu”.

3.2. Ví Dụ Như Cá Hóa Rồng

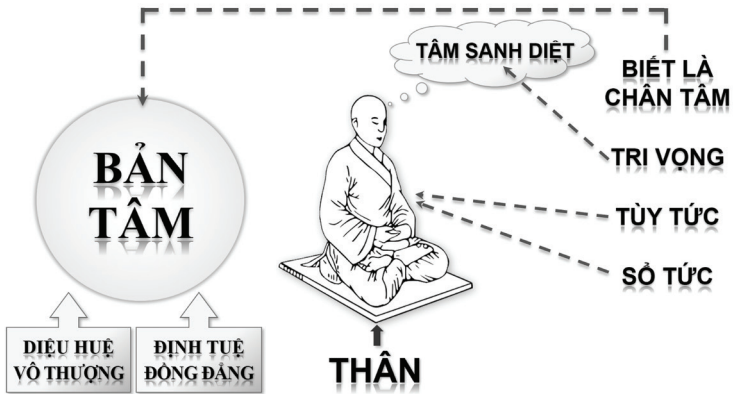
Tâm tánh vốn vô sanh, không thuộc về vọng động sanh diệt, vì vậy nằm ngoài sự suy tính, không phải do tạo tác mà thành. Do đó, không thể do tu tập theo kiểu tạo tác mà được. Chẳng phải bày biện nhiều thứ,

chỉ là dụng công đúng pháp, thẳng tắt nhất có thể. Học thông chánh pháp, nắm vững đường lối tu hành và quyết chí hạ thủ công phu miên mật. Học, tu, rèn luyện, mỗi mỗi đều nhắm thẳng đến tự tâm giác sáng. Khi thời tiết nhân duyên chín muồi thì tánh này bất chợt bùng vỡ, hiện tiền.

Các Thiên sư thường ví việc tu thiền như cá hóa rồng. Khi còn là cá, có vẫy vùng đến đâu thì ướt vẫn là ướt, không thể ngoi lên khỏi mặt nước được. Một khi đã chuyển hóa thành rồng thì lên trời hay xuống nước tự tại. Tùy ý vào ướt, lên khô mà không còn lệ thuộc cố định là phải ướt hay khô gì nữa.

Cụ thể, hành giả không nên đi lòng vòng nhiều đường, gom vào mình quá nhiều thứ. Bằng con đường thẳng tắt nhất có thể để tiến tới Vũ Môn (*nơi chia đường giữa mê và giác*), dùng hết sức bình sinh quấy một phát, thoát khỏi Vũ Môn, hóa rồng, liền được tự do tự tại. Tùy thời lên trời, xuống nước; hiện ướt, hiện khô để hóa độ chúng sanh mà chính mình không ở trong ướt, khô, trời hay nước.

4. DỤNG CÔNG TU THIÊN



4.1. Tu Tập Trong Cảnh Tĩnh: Thực Tập Tọa Thiền

4.1.1. Sở tức: Đếm hơi thở

Khi mới thực tập thiền, do thân, tâm và hơi thở còn thô phù, loạn động cho nên hành giả cần phải thực tập phép sở tức (đếm hơi thở) để thuần thực từ từ. Nhờ đếm hơi thở, thân tâm dần được nhẹ nhàng, khinh an. Sau này đi vào công phu chính sẽ được dễ dàng và thông suốt, không bị chướng ngại. Phương pháp này chỉ ứng dụng khi tọa thiền hoặc ngồi yên

tĩnh; không áp dụng cho lúc vận hành, hoạt động hay sinh hoạt gì.

a) Cách thực hành

Khi đã ngồi ngay ngắn và đúng tư thế, hành giả hít sâu, thở sạch 3 lần để hơi thở được xả sạch và lưu thông. Cụ thể, hít vào thật sâu bằng mũi, há miệng và thở sạch ra bằng miệng. Hít thở 3 lần (3 hơi) như thế.

Kế đến, ngậm miệng lại, hít vào bằng mũi và thở ra cũng bằng mũi; nghĩa là hít thở bình thường. Hít vào bình thường, thở ra bình thường bằng mũi, đếm 1; hít vào thở ra đếm 2, hít thở bình thường như thế đếm 3,... đếm đến 10 thì bỏ và bắt đầu đếm lại từ 1 cho đến 10. Trong khi đếm, nếu bị lộn hoặc quên số thì bỏ qua, bắt đầu đếm lại từ số 1. Trong suốt thời gian tọa thiền, chỉ có đếm số hơi thở như là máy móc, đơn điệu, không khởi tưởng làm thêm gì. Chỉ lưu ý là phải luôn tỉnh sáng và rõ biết; không theo niệm tưởng, không mê mờ.

b) Sổ tức thành công

Khi ngồi cảm thấy trong người thanh thản, hơi thở nhẹ mà suốt thông, vọng tưởng thưa và bớt chi phối, tâm vui nhẹ nhưng sâu lắng, bàng bạc. Hơi thở và số đếm tự lưu thông, không lẫn lộn số đếm. Như vậy là đã có vốn, có nền tảng căn bản để tiến lên phương pháp tùy tức. Nếu thời khóa ngồi thiền ổn định và liên tục, không bỏ công phu thì giai đoạn này thực tập khoảng từ sáu tháng đến một năm. Nếu bỏ qua bước này, không thực hành sổ tức cho thật kỹ lưỡng, về sau sẽ bị các chướng ngại, trục trặc, tác nghẽn... thì cũng phải đếm lại từ đầu để điều trị, nhưng khó hơn bây giờ. Do đó, nên thực hành đúng và thật tốt ngay từ đầu thì mọi chuyện sẽ tốt và thuận lợi cho công phu tu tập lâu dài.

4.1.2. Tùy tức: Biết rõ hơi thở

Tuy sổ tức đã thuận thực, nhưng tâm chưa thực sự thuần thực cho nên cần có thời gian thực hành phương pháp tùy tức để điều phục thân tâm.

a) Cách thực hành

Hơi thở ngắn hay dài, đến đâu, hành giả nhận biết rõ ràng. Có hai phương cách. Tùy vào công phu của hành giả thuần thực đến đâu để áp dụng cho phù hợp thì sẽ được tiến bộ:

*** *Tâm còn thô, hơi thở còn nặng nề, vọng tưởng còn nhiều:***

Thực hành theo cách, hơi thở đến đâu, biết đến đó. Gần như là còn biết về, biết theo hơi thở, nhưng phải buông thư, không kèm, không đè nén hoặc bám trụ vào hơi thở. Nếu chầm chầm biết theo hơi thở đến mức gần như kèm, đè, trụ hoặc gắng gượng sẽ có tác dụng phụ như ran ngứa, căng đầu...

*** *Khi tâm đã an, thân tâm đều an ổn, nhẹ nhàng:***

Khi tọa thiền, hơi thở nhẹ một cách tự nhiên, bình thường, không tác ý hay làm thêm gì. Hành giả chỉ an ngay chỗ đang thông suốt, tự sáng biết rõ ràng. Cùng một lúc biết hết tất cả một cách rành rẽ nhưng

không động. Việc biết hơi thở lúc này cũng như thế. Như đứng trên lầu cao nhìn xuống, cùng lúc đồng thời thấy biết hết muôn vật. Lúc này chỉ thông suốt và biết rõ như thế chứ không cần biết về hay biết theo hơi thở nữa.

b) Tỳ tức cho đến khi nào mới dừng ?

Thông thường thực hành phương pháp tỳ tức rất dễ khiến cho hành giả cảm thấy điềm nhiên, buồn ngủ (*hôn trầm*), vô ký... Do đó, chỉ ứng dụng phương pháp này trong một thời gian ngắn khoảng 3 - 6 tháng thì chuyển sang công phu chính là pháp Tri vọng (*Biết vọng không theo*).

*** Tóm lại**

Sổ tức và tỳ tức là hai phương pháp vì người sơ cơ. Hai pháp này chú trọng vào điều thân và hơi thở nhiều hơn chứ chưa dụng tâm. Đồng thời, đây là hai phương pháp mang tính bổ trợ chứ không phải là công phu chính của Thiền tông. Khi chuyển qua Pháp Tri vọng mới bắt đầu đi vào công phu chính.

4.1.3. Tri vọng (Biết vọng không theo)

Thiền sinh sau thời gian trải qua quá trình điều thân, điều tức thuần thục, Hòa thượng Tông chủ (Thiền sư Thích Thanh Từ) mới chỉ dạy đi thẳng vào công phu tu tập thiền. Ngài nói: *“Đây là phần trọng yếu của pháp tu ở các thiền viện. Tùy theo căn cơ của hành giả, đến đây có hai cách thực tập...”*:

a) Pháp tri vọng

Hòa thượng Tông chủ dạy: *“Tâm an nhiên, không duyên không trụ vào đâu, chỉ chăm chỉ với “cái biết”, tâm vọng khởi lên liền biết, không theo, vọng tự nhiên mất. Cứ theo dõi quá trình sinh diệt của vọng tưởng. Sau nhiều năm tháng vọng sẽ thưa dần, còn “cái biết” ngày một thường trực, không thiếu không vắng”*.

Đây là phương pháp dụng công tu tập nhắm đến điều phục tâm. Nhưng nhắm thẳng đến bản tâm, hướng đến “Tánh tri vọng”, chứ không an trú, không chấp vào pháp tri vọng này để lấy làm công phu chính.

Có tri vọng, không theo vọng, là đang tu. Nhưng không chấp vào công phu cho nên coi như không tu gì cả. Đây là “*tu mà không tu*”. Đồng thời, không an trụ, không dừng ở công phu, do đó như là không tu. Nhưng vẫn lặng sáng, biết rõ vọng tưởng và không theo thì vẫn đang công phu tu tập. Đây là “*không tu mà tu*”. Như vậy, “*Tu mà không tu. Không tu mà tu*”, mới thực sự là tu, mới đạt đến “*Chân thật tu hành*”.

b) Tánh tri vọng

Hòa thượng Tông chủ dạy: “*Đến đây, hành giả biết vọng tâm và chân tâm chỉ là hai mặt của một thực thể, như sóng biển và nước biển đều là nước. Đây là lúc ‘thấy dấu biết trâu’ hay ‘kiến sắc minh tâm’. Tu trong giai đoạn này không căng thẳng mà luôn khéo tỉnh sáng, nhẹ nhàng bảo nhậm công phu... cho đến lúc không còn một niệm thì tâm thanh thang và còn mãi*”.

Lúc này vọng tưởng đã yếu, thưa và lặng, chỉ còn bản tánh tự sáng biết. Không

cần phải khởi biết mà tự biết. Không cần biết theo, biết về vọng tưởng. Chỉ là không mê thì toàn thể đang tự sáng biết. Có vọng niệm hay không có vọng niệm, mình vẫn đang sáng biết rõ ràng mà không động. Hằng sống bằng bản tâm lóng lạng mà sáng biết như thế thì công phu sẽ đắc lực.

Sống bằng tâm lạng mà sáng biết, là đang tu. Nhưng không khởi tâm tạo tác hay làm gì cả, thì như là không tu. Đồng thời, công phu đến đây rồi chỉ là không mê thì đang sáng, thanh thoi, như là không làm gì cả, do đó giống như là không tu. Tuy nhiên, tâm vẫn lạng sáng, hiện tiền cho nên cũng là đang tu. Như vậy, *“Tu mà không tu. Không tu mà tu”*; đây là công phu tu tập mà không chấp dụng công, dụng nhưng không có chỗ dụng, đạt đến vô tướng, vô tác, vô trụ như thế mới đắc lực, mới đạt đến *“Chân thật tu hành”*. Nhị Tổ Pháp Loa dạy: *“Người tu tập thiên định không được chấp dụng công, dụng mà không có chỗ dụng, gọi là Thiên*

thượng thừa”. Cho thấy, dụng công “Tri vọng” như vừa nêu trên là đúng nguyên lý dụng công tu tập Thiên Tối Thượng Thừa mà Nhị Tổ Pháp Loa đã dạy.

*** *Biết vọng thế nào thì “Biết vẫn còn là vọng giác”? Biết vọng thế nào thì “ngay biết là trí tuệ”?***

Luận Tọa Thiên, Thiên sư Đại Giác nói: *“Thấy sắc, nghe thanh, ngửi hương, cảm xúc, biết pháp là đức dụng của sáu căn. Nương cảnh giới này mà phân thiện ác, biệt tà chánh là trí tuệ. Do như nơi đức dụng sáu căn mà lập nhân ngã, sinh thương ghét thấy đều là vọng kiến”*.

Cho thấy, ngay thấy biết rõ ràng, chưa khởi thêm gì thì đó là đức dụng của sáu căn. Bởi trong đã sẵn trí thể, ứng ra sáu căn thành đức dụng. Khi thấy nghe hiểu biết, không thêm khởi mà vẫn rõ biết xanh vàng đỏ trắng, thiện ác, phải quấy... Đó là trí tuệ. Lúc này sẽ nhận ra, không nhất

thiết phải khởi tâm, sanh tâm mới biết. Chúng sanh đang ở trên thể tánh chính mình, nhưng do khởi tâm cho nên bỏ sót, bị mê, rơi vào loạn động sanh diệt, chịu biết bao khổ não. Hành giả khéo tu hành, chỉ lặng sáng, tự biết khắp thì sống bằng tâm thể thên thang không ngăn mé.

Như vậy, khi biết vọng, nếu không khởi mà tự sáng biết; đó là cái biết của trí tuệ chân thật. Nếu khởi biết để biết, thì cái biết đó bị rơi vào tướng, biến thành vọng giác. Trong trường hợp này, khi vọng lặng, hành giả buông luôn cái biết vọng giác ấy thì tâm thể thên thang tự sáng biết rõ ràng.

Điều đặc biệt hơn: *“Ngay khi đang có vọng, tánh này không thiếu vắng”*. Nếu bảo thiếu vắng, không tánh này thì ai đang biết vọng? Nếu cho rằng *“Cái biết vọng đó vẫn còn là vọng giác”*, đó là do hành giả tự khởi biết để biết. Nếu không khởi, nhưng tự sáng biết thì *“Biết là trí tuệ; là tánh này đang sáng biết”*. Nếu ngay đây chưa phải

là trí tuệ thì cái gì là trí tuệ chân thật, hãy chỉ ra xem! Nếu có một thứ để chỉ ra thì buông xuống luôn đi, đừng khởi thêm nữa, nhưng không mê thì vốn tự sáng biết trùm khắp, ngay đó là trí tuệ chân thật; là tánh này hiện tiền. Cũng đồng với cái sáng biết không thềm khởi ngay từ ban đầu thôi, đâu có gì khác?

Nếu hành giả lãnh lợi, ngay khi đang vọng, khéo nhận lại tánh này thì vọng tự vô giá trị, không quan tâm đến còn vọng hay hết vọng. Công phu này đặc lực, khi thời tiết nhân duyên chín muồi, tánh này bừng sáng, vọng tự dứt bật.

4.1.4. *Biết là chân tâm*

Hòa thượng Tông chủ chỉ dạy pháp tu thiền biết có chân tâm qua ba phần. Phần 1: Quy sáu căn về chân tâm. Phần 2: Nhận ra chân tâm. Phần 3: Thể nhập chân tâm. Theo tôn ý của Hòa thượng chỉ dạy, tựu trung công phu qua hai giai đoạn.

a) Thực hành pháp biết có chân tâm

(Phần 1: Quy sáu căn về chân tâm)

Bằng tâm trong lặng sáng biết, hành giả nhận ra rõ ràng, mắt biết thấy là chân tâm, tai biết nghe là chân tâm... Ý biết pháp trần là chân tâm¹. Hòa Thượng khẳng định ngay mọi thứ đối diện, chúng ta đang lặng sáng, thấy biết rõ ràng mà không động, mỗi mỗi thấy, nghe, biết..., chân tâm đang hiển hiện rõ ràng. Không phải biết về, biết theo sáu trần.

b) Đã thuần thực, chân tâm hiện tiền

(Gồm phần 2: Nhận ra chân tâm và phần 3: Thể nhập chân tâm)

Hòa thượng Tông chủ dạy: *Khi đã thuần thực, cái biết chân tâm luôn hiện tiền thì chuyển qua giai đoạn “thể nhập chân tâm”. Đến đây hành giả thể nhận rõ chân tâm: “Vốn tự không động, thường biết rõ ràng mà không cần khởi niệm phân biệt. Thênh thang còn mãi, vốn tự như vậy”.*

1 Trang 729, Thanh Từ Toàn Tập, Tập 37.

c) Là tu thiên tối thượng thừa

**** Giai đoạn 1: Thực hành pháp biết có chân tâm***

Trong các oai nghi đi đứng nằm ngồi, hành giả luôn giác sáng, khéo nhận rõ ngay thấy biết, chân tâm đang hiện tiền sẵn đó. Vì sống bằng cái thấy biết chân tâm, cho nên đang tu. Nhưng không làm gì thêm cả, do đó như là không tu. Đây là “Tu mà không tu”.

**** Giai đoạn 2: Đã thuần thực, chân tâm hiện tiền***

Khi công phu thuần thực, thể nhập chân tâm, hành giả hằng sống bằng chân tâm hiện tiền chứ không làm thêm gì cả, do đó như là không tu. Nhưng không một vết mê, hằng giác sáng, rạng ngời, cho nên vẫn là đang tu. Đây là “Không tu mà tu”.

Hành giả ứng dụng công phu tu tập như thế. “Không chấp dụng công, dụng mà không có chỗ dụng”; là “tu trong vô tu”, quên đi sở đắc, xóa sạch dấu vết bản ngã,

mới chân thật biết cách hạ thủ công phu khế hợp với Thiên Tông Tối Thượng Thừa, là pháp thiên của Thiên phái Trúc Lâm Việt Nam xuyên suốt từ xưa đến nay (như đã nói tại *Pháp tri vọng*).

d) Ngay công phu tri vọng nhận ra chân tâm

Hòa thượng Tông chủ nói: “*Từ công phu theo dõi hơi thở (tùy tức), hành giả tiến lên buông theo dõi hơi thở, tâm an định. Bất giờ hành giả luôn tự nhắc ‘Ý biết pháp trần là chân tâm’*”². Cho thấy, Ngài không đề cập đến việc hành giả phải thực hành Pháp Tri Vọng trước, kế đến mới ứng dụng Pháp Tu Thiên Biết Có Chân Tâm sau. Do đó, tùy vào căn cơ của mỗi hành giả, tự xét xem công phu của mình đã thuần thực hay chưa để khéo áp dụng. Ở đây, ngay công phu Tri Vọng, khéo dụng công, chúng ta sẽ khéo nhận chân và sống bằng chân tâm.

Tự hỏi, ngay khi biết vọng, chúng ta đang tự sáng biết, hay biết theo, biết về

2 Trang 721... Thanh Từ Toàn Tập, Tập 37.

vọng tưởng? Nếu biết theo, biết về vọng tưởng là đã bỏ sót chính mình mà lao ra bên ngoài, là quên mình theo vật (*vọng tưởng*). Nếu đang tự sáng biết rõ ràng, không biết theo, không lơ qua, không mắc kẹt; khi ấy, thấy biết tự lưu thông. Ngay đó, thấy biết chỉ là thấy biết, ngay biết đã sẵn chân tâm, là chân tâm tự sáng biết: “Biết là chân tâm”. Sống như thế cho đến khi thuần thục, công phu đặc lực thì chân tâm luôn hiện tiền. (*Xem thêm bài “Biết có chân tâm” bên dưới*).

e) Nhận chân đúng chân tâm

**** Chân tâm là có tướng hay vô tướng?***

Chân tâm vô tướng, trùm khắp, không nơi nào thiếu vắng.

**** Chân tâm là sanh diệt hay vô sanh?***

Chân tâm không sanh, không diệt.

**** Chúng ta có biết được chân tâm hay không?***

Nếu biết được thì chân tâm đã trở thành đối tượng bị biết, ngoài mình, không

phải chân tâm. Nếu vậy thì “*Chân tâm là biết hay không biết?*”.

✱ ***Chân tâm là biết hay không biết?***

Chân tâm không thuộc về “Biết cùng chẳng biết”. Nói chân tâm là biết thì rơi vào vọng giác; không biết là vô ký. Không bàn biết về chân tâm, không luận chân tâm là biết hay không biết mà phải khéo nhận lại, liền suốt thông, tỏ rõ. Cụ thể ngay đây, nếu hay mất hút các tướng, không một vết mê thì lúc này tâm vốn tự sáng biết, trùm khắp. Bởi muốn không biết cũng không được. Ngay đó, chân tâm hiện tiền. Hành giả khéo thể nhận thì vốn tự sáng biết rõ ràng, không nghi ngờ. Người đứng bên ngoài không thể suy lường nghĩ tưởng đến được.

✱ ***Chỉ khéo thâm nhận***

Thiền sử Việt Nam ghi lại giai thoại:

Trưởng Lão Định Hương hỏi Thầy mình là Thiền sư Đa Bảo: - Làm sao thấy được chân tâm?

*Thiền sư Đa Bảo đáp: - Là người tự
nhọc.*

*Sư hoát nhiên tỉnh ngộ, thưa: - Tất cả
đều như vậy, đâu phải riêng con!*

Chân tâm ngay chính nơi mình, chỉ
khéo thâm nhận, thâm khế hợp, mới hay
ra đã sẵn đủ lâu lắm rồi, ai cũng vậy. Nếu
đi tìm hỏi bên ngoài, mong được thấy thì
vô tình đã biến chân tâm thành tướng sở
duyên, bị mình nhận hiểu và tìm thấy, là
đã vụng về trong tâm kia, chỉ là tự nhọc,
không thể được.

*** Không nhận lầm trên cảnh**

Công phu thuần thực, sáng ra, hành
giả tự có kế sống sáng biết rạng ngời. Trong
không trụ căn bản, không thấy có chơn tâm
để gìn giữ. Ngoài suốt qua tất cả, không
dừng trụ vào bất cứ đâu; không giữ lấy hay
trừ dẹp bất cứ gì. Trong ngoài suốt thông,
bật luôn cái thấy trong ngoài, không một vết
mê thì chân tâm tự sáng biết, trùm khắp.
Chân tâm trùm khắp tất cả mà không nằm
ở tại tất cả hay ở vào bất kỳ một nơi nào

đó. Sống như vậy sẽ không bị sai lầm thâm
thâm nhận lầm trên cảnh.

*Thiền sư Bảo Triệt Ma Cốc đang quạt,
có vị tăng hỏi:*

*- Tánh gió thường trụ, không chỗ nào
chẳng khắp, vì sao Hòa thượng lại quạt?*

Sư đáp:

*- Ông chỉ biết tánh gió thường trụ, mà
chẳng biết không chỗ nào chẳng khắp.*

*- Làm sao biết lý không chỗ nào chẳng
khắp?*

Sư liền phẩy quạt!

Ngay phẩy quạt, không có sao! Vị
Tăng này chỉ nhận chỗ lặng yên, thường
trụ, không chỗ nào chẳng khắp, mà không
khéo thấy ra, ngay phẩy quạt cũng không
thiếu. Đã là thường trụ thì không cần quạt,
ngay đó tánh gió đã sẵn. Nếu vậy, có quạt
cũng đâu có khác, có thiếu vắng hay ngăn
ngại gì đâu mà phải hỏi. Nhận trên chỗ để
sẵn vậy, còn chỗ quạt thì không; hoặc thâm
thâm còn thấy có chỗ để nhận, ngầm nhận
đây có kia không, vẫn còn một lớp mê vi tế.

Đã là thân thang trùm khắp, không nơi nào thiếu vắng, ngồi yên bặt dấu vết, chân tâm hiện bày. Vậy thì tới lui làm việc, thiếu vắng chân tâm hay sao! Một đôi khi hành giả chỉ khéo biết chân tâm luôn hiện tiền, trùm khắp, mà chưa sáng tỏ không chỗ nào chẳng khắp. Đã sáng tỏ này thì nhúc nhích chỉ là y. Ngồi yên bặt dấu vết hay thị hiện vô vàn sai biệt cũng chỉ y. Làm gì mà không phải nó!

Dè dặt, đừng nhận lầm trên tướng quạt, tướng tới lui... Chỉ là vắng bặt, sáng rõ, không vết mê thì tâm ta vốn tự sáng biết vượt thoát tất cả. Tâm cảnh nhất như. Căn và cảnh, có và không, đều không đến kịp. Không động nhưng linh thông đến chủ động. Tùy hiện không, có, đến, đi một cách tự tại, không ngăn ngại. Đến điền địa này, hành giả khéo léo, chín chắn, bặt đi cái thấy biết thăm thăm bên trong cho rằng: *“Có một chân tâm như thế nào đó, ở đâu đó”* thì các mê lầm tự dứt, nơi nơi đều hiện bày tâm này, không thiếu vắng bao giờ.

* *Chân tâm trùm khắp, biết khắp*

Nói là chân tâm trùm khắp, biết khắp, vậy thì có biết cách xa ngàn dặm, mọi người đang làm gì không?

Đó là tìm cảnh cách xa ngàn dặm để biết, đợi có cảnh mới biết và biết là biết về cảnh đó. Đây là cái biết phan duyên của tình thức mê mờ, phân biệt. Thấy có mình biết, biết là phải biết về hoàn cảnh nào đó, là cái thấy biết phân hai của năng và sở, cái thấy biết vin theo cảnh. Vừa khởi tâm tìm thấy biết như vậy là chân tâm đã bị che khuất, không thể nhận ra.

Chân tâm trùm khắp tất cả chỗ, nhưng không phải ở tại tất cả chỗ. Nghĩa trùm khắp này không phải có cái gì đó trùm khắp như hư không, mà là khéo mát hút sạch, không còn dấu vết, nhưng không một vết mê thì thấy nghe liền sáng biết, không có khoảng cách không gian và thời gian để ý thức chen vào suy nghĩ phân biệt. Linh thông đến chủ động nhưng vẫn bất động. Thấy liền biết, không một vết mê, không

che dấu được, gọi là trùm khắp. Thiên sư Huyền Giác nói: “*Phân biệt chẳng phải ý*”. Ngài Nam Nhạc Hoài Nhượng bảo: “*Đối y một điểm cũng chẳng được*”.

Tổ đức dạy: “*Nhận được trí tuệ Kim Cang rồi thì mọi việc đều vô ngại, pháp pháp thấy đều thông, việc làm tầm thường hàng ngày là Phật pháp, đi đứng nằm ngồi cũng là Phật pháp, bình thường tâm càng không ngoài Phật pháp. Thần thông diệu dụng vô thượng đã là Phật pháp thì vui cười giận trách thấy đều là phương tiện thiện xảo, cũng không ngoài Phật pháp. Nếu chưa tỏ ngộ trí tuệ Kim Cang, dù có thần thông dời núi lấp biển cũng chỉ là tà thuật của yêu ma ngoại đạo*”. Ngộ chân tâm rồi thì hiện nay có gì che dấu được đâu mà phải đi tìm biết? Nếu chưa như thế, dù có biết được tất cả các cõi nước trong tam thiên đại thiên thế giới cũng chỉ là việc bên ngoài. Biết như thế không ăn thua gì! Bởi vẫn còn nằm nguyên trong sanh tử, chưa có chút hơi hám, khổ vẫn hoàn khổ, lấy gì cứu mình?

4.2. Dụng Công Tu Tập Trên Cảnh Động, Trong Sinh Hoạt Hằng Ngày

Ngoài những thời ngồi thiền ra, để công phu được liên tục, không bị gián đoạn thì trong khi đi, đứng, làm việc... hành giả cần khéo léo vận dụng công phu trên mọi sinh hoạt.

4.2.1. Bước đầu chưa thuần thực

Bước đầu mới thực tập thiền, chưa thuần thực thì hành giả cần tỉnh giác, không lo ra, không bất giác, thất niệm. Thân ở đâu thì tâm ở đó, làm việc gì chỉ biết việc ấy, không phóng tâm nghĩ ngợi lung tung, biết rõ chân tâm đang hiện tiền.

4.2.2. Khi đã thuần thực

Khi tương đối thuần thực, trên mọi sinh hoạt, chỉ cần không mê thì toàn thể đang giác sáng, thanh thang trùm khắp. Nói nín, động tĩnh đều từ chân tâm mà hiện bày. Không cần chăm chú trụ tâm, chặn giữ tâm hay nhìn tâm mình nữa. Bởi tất cả đều từ tâm, đều chính là tâm này rồi.

5. CÁC LƯU Ý KHÁC

5.1. Sự Tiến Bộ

Có tu tập, dụng công đúng pháp, miên mật thì chắc chắn sẽ có sự tiến bộ. Muốn công phu tu tập thiền được đắc lực thì yếu tố cần quan tâm là sự liên tục, không để gián đoạn. Không phải siêng thì ngồi thiền, hôm nào lười biếng thì nghỉ ngơi. Dụng công theo kiểu một ngày nắng mười ngày mưa như thế thì khó có thể tiến bộ được.

Trong quá trình còn vọng động, còn đau chân, mỏi mệt, buồn ngủ... nhưng cứ dụng công liên tục, không bỏ thời khóa. Khoảng sáu tháng sau kiểm tra lại, sẽ nhận ra chúng ta có tiến bộ, tất cả đều tốt hơn ngày xưa chưa tu. Bình tĩnh hơn, bớt bồn bộng, lo ra, lảng xãng, sân giận, dễ tha thứ và cho ra... Sự tiến bộ của thiền là không có gì, nhưng kiểm tra lại thì cảm nhận thấy rõ có tiến bộ tích cực hơn khi chưa thực tập thiền. Đó là sự tiến bộ đúng, không bị sai lệch. Không phải có hào quang, sở đắc hay

các tướng trạng kỳ lạ. Chỉ là không tướng mà vẫn cảm nhận rõ sự tiến bộ tích cực từ trong tâm mình.

5.2. Không Phải Trải Qua Hết Các Bước Vừa Nêu Trên Thì Được Ngộ Đạo. Cũng Không Phải Đợi Trải Qua Hết Các Bước Từ Thấp Đến Cao Mới Được Ngộ

*** *Không phải trải qua hết các bước vừa nêu trên thì được ngộ đạo***

Tâm vốn không tướng cho nên không do làm gì mà được ngộ. Thiên vốn vô sanh, không phải sanh diệt tạo tác cho nên không do pháp nào để làm nên cả. Khi ngộ rồi mới hay ra, tâm chân này không dính dáng đến công phu tu tập. Cũng đúng thôi. Bởi ngộ tâm là kết quả, và tu là con đường, là phương pháp thực hành. Cho nên, khi còn mê thì phải dụng công đúng pháp, trải qua bốn bước như vừa nêu trên để công phu thuần thục, không bị trở ngại việc tiến đạo. Khi công phu đắc lực thì bản tâm bất chợt

bừng sáng, chứ không phải cố định trải qua hết các bước vừa nêu trên thì được ngộ đạo.

*** *Cũng không phải đợi trải qua hết các bước từ thấp đến cao mới được ngộ***

Tu thì không dính dáng đến bản tâm chân thật. Không tu thì ở mãi trong vô minh, mê lầm, loạn động, tạo nghiệp, khổ đau. Do đó, khi chưa thuần, chưa ngộ thì phải thực hành tuần tự theo các bước cơ bản ít nhất như vừa nêu trên để hỗ trợ công phu, để thuận duyên, không bị trở ngại. Cho đến khi thời tiết nhân duyên chín muồi thì tâm này thành linh bừng ngộ bất cứ lúc nào, chứ không phải đợi đi từ thấp tới cao mới được ngộ.

*** *Tóm lại***

Khi còn mê thì phải thực hành một cách căn bản như thế để công phu không bị trở ngại. Đến khi công phu đắc lực, nhân duyên chín muồi thì tâm này thành linh tự bừng ngộ bất ngờ. Không phải lập trình cố

định theo kiểu như tốt nghiệp một khóa học, là khi tu tập trải qua hết bốn bước vừa nêu trên thì được ngộ đạo. Cũng không hẳn phải đợi trải qua hết bốn công đoạn ấy mới ngộ. Khi công phu chín muồi thì có thể bừng ngộ bất cứ lúc nào. Nếu chưa thuần thục, chưa ngộ thì tiếp tục miên mật hạ thủ công phu tu tập, rồi sẽ có lúc bừng ngộ.

5.3. Không Phải Do Tu Tập Một Pháp Nào Mà Được Ngộ

Thiền tông chủ trương bất lập văn tự, nhưng Thiền Tạng thì nhiều hơn các tông phái giáo môn khác. Tổ Đạt Ma tuyên bố giáo ngoại biệt truyền mà lấy Kinh Lăng-già trao lại để làm niềm tin cho người sau. Thiền sư Đức Sơn nói: *“Tông ta không ngữ cú, không một pháp cho người”* nhưng lại thượng đường nói ra muôn lời ngàn lời khai thị đại chúng. Cho thấy, thiền vốn không pháp mà hay có khả năng hiện bày nhiều phương pháp để khai thị hành giả. Nhưng chỉ cốt đưa người học trở về nhận lại bản

tánh chứ không quan trọng hay dính tới lộ trình. Do đó, tuy có pháp, nhưng là vô pháp, không chấp vào một phương pháp cố định. Vì thế, khi hạ thủ công phu tu tập, hành giả không nên chấp vào phương tiện và cho rằng, do tu tập một pháp nào đó mà được ngộ đạo. Bỏ chấp vào phương tiện thì rõ ràng đã rơi vào tướng, trái với tông chỉ thiên. Dù tu hành có tiến bộ cũng không thể đạt đến rốt ráo, vẫn còn lầm đường lạc lối.

Ngài Bảo Tích (720-814) là môn đệ và là người nối pháp Thiên sư Mã Tổ Đạo Nhất. Tương truyền rằng, sư kiến tánh ở giữa chợ, trong lúc theo dõi câu chuyện giữa ông bán thịt và một người khách. Người khách yêu cầu: “Cắt cho tôi một miếng thịt ngon”. Ông bán thịt để dao xuống, khoanh tay nói: “Miếng nào lại không ngon!”. Sư nghe được, có chút tỉnh.

Về sau, nhân lúc chứng kiến cảnh xung quanh một đám ma, nghe người hát câu:

Vâng hồng quyết định về Tây lạn, Chưa biết hồn linh đến chốn nào?

Dưới tấm màn hiếu tử khóc hu hu!
Tâm sư bừng sáng. Về thuật lại Mã Tổ, Mã
Tổ liền ấn khả.

Như vậy, ngài Bàn Sơn do xem bán
thịt, do nghe thấy đám ma hay do đâu mà
ngộ đạo? Không do đâu cả. Chỉ là do công
phu tu tập đúng pháp. Thời tiết nhân duyên
chín muồi, bất thần một cơ một cảnh nào
đó chạm đến thì tâm bừng sáng. Và thấy
người bán thịt hay hát đám ma cũng chỉ là
cơ cảnh trong vô tình như thế chứ không
phải do tu các pháp ấy mà được ngộ đạo.

Ngài Bàn Sơn tình cờ xem người mua
bán thịt, nghe thấy đám ma, tâm Ngài bừng
sáng, ngộ đạo. Nhưng không phải do tu tập
các pháp ấy mà được ngộ. Tương tự, nếu
trong quá trình hành giả đang số tức mà
ngộ đạo thì không nên nghĩ là do tu pháp
ấy mà được ngộ. Chỉ là do dụng công đúng
pháp, công phu đặc lực, chín muồi thì bừng
ngộ. Các bước tu tập khác cũng tương tự.

5.4. Không Nên Vượt Bậc

Tu muôn kiếp, ngộ nhất thời. Việc tu không dính dáng đến chuyện ngộ đạo. Nhưng không tu thì bị mê muội, phạm phu. Do đó, khi chưa ngộ thì bắt buộc dĩ phải tu tập mới đủ cơ duyên chín muồi tỏ ngộ. Biết rõ như vậy, sẽ thấy ra, pháp không có thật pháp, chỉ là tùy bệnh cho thuốc. Chính vì vậy cho nên không có pháp nào cao, cũng không có pháp nào cố định là thấp cả. Chỉ khéo léo ứng dụng đúng vào từng thời điểm, hoàn cảnh thích hợp; đúng với tinh thần Thiên Thượng Thừa là hướng đến tỏ ngộ tự tánh, không kẹt tướng hay chấp dụng công thì công phu sẽ tốt. Không nên chê pháp này thấp, thích pháp kia cao rồi vượt bậc (*bỏ bẵng*). Nếu vượt bậc, sau này bị các chướng ngại thì cũng phải quay lại từ đầu để điều phục, chữa trị. Nhưng lúc này là đã bị bệnh rồi. Trở lại dụng công lại từ đầu là để điều trị bệnh, cho nên sẽ khó khăn hơn rất nhiều so với ngay từ đầu hành giả thực hành công phu tu tập cho đúng pháp.

5.5. Không Trụ Vào Sự An Định Rồi Chấp Làm Sở Đắc

Khi sở tức, rất dễ đạt được định mất thân, bất niệm tướng, mất hẳn hơi thở nhưng suốt thông hơn bình thường. Rất nhẹ nhàng, an lạc. Thích tọa thiền. Có thể ngồi thiền hàng giờ, có khi trải qua nhiều ngày liền, tâm càng trở nên an định sâu hơn. Tuy nhiên, đây chỉ là sự an định mất thân của buổi đầu, đại pháp chưa sáng. Thiền sư Pháp Thành ở Hương Sơn nói: *“Dù cho thuần thanh tuyệt điểm vẫn còn là chơn thường lưu chú”*. Nghĩa là dù cho thanh tịnh sâu xa đến mức nào đi nữa, vẫn chưa thoát khỏi sự trôi chảy nhỏ nhiệm trong tánh chơn thường kia. Chỉ người nào vượt qua rồi mới nhận ra. Người còn tham đắm trong ấy không thể thấy được. Vì thế, hành giả không nên chấp vào đó lấy làm sở đắc, phải khéo léo điều hòa thì mới có những bước tiến tốt và đặc biệt hơn. Nếu chấp chặt vào đó rồi cho là có sở đắc, thời gian sau sẽ bị bệnh, không thể tiếp tục công

phu được nữa. Hoặc có đạt được định sâu hơn cũng chưa khỏi rơi vào tà kiến (*kiến giải sai lệch*). Nếu trình được với vị Thầy sáng đạo và có kinh nghiệm để được chỉ dạy thì công phu sẽ tốt và tiếp tục tiến bộ đến rốt ráo.

5.6. Khi Chưa Tỏ Ngộ, Còn Mê Thì Vọng Tưởng Hãy Còn

Như người ngủ mê thì mơ thấy các cảnh trong mộng. Nhưng khi thức dậy thì các cảnh ấy không còn. Cũng thế, khi chưa tỏ ngộ tự tâm thì vọng tưởng vẫn còn, là chuyện bình thường. Chỉ khi ngộ tâm thì vọng tưởng tự sạch.

Bởi vọng tưởng vốn không, chỉ do quên tâm cho nên nó tạm có. Nó là thứ chập chờn chợt sanh chợt diệt như thế thì không thể căn cứ vào đâu để trừ dẹp được. Hơn nữa, nó thuộc về huyền tướng sanh diệt. Nhưng khỏi tâm diệt nó thì tâm đó cũng thuộc sanh diệt. Cái sanh diệt không thể chiến thắng được sanh diệt, mà phải là

cái vô sanh mới thiêu cháy được các vọng tưởng sanh diệt kia. Cho nên, khi còn mê thì không thể dùng cách gì trong sanh diệt mà có thể trừ dẹp hết vọng tưởng được. Hành giả chỉ việc một mực tinh tấn dụng công đúng pháp, không quan tâm đến vọng tưởng. Công phu đúng mức, thời tiết nhân duyên chín muồi, tâm tự bừng sáng, các vọng tự dứt bật, vắng lặng, sáng rõ, rạng ngời; chứ không cần làm thêm gì cả.

5.7. Không Theo Tướng Lạ Bên Ngoài

Ngoài tâm tìm Phật là ngoại đạo, không phải là Phật đạo. Tu thiền là cốt yếu nhận lại tự tâm nơi chính mình, không từ bên ngoài mà được. Phật Tổ chỉ dạy, từ ngoài vào không phải là của báu trong nhà. Hơn nữa, ma cũng có thể hiện được hình tướng đức Phật. Điển hình như câu chuyện thiên ma ba-tuần hiện tướng đức Phật Thích Ca Mâu Ni và 1250 Thánh Tỳ-kheo từ trong rừng đi ra cho Tổ Ưu-ba-cúc-đa chiêm ngưỡng. Nếu hành giả không biết thì rất dễ bị lầm, rơi vào đường ma. Cho nên khi

dụng công tu tập, hành giả không theo bất kỳ tướng lạ nào bên ngoài, dù tốt hay xấu. Kinh Lăng Nghiêm, đức Phật dạy:

***Nhược tác Thánh giải,
Tức thọ quần tà.
Bất khởi Thánh tâm,
Tức thiện cảnh giới.***

Đối với tất cả các cảnh hiện ra trong công phu, nếu hành giả khởi tâm cho là chứng thánh thì bị sai lệch, rơi vào đường tà. Ngược lại, biết tâm vô tướng ngay chính mình mới là Phật thật, không khởi tâm cho những hiện tượng lạ bên ngoài là đã chứng đắc hay được gì thì tất cả đều là sự tiến bộ của công phu. Dù có thấy gì hay được gì cũng đừng chấp vào, nên cầu tiến, nỗ lực công phu để tiến thêm thì không bị sai lầm hay chướng ngại gì cả.



6. THẮNG MỘT ĐƯỜNG TU

Hàng phục vọng tâm, hướng bản tánh. Ngay đây nhận thắng tự tánh giác sáng, sống thắng đó là tu hành. Công phu đắc lực, chín muồi, sẽ bất chợt bùng ngộ, bản tâm hiển hiện tròn đủ, diệu dụng không thể nghĩ nghĩ, dùng nói năng hiểu biết không thể đến được; tiêu sái, tự tại, vô ngại, giải thoát.

Tổng Luận Kinh Lăng Nghiêm Trực Chỉ, Thiên sư Hàm Thị nói: *“Bởi do ở lâu trong mê nên tâm đã thành tướng. Lấy tướng duyên tâm, tâm đồng thì tướng hết. Rồi tướng cạn cái thấy, cái thấy bày thì tướng không còn. Nên ngoài phân biệt vẫn lưu lại căn tánh để chờ đợi phát minh”*.

*** *Bởi do ở lâu trong mê nên tâm đã thành tướng***

Tất cả chúng sanh vốn ở trong thể tánh thanh tịnh sẵn vậy. Thế rồi bất chợt thoát quên, liền bị mê mờ và sanh các tướng vọng tưởng. Do mê sanh vọng, vọng làm rối rắm khiến càng mê thêm. Mê sâu thì vọng càng

nhiều. Vọng càng nhiều thì mê càng thêm sâu. Lâu ngày như thế, sự mê mờ và vọng tưởng đua nhau lớn mạnh, chất chồng, không còn biết bản tâm là gì nữa. Cho nên nói: *“Bởi do ở lâu trong mê nên tâm đã thành tưởng”*.

Tưởng từ tâm biến hóa, do đó tâm và tưởng vốn đồng một thể tánh. Do đồng một thể tánh, cho nên muốn điều trị thì ngay tưởng hướng tâm. Tâm trở về nguồn cội chính nó, trở lại một thể tánh như nhau thì tưởng tự dứt bật. Đây là chỗ Thiên sư Hàm Thị nói: *“Lấy tưởng duyên tâm, tâm đồng thì tưởng hết”*.

*** *Lấy tưởng duyên tâm, tâm đồng thì tưởng hết***

Tưởng là sự biến hiện của tâm. Hàng phục vọng tưởng bằng cách hướng đến sống bằng tự tâm giác sáng. Tột cùng được tâm này thì vọng tưởng không còn. Thiên sư Đại Giác nói: *“Khi cái vọng này vừa sanh khởi, lập tức chuyển vọng niệm hướng bốn tánh, liền thành vô tâm. Dụng tâm như thế là đại dụng của sự tu hành”*.

Cụ thể, việc tu hành lúc này là lần đường trở lại bản tâm. Nếu bậc có căn cơ lanh lợi, ngay đây nhận thẳng bản tâm thì đó là đại phúc. Ngoài ra, tất cả chúng sanh do tâm đã thành tướng (*như vừa phân tích ở đoạn trên*), bị tướng che lấp cho nên không biết đâu mà nhận. Đối với cái mê thì chỉ là cái lò mờ không rõ ràng thôi, không có tướng hình cụ thể cho chúng ta nhận diện, vì thế cũng không thể thấy nó ở đâu để trừ dẹp, hạ thủ. Còn lại là vọng tưởng, có tướng của tâm cho nên ngay vọng tưởng để hàng phục, hướng tâm, là tu hành. Cụ thể khi tọa thiền, thấy vọng tưởng khởi lên thì đừng theo. Chỉ buông thư, nhẹ nhàng, không mê là đang giác sáng. Đây là: “**Lấy tướng duyên tâm**”. Tức là ngay vọng tưởng mà hướng tiến tìm tâm. Đây là theo dấu để tìm trâu. Cụ thể, ngay vọng tưởng, không theo nó mà hướng đến tâm thanh tịnh giác sáng thôi. Khi sức giác sáng mạnh thì vọng tưởng càng yếu đi. Cho đến khi sức giác này đủ lớn, thời tiết nhân duyên chín muồi, bất chợt bừng ngộ tự tâm, trả

lại nguyên thể ban đầu, đầy đủ tất cả tính chất và lực dụng của nó. Lúc này, tất cả toàn là tâm, vọng tưởng không còn. Đây là: “*Tâm đồng thì tưởng hết*”.

*** *Rời tưởng gạt cái thấy, cái thấy bày thì tưởng không còn***

Không bàn vọng tưởng, chỉ khéo lựa ra cái thấy biết. Nếu ngộ ra, tánh thấy biết hiện bày thì vọng tưởng tự vắng bật, dứt trừ. Cụ thể, khi mới tu, đang còn vọng tưởng, nhưng không theo vọng tưởng, đó là “*rời tưởng*”, để nhận tánh thấy biết đang giác sáng, là “*nhận cái thấy*”. Có nghĩa là đang còn vọng tưởng phàm tình, nhưng hành giả không theo nó, cũng không quan tâm đến nó. Chỉ là ngay trước mắt đây, khéo nhận lấy tánh giác sáng không tưởng mà rõ biết, suốt qua tất cả. Là ngay khi còn vọng tưởng mà đã gạt lựa ra để nhận được cái thấy; là “*Rời tưởng gạt cái thấy*”. Nếu cái thấy giác sáng ấy đủ lớn đúng như bản chất của nó thì vọng tưởng tự bật, không còn; đây là: “*Cái thấy bày thì tưởng không còn*”.

*** Nên ngoài phân biệt vẫn lưu lại
căn tánh để chờ đợi phát minh**

Như trên, đã gạn lựa ra tự tánh giác sáng thấy biết tất cả mà không động, ở đây gọi là “căn tánh”.

Ngay cái đang đau mà vẫn còn đây cái biết đau, chứ không chỉ có cái đau thôi. Cũng vậy, khi đang còn vọng tưởng, nhưng đã gạn lựa ra được căn tánh rồi thì chúng ta hiện nay không chỉ có vọng tưởng, mà song song đó còn có cái biết vọng. Không khởi biết mà tự nó sáng biết, cái ấy không phải vọng, chính là căn tánh đã được lựa ra. Thì nên “lưu lại căn tánh” này, tức là nên sống thẳng bằng tánh giác sáng này, để “chờ đợi phát minh”, tức là sống thẳng đó thì chắc chắn sẽ có lúc bất chợt phát minh được tâm địa một cách trọn vẹn, chứ không trông mong, chờ đợi gì.

Cụ thể, không theo vọng, cũng không phải trừ dẹp vọng tưởng. Tức là không can thiệp gì trên vọng cả, đó là đã thoát ra “ngoài cái phân biệt”. Hay ra, còn đây một tánh

giác sáng đã được nhận thẳng, sống ngay đó là tu hành; đây là “*lưu lại căn tánh*”. Khi thời tiết nhân duyên chín muồi, tâm này bất chợt bùng ngộ, đó là “*phát minh*”. Thấy rõ con đường giác ngộ như thế, tự tin, yên lòng để quyết chí hạ thủ công phu, khi đắc lực thì tự bùng ngộ. Thiền sư Hàm Thị nói “*lưu lại căn tánh để chờ đợi phát minh*” là vậy, chứ không phải ngồi đó chờ đợi cho được ngộ. Bởi chờ đợi là tâm vọng, trái với bản thể vô sanh, do đó không thể ngộ được.

Tóm lại, ngay khi đang vọng tưởng, vẫn có tánh này sáng biết rõ ràng, không thiếu vắng. Dù đang còn vọng tưởng, nhưng bỏ ngoài vọng tưởng, không can thiệp. Chỉ khéo nhận lại tánh này. Ngay đây dám tự tin nhận thẳng tánh này, sống thẳng đó là công phu; là chỗ ngài Hàm Thị nói: “*Lưu lại căn tánh*”. Việc còn lại là sẽ có lúc đủ duyên, thời tiết nhân duyên chín muồi, tánh thể bùng sáng chứ không tạo tác thêm gì trong đó. Ngài Hàm Thị nói: “*Chờ đợi phát minh*” là như vậy.

7. KẾT LUẬN.

Thiên vốn là bản tâm sẵn vậy nơi mỗi người. Ngộ tâm là ngộ thiên. Người ta có thể rũ bỏ tất cả mọi thứ, nhưng không ai tài nào bỏ được tâm thiên này. Bởi nó là mình, mình đang sống trên nó. Hễ vừa nhúc nhích động tĩnh gì cũng đều chính là tâm thiên cả thì bỏ vào đâu cho được. Biết vậy, không cần mong cầu, chỉ là nhất mực tinh cần dụng công đúng pháp, hướng thẳng tự tâm. Công phu chín muồi, tâm này tự tỏ rạng. Mối hay ra, đất trời đã thênh thang lâu rồi, đâu có gì che đậy được.



PHẦN PHỤ

CÂU HỎI VẬN DỤNG THỰC TIỄN

CÂU SỐ 1:

Ngay khi đang có vọng tưởng, có tánh này không? Làm sao nhận biết?

Gợi Ý Trả Lời:

* **Dẫn Chứng:** Kinh Lăng Nghiêm, Phật dạy:

“Thế Bồ-đề Niết-bàn thanh tịnh từ vô thủy; tức là cái thức tinh nguyên minh nó hay sanh ra các duyên mà bị các duyên bỏ sót. Do chúng sanh bỏ sót cái bản minh này (sáng suốt sẵn có), cho nên phải chịu trôi vào các thú”.

Cho thấy, ngay khi đang có vọng tưởng, tánh này vẫn không thiếu, chỉ là chúng sanh sống trên nó mà bỏ sót.

* **Làm sao nhận biết?**

Nếu không có tánh này thì ai nhận biết đang có vọng tưởng? Nếu cho rằng, cái biết vọng tưởng vẫn còn là vọng giác thì ai biết đó là vọng giác? Chẳng phải là tánh này đang sẵn đó hay sao. Hãy buông luôn cái được cho là vọng giác ấy đi thì tánh này liền đó hiển hiện, bật nghi ngờ.

✎ **CÂU SỐ 2:**

Ngay khi vọng tưởng, tánh này vẫn không thiếu vắng. Vậy, công phu nhận thẳng tánh này như thế nào?

📖 **Gợi Ý Trả Lời:**

* **Dẫn Chứng:** Thiên sư Hàm Thị nói:

“Ngoài phân biệt vẫn lưu lại căn tánh để chờ đợi phát minh”.

* **Phân biệt:** *Tâm phân biệt các pháp, có ra vọng tưởng.*

* **Căn tánh:** *Tự tánh giác sáng.*

* **Cụ thể ở đây:**

- Đang khi vọng tưởng, tánh này không thiếu.
- Dù đang còn vọng tưởng, nhưng để yên, không can thiệp (*không theo vọng, không trừ dẹp vọng, không khởi tâm để mặc kệ, mặc tình*).
- Ngay đây, dám tự tin nhận thẳng tánh giác sáng = LƯU LẠI CĂN TÁNH, là chân thật tu hành.
- Chỉ vậy thôi. Việc còn lại là sẽ có lúc đủ duyên bùng sáng = CHỜ ĐỢI PHÁT MINH, chứ không phải ngồi đó chờ đợi để được ngộ.

* Nhận thẳng thế nào?

- Không khởi cái biết, để biết về, biết theo vọng tưởng.
- Không can thiệp hoặc làm gì thêm trên vọng tưởng hay các tướng.
- Chỉ lặng lẽ, không mê là tự sáng biết. Nhưng không phải biết về hay biết theo gì.
- Công phu như thế là khéo nhận thẳng, sống thẳng, khéo hợp tự tánh.

- Việc còn lại là thời tiết nhân duyên chín muồi, tánh này bất ngờ bùng vỡ.

✎ CÂU SỐ 3:

Hành giả hiểu và cảm nhận chân tâm, có khi vẫn còn trong tạo tác, chưa thực sự khế hợp chân tâm. Do đâu? Hoặc vì sao?

📖 Gợi Ý Trả Lời:

✳ **Do nhận sai:** Thâm nghĩ, có một chân tâm như thế nào đó, ở đâu đó để nhận ra, hay ra. Từ đó, hiểu về, thâm nhận về chân tâm đó.

✳ **Nguyên nhân, do rơi vào bẫy của căn thức mê mờ:**

Chúng sanh còn mê, thấy biết theo tình thức, phan duyên, có vật mới biết cho nên luôn tìm một vật để thấy biết. Cụ thể, phải có một vật như thế nào đó, ở đâu đó để biết về vật đó, chứ không tự nhận ra tâm thể vốn tự sáng biết. Đây là cái biết của

phan duyên, còn trong sanh tử. Nếu hành giả dụng công chưa rời phan duyên như thế thì vẫn còn trong tạo tác, chưa rời sanh diệt, chưa khế hợp tự tánh.

✧ **Khéo nhận lại chân tâm:**

Khéo mát hút các tướng, không một vết mê thì tâm tự sáng biết trùm khắp. Bởi lúc này muốn không biết cũng không được. Ngay đó, chân tâm hiện tiền, sáng rõ.

👉 **CÂU SỐ 4:**

Giữa trần đời xuôi ngược dọc ngang, có khi khiến mệt nhoài, chúng ta đã đối diện như thế nào để được an ổn thực sự?

📖 **Gợi Ý Trả Lời:**

Không cần hết mệt, cũng chẳng phải muốn còn mệt. Chẳng khởi tâm mong qua nhanh, cũng chẳng phải muốn nó còn. Ngay đó, lặng xuống, trở lại tự tánh, liền an, liền đó được nghỉ ngơi tuyệt đối.

Sơ Tổ Trúc Lâm nói:

*“Gìn tính sáng tính mới hầu an,
Nén niềm vọng, niềm dừng chẳng thác”.*

Cho thấy, chỉ có tánh này mới cho chúng ta an ổn tuyệt đối.

CÂU SỐ 5:

Thiền sư Cảnh Sầm nói “Chớ bảo vô tâm gọi là đạo”; tức là vô tâm chưa phải là đạo. Nhưng Sơ Tổ Trúc Lâm nói “Đối cảnh vô tâm chớ hỏi Thiên”; vô tâm là đạo, là thiên. Cùng là vô tâm, nhưng mang hai ý nghĩa khác nhau. Qua lời dạy của hai vị tôn đức, chúng ta thấy ra gì về vô tâm?

Gợi Ý Trả Lời:

Thiền sư Trường Sa Cảnh Sầm nói:

*Chớ bảo vô tâm gọi là đạo,
Vô tâm còn cách một lớp rào.*

Như vậy, vô tâm chưa phải là đạo.

Sơ Tổ Trúc Lâm Việt Nam thì nói:

*Trong nhà có báu thôi tìm kiếm,
Đối cảnh vô tâm chớ hỏi Thiên.*

Ở đây, vô tâm chính là đạo. Cùng là vô tâm, nhưng có hai nghĩa khác nhau. Chúng ta thấy ra gì về lời dạy vô tâm của hai bậc tôn đức.

*** Vô tâm chưa phải đạo**

Thiền sư Trường Sa Cảnh Sầm bảo vô tâm chưa phải là đạo, bởi hai lý do. Khi dụng công thì hạ thủ công phu trong tạo tác, kèm tâm buộc niệm, làm cho được vô tâm. Đã có công phu tương đối thì lập phần hạn, thấy có một cái tâm rỗng không để chấp giữ. Vô tâm này chưa khế đại đạo.

Thiền sư Phật Nhãn nói: *“Không nên ở trong chỗ rỗng không, không bờ mé mà lập phần hạn. Nếu lập phần hạn, tức đó chỉ là cái rỗng không, không bờ mé, bèn bị rơi kẹt”*. Lập phần hạn là làm cho được vô tâm, thậm thấy có một cái rỗng không, có một cái tâm không rồi chấp vào đó. Đây chính là chỗ vô tâm mà Thiền sư Cảnh Sầm đã nhắc, chớ bảo đó là đạo.

Cụ thể, Thiền sư Cảnh Sầm nói: *“Chớ bảo vô tâm”*, tức là Ngài thấy đang có người

cảm nhận về vô tâm, đồng nghĩa, có một cái tâm không. Từ nhân duyên thực tiễn, Ngài nói như vậy để nhắc thức những người này. Đã là có thì dù có cái gì đi nữa (*kể cả cái tâm không*) cũng không phải bản tâm chân thật vốn không một vật sẵn vậy nơi chính mình. Cái vô tâm ấy là làm cho được vô, chứ không phải bản tâm vốn tự rộng thênh, không một vật. Ngài gọi đây là đầu sào trăm trượng, cần phải vượt qua, vươn lên nữa. Do đó, trong một bài kệ khác, Ngài nói:

*Đầu sào trăm trượng thêm bước nữa,
Mười phương thế giới hiện toàn chân.*

✱ **Vô tâm là đạo**

Sơ Tổ Trúc Lâm nói:

*Trong nhà có báu thôi tìm kiếm,
Đối cảnh vô tâm chớ hỏi Thiên.*

Ngay câu trước đó, Ngài đã nhắc: “*Trong nhà có báu thôi tìm kiếm*”. Tức là cần nhận lại của báu vốn sẵn trong nhà

mình, chính là bản tâm thì bản tâm ấy vốn đã tự không (*Rỗng rang*), chứ không phải do cảm nhận được hay do tu để làm cho được không. Cho nên, đến câu liền sau đó Ngài nói: “*Đối cảnh vô tâm chớ hỏi Thiên*”.

Ngộ tánh thì tâm tánh tự rỗng không, chứ không phải làm cho được không.

Thấy biết vượt thoát căn và cảnh, suốt qua tất cả, không trụ vào bất cứ gì hay ở đâu. Trong tâm vốn tự không dấy niệm. Trong ngoài suốt thông, vắng bật, nhất như, không còn thấy có trong ngoài. Vô tâm như thế không nằm trong có và không, tự vượt thoát tất cả. Đây là vô tâm đúng nghĩa trong đạo Phật nói chung và nhà Thiên nói riêng; vô tâm chính là đạo.

CÂU SỐ 6:

Vô tâm đúng nghĩa có liên quan thế nào đến việc trợ giúp xã hội?

Gợi Ý Trả Lời:

1. Vô Tâm Đứng Nghĩa

a) Không phải vô cảm, lãnh đạm, thờ ơ

Đạo Phật là đạo Trí tuệ - Từ bi. Tức là từ trí tuệ giác ngộ, cảm thương cho cái mê của chúng sanh, rộng lòng cứu giúp. Thực tế, khi năng lượng dồi dào, lòng người tự rộng mở, sẽ dễ dàng cảm thông với mọi người và sẵn sàng giúp đỡ tất cả trong khả năng cho phép. Một hành giả đã ngộ tâm (*trí tuệ giác ngộ*) thì nội lực tràn đầy cho nên tự mình có sự thông cảm và từ bi rộng lớn. Với người mới học đạo, sẽ được Phật Tổ chỉ dạy trong Kinh Luận, được thiện hữu tri thức hướng dẫn trực tiếp để hiểu về người khác, cảm thông, để từ đó có sự quan tâm đúng mực, có lòng từ bi rộng lớn. Do đó, người tu Phật đứng nghĩa, sẽ không vô tâm theo kiểu vô cảm, lãnh đạm, thờ ơ.

b) Không phải cột tâm, quay lưng, ngoảnh mặt

Nếu kèm tâm, làm cho được vô tâm rồi chấp vào chỗ trống không, không ngăn mé đó, Thiên sư Cảnh Sầm nói chưa phải là

đạo. Vì vậy, hành giả tu Phật đúng pháp, sẽ không rơi vào chỗ vô tâm cây khô tro lạnh này.

c) Ngộ tâm, tâm tự rộng rang

Như trên vừa nêu, Sơ Tổ Trúc Lâm dạy, nhận lại bản tâm thì tâm ấy tự rộng rang, thênh thang, trùm khắp (*tâm tự không*). Hành giả ngộ tâm này, niềm lạc an ngập tràn. Có trí tuệ thấu hiểu và cảm thông với người khác. Có tâm từ bi và lòng nhiệt huyết tích cực cứu giúp hết thảy. Do đó, sẽ hết lòng trong việc trợ giúp xã hội, nhưng vẫn thanh thoát, cao nhân, thuận đạo, hiệu quả. Đây là vô tâm đúng nghĩa trong đạo Phật nói chung và nhà Thiền nói riêng.

2. Vô Tâm Đúng Nghĩa Với Việc Trợ Giúp Xã Hội

a) Nếu là có tâm phân biệt

Nếu có tâm phân biệt thì chưa thể rời bản ngã. Có ngã, trợ giúp xã hội qua bản ngã sẽ còn bị ngăn ngại. Thuận ý thì làm.

Trái với bản ngã, không vui hoặc bực tức, sẽ thối tâm, không muốn giúp đỡ nữa.

Hơn nữa, có tâm phân biệt, sẽ thấy có mình làm được gì đó, có sở đắc, sẽ có lúc cảm thấy thỏa mãn nên ngừng nghỉ. Điển hình, thấy mình làm từ thiện nhiều rồi, tạm hài lòng với bản thân nên dừng bớt lại, hoặc không làm nữa. Cho thấy, có tâm phân biệt, sẽ thấy có sở đắc. Mà có sở đắc thì sẽ còn nằm trong giới hạn nhất định.

Mặt khác, nếu làm trong phân tâm động niệm sẽ mất năng lượng. Do năng lượng có giới hạn cho nên sự tích cực cũng có giới hạn.

Và cuối cùng, nếu còn phân tâm động niệm thì chưa có lực để làm chủ tuyệt đối bản thân. Hòa vào đời (*nhập thế*), nhưng bị chi phối, tan chảy. Do đó, việc làm tuy thấy tốt, nhưng theo thời gian, khó tránh khỏi những tình tệ kéo theo.

Từ những lý do thực tiễn trên cho thấy, nếu trợ giúp xã hội trong khi còn có tâm, sẽ phải có giới hạn nhất định.

b) Vô tâm đúng nghĩa

Nếu một người đã đạt đến vô tâm đúng nghĩa, sẽ vô ngã. Vì không còn quan trọng bản thân do đó mọi hành xử và việc làm không thông qua bản ngã cá nhân, sẽ cho ra thực sự, không ngăn ngại. Quý ngài chỉ biết cho ra. Còn lại, mọi người đối xử như thế nào cũng được.

Hành giả vô tâm đúng nghĩa, sẽ vô sở đắc. Vì không thấy mình đã làm được gì, chỉ biết khi nào mọi người còn cần thì mình làm thôi, cho nên không tự mãn. Do vậy, tích cực trong công việc, vô hạn, không thấy thỏa lòng rồi ngừng nghỉ.

Làm việc trong tâm rộng rang, không động, năng lượng sẽ tràn đầy. Do vậy, quý ngài sẵn sàng tích cực cho ra một cách vô biên.

Quý ngài hòa vào đời làm lợi ích chúng sanh, nhưng vô nhiễm, không tan biến. Do vậy, công việc chắc chắn tốt, không phát sanh tình tệ.

Cho thấy, hành giả đạt đến vô tâm đúng nghĩa, vào đời trợ giúp xã hội, làm lợi ích chúng sanh, sẽ đạt đến vô hạn, vô biên, thuận đạo và hiệu quả.

CÂU SỐ 7:

Hành giả lợi căn, thoát nghe liền ngộ. Vậy là bỗng nhiên tự ngộ, hay do trải qua thời gian huân tu thuần thực rồi mới được ngộ?

Gợi Ý Trả Lời:

1. Tu Và Ngộ

Nếu không tu, tự nhiên được ngộ, đó là thiên nhiên ngoại đạo, bởi thực tế không có việc ấy. Nếu bảo do huân tu mới ngộ thì rơi vào tạo tác sanh diệt, không thể ngộ bản tánh vô sanh. Mặt khác, có nhiều vị ra đời không gặp Phật, nhìn lá rơi tự ngộ gọi là Độc Giác Phật; như vậy, chưa thấy quý ngài tu hành gì. Vậy thì, có tu mới được ngộ hay không tu vẫn ngộ?

2. Có Huân Tu Hay Không?

Ví như không khí đã sẵn, nhưng không quạt thì không tạo thành gió để mát. Phật tánh vốn sẵn, nhưng không có Thầy Tổ kích phát, không tu thì không thể tự nhiên thành.

Ai cũng sẵn tánh Phật, nhưng do vô minh vọng tập che đậy nên không phát huy. Do vậy cần phải huân tu. Tuy huân tu, nhưng không phải làm gì thêm trong ấy. Chỉ là không theo vọng niệm, hằng giác sáng. Thời tiết nhân duyên chín muồi, tánh tự bùng ngộ, mới thấy sức sống này đã sẵn, không dính dáng gì đến việc tu. Đây là sự thật. Chưa ngộ, cần phải khéo tu. Ngộ rồi, mới thấy việc tu trước kia không dính dáng. Thiên sư Hoài Nhượng nói: *“Tu chứng tức chẳng không, nhiễm ô chẳng thể được”*, là vậy. Do đó, phải khéo tu trong vô tu để khéo hợp tự tánh, mới có lúc bùng ngộ.

3. Huân Tu Như Thế Nào?

Phật dạy, nếu thực hành huân tu theo hạnh con heo thì thành con heo. Nếu muốn

ngộ tánh mà quán chiếu thì chỉ hiển bày chân lý, không thể ngộ tánh. Ngộ tánh không phải là ngộ ra tự tánh như thế nào đó, mà khi công phu đặc lực thì tự trả lại chính nó, tánh tự bùng ngộ. Do đó, cần phải biết huân tu đúng pháp, kế tự tánh thì mới có lúc bùng ngộ tự tánh này.

4. Huân Tu Đúng Pháp, Mới Ngộ

Bản chất tánh tự vô sanh, cho nên cần phải biết thực hành công phu kế hợp tự tánh, mới ngộ. Cụ thể, thẳng đây, khéo nhận tánh này, sống thẳng đó là tu hành. Nếu chưa như thế thì hưởng tánh tu tập. Dù có pháp, nhưng không kẹt vào tướng phương pháp. Không tạo thành tướng dụng công. Không dấu vết của tâm, không lập phần hạn, không thấy có sở đắc. Dụng công như thế là tu trong vô tu, kế tự tánh vô sanh, mới có lúc tánh tự bùng ngộ.

Hàng Độc Giác Phật ra đời không gặp Phật, nhìn lá rơi hoặc nhân duyên nào đó tự ngộ. Đó là do nhiều đời quý Ngài đã huân tu, chín muồi, nay được ngộ chứ không phải tự nhiên.

BIẾT CÓ CHÂN TÂM

1. THẤY NGHE BIẾT ĐỀU TỪ CHÂN TÂM

Hòa thượng Tông chủ dạy, bằng tâm trong lặng sáng biết, hành giả nhận ra rõ ràng, mắt biết thấy là chân tâm, tai biết nghe là chân tâm... Ý biết pháp trần là chân tâm. Tóm lại, Ngài khẳng định ngay mọi thứ đang đối diện, chúng ta lặng sáng, thấy biết rạng ngời nhưng không động, mỗi thấy, nghe, biết..., chân tâm đang hiển hiện rõ ràng.

Khi đã thuần thực, cái biết chân tâm luôn hiện tiền thì chuyển qua giai đoạn “Thể nhập chân tâm”. Đến đây hành giả thể nhận rõ chân tâm “Vốn tự không động, thường biết rõ ràng mà không cần khởi niệm phân biệt. Thênh thang còn mãi, vốn tự như vậy”.

Sự thật, nhờ chân tâm cho chúng ta thấy, nghe, biết (*Kiến văn giác tri*). Do đó, ngay thấy, nghe, biết, chân tâm đang hiện tiền, chưa thiếu vắng bao giờ. Nhưng do không nhận ra, sống theo vọng, trên vọng mà tu nên bỏ sót chân tâm. Vì vậy Hòa thượng khẳng định và nói cho hành giả biết “Ngay thấy, nghe, biết; chân tâm đang hiện tiền sẵn đó”. Nghe dạy, hành giả đã nhận biết rồi, khéo dụng công, nhận ra và sống thẳng bằng chân tâm.

Thiền sư Sư Nhan khi đến Đan Khưu, suốt ngày ngồi trên thạch bàn như kẻ ngu, thỉnh thoảng tự gọi: “Ông chủ nhân”, lại ứng thanh: “Dạ”. Bèn bảo: “Tĩnh tĩnh lấy! Về sau chớ bị người gạt”. Thời gian sau, bốn chúng ngưỡng mộ đức của Sư, thỉnh Sư trụ trì tại Đoan Nham, học lẫn nghe danh đua nhau kéo đến. Hòa thượng Tông chủ hiện nay dạy thiền sinh thường nhắc “Mắt biết thấy là chân tâm...” để xác quyết, trừ mê, cho thiền sinh nhận lại tâm mình, cũng tương tự.

Khi tự nhắc để mình nhớ và nhận rõ “Ngay thấy nghe biết là chân tâm”, là để khẳng định cho hành giả nhận ra rằng, ngay khi chúng ta thấy nghe biết, chân tâm sẵn đủ đó. Khi đã tin chắc, khẳng định rồi thì hằng sống như vậy chứ không nhắc nữa.

Như vậy, theo lời Hòa thượng dạy như trên, mục đích để khẳng định, xác quyết thấy nghe biết là chân tâm. Hành giả khéo dụng công miên mật, theo thời gian thuần thục, tiến đến nhận ra chân tâm chính mình và thể nhập, sống bằng chính nó. Tu tập nhận ra chân tâm như thế không phải là việc tự kỷ ám thị. Bởi tự kỷ ám thị là lặp đi lặp lại một việc bên ngoài nhiều lần để bị ám thị, biến thành cái của mình. Còn việc nhắc biết có chân tâm là khẳng định để xác quyết cái chân thật nơi chính mình và hướng tánh chân thật ấy để tu tập. Khi thuần thục, sáng ra tâm tánh chính mình, ông chủ chính mình hiển hiện chứ không phải nhận cái bên ngoài để ám thị làm cái của mình.

2. CHÂN TÂM VÔ NIỆM

Tu tập cho đến khi hết vọng niệm mới ngộ chân tâm? Hay khi ngộ chân tâm thì hết vọng niệm, được vô niệm? Ví như người ngủ say, thấy các cảnh trong mộng. Mơ cho tròn hết cơn mộng mới được tỉnh dậy? Hay bất cứ lúc nào tỉnh dậy thì hết mộng? Nếu phải mơ trọn câu chuyện trong giấc mộng mới tỉnh thì đã là người tỉnh rồi, đâu còn mộng nữa? Thực tế, bất cứ lúc nào tỉnh dậy thì liền hết mộng.

Cũng thế, bất chợt ngộ tâm, vọng tự bật. Khi ấy, vượt cả không gian và thời gian, không có trước sau. Không có thời gian hay không gian nào cho tình thức phân biệt kịp chen vào để nhận ra vọng niệm dứt bật trước rồi mới ngộ chân tâm, hay ngộ chân tâm rồi vọng niệm mới dứt bật. Khi chưa ngộ tâm thì có làm gì, vọng vẫn hầy còn. Ngộ rồi, vọng tự dứt bật. Như ngủ say, nằm mộng thấy đủ thứ. Tỉnh dậy, toàn không.

Tất cả cảnh trong mộng bản chất không có thật. Nhưng nó lại có giá trị chi

phối đối với người ngủ mê, đang say mộng. Cảnh trong sanh tử cũng tương tự. Thực chất, tất cả chúng đều không có giá trị gì. Nhưng do chúng ta tạm mê nên bị chi phối. Sáng lại chân tâm, tất cả đồng thời lặn trong, tiêu mất; như người thức giấc, cảnh trong mộng không còn giá trị gì.

Sự thật, chân tâm vốn vô niệm. Nhưng chúng sanh bất giác, chợt quên, sống trên nó mà bỏ sót, quên nhận lại nên niệm nương vào thức mê mà sanh khởi và tồn tại. Khéo nhận lại chân tâm thì căn thức mê dứt bật, niệm tự vắng lặng. Hành giả thể ngộ tự tánh, liền tự hay ra: “*Chân tâm vốn tự không niệm*” đã lâu lắm rồi. Nếu còn đang trên đường dụng công tu tập thì cần biết có chân tâm, hướng tiến chân tâm tu tập. Hành giả khéo bật dứt mất hút các tướng, sáng lại tánh mình, tu trong vô tu, mới chân thật tu hành. Cụ thể, có pháp nhưng không kẹt vào tướng của phương pháp để tạo thành tướng pháp, không kẹt vào tướng dụng công, bật các dấu vết của

tâm; không ở trong chỗ rỗng không mà lập phân hạn, sở đắc, hoặc làm bất cứ gì tạo thành dấu vết. Như thế, tự như không làm gì, nhưng không mê thì tánh tự sáng biết. Sống thẳng tánh ấy là tu hành, là tu trong vô tu. Khi thời tiết nhân duyên chín muồi, tâm tự bừng sáng, toàn thể hiện bày, niệm vốn tự không, bật dứt nghi ngờ, không cần phải nhọc nhằn cố bần nói thêm gì trong ấy.

Như vậy, nói “*Chân tâm vô niệm*” là nói thật về thể của chân tâm vốn không có niệm lự. Hành giả nhân đó biết được hướng tiến, khéo léo dụng công để khế hợp chân tâm như vừa nêu trên. Sẽ có lúc tâm này bừng sáng, sẽ tự mình thấy ra “*Chân tâm vô niệm*”.

3. CHÂN TÂM VÔ NIỆM - VÔ NIỆM CHÂN TÂM

Ngộ chân tâm, tâm ấy vốn vô niệm. Nhưng đạt đến vô niệm, chưa hẳn đã ngộ chân tâm. Cụ thể, Thiên sư Cảnh Sầm nói:

“Chớ bảo vô tâm gọi là đạo, Vô tâm còn cách một lớp rào”. Nhưng Sơ Tổ Trúc Lâm thì bảo: “Trong nhà có báu thôi tìm kiếm, Đối cảnh vô tâm chớ hỏi Thiên”. Cùng là vô tâm, nhưng hai nghĩa này khác nhau. Một bên “Vô tâm chưa phải đạo”, bên kia thì ngược lại. Chúng ta thấy ra gì về nghĩa vô tâm?

Thiền sư Cảnh Sầm nói: “Chớ bảo vô tâm”, tức là Ngài thấy đang có người cảm nhận về vô tâm, có một cái được gọi là vô tâm (*tâm không*) để giữ lấy. Đã là có thì dù có cái gì đi nữa, kể cả cái tâm không, cũng không phải bản tâm chân thật vốn không một vật chính mình. Cái vô tâm ấy là làm cho được vô, chứ không phải bản tâm tự rỗng thênh, vốn không một vật. Ngài gọi đây là đầu sào trăm trượng. Vì vậy trong một bài kệ khác, Ngài bảo: “Đầu sào trăm trượng thêm bước nữa, Mười phương thế giới hiện toàn chân”.

Thiền sư Phật Nhãn nói: “Không nên ở trong chỗ rỗng không, không bờ mé mà

lập phân hạn. Nếu lập phân hạn, tức đó chỉ là cái rỗng không, không bờ mé, bèn bị rơi kẹt". Nghĩa là Ngài nhắc, không nên nằm trong chỗ rỗng không, thậm thấy có một cái tâm không để cảm nhận, giữ gìn. Đây chính là chỗ vô tâm mà Thiên sư Cảnh Sầm đã nhắc, chớ bảo đó là đạo.

Sơ Tổ Trúc Lâm bảo: *"Trong nhà có báu thôi tìm kiếm. Đối cảnh vô tâm chớ hỏi Thiên"*. Ngay câu trước Ngài đã nhắc: *"Trong nhà có báu thôi tìm kiếm"*. Nghĩa là cần nhận lại của báu vốn sẵn trong nhà (*bản tâm*) thì bản tâm ấy vốn tự không (*rỗng thênh*), chứ không phải do cảm nhận được; hay do làm gì đó để được không.

Cho thấy, cùng là vô niệm, vô tâm, nhưng nếu đã ngộ tánh thì tánh ấy tự không. Bằng chưa ngộ thì mới chỉ ở trong chỗ thuần tịnh, rỗng không, không bờ mé. Thiên sư Pháp Thành ở Hương Sơn nói: *"Dù cho thuần thanh tuyệt điểm vẫn còn là chơn thường lưu chú"*. Hành giả thấy mình sạch sành sanh, không còn vết bợn nào,

nhưng trong ấy vẫn còn sự trôi chảy nhỏ nhiệm trong tự tánh chơn thường mà chính mình không nhận ra. Cho đến khi ngộ tánh mới biết trước kia chưa phải.

Việc này phụ thuộc vào cách dụng công của hành giả. Nếu quý vị lanh lợi, ngay đây nhận thẳng tánh sáng biết, không can hệ trên niệm và các cảnh có hay không, không liên can đến các thứ lớp của động và tịnh, tu và chứng thì tâm tánh hiện tiền. Tâm ấy tự rỗng rang, thênh thang, không nơi nào thiếu vắng; ngay đó là đạo. Ngược lại, nếu hành giả công phu theo hướng hàng phục vọng tâm hoặc quét sạch tất cả thì sẽ đi đến điên địa chuyển tiếp của thuận tịnh, là còn cách lớp rào, chỗ này chưa phải đại đạo chân thật.

Thiền sư Tông Mật nói, nhất hạnh tam muội còn gọi là bản tâm. Lục Tổ đứng trên nhất hạnh tam muội làm cơ sở lập trường để lập ra phương tiện tam vô, trong đó có vô niệm. Hành giả y đây tu hành, trở về nhận lại nhất hạnh tam muội. Qua lời Ngài

dạy, chúng ta có thể nhận ra vô niệm trong tam vô chính là phương tiện cho hành giả hành trì, là con đường để đi đến đích nhất hạnh tam muội (*bản tâm*). Khi hành giả trực ngộ bản tâm, liền hay ra chân tâm vốn tự vô niệm.

4. CHÂN TÂM LÀ BIẾT HAY KHÔNG BIẾT?

Chân tâm không thuộc về biết cùng chẳng biết. Khởi biết, thấy có cái biết là đã thành tướng biết, đó là vọng giác. Nếu không biết thì rơi vào vô ký. Chỉ khéo mất hút các tướng, không mê mờ thì liền đó trả lại bản thể chân tâm, tâm ấy tự sáng biết. Không cần sanh khởi, không phân biệt, vẫn bất động, nhưng tự sáng biết một cách chủ động, linh thông rành rẽ rõ ràng hơn cả sự phân biệt lanh lợi của ý thức. Chính vì bất động nhưng tự sáng biết, không biết về biết theo cảnh vật, không đợi có vật mới biết, chính nó sẵn tự sáng biết do đó chân tâm không nằm trong “Biết cùng chẳng biết” theo kiểu tìm hiểu, học hỏi, nhận biết một

cái gì đó bên ngoài. Hành giả ngộ ra, liền tự thấy ra rất rõ, tất cả hiện tiền trước mắt. Nếu chưa ngộ, còn dụng công thì cần lưu ý rằng, không nên thấy có một cái biết để chúng ta nhận rõ hoặc nắm giữ nó. Chỉ là khéo vắng bật, mất hút dấu vết và không mê, ngay đó chân tâm tự sáng biết.

5. BIẾT CÓ CHÂN TÂM

Thiền sư Phổ Chiếu nói: *“Biết không sanh tử, chẳng bằng thể không sanh tử. Thể không sanh tử, chẳng bằng kế không sanh tử. Kế không sanh tử, chẳng bằng dụng không sanh tử”*. Cho thấy, biết rõ cái không sanh tử, sanh tử không can hệ, không đến kịp, đó là chân tâm, như thế đã được Thiền sư Phổ Chiếu chứng minh xác quyết vào hàng biết rõ tự tánh chính mình. Và “Biết được chỗ không còn sanh tử” chính là “Biết có chân tâm”.

Sự thật, nếu chưa đủ duyên nghe giảng, khai thị hay tu tập để nhận ra, chúng ta không hề biết mình có chân tâm.

Khi được thiện tri thức chỉ bày, khai thị, chúng ta sực nhận ra, sáng lên, như thế là đã có duyên với thiên tông, sẽ có lúc nhận lại, bừng ngộ bản tâm chân thật này.

Trưởng Lão Định Hương xuất gia tham học nơi Thiên sư Đa Bảo. Một hôm Sư hỏi Thầy mình: *“Làm sao thấy được chân tâm?”*. Thiên sư Đa Bảo đáp: *“Là người tự ngộ”*. Sư hoát nhiên tỉnh ngộ, thưa: *“Tất cả đều như vậy, đâu phải riêng con”*.

Ngộ chân tâm, không phải ngộ ra một chân tâm như thế nào đó; mà chỉ là trả lại chính nó, tâm ấy tự bừng ngộ. Lúc này hành giả tự mình nhận ra rất rõ, tất cả diệu lực đều tự mạnh lên, đúng như chính nó đã sẵn. Chân tâm đã sẵn đủ nơi chính mình, chỉ khéo nhận lại, liền sáng ra, hiển hiện. Nếu thấy được chân tâm thì chân tâm đã trở thành đối tượng bên ngoài bị thấy, không phải chính nó. Như thế, không khéo đã biến chân tâm thành tướng, là đã vụng về trong thể chân tâm vô tướng vốn sẵn kia. Ngài Định Hương muốn tìm thấy

được chân tâm, khởi tìm để thấy được chân tâm, cho đến tu hành mong thấy được chân tâm thì càng bị ngăn cách, xa nó. Vì vậy, Thiên sư Đa Bảo nói: *“Đó là người tự làm nhọc mình”*, không thể thấy. Ngay đó, Ngài Định Hương sực nhận lại, liền hay ra, chân tâm hiện tiền, liền thưa: *“Tất cả đều như vậy, đâu phải riêng con”*. Ngài nhận ra và ngạc nhiên, tất cả ai ai cũng đều đã sẵn vậy lâu lắm rồi, không phải của riêng ai. Nhưng tại sao cũng giống như mình trước đây, lâu nay sống trên nó mà đi tìm bên ngoài, nhọc nhằn vô ích, luống chịu các khổ não không đáng có.

Nếu hành giả lanh lợi, bản lĩnh hơn, ngay đây thoát nghe liền nhận, sẽ hay ra chân tâm sẵn đó từ lâu lắm rồi, ai cũng đủ, chưa thiếu vắng bao giờ. Dám tin và sống thẳng bằng chính nó, lâu dần sẽ thuần thực, lực dụng hiện tiền, đạt đến viên thông. Ngài Tỳ Ni Đa Lưu Chi khi đến gặp Tam Tổ Tăng Xán đang lánh nạn trong núi Tư Không. Tam Tổ không nói gì.

Lặng yên trong khoảng trầm ngâm, Ngài chợt sáng ra tâm này. Tổ dạy về phương Nam giáo hóa. Ngài Tỳ Ni Đa Lưu Chi bảo nhậm, viên thông, khai thị, truyền thiên, trở thành vị Tổ của một dòng thiên tại Việt Nam mang đạo hiệu Ngài. Không làm gì nhiều, một nhận, dám sống, liền xong. Đây là gương sáng cho chúng ta tự tin, xác quyết mình cũng có phần. Tổ Tỳ Ni Đa Lưu Chi đã làm được như vậy, nếu chúng ta tự tin, quả quyết thì phần mình không thiếu.

Sự thật, không phải trải qua tu hành tạo tác mà chỉ là khéo nhận lại liền xong. Nếu chưa thể như thế thì bất đắc dĩ phải tạm thời hàng phục vọng tâm, phải tu hành nhiều công sức vậy thôi. Biết vậy để chúng ta mạnh dạn dám nhận thẳng tâm này, việc tu tiến sẽ rõ ràng hơn rất nhiều.

Tăng hỏi Tào Sơn Bốn Tịch: - Thế nào là mênh mang bát ngát chuốc họa ương?

Sư đáp: - Chỉ là cái ấy.

Thiền sư Huyền Giác nói: “Thoạt đạt không, bác nhân quả. Mênh mông bát ngát

chiêu ương họa”. Vị Tăng đem việc này hỏi Thiên sư Bồ Tịch, Sư đáp: “Chỉ là cái ấy”. Nghĩa là, dù ở trong chỗ ngoan không, hay vọng thức mênh mang bát ngát, hoặc đã chiêu lấy họa ương vào trong sanh tử, nhưng tâm tánh mình (cái ấy) không thiếu vắng. Như người ngủ mê, nói mớ, nhưng thân vẫn nằm bất động trên giường. Khéo nhận lại, mới hay ra cũng chỉ là chính nó, liền thoát khỏi ngoan không, vượt thoát sanh tử.

Tăng hỏi: - Làm sao khỏi được?

Sư đáp: - Biết có liền được, dùng khỏi làm gì? Chỉ là Bồ-đề, Niết-bàn, phiền não, vô minh v.v... (tất cả các pháp đối đãi hai bên) thấy đều chẳng cần khỏi. Cho đến việc thô trọng ở thế gian cũng thế, miễn biết có là được, chẳng cần khỏi; khỏi tức đồng biến dịch (dời đổi) rồi.

Ngài Tào Sơn khẳng định, chỉ sáng lại tánh này, biết có chân tâm liền được, không vụng về tạo tác thêm gì trong ấy. Cụ thể trong công phu, hành giả không can thiệp

hay làm thêm bất cứ gì trên vọng, trên các tướng; chỉ là không theo, không mê thì tánh tự thấy biết, vô tướng - sáng ngời. Khéo nhận, dám sống, liền đó hay ra rõ ràng. Không biết có, quên tánh này, liền rơi vào các tướng, tạo tác sanh diệt, tu hành vô lực.

6. CHÂN TÂM THẤY BIẾT TẤT CẢ, VƯỢT THOÁT TẤT CẢ, NHƯNG TỰ TẠI HAY VÀO RA TẤT CẢ

Thiền sư Cứu Chi, Việt Nam nói:

Tuy thấy tất cả pháp mà không có chỗ thấy, tuy biết tất cả pháp mà không có chỗ biết. Biết tất cả pháp lấy nhân duyên làm gốc. Thấy tất cả pháp lấy chánh chân làm tông. Tuy chuyên nơi thật tế mà rõ thế gian đều như biến hóa. Rõ thấu chúng sanh chỉ là một pháp, không có hai pháp. Chẳng rời cảnh nghiệp mà phương tiện khéo léo, ở trong cõi hữu vi hiện bày pháp hữu vi mà không phân biệt. Tướng vô vi là do hết dục, dứt ngã, quên niệm mà nhận lấy vậy.

Phàm phu thấy biết phan duyên. Khi

thấy biết là phải thấy biết về cái gì đó; tức là có chỗ thấy biết, bỏ quên tự tánh. Bậc đã đạt ngộ, tâm cảnh nhất như, vốn tự sáng biết, không khởi phân biệt, không đợi có vật mới biết, không tìm vật để thấy biết; Thiên sư Cửu Chỉ nói, tuy thấy biết tất cả mà không chỗ thấy biết. Cụ thể, khi tâm cảnh nhất như, thấy biết tất cả một cách rõ ràng, linh thông và chủ động hơn cả sự thông minh của ý thức, nhưng bất động, vượt thoát, suốt qua tất cả, không dừng trụ; nên nói không có chỗ thấy biết. Nếu vậy, bậc đạt ngộ thấy biết tất cả như thế nào?

Lúc này, biết rõ các pháp đúng như thật, tất cả đều do nhân duyên sanh. Vì do nhiều yếu tố hợp lại mà thành cho nên các pháp đều huyễn hóa. Quý ngài sống thẳng tự tánh sáng biết không động, vượt thoát các vận hành, không bị các sanh diệt chi phối để thấy biết; chứ không phải biết theo các pháp để chìm trong ấy, bị lưu chuyển hoặc cuốn theo vô thường sanh diệt, tụ tán,

hợp tan. Nên nói, biết tất cả pháp lấy nhân duyên làm gốc. Điểm chính yếu ở đây là hành giả sống bằng chân tâm, thấy biết như thị, không động, ngay chánh, không thiên lệch để thấy biết tất cả; không chịu uốn theo phàm tình hay bị vọng động. Nên nói, thấy tất cả pháp, lấy chánh chân làm tông.

Không rời tự tánh vắng lặng, sáng rõ (*thật tế, mé thật*), nhưng rõ biết thế gian biến thiên, được biến hóa ra. Tức là không phải quay lưng, ngoảnh mặt hay lảng tránh, chỉ dùng trí tuệ thấy biết các pháp đúng như thật mà không cần khởi phân biệt. Biết đúng các pháp là huyễn hóa, nhưng vẫn bất động, đây là như huyễn tam muội. Thiên sư Cửu Chỉ nói, tuy chuyên nơi thật tế mà rõ thế gian đều như biến hóa.

Lúc này thấy rõ tất cả chúng sanh đều có chân tâm; đây là pháp thứ nhất. Nhưng do bỏ quên, cho nên bị trôi trong sanh tử; đây là pháp thứ hai. Hành giả ngộ tâm, không thấy có hai việc sai khác. Cụ thể,

nhìn thấy tất cả chúng sanh, ai cũng chỉ là một tâm chân, nhưng do mê nên tạm thời bị che khuất. Có trôi trong sanh tử thì sanh tử cũng không thật, tánh sáng biết vẫn sẵn đó, chỉ là sống trên nó mà bỏ sót, bị quên. Nếu ai sáng lại tâm này, liền đó hay ra Tâm - Phật - Chúng sanh, bình đẳng, không sai khác như thế. Sẽ rõ thấu chúng sanh chỉ là một pháp, không có hai pháp.

Ví như không cần khởi, không động mà cánh tay vẫn cử động linh hoạt, không ngăn ngại. Đây là sống động, linh thông đến chủ động, nhưng vẫn không động. Cũng thế, không cần khởi, vẫn sáng biết. Ở trong ấy, tự tại hiện bày các pháp lợi mình lợi người không ngăn ngại. Các bậc có đại lực lượng thì thị hiện, tự tại vào trong các cảnh nghiệp sai biệt làm lợi ích chúng sanh, nhưng không bị nghiệp sai sử. Đây là chỗ Thiên sư Cứu Chỉ nói: ***“Chẳng rời cảnh nghiệp mà phương tiện khéo léo, ở trong cõi hữu vi hiện bày pháp hữu vi mà không phân biệt”***. Nhờ diệu lực

của định tuệ từ chân tâm, lưu xuất diệu dụng bất khả tư nghì cho hành giả tự được như vậy, chứ không có tác dụng cố gắng hay làm thêm gì trong đó.

Cuối cùng, Thiên sư Cửu Chỉ khẳng định: **“Tướng vô vi là do hết dục, dứt ngã, quên niệm mà nhận lấy vậy”**.

Đây là Ngài nói thẳng, rất thật và gần. Muốn đạt đến **“Thực tướng vô tướng”** thì chỉ nên ngay ba việc này để kiểm chứng công phu và bảo nhậm: **“Hết dục - Dứt ngã - Quên niệm”**. Không mong cầu hay hy vọng trông mong gì bên ngoài, sẽ hết dục. Rõ ràng, không phân biệt ngã và pháp, ta và người, liền dứt ngã. Không can thiệp trên niệm, không cố thấy hoặc quan tâm niệm còn hay đã hết, chỉ sáng lại tâm mình; đứng nghĩa quên niệm. Hay sống như thế, ngay đó liền được sạch trội trội, bày trở trở. Khéo nhận lại ngay, liền sống dậy, chân tâm hiện sò sò, hay ra xưa nay chưa từng thiếu vắng.

Hành giả sống bằng chân tâm thuần thực, đắc lực, sẽ đạt đến thể dụng luôn hiện tiền mà không cần phân biệt đây là thể,

kia là dụng. Lúc này, diệu dụng tự phát huy bất khả tư nghì, tùy duyên thị hiện các hạnh, làm tất cả việc lợi mình, lợi người không thể kể hết.

7. CHÂN TÂM CHO HÀNH GIẢ TỰ TẠI TRONG SANH TỬ

Chúng sanh trôi lăn trong sanh tử, nhưng giác tánh chưa từng sanh tử. Như mộng thấy bị sai khiến mà thân vẫn nằm yên. Như nước đóng thành băng mà tánh ướt không bị biến đổi. Nếu ngộ ra ý chỉ này, liền đó trả lại bản tâm sáng tịnh, chân tâm hiện tiền. Tiếp tục bảo nhậm, sống thẳng bằng chân tâm chính mình, tùy duyên tiêu dung tập khí, tập nghiệp, đạt đến thấu triệt, viên mãn, diệu lực bất khả tư nghì. Chính diệu lực từ chân tâm cho hành giả tự tại, tiêu sái, hay vào ra tất cả mà vượt thoát tất cả. Với sanh tử cũng vậy.

Nếu chưa thể như thế thì việc dụng công tu tập bằng cách: Hằng ngày lấy cái rỗng lặng làm thân, không chấp sắc thân huyền hóa. Lấy cái chân tri làm tâm,

không theo vọng tưởng. Trên mọi cảnh duyên, luôn sẵn một tâm giác sáng. Gặp cảnh duyên nào cũng luôn công phu tu tập như thế. Lâu dần thuần thực, lực giác sẽ mạnh lên, sẽ cho chúng ta không mê lầm hay bất giác trên bất kỳ cảnh duyên nào; sẽ có nội lực, định lực để làm chủ bản thân, vọng niệm và hoàn cảnh. Theo thời gian, công phu thuần thực, đắc lực, lực dụng của trí tuệ giác sáng hiện tiền. Nhờ vậy, lúc sắp mạng chung, cảnh nghiệp có hiện ra, nhưng do công phu thuần thực và đã có nội lực nên cũng sẽ thấy biết bằng lực giác sáng như thế, không theo chúng hay mừng sợ gì. Lát sau, tất cả cảnh nghiệp tự tan biến hết, tâm giác sáng thường còn, chúng ta muốn đi đâu hay làm gì đều được tùy ý, tự tại.

Tóm lại, hằng ngày luôn sống bằng chân tâm. Biết rõ, tất cả các cảnh chung quanh cho đến cảnh nghiệp đều do tâm biến hiện cho nên chúng đều là huyễn hóa, không thật. Sự thật, tất cả đều do tâm mê biến hiện, mới có ra. Nếu giác sáng đúng mức thì tất cả đều trở nên lặng trong, không còn gì chi phối. Giống như do chúng

ta nhắm mắt lại mà tự thấy có cái bóng. Mở mắt, toàn không. Tâm cần vững vàng, tự tin và kiên định với công phu, sống bằng sức giác sáng lạng trong chính mình, không thấy biết theo cảnh duyên và không thêm sợ hãi gì cả. Nên buông thư, thơ thới, thả lỏng, bình thường, không gắng gượng hay quan tâm bất kỳ cảnh duyên nào, sẽ tự trở lại chân tâm vô tướng. Lực của tâm tự phát huy sức mạnh, cho chúng ta tự chủ, tự tại, giải thoát.

Biết có chân tâm, tùy theo sự bảo nhậm và sức huân tu sâu hay cạn mà có đức dụng tương ứng. Nếu luôn sáng lại tâm mình trên tất cả động dụng thi vi, không theo các huyễn, lúc sắp lâm chung, Thiền sư Tông Mật khẳng định: *“Tuy có thân trung ấm, nhưng muốn đến đâu tự do, trời, người tùy ý. Nếu tình yêu ghét sạch thì không còn thọ nhận thân phần đoạn này nữa, mà tự nhiên đổi ngắn thành dài, đổi thô thành diệu. Nếu tất cả phiền não nhỏ nhiệm vắng lạng thì Đại Trí Viên Giác sáng rõ riêng còn, liền tùy hiện trăm ngàn muôn ức thân hóa độ chúng sanh, gọi là Phật”*.

8. KẾT LUẬN

Thể nhận chân tâm tự trung có hai lối. Hoặc là ngay đây trực nhận. Nếu chưa thể như thế, hành giả khéo đúng như pháp để tu tập dần. Hàng phục vọng tâm, theo thời gian, nhân duyên chín muồi, cũng sẽ bừng ngộ. Dù ngộ hay chưa, nếu khéo hướng tánh tu tập, không can thiệp hay kẹt vào các tướng, hành giả sẽ thoát khỏi mê lầm nhận huyễn làm chân, đều có những tự chủ, lợi lạc nhất định. Đi trong sanh tử, có chân tâm làm thầy, hướng đạo, cho chúng ta không lầm đường lạc lối. Lớn hơn, chính tâm này giúp hành giả tiêu sái, tự tại. Hòa thượng Tông chủ đã từ bi chỉ thẳng cho chúng ta ngay thấy nghe biết, chân tâm đang hiện tiền, không thiếu vắng. Khéo tin nhận, dám sống thẳng là chân thật dụng công, sẽ tự mình nhận ra những vi diệu sâu xa khó thể nghĩ bàn. Một kiếp tu hành, mãn tâm, xứng ý.

Chương

III

NGUYÊN

LÝ

DỤNG

CÔNG

TU

TẬP

THIỆN



1. DẪN NHẬP

Còn là chúng sanh thì còn đau khổ. Không ai trong chúng ta muốn mình khổ đau, ai cũng muốn vượt khổ. Mà muốn vượt khổ tức là muốn tu hành, bởi tu hành để hết khổ, được an vui. Cũng thế, hiện nay chúng ta phát tâm tu hành là vì muốn chấm dứt khổ đau, được giải thoát an vui mãi mãi. Đồng thời muốn cứu cho tất cả chúng sanh đều được như thế. Muốn vậy, cần phải tìm ra nguyên nhân chính khiến cho con người khổ đau là gì? Kể ra thì nhiều, nhưng nói tóm gọn lại thì con người bị đau khổ bởi hai nguyên nhân chính, đó là vô minh, mê mờ và loạn động, sanh diệt.

Vô minh mê mờ thì không nhận ra được bản chất thật của vấn đề. Loạn động sanh diệt thì đánh mất đi năng lượng sống. Có hai nguyên nhân trên, con người bắt đầu đau khổ. Cứ thế theo thời gian, vô minh mê mờ và loạn động sanh diệt càng tăng thì khổ đau con người càng nhiều. Khổ đau càng nhiều thì làm cho vô minh loạn động

càng thêm lớn mạnh. Cứ đáp đối và tăng vọt như thế khiến cho nỗi đau càng thêm chất chồng, biến cuộc đời thành bể khổ, không dễ thấy được lối ra.

Muốn vượt khổ cho nên muốn tu. Tu hành là để thoát khỏi biển khổ lớn sanh tử. Tìm được nguyên nhân căn bản và sâu xa của khổ đau, cũng có nghĩa là xác định được điều trọng yếu của việc tu hành. Đó là trừ dẹp vô minh và hàng phục vọng tâm loạn động.

Lâu rồi, tất cả chúng sanh vốn ở trong tự tánh giác sáng không sanh không diệt của chính mình. Nhưng rồi có lần thoáng chợt bất giác, quên tự tánh ấy, liền bị mê mờ vô minh, rơi vào loạn động sanh diệt, từ đó luống chịu các thứ khổ đau trong sanh tử. Hôm nay tu hành cũng ngay chỗ đi ra để trở về. Cụ thể là hàng phục vọng tâm, trở lại tự tánh giác sáng, hết mê mờ và loạn động thì đau khổ cũng chấm dứt, được an vui.

2.XÁC ĐỊNH NGUYÊN LÝ CÔNG PHU - GIÁC LÀ TU

2.1. Vọng Tưởng Có Ra Từ Đâu?

Chúng sanh do tâm khởi vọng, tạo nghiệp rồi đi trong sanh tử chịu không biết bao nhiêu nỗi khổ niềm đau. Muốn thoát khổ đau, trước mắt cần phải hàng phục vọng tâm, vọng tưởng. Vậy, vọng tưởng từ đâu mà có?

1) *Vọng tưởng không có chỗ cố định được sanh ra.*

2) *Bất giác thì vọng liền sanh, vọng tưởng chợt có ra.*

3) *Vọng tưởng không thật có.*

2.1.1. Vọng tưởng không có chỗ cố định được sanh ra

Tìm chỗ vọng tưởng sanh khởi, không có nghĩa nhất thiết phải có chỗ. Khi soi xét thật cùng, sẽ thấy bản chất của vọng tưởng vốn không thật có. Do đó, cũng không có chỗ cố định sanh ra nó. Ví như có một dây chuyền sản xuất, sản phẩm sẽ có ra hoài,

không ngọt. Cũng vậy, nếu có chỗ sản sinh ra vọng tưởng thì nó sẽ được sản xuất mãi, có mãi, còn mãi, không bao giờ hết. Nếu vọng tưởng không bao giờ hết thì không ai tu hành thành Phật thành Tổ được, bởi vì Phật Tổ chỉ có diệu dụng chứ không có vọng tưởng. Đồng nghĩa là Phật Tổ không có. Nhưng trên thực tế thì có Phật có Tổ, có những bậc tu hành đạt đạo, tức là vọng tưởng sẽ có lúc hết sạch. Vì đã có lúc hết sạch, thành Phật tác Tổ, cho nên vọng tưởng không có chỗ được sanh ra.

Chính vì vọng tưởng không có chỗ được sanh ra và có ngày nó dứt bật, không còn cho nên chúng ta mới hy vọng tu hành đạt đến giác ngộ giải thoát được. Đây là điểm then chốt cần xác định để thấy rõ, để vững tin trong việc tu hành.

Như vậy, đã không có chỗ sanh thì vọng tưởng từ đâu mà có?

2.1.2. Bất giác thì vọng liên sanh, vọng tưởng chợt có ra

Đang ngồi an tịnh, tỉnh sáng. Vừa

thoảng bất giác, quên tỉnh, nghĩ về một điều gì đó thì liền có vọng tưởng. Cho thấy, khi vừa bất giác, thoát quên tánh giác thì vọng tưởng liền đó có ra; chứ nó không có chỗ thật sanh.

2.1.3. Vọng tưởng không thật có

Qua hai nguyên lý trên, chúng ta thấy rõ vọng tưởng không thật có. Cụ thể:

- Do vọng tưởng không có chỗ được sanh ra cho nên nó không thể tồn tại mãi được.
- Khi bất giác thì vọng tưởng chợt có.
- Ngay khi đang có, nhìn thấy thì có, nhưng tìm lại thì không thấy bóng dáng tung tích gì.
- Hơn nữa, nó lại không cố định mà thường biến đổi, sanh diệt. Niệm này vừa sanh, niệm kia lại diệt một cách liên tục, chập chờn, không bền chắc.
- Qua những yếu tố trên cho chúng ta thấy rõ, vọng tưởng không thật có.

Như khi không có ánh sáng thì bóng tối tạm có. Nhìn thì thấy có bóng tối, nhưng nắm thì không có gì. Chỉ cần mở đèn thì bóng tối hết. Vọng tưởng cũng tương tự. Khi mê thì tạm có. Thấy thì có đó, nhưng tìm lại thì mất tăm dạng, không có gì. Chỉ cần giác sáng lại thì vọng tưởng toàn không.

2.2. Khi Còn Mê, Do Đâu Mà Vọng Tưởng Được Duy Trì, Tồn Tại?

1 *Căn thức duy trì, khiến cho vọng tưởng tồn tại.*

2 *Căn thức là gì?*

a) *Phần nổi là thức phân biệt.*

b) *Phần chìm là căn thức, có chỗ gọi là thức thân.*

2.2.1. Căn thức duy trì, khiến cho vọng tưởng tồn tại

Khi vừa bắt giác, căn thức (nguồn mê) liền có, vọng tưởng chợt sanh. Chính căn thức này tiếp dầu để duy trì, khiến cho lửa vọng tưởng chập chờn có mãi. Giống như dầu không tự sanh ra lửa, nhưng nó lại duy trì cho ngọn lửa tồn tại.

2.2.2. Căn thức là gì?

Khi vừa bắt giác thì thức liền có. Tùy theo sự biến hiện của nó thô hay tế, ngâm hay nổi mà cái thức lúc này có hai phần:

a) Phần nổi là thức phân biệt

Vọng động phân biệt đẹp xấu, phải trái, thương ghét... là thức phân biệt của chúng sanh. Đây là phần thô của thức được biểu hiện lên cho chúng ta nhận thấy được. Phần này là hiện tướng của căn thức ngủ ngâm sâu kín bên trong.

b) Phần chìm là căn thức, có chỗ gọi là thức thân

Thiền sư Trường Sa Cảnh Sầm nói:

***Ai người học đạo chẳng rõ chân,
Chỉ bởi từ lâu nhận thức thân.
Từ vô thủy kiếp gốc sinh tử,
Kẻ si lại gọi bốn lai nhân.***

*(Học đạo chi nhân bất thức chân,
Chỉ vị từ lâu nhận thức thân.
Vô thủy kiếp lai sinh tử bốn,
Si nhân hoán tác bốn lai nhân).*

Thức thân là cái mê không có hình tướng, ngủ ngâm sâu kín trong sâu thẳm mỗi chúng sanh. Chỉ người đã tỏ ngộ tự tánh, vượt qua rồi mới nhận biết. Hành giả tu hành đạt đến thanh tịnh tuyệt đối rồi, nhưng đại pháp chưa sáng, còn thiếu tiếng “à”, trí chiếu phá sanh tử chưa phát huy thì vẫn hãy còn nằm trong căn thức, chưa thoát ra được. Thiền sư Pháp Thành ở Hương Sơn nói: *“Dù được thuần thanh tuyệt điểm vẫn là chân thường lưu chú”*.

Chữ lưu chú là vọng tưởng trôi chảy nhỏ nhiệm. Hành giả tu hành đạt đến chỗ thanh tịnh tuyệt đối, trong ngần, không còn mảy may động niệm, nhưng trí tuệ vô sư chưa chiếu diệu thì vẫn còn sự trôi chảy nhỏ nhiệm trong tự tánh chân thường kia. Như đứng từ xa nhìn ngọn thác trông giống dải lụa bất động, nhưng đến gần mới thấy bọt nước trắng xóa đang tung tóe liên tục. Lúc này ví như trời đã rạng sáng mà mặt trời chưa lên vậy.

2.3. Xác Định “Giác Là Tu”

2.3.1. Ví dụ như ngọn đuốc lồ-ô

Lồ-ô là một loại tre, vỏ mỏng, dưới có cái mắt tre làm đáy, giữa đổ dầu, trên có nùi vải bỏ vào trong làm tim đuốc, thấm dầu và bật hộp quẹt thì lửa bùng cháy lên thành ngọn đuốc. Như vậy, lửa của đuốc lồ-ô từ đâu mà có? Có phải từ hộp quẹt không? Nếu từ hộp quẹt mà không có nùi nhùi thì đâu có lửa. Bản chất của các pháp, các hiện tượng là nhân duyên sinh, do nhiều yếu tố hợp lại thành, không có một thứ gì do một yếu tố làm nên cả. Cây đuốc cũng vậy. Không do một nhân nào ban đầu làm nên mà phải hội đủ đuốc, dầu, nùi nhùi, hộp quẹt... cộng với tác động của con người. Tất cả những duyên đó hợp lại với nhau mới tạo ra lửa. Khi lửa có ra thì dầu sẽ tiếp nối để duy trì ngọn lửa tồn tại. Không thể dùng miệng thổi tắt lửa được, mà còn làm cho đuốc bùng lớn hơn. Chỉ cần đục thủng đáy ống lồ-ô, rút hết dầu ra thì ngọn lửa tự tắt.



Lửa này ví dụ cho vọng tưởng. Vọng tưởng không có chỗ sanh (*không do một nhân*), mà thoát quên tự tánh thì đủ duyên tạm có. Dầu ví dụ cho căn thức. Dầu không tự sanh ra lửa mà hay duy trì lửa tồn tại. Hết dầu thì lửa tắt. Cũng vậy, căn thức tự nó không thể sanh ra vọng tưởng, nhưng lại là cái mê ngủ ngầm khiến cho vọng tưởng được duy trì, chợt sanh chợt diệt mãi không dứt. Căn thức nếu dứt bật thì vọng tưởng cũng tự hết, không cần làm thêm gì.

2.3.2. Dứt trừ căn thức - giác tức là tu

a) Làm hoặc không làm gì, đều nuôi lớn căn thức

Vừa làm gì đó, tức là rơi vào tạo tác thì chính là đã làm cho căn thức thêm mạnh. Bởi quên tự tánh nên mới tạo tác, làm gì đó. Vì thế hơn, khi vừa chuẩn bị làm gì đó thì trước đó đã mê tự tánh. Cho nên, ngay khi muốn làm gì đó, tu tập như thế nào đó thì đã quên tự tánh, rồi tự tánh để tu hành. Mà vừa quên tự tánh là đã rơi vào mê, khiến cho căn thức mạnh. Do đó, tu hành không khéo rơi vào tạo tác, cũng đã vô tình làm cho căn thức này mạnh thêm, công phu không đắc lực.

Nhưng nếu để yên, không tu hành, không làm gì cả thì vô minh càng sâu dày, căn thức cũng theo đó được lớn mạnh.

Như khối ung thư ác tính. Để yên không làm gì thì nó cũng phát triển, giết chết bệnh nhân. Mà đụng dao kéo mổ xẻ thì nó di căn, bệnh nhân chết càng sớm hơn. Vậy phải làm sao để dứt trừ căn thức?

b) Tìm một thứ mà căn thức không ưa, không chịu được

Không thể trực tiếp làm gì hoặc không làm gì để dứt trừ căn thức được. Vì vậy nên chọn phương án tác động gián tiếp, tìm một thứ mà căn thức không ưa, không chịu được. Hễ cái này có mặt thì căn thức phải tự mất đi, chứ không phải “có làm hay không làm” gì trên nó. Cái mà căn thức không ưa, không chịu được là gì?

Tự xét lại nơi mình. Đang ngồi yên, tỉnh sáng thì không có vọng tưởng, không chút mê mờ, không có căn thức. Vừa thoát quên thì thức mê mờ liền sanh, có vọng tưởng. Cho thấy, khi giác sáng thì căn thức không có mặt. Như vậy, muốn trừ căn thức thì không làm thêm gì cả. Chỉ cần giác sáng, liền xong.

c) Giác là tu

Qua các phần vừa xác định trên cho chúng ta thấy ra rằng, giác sáng là đang tu hành. Cho nên nói ***“Giác là tu”***.

Tu chỉ là giác thôi, chứ không làm thêm gì cả; cho nên ***“Tu mà không tu”***. Tuy không làm gì cả mà đang giác sáng, không mê; do

đó “*Không tu mà vẫn đang tu*”. “***Tu mà không tu; không tu mà tu***”, đó là chân thật tu hành. Khéo dụng công tu tập như vậy thì mới khế hợp với tự tánh vô sanh, công phu mới đắc lực, tiến bộ.

Hạ thủ công phu tu tập như thế theo thời gian sẽ được thuần thực, sức giác tỉnh mạnh và thường xuyên hơn. Cho đến khi sức giác mạnh đến tột cùng thì căn thức theo đó cũng bị yếu tột độ. Không nằm trong sự tính toán, lường trước mà khi thời tiết nhân duyên chín muồi, không trước, không sau, thành linh tự tánh bùng vỡ, căn thức liền đó đứt bật, vọng tưởng tự tan biến, không còn. Sống ngay tánh đó là chân thật tu hành. Do đó nói, kiến tánh (*hay y tánh*) khởi tu. Sống thẳng bằng nhân vô sanh này để tu hành thì mới thành quả vị vô sanh (*Phật*) được.

2.4. Tóm lại

2.4.1. Nhận định rõ về vọng niệm và căn thức

Không phải có một chỗ cố định hay

một nhân ban đầu, mà bất giác thì liền mê, có căn thức, có vọng niệm (như lửa của ngọn đuốc). Căn thức này nuôi dưỡng duy trì vọng niệm tồn tại, có mãi (như dầu tiếp lửa). Căn thức nếu dứt thì vọng niệm cũng không còn (như hết dầu thì lửa cũng tắt).

2.4.2. Xác định công phu tu tập

Để yên, không làm gì thì thêm lớn vô minh, căn thức cũng lớn mạnh. Nhưng nếu có làm gì thì rơi vào tạo tác, liền đó là căn thức, cũng làm cho nó thêm mạnh. Nhân tố căn thức không ưa chính là sức giác tỉnh, sự giác sáng. Như mở đèn thì bóng tối tự tan chứ nó không đi về đâu cả. Cũng thế, khi giác sáng thì căn thức tự dứt bật. Cho nên, chỉ cần giác sáng là đang công phu tu tập. Vì vậy nói: “Giác là tu”.

Tu tập giác sáng như thế, theo thời gian, sức giác sáng sẽ lớn mạnh. Khi sức giác này mạnh đến tột cùng thì căn thức cũng yếu tột độ. Không trước, không sau, thành linh tự tánh bùng vỡ, căn thức liền dứt, vọng tưởng không còn. Sống ngay đó là tu hành; là kiến tánh (y tánh) khởi tu.

3. ÁP DỤNG CỤ THỂ VÀO CÔNG PHU TU TẬP

Áp dụng cụ thể vào công phu tu tập qua hai lĩnh vực Trong cảnh tịnh - Lúc tọa thiền và Trong sinh hoạt

3.1. Trong Cảnh Tịnh, Lúc Tọa Thiền

3.1.1. Mới bắt đầu thực tập thiền

Đối với hành giả mới bắt đầu thực tập thiền, chưa thuần thục thì thực hành qua các bước cơ bản như đã nêu tại chương 2 (*Căn bản dụng công tu tập thiền*).

a) Số Tức

b) Tùy Tức

Hai bước này chú trọng điều thân hơn là điều tâm, chưa phải công phu chính thức, chỉ là để hỗ trợ cho công phu chính sau này. Do đó không nên chấp vào đây cho là công phu tu thiền.

c) Biết Vọng Không Theo: Thực tập công phu

d) Biết Là Chơn Tâm: Công phu tu tập chính thức

(Xem đầy đủ tại Mục 3, Chương 2).

3.1.2. Đã thuần thực

Đối với hành giả đã thuần thực thì vào bất kỳ thời điểm nào, ở bất cứ nơi đâu, luôn luôn không mê, đang giác sáng là tu hành. Giác sáng ở đây không phải là ý thức lập nên cái giác để chặn giữ, công phu như thế là chưa phải. Chỉ là không mê mờ thì tâm mình tự nó đã giác sáng rõ ràng, như là đang sẵn sàng ra đó chứ không có tướng mạo của tâm, biết hoặc giác gì cả. Khéo mất hút tất cả thì tâm thể bàng bạc, trùm khắp, tự sáng biết. Không nên làm thêm gì để còn gợn chút bóng dáng của tâm, của tánh.

Nếu muốn cụ thể hơn, hành giả có thể kiểm tra công phu của mình qua ba điểm.

a) Buông xuống

Buông bỏ là nói bao quát chung cho tất cả. Buông xuống, rũ xuống là chúng tôi muốn nhấn mạnh đến chỗ dụng công tu tập. Buông mà vẫn không động, không rơi vào tạo tác sanh diệt. Không phải có động tác hay khởi tâm buông xuống, buông bỏ

gì. Buông làm sao giống như là sự rũ thả xuống một cách tự nhiên, tất cả tự rơi rụng mà không có tác ý hoặc tâm khởi thấy có buông. Buông cảnh duyên, tình huống, sự kiện... Buông tất cả mọi thứ đang đối diện. Kế đến buông cả thân, tâm; buông hết mọi sự cảm nhận của thân tâm... Buông rũ xuống tất cả để mất hút, không còn gì cả. Đây là bước để sẵn sàng, hỗ trợ công phu.

b) An nhiên

Khi tất cả đều được buông rũ xuống, chúng ta đang thực sự được buông thư, an nhiên, thấy biết rất bình thường.

c) Giác sáng

Buông thư, an nhiên, nhưng giác sáng, chứ không phải điem nhiên tỉnh bơ, cứng đờ, không sáng, không linh hoạt, hoặc như đang nửa tỉnh, nửa say, lơ mơ ngủ.

d) Tóm kết

Buông xuống là bước đệm để hỗ trợ, sẵn sàng cho công phu. Kế đến, an nhiên - giác sáng là đang sống trong công phu tu

tập. Buông xuống để rơi rụng, vỡ vụn, hoát toang và an nhiên. An nhiên thì không động mà không lập thành tướng của định. Giác sáng thì không có tướng sáng mà không một vết mê mờ. An nhiên luôn đi đôi với giác sáng, cả hai phải đồng thời. Bởi thực chất giác sáng và an nhiên chỉ là một thể sáng biết không động. Nếu an nhiên mà thiếu giác sáng sẽ khiến cho hành giả dễ rơi vào hôn trầm (*ngủ trong mê mờ*) hoặc vô ký. Nếu giác sáng mà thiếu sự an nhiên thì trong đầu cảm thấy hơi căng, nếu nặng hơn sẽ bị mất ngủ. Nhận biết triệu chứng để khéo léo kịp thời điều chỉnh cân bằng trong công phu. Khi tất cả đã hiện tiền đúng rồi thì liền đó sống thẳng, đừng sanh tâm gì nữa.

Cụ thể khi tọa thiền, trước tiên chúng ta chỉnh thân cho thật ngay ngắn, đúng pháp. Kiểm tra lại xem thân tâm mình chỗ nào chưa ổn thì chỉnh lại cho thật ổn định, dứt khoát, tự tin. Kế đến bắt đầu buông thân, tâm, hơi thở, các cảm giác... Cho đến gân, cơ... Tất cả đều buông thư cho thật nhẹ

nhàng, không bị gượng, cố hoặc gồng. Ngứa, đau hoặc những nghĩ ngợi gì đến thân này đều buông nhẹ, không thêm để ý. Khi nhận thấy tất cả đã được thông suốt hết rồi thì không cần để ý đến hơi thở nữa, để nó tự lưu thông; không nín, không cố làm gì đó. Những tư tưởng còn lảng vảng thì phải dứt khoát buông hẳn xuống. Kiểm tra tất cả đã được buông thư, rũ xuống, được ổn định rồi thì khéo không luôn tất cả những gợn tý, những “khái niệm buông” trong tâm... Sau cùng khéo léo buông thư nhẹ xuống mà không còn tí nào máy động trong tâm nữa. Thân tâm sẽ nhẹ nhàng, thông suốt, sáng biết một cách tự nhiên, bình thường, không thêm khởi tâm tác ý phân biệt. Sống ngay thể tự an như thế sẽ được an nhiên, nhưng sáng rõ rõ ràng. Khéo dụng công như thế sẽ tự mình nhận ra những tín hiệu tốt và tích cực sau đó.

3.2. Trong Sinh Hoạt

3.2.1. Giác sáng trên mọi hoàn cảnh

Hằng ngày, trong sinh hoạt, trên mọi

hoàn cảnh, ở bất cứ nơi đâu, vào bất kỳ thời điểm nào, sức giác sáng này vẫn luôn có mặt. Nghĩa là hành giả luôn giác sáng trên mọi hoàn cảnh. Lên lớp giảng, giác sáng rõ ràng, nhìn khắp hết, thấy biết suốt qua hết mà không cần phân biệt, không cần động niệm, không chú tâm hoặc trụ vào đâu cả, biết rõ, giác sáng đang có mặt, hiện tiền. Không cần suy nghĩ, ngay tự tánh giác sáng ấy cứ thế mà pháp tự lưu xuất ra, nói mà cũng như chưa từng nói gì thì ngay đó, đang nói mà cũng là giác sáng. Sống và làm các công việc khác cũng dụng công tu tập như thế. Nếu nhớ quên thì giác lại. Tập lâu ngày sẽ thành thói quen. Khi quen rồi thì sẽ thuần thục và sức giác sẽ mạnh.

Khi được phân công làm việc gì đó vất vả, đừng khởi phiền não trước, mà cứ giác sáng, tỉnh táo rồi làm. Vào bếp nấu ăn, đừng khởi đúng và sai trước, mà cứ giác sáng, sau đó mặn, nhạt, chua, cay, ngọt, bùi gì đó thì cứ như thế biết rõ và làm, sẽ không có gì gây trở ngại cho mình được. Nhớ là mình

đang giác sáng, giống như thế hồ tựa sơn, không mất mình để biết theo ngoại cảnh.

Khi giác sáng, thứ nhất là chúng ta có nội lực. Thứ hai là sáng rõ cho nên sức giác mạnh thêm. Khi nội lực mạnh thì mọi thứ tự nhiên nhỏ bé lại, không còn chi phối được nữa. Tuệ giác sáng cao cho nên thấy biết đầy đủ, tường tận, lô-gic, không sai lệch. Có tuệ thấy ra, có lực làm chủ, cho chúng ta sống đúng như những gì mình sáng biết, cuộc sống sẽ ngày một an vui, tiêu sái, sẽ cảm nhận được việc tu tiến rõ ràng. Dụng công như thế là đã khéo công phu trên các hoàn cảnh, trên mọi sinh hoạt.

3.2.2. Suốt qua các tướng

a) Không lập tướng

Chúng ta dễ bị thói quen trong đời chi phối khiến mình nhận hiểu vấn đề theo kiểu lập trình, hoạch định thành tướng sẵn để dễ dàng nắm bắt, thực hiện. Lâu ngày ở mãi trong đời đã tạo thành lối mòn tư duy, cho nên khi học đạo, tu hành cũng học hiểu và ứng dụng theo cách này. Cụ thể khi

đọc học hay nghe giảng Phật pháp, nhiều vị nghe hiểu đại khái rồi quy nạp toàn bộ trong một câu khẩu hiệu để theo đó mà tu cho gọn, cho đơn giản và khỏe. Không chịu học hiểu một cách đầy đủ, khúc chiết, chặt chẽ, kỹ càng. Khi nghe nói ‘giác là tu’ thì trong đầu chỉ nhớ mỗi một khẩu hiệu ‘giác là tu’, không chịu hiểu biết cho đầy đủ, tường tận, thấu đáo, sâu sắc. Kết quả chỉ có một lập trình, một khái niệm hay một quan niệm rồi theo đó mà tu hành, chứ không phải do suốt thông thấu tột đạo lý hay kỹ thuật dụng công. Quan niệm hay khái niệm đó chỉ là một thứ kiến thức áp lên đầu mình, nó cài đặt mình. Như vậy là đem kiến thức chồng lên kiến thức chứ chưa phải biết học và tu đúng mực.

Nhiều vị từng hỏi: “Thưa thầy, con biết tu trong một chữ ‘nhớ’, nhưng tại sao con lại hay quên?”. Hay “Giác là tu, tại sao con lại hay bị bất giác?”. Đó là do lập một khẩu hiệu, một công thức, một lập trình, một kiến thức... Hễ lập nên một cái gì đó

thì nó thành một lớp màng che phủ lên tâm trí mình. Từ đó dụng công kiểu gì cũng chỉ là một sự tạo tác. Làm các công việc là loại tạo tác dễ nhận thấy. Tu hành theo kiểu ập lên mình một khẩu hiệu đã được lập trình là một cách làm, một kiểu tạo tác theo cách thứ hai. Do nó khác với công việc mưu sinh, mang tên gọi và tư tưởng là tu hành cho nên chúng ta khó nhận thấy đó là sai lầm. Nếu đúng ‘giác là tu’ là ngay đây không theo cảnh, khéo mắt hút các tướng, không mê mờ là đang giác sáng chứ không khởi tạo tác thêm gì; là đang thực hành công phu đích thực.

Chúng sanh sống theo thức tình, thường hay phan duyên, dính mắc cho nên nghe điều gì cũng dễ bị lập thành một tướng để vin theo cho dễ nhớ, dễ hiểu. Quen như thế đến mức tâm thức này tự động làm công việc lập trình mà chính mình cũng đang bằng lòng, không thể nhận ra. Cho đến khi nghe pháp để tu cũng lại lập trình rồi vướng vào tướng của pháp, tướng của

tu, thậm chí có cả hiện tướng của sự chứng đắc để thỏa mãn cho sự vin vào và bám chấp theo tướng của tình thức. Tu theo tướng như vậy một thời gian sẽ bị chính tướng này làm cho hành giả bị chướng ngại công phu. Kinh Kim Cang, đức Phật dạy: *“Người phát tâm Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác, đối với tất cả pháp nên biết như thế, thấy như thế, tin hiểu như thế, chẳng sanh pháp tướng”*. Nghe chỉ là nghe như thế, không khởi lập thêm (*không sanh pháp tướng*), ngay đó tâm giác bồ đề hiện tiền. Không sanh pháp tướng là không khởi tâm để lập có một tướng của pháp rồi hiểu về pháp ấy. Nói tóm lại là ‘nên chỉ như thế mà biết, thấy và tin hiểu; không sanh tâm thêm gì cả’. Cụ thể ở đây, nghe nói ‘giác là tu’ thì nghe thẳng như thế, ngay đây dứt sạch, sáng trong, không chút mê muội, là đang giác sáng. Sống thẳng ngay đó là tu hành chứ không phải lập thành khẩu hiệu ‘giác là tu’, hoặc tìm trong tâm cho có một cái giác để chặn giữ nó rồi cho là tu hành. Nhận ra như thế gọi là không sanh pháp

tướng. Pháp tướng không sanh thì tâm giác hiển hiện, sống thẳng ngay đó là sống bằng tâm bồ-đề, là khéo phát tâm Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác như đức Phật đã dạy.

Nếu không khéo học Phật pháp, khi nghe nói giác là tu, liền sanh pháp tướng có chữ giác để tu. Pháp tướng đã hình thành thì nó đã ập lên đầu mình. Công việc hằng ngày đã đầy ắp, căng thẳng, bây giờ tu hành lại bị cái pháp tướng ập chồng lên thêm một lớp nữa. Trên pháp (*vạn vật, công việc*) lại chồng thêm pháp (*pháp tướng tu hành*), tướng lại thêm tướng, tu hành như thế một thời gian sẽ căng thẳng, loạn động, mỗi mệ̄t rồi bỏ cuộc. Đó là do chưa biết học đạo, không khéo tu hành.

b) Suốt qua các tướng

Các pháp xưa nay bản chất không thật, vốn không có pháp nào làm ngăn ngại pháp nào cả. Do đó, tu hành là dùng trí tuệ để thấu suốt chân lý, suốt tột bản chất thật như vậy để dụng công, không cần phải chặn

giữ, kèm đè. Cụ thể, mọi duyên rũ xuống, mất hút các tướng thì bản tâm chân thật hiện bày. Trong không thấy có tâm để giữ. Ngoài không thấy có pháp để trụ. Thấy biết tất cả mà suốt qua tất cả, không dừng trụ trên bất kỳ một vật gì thì ngay đó bâng bặc, thênh thang, trùm khắp. Lúc này, không mê là đang giác sáng chứ không có cái giác sáng nào bên trong tâm để gìn giữ. Thấy biết mà suốt qua, không để tâm hay dừng trụ vào bất cứ gì. Ngay đây công phu đang hiện tiền. Sống bình thường, tự nhiên như nhiên như thế là đang giác sáng, đang tu hành.

Ví dụ khi đi kinh hành, chúng ta đừng có cảm giác ngại cảnh vật, cũng đừng theo cảnh. Nghĩa là không nhìn theo, không chú tâm, cũng không lơ qua, không mặc kệ, rũ hết toàn thân xuống, bình thường như nhiên. Đi và nhìn mọi thứ một cách bình thường, cũng chẳng phải cố nhìn tất cả, cũng chẳng phải nhìn vào một cá thể nào cả. Hay suốt qua các tướng như thế nhưng

cũng chẳng phải có tướng để suốt qua. Thấy rõ, mình không mê mờ là đang giác sáng chứ không phải có cái giác bên trong để gìn giữ. Cứ bình thường như nhiên thì tất cả tự thênh thang. Không mình không vật mà hay suốt thông tất cả. Đi mà chân chẳng động. Cảnh và mình đều tan biến, không còn khác. Nhưng vẫn thấy mình, cảnh và mọi thứ rõ ràng, không xen lẫn, cho nên cũng chẳng phải là một. Chẳng phải một, chẳng phải khác, ngay đây thấy biết như thị, vượt cả năng và sở, có và không; sức sống thiên đang bàng bạc, hiển hiện sáng ngời.

Với người công phu chưa thuần thực, khi đi kinh hành cũng ứng dụng công phu tu tập như trên, nhưng phải luôn giác sáng rõ ràng. Nếu thấy cái giác hơi có vết của tướng thì rũ xuống, không thêm gì cả. Khi cảm thấy hơi lơ mờ, không rõ ràng thì giác sáng lên. Nếu thấy có ‘cái tâm’ để giữ thì nhẹ nhàng không tâm ấy đi. Trong không trụ căn bản, không có một tâm căn bản để

gìn giữ. Ngoài suốt qua các pháp thì bản tánh tự thên thang, hiện tiền. Đó là khéo ứng dụng công phu ‘giác là tu’.

Cho thấy, chữ ‘Giác Là Tu’ này có sâu, có cạn. Tùy theo công phu tu tập của từng người.

3.2.3. Áp dụng một vài kỹ năng khác

Kỹ năng khác có nghĩa là những vấn đề phụ, nói thêm, chứ không phải là vấn đề chính, căn bản.

a) Dứt khoát, không tha thứ niệm tưởng

Chư Tổ dạy: “Nhất ba tài động, vạn ba tùy”. Nghĩa là một đợt sóng vừa chớm động thì muôn ngàn đợt sóng khác theo đó có ra. Thả một hòn sỏi xuống mặt nước phẳng lặng, sẽ có gợn sóng tròn. Tiếp theo đó nó lan dần ra, tạo nên muôn ngàn đợt sóng khác, gọi là ‘nhất ba tài động vạn ba tùy’. Cũng vậy, nếu chúng ta tha thứ cho một niệm thì các vọng niệm khác cũng theo đó đua nhau sanh khởi và mạnh thêm lên.

‘Điều đó đáng giận quá mà, làm sao mà không tức lên cho được!’... Con người thường tha thứ cho những quan niệm mà họ cho là thích đáng. Có một quan niệm là hợp lý và chấp nhận nó, đó là chúng ta đang tha thứ cho một vọng niệm. Mà khi tha thứ một vọng niệm này thì các niệm khác theo đó có ra. Bởi còn niệm là còn mê. Còn mê thì một niệm hay nhiều niệm gì cũng là mê cả. Trong mê sẽ có vô vàn vọng niệm chập chờn sanh diệt chứ không bao giờ chỉ có một niệm. Do đó, vừa có một niệm gọi là thích đáng để chấp nhận thì muôn ngàn thứ khác có ra, gây chướng ngại công phu tu tập.

b) Đối với công việc

Trên thực tế, chúng ta vẫn còn làm một số công việc cho nên phải tư duy, ghi nhớ. Nhưng kiểm tra lại, việc cần nhớ thì ít, việc không cần mà nó cứ lớn vồn trong đầu mãi thì lại nhiều. Cũng bởi chúng ta tha thứ, chấp nhận có những niệm tưởng cần thiết cho công việc, theo đó, cũng sẽ có rất nhiều niệm tưởng không cần thiết khác ùa theo (*như vừa phân tích ở trên*).

Với trường hợp này, chúng ta có thể thực hiện kỹ năng viết ra giấy.

Những gì cần làm, chúng ta ngồi ngay ngắn, tỉnh tại, giác sáng, liệt kê tất cả những công việc cần thiết vào giấy rồi theo đó để thực hiện. Mục nào đã làm xong thì gạch đi. Khi nào có việc mới thì viết ra. Tất cả giao cho mẫu giấy ấy chứ đừng nhớ trong đầu làm gì cho lãng phí trí não. Nên buông xuống hết cho đầu óc tỉnh táo, thư giãn, mạnh mẽ, sẵn sàng thì năng lượng dồi dào, trí tuệ sáng suốt, chúng ta sẽ đón nhận cuộc sống và công việc tốt hơn.

4. THỰC CHẤT VIỆC TU HÀNH

Tu hành đạt đến ngộ tánh, hành giả cần lưu ý hai điều trọng tâm: Không sai và phải đúng, để khế hợp tự tánh, mới có lúc tánh này bùng ngộ.

* ***Không sai - Tránh sai lầm***

Cụ thể là không theo các tướng. Không rơi vào tướng dụng công để phải rơi vào tạo

tác. Không tạo thành dấu vết của tâm (*Lập phần hạn của tâm*).

✧ ***Phải đúng - Dụng công đúng***

Tức là phải khéo hợp tự tánh. Cụ thể, hướng tánh tu tập, bật các tướng, mất hút dấu vết, không một vết mê, ngay đó tự khéo hợp tự tánh sẵn vậy chính mình.

✧ ***Vì sao chúng ta chưa ngộ tánh, phải chịu khổ đau?***

Do nhận những thứ huyền giả bên ngoài mà bỏ quên tự tánh. Thực tế mỗi người chúng ta ai cũng sẵn đủ Phật tánh (*tự tánh*), nhưng do bỏ sót, quên nhận lại cho nên bị mây mờ vô minh che lấp. Từ đó, nhận thân tâm sanh diệt làm mình, mê lầm, sống trong vọng tưởng, thấy biết theo sáu trần, dính mắc, bị trói buộc, tạo nghiệp, khổ đau.

• ***Lý do trước mắt***

Do sống theo vọng tưởng cho nên bị loạn động, khiến con người thiếu nội lực, mất năng lượng, bị áp lực, căng thẳng, đưa

đến khổ đau. Khi tiếp duyên xúc cảnh thì thấy biết theo trần cảnh do đó bị trần cảnh trói buộc, sai sử, không tự chủ được bản thân, bao nhiêu đau khổ từ đây mà có.

Chúng ta thường nghe nói, giá như trước kia hành xử như thế thì tôi đã khá hơn. Đó là nói lên việc thiếu tự chủ trước đó của chúng ta, hậu quả đưa đến sự đau khổ bây giờ khiến mình hối tiếc. Nguyên nhân chính ở đây đều do thiếu tự chủ. Mà thiếu tự chủ là do bị dính mắc, trói buộc. Sống theo vọng tưởng, dính mắc trần cảnh sẽ đưa đến khổ đau là vậy.

- *Nguyên nhân sâu xa*

Chúng sanh tạo nghiệp, theo nghiệp thọ sanh vào các nẻo luân hồi chịu các khổ não. Nhưng nghiệp bắt đầu từ một niệm có ra. Do thấy vọng niệm là thật cho nên niệm nhiễm nhiên tồn tại. Từ đó sống theo niệm, tạo thành chủng tử nghiệp thức trong đầu. Đối trước các cảnh duyên cũng tương tự. Thấy cảnh là thật liền bị dính mắc, tạo các nghiệp. Có nghiệp thì bị nghiệp đẩy đi thọ sanh, chịu các đau khổ.

Nếu trên cảnh, ngay niệm, thấu tột bản chất huyễn hóa, không khởi thêm niệm thì không lưu dấu của niệm trong tâm, sẽ không có nghiệp. Không nghiệp thì không bị câu thúc, chúng ta mới được thanh thoi, tự tại. Đây chính là sự tu tập. Cụ thể hơn, tu như thế nào? Bằng cách nào?

4.1. Chặt Thẳng Cội Nguồn

4.1.1. Đốn ngộ

Hành giả ngay đây đốn ngộ, nhận thẳng tự tánh, liền xong. Ngay đó sống thẳng tự tánh là chân thật tu hành. Tất cả chỉ như cũ, bình thường, sáng ngời, không dấu vết.

4.1.2. Đốn tu

Bởi chưa ngộ nên còn phải tu. Nhưng lại không rơi vào tướng của phương pháp, tướng dụng công hoặc dấu vết của tâm; không trải qua các thứ bậc như tiệm tu cho nên tạm gọi là đốn tu.

Cụ thể, ngay niệm, ngay cảnh, khéo suốt qua, không can thiệp mọi thứ, sống

ngay sức giác sáng. Lực giác càng mạnh thì vọng niệm và các cảnh duyên tự mất sự chi phối. Theo thời gian, công phu đắc lực, không trước không sau, căn thức mê dứt bật, tánh tự bùng ngộ, vọng tự vắng bật, không còn. Cách dụng công này chỉ là không mê, mất hút các tướng chứ không làm thêm gì cả. Bật tướng - không mê - giác sáng là đang tu hành miên mật. Nhưng không tạo tác thêm gì, không có tướng tu hành cho nên lại như là không tu gì cả. Khéo tu trong vô tu như thế, đạt đến vô công dụng hạnh, gọi là đốn tu.

4.2. Đối Diện, Nhìn Thẳng

4.2.1. Khái quát

Theo cách trên, có nhiều vị thấy mình không tu hành gì cả, dễ rơi vào miên man, không chịu được, do đó mới nói thêm cách đối diện, nhìn thẳng. Phương pháp này cũng không qua thứ lớp phương tiện nên cũng là đốn tu, nhưng hành giả thấy có hạ thủ công phu tu tập.

Cụ thể, nếu chưa ngộ, còn vọng niệm thì một cách dụng công nữa là Đối Diện - Nhìn Thẳng. Nếu chúng ta cố tình lảng tránh hoặc chạy trốn vọng niệm, đồng nghĩa đã thấy vọng niệm là thật và quan trọng, nên mới quay lưng để trốn. Nhưng khi vừa thấy niệm là quan trọng thì nó đã in bóng trong đầu rồi, không lìa được. Phải khéo ngay niệm nhìn thẳng, thấu tột trước khi niệm khởi vốn không niệm, liền được vô niệm.

4.2.2. Áp dụng hạ thủ công phu tu tập

Không quay vào trong để kèm giữ tâm. Không nhìn theo vọng niệm hay các cảnh duyên. Không biết theo, biết về vọng niệm và các pháp. Tức là không làm thêm bất cứ gì cả. Chỉ nhìn thẳng đến trong lặng, không phân biệt, tâm tự sáng biết.

Ví dụ trước đây có tức giận ai đó. Cố tu tập, thấy hết giận. Nhưng thời gian sau gặp lại người ấy thì thấy cái giận vẫn còn. Lý do là thấy cái giận thật, từ đó nó đã tự khắc in dấu trong đầu. Muốn chế ngự cho

nên tìm cách tu tập như thế nào đó. Đó là cố tình lảng tránh, chạy trốn và đè nén chứ chưa phải tu tập đúng pháp. Vì vậy tu tập nhiều năm, nhưng gặp lại vẫn thấy còn sự tức giận hoặc xúc cảm.

Cụ thể, áp dụng công phu trong phương pháp này là không chạy trốn hay làm thêm gì cả. Nhìn thẳng cho đến khi nó tự trong lặng, tất cả sẽ trở nên bình thường, tự vô hại, không còn giá trị. Sẵn một chân trời tự tánh lặng trong, sáng ngời cho cái giận mặc tình trôi trên đó. Hành giả không tác ý theo nó để phân tích hay làm thêm gì. Sẽ đến lúc lực của nó tự yếu, tánh chúng ta tự mạnh thì tất cả dù còn, nhưng trở nên lặng trong, bình thường, vô hại. Chúng ta không cần hết mà nó tự lặng mất bao giờ cũng không quan thiết.

Có khi tất cả tự ngưng đọng, trong lặng, sáng rõ, cái “đang là” hiện tiền. Còn thấy có bất kỳ một vật gì dù đó là cái “đang là” đi chăng nữa, cũng chưa thật là bản tánh vốn tự sáng biết không vật chính mình. Hành

giả không dùng trụ chấp vào đó mà phải vượt suốt qua cái “đang là”. Bằng cách, không khởi thêm gì, không tìm xem nó như thế nào, chỉ khéo mất hút dấu vết, sẽ có lúc bất ngờ tánh tự bùng vỡ, mới thấu tột.

4.2.3. Lưu ý

Cố nhìn chăm chăm là mặt khác của việc can thiệp trên vọng, kềm giữ tâm, sẽ bị căng đầu. Nếu cố cho được trừng lặng, sẽ hiện tướng lạ. Nếu cố lờ qua là do còn sợ vọng, vô tình đã in dấu trong đầu, là đã rơi vào tạo tác. Nếu thấy có một cái “đang là” để sống, chặn giữ, là chưa rời tướng của tâm, còn dấu vết, không khéo tự tánh. Chủ yếu là sáng biết rõ ràng. Tất cả đều buông thư, bình thường, nhưng lặng trong, rõ ràng rành mạch, không động, không dấu vết là tốt.

Cứ thế công phu, khéo suốt qua mọi thứ. Niệm và cảnh tuy đang có, nhưng vẫn như không. Theo thời gian, công phu thuần thực, sẽ sáng tột đến chỗ không còn gì, tâm tự vô niệm. Lưu ý, trong đầu không

khởi mọi thứ, chứ không phải đòi hỏi vọng niệm hay các cảnh phải không. Được vậy, đối duyên xúc cảnh, sinh hoạt... Mọi thứ vẫn vận hành, nhưng tự trong lặng. Như thế, sinh hoạt, vận hành, đối cảnh, nhưng không huân chủng tử nghiệp thức. Khi chết, đối trước mọi cảnh duyên hiện ra, cũng một cái thấy biết trong lặng như vậy, sẽ tự chủ. Đây là cách dụng công trong khi vọng niệm vẫn còn.

Tóm lại, chỉ một cái nhìn tổng trì, nhưng tự thấy và sáng biết tất cả. Không phải khởi nhiều cái biết để nhìn theo đuôi từng vọng tưởng hoặc cảnh duyên. Nhìn thẳng, giác sáng, suốt tột tận nguồn tâm, sẽ có lúc tánh này bừng ngộ, niệm tự dứt bật, các pháp tự trong lặng, thấy biết như thị.

4.3. Biết Rõ Việc Thực Tập Và Chánh Tu, Không Nhầm Lẫn Trong Lúc Dụng Công

Y cứ vào tự tánh, ngộ tánh để xác định đâu là việc dụng công của thực tập, đâu là

chánh tu. Dụng công khế tự tánh mới có lúc tánh này bùng ngộ, đây là chánh tu. Nếu còn trong tạo tác sanh diệt, do chưa khế hợp thể tánh vô sanh, đây là nằm trong phạm vi tạm thời còn thực tập, chưa thể dụng thẳng đến vô tác, tạm gọi là thực tập.

4.3.1. Thực tập, đối trị tạm thời

Hành giả chưa thể ngay đây hướng thẳng tự tánh, tu trong vô tu mà phải còn áp dụng một số phương tiện đối trị, điều phục; đây là trong giai đoạn thực tập cho thuần thực để đi vào hạ thủ công phu tu tập dễ dàng hơn. Điển hình ngồi thiền còn hôn trầm, đau chân, vô ký thì phải điều phục. Bước đầu thực tập phải thực hành pháp số tức, tùy tức để điều thân, điều hơi thở cho thuần thực. Nếu bị bệnh sân giận mạnh, không thể tức thời hóa giải thì cần phải quán từ bi để đối trị. Có vị nặng về chấp trước, không thể thẳng đó toàn không thì phải quán nhân duyên. Người tâm tu còn yếu, dễ bị các duyên trần lôi kéo thì

phát tâm bồ đề đồng mãnh để tự điều phục thân tâm, vững tiến trên đường đạo... Và vô lượng phương tiện khác. Hễ dụng công còn trong tạo tác sanh diệt, mang tính điều phục và đối trị tạm thời, chưa dụng đến chỗ vô sanh thì thuộc về phạm vi tu hành còn trong quá trình thực tập cho được thuần thục.

4.3.2. Chánh tu

Gọi là chánh tu, bởi dụng công khéo tự tánh. Hành giả chưa ngộ tánh thì hướng tánh tu tập, không rơi vào tất cả tướng. Cụ thể, không rơi vào tướng của phương pháp, tướng của dụng công. Không lập phân hạn, chấp sở đắc hay rơi vào tất cả tướng hoặc dấu vết của tâm. Tóm lại, khéo bắt dấu vết, mắt hút các tướng, nhưng không mê, tức đang sáng biết, chứ không thấy có tướng sáng biết nào khác để gìn giữ. Dụng tâm như thế sẽ khéo tự tánh, mới có lúc bừng ngộ nên gọi là chánh tu.

Với hành giả đã kiến tánh thì khéo bảo nhậm, sống thẳng tự tánh là tu hành. Tùy duyên tiêu dung tập khí, nhưng không thấy có tập khí được tiêu dung. Đây thực sự là chánh tu, thẳng đến thành Phật.

4.3.3. Không nhậm lẫn trong lúc hạ thủ công phu tu tập

Hành giả hạ thủ công phu tu tập, cần nhận ra đâu là thực tập đối trị tạm thời, đâu là chánh tu thẳng tự tánh. Không nhậm lẫn, khi đối trị thì nghi ngờ làm sao khéo hợp tự tánh? Lúc chánh tu thì lại vụng về, hoặc đặt bày tạo thành tướng, rơi vào tạo tác sanh diệt.

Ví dụ, hành giả mới tu, chưa thuần thục, tập khí còn nặng, bị sân si, phải lo quán chiếu để đối trị thì nghĩ: “Sao tu nhiều mà chưa kiến tánh như huynh đệ?”. Được khuyên bảo nên hướng tánh, bật dấu vết để tiêu dung tập khí thì thưa: “Tu sao mà như không làm gì cả”, không chịu. Đây là do nhậm lẫn giữa việc thực tập đối trị

tạm thời với chánh tu, khiến mình tự mâu thuẫn, không tiến. Còn đối trị là còn trong tạo tác, chưa lìa sanh diệt cho nên chưa khế hợp tự tánh vô sanh thì làm sao ngộ được? Muốn có lúc tánh này bừng ngộ thì phải dụng công vô tác, thẳng đến chỗ vô sanh mới được, thì lại bảo giống như không tu, không chịu. Nếu nhận chân rõ ràng sẽ không bị mâu thuẫn trên, mới biết hướng để tu tiến.

Pháp đối trị chỉ áp dụng cho những ai thấy là cần thiết và chỉ áp dụng trong một thời điểm nhất định nào đó. Muốn giác ngộ, phải hướng tánh vô sanh, mới có lúc bừng ngộ tự tánh. Y tánh tu hành là nhân vô sanh, mới viên thành quả vị Phật đạo vô sanh, không thể khác.

5. TỔNG QUAN NGUYÊN LÝ DỤNG CÔNG TU TẬP THIÊN

Nói thẳng đến việc tu hành là kiến tánh khởi tu. Nếu đã tỏ tâm thì sống ngay tự tâm giác sáng đó là tu hành chứ không

tạo tác thêm gì khác. Hơn nữa, khi giác sáng là sáng lại tự tâm nơi chính mình đang sẵn đủ, chứ không phải làm thêm gì. Do đó, tu mà như thể là không tu. Tuy vậy, nhưng đang sống bằng tâm giác sáng thì đã là tu hành rồi; cho nên không tu mà tu. “Tu mà không tu, không tu mà tu”, đó là khéo dụng công tu hành đắc lực.

Nếu chưa kiến tánh, còn tu theo thứ lớp thì nên biết đây chỉ là việc tạm thời để hướng đến ngộ tánh, chứ không quan trọng, không dừng kẹt trên những phương tiện công phu. Tuy có dụng công, nhưng do đã biết rõ là tạm thời do đó không chấp vào việc dụng công, không rơi vào tướng của công phu; cho nên dù có tu mà như là không tu hành gì. Tuy vậy, nhưng vẫn đang hạ thủ công phu miên mật; do đó cũng là đang tu. **‘Tu mà không tu, không tu mà tu’**, khéo léo dụng công tu tập như vậy mới đích thực tu hành, công phu mới tiến bộ thực sự. Nếu không như thế thì rơi vào tạo tác, là chỉ đi loanh quanh bên ngoài, không khéo hợp đạo lý chân thật.

Tóm lại, chương này nhắm đến việc xác định nguyên lý dụng công tu tập. Ngàn xưa, tất cả chúng ta đang ở trong tự tánh. Do thoát bất giác, căn thức mê mờ liền sanh, vọng tưởng liền có. Từ đây căn thức mê mờ duy trì cho vọng tưởng tồn tại và mạnh thêm. Bây giờ tu hành thì điều trước mắt dễ nhận thấy nhất là hàng phục vọng tưởng. Nhưng vọng tưởng nó không chịu hết thì phải đi tìm xem thứ gì đã nuôi dưỡng cho vọng tưởng này còn mãi như vậy, mới biết đó là căn thức. Ngay căn thức này mà trị thì vọng tưởng tự hết chứ không thêm can thiệp trên vọng nữa, chỉ cần không theo nó thôi.

Trị căn thức này như thế nào? Vừa làm gì thì ngay đó chính là căn thức, nó lại càng mạnh thêm. Nếu không làm gì hết là vô minh, thì nó cũng càng thêm mạnh. Không thể can thiệp trực tiếp thì phải tìm một nhân tố mà căn thức này không chịu được, đó là giác. Khi giác sáng thì căn thức sẽ bị yếu, cho nên chỉ giác thôi chứ đừng làm gì

trực tiếp đến căn thức cả (tức là không khởi tâm diệt trừ nó). Trên các hoàn cảnh, luôn khéo sống giác sáng như vậy thì căn thức sẽ yếu đi. Tu tập như vậy cho đến khi sức giác sáng lớn mạnh tột cùng thì căn thức sẽ yếu tột độ. Nhân duyên chín muồi, không trước không sau, tự tánh giác sáng bùng vỡ, căn thức liền tan, vọng tưởng không còn, tâm thể hiện tiền, sống ngay đó là tu hành.

Thấy ra nguyên lý tu hành một cách rõ ràng như vậy thì mới tự tin và an tâm, mới hết lòng một bề quyết chí hạ thủ công phu, thẳng tiến. Nhất là các hành giả đã từng nhập thất có tiến bộ thì nhận ra việc này rất rõ.

Thẳng tự tánh giác đã bùng ngộ đó mà sống là sống bằng Phật nhân, là “tự giác”. Không rời tánh ấy để tùy duyên hành hạnh lợi tha gọi là làm Phật sự; là “giác tha”. Trải qua nhiều kiếp, sống và tu hành như vậy cho đến khi công viên quả mãn, tức là “Tự giác, giác tha, giác hạnh viên mãn” thì sẽ thành Phật quả. Đó là nguyên lý tu hành.

PHẦN PHỤ

CÂU HỎI VẬN DỤNG THỰC TIỄN

CÂU SỐ 1:

Tu tập gạn lọc thân tâm dần dần được thanh tịnh, sạch hết vọng niệm thì chân tâm hiện tiền. Hiểu như thế nào về điều này?

Gợi Ý Trả Lời:

1. Xác Định Vấn Đề

** Tỉnh dậy thì hết mộng, hay hết mộng mới được tỉnh?*

Đang ngủ say mộng thấy nhiều điều. Khi tỉnh dậy thì hết mộng, hay phải đợi đến khi mơ cho trọn câu chuyện trong giấc mơ, cho hết mộng rồi thì mới được tỉnh dậy? Nếu phải đợi hết mộng mới tỉnh dậy, như vậy là đã tỉnh táo chủ động rồi, đâu còn say

mộng nữa. Thực tế, khi ngủ say thì mộng thấy đủ thứ. Thành linh tỉnh dậy thì không còn gì. Không có chuyện đợi giấc mơ trong mộng tan biến từ từ rồi mới được tỉnh dậy. Tương tự để xét lại tâm mình.

*** *Chân tâm vốn sẵn vô niệm, hay đợi đến khi hết vọng niệm thì chân tâm mới hiện tiền?***

Ai cũng đang có niệm. Nếu đợi vô niệm mới là chân tâm thì sẽ có làm gì đó cho được vô niệm. Mà có làm là rơi vào tạo tác, là bản chất của niệm nữa rồi, làm sao được vô niệm?

Chân tâm nơi mỗi chúng ta, thể của nó vốn sẵn vô niệm. Nhưng do bất giác, liền bị mê mờ (như người ngủ say) cho nên tạm có vọng niệm và bị che lấp. Nếu khéo hạ thủ công phu tu tập, nhận ngay tự tánh giác sáng, hàng phục vọng tưởng phiền não. Thời tiết nhân duyên chín muồi, tâm này bừng sáng, vọng niệm tự dứt bật. Như người thức giấc thì mộng寐 không còn. Khéo sống trở về chân tâm là tu hành, không do tạo tác.

2. Tu Hành Như Thế Nào?

Không phải có làm gì, cũng chẳng phải để không, không làm gì, mà khéo léo dụng công tu tập đúng pháp. Tu mà không tu; không tu mà đang tu, là đích thực tu hành.

Hoặc là, ngay đây liền nhận bản tâm. Nếu chưa thể như thế thì gạn lọc từ từ. Thân - Tâm - Muôn vật đồng thời buông xuống sạch. Chỉ còn tâm an nhiên - rộng lặng - giác sáng. Công phu đúng mức, thời tiết nhân duyên chín muồi thì chân tâm tự bùng vỡ, hiện tiền, không còn vọng niệm nữa.

CÂU SỐ 2:

Có người nói: Đã từng tự nghiên cứu và tập thiền. Nhưng khi ngỗ thiên thì loạn tưởng lung tung, không đi đến đâu cả cho nên đã bỏ. Nên giải thích và khuyên vị này như thế nào?

Gợi Ý Trả Lời:

Thiền không phải nghe qua và học ngang một cách thiếu chuyên nghiệp như thế, sẽ không tiến bộ, có khi còn không tốt. Tu thiền cần phải học kỹ, dụng công đúng pháp, chuyên nghiệp thì mới thấy rõ đường đi, vững niềm tin, công phu tiến bộ và không bị những điều đáng tiếc.

1. Cần Biết Ngưỡng Tối Thiểu Đầu Tiên Cần Phải Chạm Đến Là Gì?

Đó là kiến tánh → Y tánh khởi tu → Viên mãn thành Phật.

(Xem kỹ trong phần chính của chương 3 này).

2. Trong Khi Chưa Kiến Tánh, Phải Thực Hành Công Phu Tu Tập Như Thế Nào?

2.1. Trong cảnh tịnh, tọa thiền

Dụng công qua các bước cơ bản: Sở tức, tùy tức, biết vọng không theo, biết là chân tâm.

2.2. Trong cảnh động, sinh hoạt

- * **Chưa thuần thực:** Thân đầu tâm đấy, không bất giác, thất niệm hay lo ra.

* **Đã thuần thục:** Giác sáng rõ ràng trên mọi sinh hoạt.

(Xem đầy đủ tại Mục 3, Chương 2).

3. Tu Thiên, Tọa Thiên, Đến Bao Giờ Mới Hết Vọng Tưởng?

Khi còn mê thì tạm có vọng tưởng. Khi kiến tánh thì vọng tưởng tự hết chứ không do tạo tác (*làm gì đó*), hoặc để yên không làm gì.

Ví dụ như cây đuốc lồ-ô. Khi dầu căn thúc dứt bật, tự tánh hiện tiền, thì lửa vọng tưởng tự hết. Biết rõ nguyên lý, nắm vững chắc chắn phương pháp dụng công rồi thì yên tâm tu hành, không nóng vội mong chờ bao giờ mới hết vọng. *(Xem đầy đủ trong phần chính của chương 3 này).*

Biết vậy, hành giả chỉ dụng công đúng pháp, không quan tâm đến vọng. Thời tiết nhân duyên chín muồi, tự tâm bừng sáng, các vọng sẽ tự dứt bật, vắng lặng, sáng rõ; chứ không mong ngóng hay làm thêm gì cả. Nếu càng mong muốn hết vọng, là đã can

thIỆP SÂU TRÊN VỌNG, ĐỒNG NGHĨA ĐÃ QUÊN TÂM. Như thế, sẽ càng bất an, rối rắm. Càng trông mong hết vọng thì lại càng tăng thêm vọng, là đã trái với nguồn cơn mong muốn hết vọng, sẽ không hết vọng được.

4. Dụng Công Như Thế Nào, Đến Bao Giờ Mới Kiến Tánh?

4.1. Dụng công

Căn cứ vào ví dụ đước lơ-ô. Từ đó cho chúng ta thấy rõ: “Giác là tu”.

4.2. Kiến tánh

Khi sức giác mạnh tột cùng, căn thức cũng yếu tột độ. Không trước không sau, tự tánh bất chợt bùng sáng, căn thức tự dứt bật, vọng tưởng mê mờ không còn bóng dáng, tự tánh hiện tiền.

5. Trong Thời Gian Còn Vọng Tưởng, Đau Chân..., Ngồi Thiền Sẽ Có Ích Lợi Gì?

Thời gian đầu mới tập ngồi thiền, tuy còn mỏi mệt, đau chân, mê mờ, vọng tưởng

lung tung... Nhưng cứ ngồi đúng pháp, một thời gian sau kiểm tra lại sẽ thấy trong tâm có tiến bộ tích cực hơn so với khi chưa tập thiền. Cần có thêm thời gian để thân tâm thuần thục, sự tiến bộ sẽ nhiều hơn. Lúc này, tu hành là vui chứ không còn vất vả nữa.

Cho thấy, kết quả của thiền là không có gì, nhưng khi kiểm tra lại trong tâm thì thấy có tác dụng tốt rõ ràng chứ không phải là không ngơ. Tuy có, nhưng chỉ là sự thâm nhận trong vô tướng thô, không thấy có tướng kết quả gì cả. Ngoài ra, nếu thấy có tướng lạ, ánh sáng, hào quang hay sự mâu nhiệm gì đó, đều là không phải. Đừng chấp, không nên theo. Nếu hành giả nhận theo các tướng lạ đó rồi cho là chứng đắc, sẽ rất dễ bị lạc và sai lầm.

CÂU SỐ 3:

Khi nghe người khác khen liền vui, chê liền buồn. Mỗi lần như thế thì nhìn thẳng vào những tâm niệm đó, tĩnh tâm lại và nhận biết, nhận ra

minh đang bị dính mắc hai đầu, đó không phải là đạo. Những lần sau cảm thấy cường độ buồn vui giảm dần. Lần thứ ba, thứ tư thì cảm thấy yên dần và an ổn hơn. Có phải thực hành đối diện như thế lâu ngày sẽ đến gần với cái gọi là “sự bình lặng của tâm” hay không?

Gợi Ý Trả Lời:

- Đây chỉ là sự thực tập công phu mang tính đối trị của buổi đầu.
- Giảm dần chỉ là tạm thời, không đáng kể. Vì còn trong mê thì chưa thể dứt sạch hoặc làm chủ tuyệt đối được.
- Sự bình lặng của tâm là tâm vốn đã tự bình lặng, chứ không phải do làm cho được bình lặng từ từ. Bởi có làm là đã rơi vào tạo tác sanh diệt, là đã trái với bản tâm chân thật, không thể sống được với sự bình lặng thực sự từ bản tâm toát ra.
- Tu hành, suốt tốt bản tâm thì tâm tự bình lặng. Động hay tĩnh đều không dính dáng đến tâm này, chúng ta được bình lặng và an lạc thực sự.

CÂU SỐ 4:

Càng công phu thì nhận ra tại sao mình phân biệt quá nhanh. Hễ thấy một sự việc hay sự vật gì, chưa kịp định thần thì niệm phân biệt đã khởi lên. Khởi rồi mới tỉnh, toàn thấy sau đuôi của nó. Vậy, khi đối diện với cảnh, có phương pháp nào để tỉnh sáng mà không bị dính mắc, phân biệt?

Gợi Ý Trả Lời:

- Khi nào còn mê thì hãy còn vọng tưởng, còn nằm trong cái mê của căn thức. Căn thức mê này tự nó dính mắc, rồi phân biệt. Như thể tự nó làm việc dính mắc của nó, xong rồi mình mới nhận biết thành quả. Do đó, khi chúng ta nhận thấy sự dính mắc là trước đó đã bị dính rồi. Khi thấy, là chỉ thấy được tướng trạng đã được hình thành từ sự dính mắc trước đó.
- Xem đầy đủ tại mục 2, chương 4 dưới đây.
- Thức này rất vi tế, tinh vi hơn cả khí

Hy-dro xuyên qua ruột cao su của xăm lốp xe.

- Niệm vốn không có tướng thì lấy đâu để có đầu và đuôi của niệm?
- Đối diện với cảnh, muốn tỉnh sáng mà không khởi phân biệt thì không thể cố gắng hay nóng vội mà được. Bởi nếu như thế, vô tình chúng ta đã làm cho vọng động, phân biệt rồi rồi rắm, mờ mịt thêm, trái với nguồn cơn tỉnh sáng và không khởi phân biệt mà mình mong muốn. Chỉ có khéo léo ngay đây nhận thẳng tánh giác sáng, không quan tâm đến việc có niệm phân biệt hay không niệm. Sống thẳng đó là tu hành. Khi công phu đủ lực, tự tánh bừng sáng. Tánh này tự không khởi phân biệt mà vẫn sáng biết. Nếu chưa thể nhận được như thế thì tu tập buông xả, an nhiên, giác sáng. Theo thời gian, công phu mạnh dần thì mới giúp cho chúng ta có khả năng làm chủ được. (Xem đầy đủ cụ thể tại Chương 4 và Chương 5 phía sau).

Chương

IV

Buong
Kuong



1. DẪN NHẬP

Thời đức Phật còn tại thế, có vị Bà-la-môn tên Hắc Chi, hai tay cầm hai bình hoa vận thần thông bay đến dâng lên đức Phật. Ngài bảo:

Buông xuống!

Bà-la-môn liền buông bình hoa trên tay trái của mình xuống. Đức Phật nói tiếp:

Buông xuống!

Bà-la-môn tiếp tục buông bình hoa trên tay phải xuống nữa. Đức Phật lại bảo tiếp:

Buông xuống!

Lúc ấy, Bà-la-môn Hắc Chi nói:

Trên tay con chỉ có hai bình hoa, con đã buông hết xuống rồi, không còn cái gì để buông nữa. Xin hỏi bây giờ Ngài muốn con buông cái gì xuống?

Đức Phật nói:

Ta không hề bảo ông buông cái bình hoa kia. Cái ta muốn ông buông xuống chính là sáu căn, sáu trần và sáu thức.



Ngay đây, những thứ đang dính chặt trong tâm ông, tất cả đều được buông xuống. Và khi không còn cái gì để buông nữa, thì đang từ trong gông cùm sanh tử, ông liền được thoát ra ngoài.

Ngay lời dạy của đức Phật, Bà-la-môn Hắc Chỉ như người mù được sáng mắt, hiểu rõ đạo lý “buông xuống” của Ngài.

Từ câu chuyện đức Phật khai thị cho

Bà-la-môn Hắc Chỉ, bài pháp buông bỏ được nhiều người biết đến. Khi tu hành, ai cũng nghĩ đến trước tiên phải biết buông xả, yếm ly (*chán ghét và xa lìa sanh tử, thế gian*). Nếu vậy thì ai là người phải làm việc để có phương tiện vật chất hộ cho mình tu? Còn không buông, phải làm việc để đảm bảo cho cuộc sống thì coi như là chưa quyết chí tu hành cho rốt ráo. Vậy phải buông như thế nào mới đúng nghĩa tu hành?

2. BUÔNG XUỐNG HAY BUÔNG BỎ?

2.1. Tại Sao Phải Buông Xuống?

2.1.1. Các pháp vốn đã là huyễn hóa thì cần gì phải buông xuống?

Tất cả các pháp, bản chất nó là huyễn hóa, không thật. Tuy vậy, con người lầm chấp cho là thật cho nên bị vô minh, dính mắc, chi phối rồi tạo nghiệp. Từ đó càng thêm mê mờ, vọng động, che khuất bản tâm chân thật vốn sẵn nơi chính mình. Sanh tử, khổ não do đây mà có ra.

Hơn nữa, vọng tưởng tuy không thật có, nhưng theo nó thì thành sự. Các pháp, từ thân tâm sanh diệt này cho đến muôn sự muôn vật ở thế gian dù thấy đều huyễn hóa, nhưng nếu dính chấp thì phải chịu sanh tử khổ đau.

Vì hai lý do cơ bản trên, cho nên người biết tu hành thì trước tiên cần phải “muôn duyên buông xuống”.

2.1.2. Buông xuống để không dính mắc, vọng niệm, tham sân không tràn bờ

Có cô Phật tử đi chùa công quả và tu tập rất miên mật nhiều năm. Hôm nọ bất ngờ chùa có duyên sự đặc biệt cho nên các Phật tử phải tu ở nhà một thời gian. Khoảng vài tuần không đến chùa tu tập như thường ngày, cô cảm thấy hụt hẫng, chơ vơ, buồn man mác... Cố thêm tuần nữa thì mọi thứ trong tâm vượt quá sự kiểm soát, cô định tự tử. Cùng đường đến nỗi muốn tự vẫn mà không hiểu tại sao. Gọi điện thưa với quý Thầy. Lúc này cô ấy đã mất tinh thần do

đó quý Thầy không nói thêm gì, chỉ bảo cô ngày mai lên lại chùa để quét dọn và tu tập thì sẽ nhận ra. Khi được lên chùa, cô tỉnh hồn lại mới nhận ra là lâu nay đi chùa tu tập, nhưng chưa rời tướng, do đó đã thâm bị dính mắc trên tướng của sự tu tập. Khi không đi chùa, tâm này thiếu tướng tu tập kia cho nên không chịu nổi, đến độ muốn chết. Cô thưa: “Bạch thầy, khi tu con cũng luôn nhắc với chính mình là phải buông xả, đừng dính. Nhưng con đã dính mắc từ hồi nào mà không biết, cho đến hôm nay mọi thứ đến độ nguy hiểm mới nhận ra?”. Quý Thầy hỏi: “Khi đến chùa làm công quả và tu tập cô có vui không?”. Cô thưa: “Đạ có”. Quý Thầy bảo: “Có vui là trước đó đã dính mắc rồi do đó mới cho mình biết là vui thích”.

Khi đang còn mê, chưa ngộ thì căn thức này tự nó dính mắc. Tự nó làm công việc của nó ngoài sự kiểm soát và nhận biết của mình (*đó là sự dính mắc*). Cho đến khi hiện thành kết quả rồi chúng ta mới kịp thấy trên thành quả ấy.

Khi đi chùa cảm thấy thích. Đây là do trước đó căn thức đã tự nó dính mắc rồi, cho nên mới cho mình thấy thích khi được đến chùa và khổ đau khi không được đến. Nếu không khéo dụng công thì vẫn bị dính mắc chính ngay trên việc tu hành đó chứ chưa nói đến ngũ dục thế gian. Vì dính mắc cho nên phải buông. Nếu không dính mắc thì vàng chỉ là vàng, cũng chỉ như sắt, kẽm, đất không khác, nào có gì lỗi, đâu cần phải buông nữa?

Không cố định, tùy theo công phu tu tập sâu hay cạn mà việc buông xuống sẽ có hai khả năng:

*** *Buông xuống để không dính mắc, vọng niệm, tham sân không tràn bờ***

Do hành giả chưa thể một buông liền sạch cho nên việc buông xuống vẫn chưa rời tạo tác, còn có tướng để tu. Tuy vậy, nhưng nếu không buông thì vọng tưởng, trần lao phiền não đầy dẫy, tràn bờ, chôn vùi, che lấp tự tánh thì không thể tỏ ngộ, cho nên

phải buông. Trong trường hợp này, buông xuống là phương án trước mắt, có tính đối trị tạm thời để ngăn ngừa, hạn chế vọng tưởng, tham sân si... Không cho tràn bờ, để được giác sáng. Buông để giác sáng. Và giác sáng mới khế hợp tự tánh, mới là việc chính yếu mang tính căn cơ lâu dài.

✱ *Khả năng thứ hai là tiến thẳng, “Buông xuống để rộng suốt, sẽ vỡ vụn và thể tánh hiện tiền”*

2.1.3. Buông xuống để rộng suốt, sẽ vỡ vụn và thể tánh hiện tiền

Khi nghe nói buông thì ai cũng vội buông theo quán tính chứ tâm chưa thấu suốt. Cái gì bỏ được thì buông, cái gì chưa bỏ được thì giữ đó. Trong âm thầm không rõ ràng như vậy tự nó lập trình cho mình một chữ buông như thế, chứ chưa phải đã thấy rõ để biết buông. Chính vì thế cho nên buông một thời gian mà không có kết quả tiến đạo, tham sân vẫn nhiều thì sanh chán nản.

Tu hành trước tiên phải biết buông là đúng. Nhưng phải hiểu cho tường tận, bằng cách nào để một buông liền sạch, hay buông xuống để làm gì... Chính những câu hỏi này khiến cho chúng ta thấu suốt tường tận, sẽ giúp cho mình vững niềm tin, nhận ra việc làm ấy phải từ chính mình chứ không từ người khác tác động hay khuyên bảo mình buông bỏ. Được vậy thì công phu mới đắc lực và có kết quả tốt.

Buông xuống ở đây là để rỗng suốt, sẽ vỡ vụn và thể tánh sẽ hiện tiền. Biết rõ định hướng rành rẽ rõ ràng như vậy rồi bắt đầu đi vào dụng công một cách cụ thể.

Một buông thì tất cả buông, chứ không phải buông tay trên rồi giữ tay dưới. Từ thân này, tâm sanh diệt nghĩ ngợi, ngoại cảnh, cho đến cả sự cảm nhận..., tất cả nhất thời buông xuống, rũ sạch để đạt đến rỗng suốt. Khi rỗng suốt sẽ có lúc thành linh tất cả như rơi rụng, vỡ vụn tan biến, hoặc bỗng dưng bất chợt mất hút tất cả. Ngay đó thể tánh hiện tiền.

Tất nhiên phải khéo léo buông rũ xuống cho rỗng rang, võ vụn từ trong tâm cho đến bên ngoài, chứ không phải tưởng tượng có một tướng rỗng lặng. Nếu như thế thì đã bị cái tướng rỗng lặng ấy làm ngăn ngại, không thể có lúc võ vụn, rơi rụng, mất hút và thể tánh hiện tiền.

Sơ Tổ Trúc Lâm nói: “*Buông xuống, buông xuống, cái buông chẳng được chính là kẻ ấy*”.

Những gì buông được thì buông xuống hết đi. Những gì có thể buông được thì không phải là cái thật chính mình. Khi buông sạch sành sanh rồi; thân, tâm, cảnh cho đến tất cả cảm thọ, suy nghĩ đều sạch, nhưng nghe gọi liền biết dạ, gió thoảng liền biết mát, thấy cảnh mỗi mỗi rõ ràng mà không cần phân biệt hay khởi biết. “Cái ấy” buông cũng không được, bỏ cũng không xong; mới là cái chân thật chính là mình. Tổ nói: “*Chính là kẻ ấy*”.

Tăng hỏi Thiên sư Triệu Châu: “*Khi một vật chẳng mang đến thì thế nào?*”. Ngài bảo: “*Buông xuống luôn đi!*”.

Đã là một vật cũng không còn để mang đến thì còn cái gì để hỏi? Còn hỏi thì rõ ràng trong tâm vẫn còn một vật. Vì vậy ngài Triệu Châu bảo: “*Buông xuống luôn đi!*”. Khi buông không được nữa thì mới biết “*Khi không còn một vật để mang vác đến đây thì thế nào?*”. Ngay đó sống thẳng, “*Chính là kẻ ấy*”.

Những lời dạy trên một lần nữa khẳng định cho chúng ta thấy rõ kỹ thuật dụng công buông xuống này. (*Xem thêm đây đủ cụ thể tại 3.1.2, mục 3, chương 3*).

2.2. Buông Xuống Chứ Không Phải Buông Bỏ

Một ngại thì tất cả đều còn ngăn ngại. Đã thông thì tất cả đều suốt thông. Một vật ở trước mắt, nếu chúng ta đã vô ngại, bình thường; có nó và không có cũng thế, cất

đi hay để đó giống nhau, tâm mình không khởi thêm gì thì nói là phải buông bỏ hay không cần buông bỏ đều là việc thừa. Nếu còn muốn bỏ và buông là do còn chướng ngại. Dù là một vật nhỏ không ra gì, nhưng nếu còn bị nó làm cho mình chướng ngại thì chúng ta sẽ bị ngăn ngại bởi tất cả các vật khác, chưa thể thoát ra. Cho hay, nếu còn thấy có một pháp ngăn ngại để “buông bỏ” thì còn ngại tất cả, chưa hợp đại đạo vốn tự trùm khắp, suốt thông, tự tại không ngăn ngại. Vì vậy, “buông xuống” để không dính mắc; để rộng suốt - võ vụn, rơi rụng; sẽ an nhiên - tánh tự giác sáng, tất cả hiện bày; chứ không phải để “buông đi, vứt bỏ” hay nắm giữ bất kỳ một pháp nào. Đây là điểm đặc biệt của đại đạo.

2.3. Chỉ Là Không Theo - Tỉnh Giác - Bình Thường; Không Cần Phải Đẹp Bỏ

Lục Tổ dạy: “*Không sợ niệm khởi, chỉ sợ giác chậm*”. Vọng tưởng chỉ là những bóng dáng trong đầu, không có thật. Khi nó

hiện khởi, hành giả chỉ cần giác rõ, không theo, chứ không cần phải trừ dẹp. Hơn nữa, khởi tâm dẹp bỏ cũng là đã thêm một tâm tưởng khác, trên vọng thêm vọng, chỉ càng làm cho hành giả căng thẳng, rối ren.

Đây là nói thẳng đến công phu tu tập. Chúng ta đã biết rất rõ và xác định xong, vọng tưởng, các pháp vốn không, theo nó thì mới thành sự. Vì vậy không cần phải dẹp bỏ, mà chỉ là không theo, tỉnh giác, bình thường thì công phu sẽ nhẹ nhàng, sáng suốt, đắc lực.

Tương tự, mọi thứ từ thân này, tâm sanh diệt, vạn vật, hoàn cảnh, tình huống, nỗi khổ, niềm đau, phiền muộn... Gom hết lại và quy về một mối. Tất cả chỉ là một pháp (*một vật*) đang đối diện trước mặt mình, bị mình biết, là thứ bên ngoài mình chứ không phải thật là mình, giống như chúng ta đang nhìn một chiếc lá rất đối bình thường, không khác. Mỗi thứ tuy có khác nhau, nhưng nó cùng chung một tính

chất rỗng tuếch, tầm thường, không có gì, đến mức tất cả vốn chỉ như thế, không hơn không kém. Chỉ là chúng ta nhìn nó, đối diện với nó như thế nào mà thôi. Tâm bất ổn, trí không sáng, năng lượng sống bị tuột mất, tinh thần hoang mang hay mệt mỏi thì chuyện gì cũng có thể làm cho mình lo lắng và rối tung lên được. Nếu hằng ngày khéo tu tập, biết buông xuống, an nhiên, giác sáng thì tâm lực, trí lực sẽ lớn mạnh. Dù có chuyện gì xảy ra đến đâu đi nữa thì lực này cho mình có khả năng bình ổn, tự động thấy bình thường, như nhiên. Đây là nhờ vào lực tu thì tâm tự nó như thế, chứ không thể dùng phàm tâm động niệm để cố gắng hay liều mạng mà có thể đạt được.

Mới hay ra, tất cả các pháp tuy muôn hình vạn trạng, nhưng nó cũng đồng một tính chất tầm thường như nhau. Nếu tâm thiếu định tĩnh, thiếu trí lực, nhìn theo cảm xúc thì bị nó chi phối, sai sử mình, là bị cảnh chuyển. Nếu tâm đủ năng lực, thấy bình thường thì tất cả cũng chỉ là bình

thường, không có gì đáng để bị chi phối cả, là đã chuyển được cảnh. Kinh Lăng Nghiêm, Phật nói: “*Nếu hay chuyển vật, tức đồng Như Lai*”.

3. GIÁC SÁNG MÀ RỘNG SUỐT, AN NHIÊN

Phương án lâu dài

Chỉ có năng lực của tự tánh giác mới cho chúng ta tự tại trong sanh tử. Phải bằng tự tánh vô sanh này để tu hành thì mới thành tựu được quả vị vô sanh mà chư Phật đã thành. Do đó, tu tập cốt yếu trước tiên là cần phải nhận lại tự tánh giác sáng. Đã ngộ thì tự nó hiện bày rõ ràng, lực dụng đầy đủ. Khi chưa ngộ thì khéo an lại tự tâm, sức giác sáng cũng bày ra đó, chỉ có điều chưa được sáng rõ và mạnh như lúc ngộ mà thôi. Do đó, khéo sống bằng sức giác sáng ấy, chính là đang tu. Muốn đạt đến đó, có hai hướng: Một là ngay đây nhận thẳng. Chưa thể như thế thì phải tu tập dần dần.

3.1. Tu Tập Dần Dần

Như ở trên đã nói, hành giả chưa thể ngay đây nhận thẳng tự tánh giác sáng thì phải khéo léo vận dụng công phu tu tập dần. Cụ thể ngay đây buông xuống, rũ sạch để không dính mắc, sẽ đạt đến rộng suốt, sẽ có lúc thành linh tất cả như võ vụn, rơi rụng và bỗng dưng bất chợt mất hút tất cả. Ngay đó toàn thể giác sáng, thể tánh hiện tiền.

3.2. Ngay Đây Khéo Nhận

Ngay một câu, một cảnh liền nhận thẳng, không qua suy nghĩ, học hiểu.

Ví dụ, ngay khi đang đọc những dòng chữ này, quý vị không thêm chú tâm, không phớt lờ qua, cũng không nghĩ là để tự nhiên mặc kệ. Đừng khiên cưỡng phải làm gì hay phải như thế nào đó; để tâm bình thường, thư giãn, như nhiên thì tâm ấy vốn không còn gì mà vẫn đang đọc sách. Mỗi chữ mỗi chữ rành rành rõ ràng, tự nó suốt thông biết hết ý nghĩa mà không cần khởi hiểu

hay phân biệt. Tất cả đang giác sáng, hiện bày. Ngay đó khéo nhận, liền tỏ sáng bản tâm chính mình. Sống thẳng ngay bản tâm đó là chân thật tu hành, không cần tìm cầu gì khác.

3.3. Đến Khi Thuần Thục

Sống thẳng bản tâm cho đến khi thuần thục rồi thì thấy biết vượt thoát căn và cảnh, có và không. Không phải chờ có cảnh mới biết, mà bản tánh sáng biết sẵn đó từ vô lượng kiếp, hiện nay vẫn không thiếu. Không còn phân biệt chơn và vọng, bởi các pháp xưa nay vốn tự như như, tất cả chỉ là như thị. Các Thiên sư nói, ‘cây gậy chỉ là cây gậy’, không phân biệt nhưng vẫn biết gậy trúc hay bằng gỗ. ‘Hoa hồng là hoa hồng’, không động mà vẫn rõ ràng là loại kép hay đơn. ‘Núi chỉ là núi, sông chỉ là sông’, nhưng chẳng phải vọng động mê mờ như phàm phu, cũng chẳng phải trụ tâm kẹt tướng như kềm đê làm cho được như thị. Chỉ là mất hút các tướng của tâm của cảnh, là huyễn là chơn, tâm ta vốn tự giác

sáng trùm khắp. Cuộc đời vẫn biến đổi, vạn vật đang vận hành, nhưng sức giác sáng này thấy biết tất cả mà không phải ở trên nó hoặc rời nó. Chỉ bởi toàn thể bật tằm, thân thang tự sáng biết. Ngay đây, tất cả vốn dĩ bình thường cho nên muôn vật không còn là chính nó. Nó ở ngôi vị của nó, không còn giao thiệp đến mình. Mình vốn là mặt sạch tướng hình mà không một vệt mê, bởi tự sáng biết do đó cũng không can hệ đến vật. Vật là vật, mình là mình mà lại suốt thông, thấy biết siêu vượt muôn thứ. Kinh Pháp Hoa, Phật nói: *“Thị pháp trụ pháp vị, Thế gian tướng thường trụ”*. Nghĩa là, pháp ấy ở ngôi pháp, tướng thế gian thường trụ.

Tuy vật không giao thiệp mình, mình không can hệ muôn vật, nhưng đối với mỗi vật, mỗi việc, ‘tánh ấy’ đều thấy biết một cách chủ động, linh hoạt, sáng tạo, nhưng vẫn bất động, không thoát ra ngoài nhau. Do không can thiệp dính dáng nhau cho nên vật chẳng phải ở trong tâm. Tuy vậy,

nhưng cũng không ra ngoài sự thấy biết của tâm này cho nên cũng chẳng phải ở ngoài. Không trong, không ngoài, các pháp xưa nay vốn tự vắng lặng. Dù có biến đổi, nhưng vẫn chưa từng sanh diệt bao giờ. Kinh Pháp Hoa, Phật trùng tụng: “*Chư Pháp tùng bản lai, Thường tự tịch diệt tướng*”. Nghĩa là, các pháp từ xưa đến nay, tướng thường tự vắng lặng. Kinh Duy Ma nói: “*Không hoại các pháp thế gian mà bản thật tướng*” là vậy.

4. RỜI CÁC CỤC ĐOẠN

4.1. Vô Minh Và Tạo Tác

* *Không tạo tác*

Như con rùa bò đi trên bùn, nó muốn dùng cái đuôi quét lên bùn để xóa đi dấu vết. Nhưng khi vết này được xóa đi thì lại vô tình tạo nên một vết khác. Cứ như thế, càng quét, nó càng không thoát ra được dấu vết do việc muốn xóa dấu vết tạo nên. Cũng vậy, khi tâm dính cảnh, liền có vọng

tâm, đó là một pháp (vật). Rồi khởi tâm soi lại thì lại có thêm một tướng của tâm khác, cũng là một pháp. Trên pháp chồng thêm pháp, cho nên đã bị thừa ra một pháp. Cứ như thế mà loay hoay mãi trong sanh diệt. Thấy như là tu hành, nhưng còn nằm trong sự tạo tác, loạn động. Công phu như thế chỉ ở trong vọng động sanh diệt, còn đi loanh quanh bên ngoài, chưa thể kế được tự tánh vô sanh giác sáng. Do đó không đắc lực, tu hành ít tiến bộ nếu không muốn nói là chưa dính dáng gì.

Chữ tạo tác ở đây là có khởi tâm làm gì đó hoặc vụng về trong công phu. Đến như kèm, đè, chăm chú, diệt trừ vọng niệm, cho đến trụ tâm... Hễ có làm gì thành tướng đều rơi vào tạo tác.

*** Không phải để không tự nhiên**

Không tạo tác, nhưng cũng không phải để mặc tình, tự nhiên. Như thế sẽ bị miên man, lơ mơ, không rõ sáng, gần với vô minh.

* Tóm lại

Khi hạ thủ công phu, hành giả cần kiểm tra để rời hai cực đoan:

- **Không tạo tác:** Đè nén, kềm kẹp, chú tâm, buộc niệm..., như thế sẽ rơi vào tạo tác, sanh diệt, cố chấp.
- **Không phải để tự nhiên:** Để mặc kệ, không làm gì sẽ lơ mờ, bị vô minh dày đặc.
- **Rời tạo tác, rời vô minh, ngay đó là chơn chánh tu hành:** Nghĩa là đang sống đúng trung đạo. Sống ngay tự tánh giác sáng, không phải do làm để có vết của tướng sanh diệt, chẳng phải mặc tình, không ngờ để rơi vào lơ mờ vô minh. Đó là đang tu hành thẳng đến tự tánh, đúng pháp, mới tiến đạo.

4.2. Quá Khó Và Dễ Dãi

Tu hành như thuyền ngược nước, không tiến thì bị tuột lùi chứ không có việc tạm dừng lại và bảo lưu. Hơn nữa, con người đang sống trong mê muội của phàm tình.

Việc dễ dãi chỉ có hợp với phàm tình mới dễ được. Do đó, muốn tu hành tiến bộ thì phải rèn luyện, gọt rửa cho tan biến phàm tình thì thánh trí mới hiển lộ. Có ngay đây đốn ngộ thì phàm tình cũng phải biến tan; chứ không phải tìm chỗ hợp với sở thích của phàm tình để dung dưỡng nó mà mong có ngày ngộ đạo được.

✧ ***Dễ dãi***

Nhiều vị tu hành muốn tìm nơi êm ấm hợp với quan điểm của mình. Nếu mình đã chứng đạo thì không cần tìm chỗ tu hành. Còn tìm nơi để tu thì trong tâm còn bồi bồi vọng niệm và phàm tình mê muội. Tìm chỗ hợp với mình là tìm nơi hợp với phàm tình, chứ không phải khế hợp đạo lý chân thật giác ngộ giải thoát.

✧ ***Quá khó***

Nếu muốn dễ dãi thì đó là đem đạo tô đắp phàm tình, không thể tiến đạo. Nhưng khó quá thì quá sức chịu đựng của con người, dễ rơi vào cực đoan khác. Có nhiều

vị vì ham tu quá, muốn tu cho mau ngộ đạo cho nên tâm biến thành tướng, rơi vào cực đoan để phải bị bệnh hoạn mà không biết. Có khi Thầy Tổ khuyên bảo cũng không chịu nghe. Trốn đại chúng vào rừng làm người siêu việt. Bất chước người xưa ăn rau đắng, cắn hạt dẻ, uống nước suối, dạo cảnh rừng, nhưng lòng lại không được như mây nổi bởi mình chưa phải Thiên sư. Được một thời gian ngắn thì mọi thứ bắt đầu tồi tệ. Bị ốm bệnh, mặt xanh, run rẩy và phải trở lại gia đình, mặc cảm không dám gặp ai.

Hoặc có nhiều vị điều hòa tốt, sống được một thời gian lâu hơn, nhưng tư tưởng cũng bị cực bộ, khó chịu, khó hòa đồng với mọi người, đó là do kềm nén. Cho đến khi già, những gì kềm nén lúc trẻ thì bây giờ sẽ bị bung lên. Những tình tệ, tập khí ngự trị và sai sử mình, uổng phí một đời tu hành mà mang lại kết quả không như mong muốn. Ý chí thì có mà cái nhìn thì bị rơi vào cực đoan, dẫn đến dụng tâm bị sai lầm.

Đức Phật dạy, người chưa đạt thiên định mà ở một mình trong chốn núi rừng sâu vắng sẽ dễ rơi vào hai cực đoan. Một là nổi trên mặt nước sân hận (*tự sân, thấy cái gì cũng bực*). Hai là chìm sâu dưới đáy tham ái (*lòng tham ái tự mạnh và hoành hành*). Đây là do cực đoan đè nén mà có ra.

✧ **Trung đạo**

- Dễ dãi thì rơi vào sự yếu đuối của phàm tình, không thể tiến đạo.
- Quá khó thì quá sức chịu đựng của con người, rơi vào cực đoan, dễ sanh bệnh hoạn.
- Hơi khó một tí để nỗ lực, cố gắng rèn luyện, gọt rửa phàm tình thì tu hành sẽ tiến bộ.

4.3. Chấp Giữ Chỗ Thanh Tịnh Mà Thiếu Giác Sáng, Hoạt Dụng

4.3.1. Chấp thủ chỗ vắng lặng, tịch tĩnh

Khi tu hành đạt được thanh tịnh, vắng bật thì hành giả cảm thấy an ổn, không động, không phiền não cho nên dễ đắm vào trong ấy. Tuy trong lặng tuyệt đối, không động dù có đang hoạt động, làm việc, nhưng vì đại pháp chưa sáng, trí chiếu phá sanh tử chưa phát huy, cho nên trong sâu thẳm vẫn còn những ngăn ngại vi tế. Thích nơi yên tĩnh, ngấm ngấm ngán mọi công việc bề bộn, rộn ràng, ồn ào, áp lực... Ngang đây chưa phát huy được lực dụng của trí, chưa được tự tại. Lúc nào trong hông ngực vẫn như có vật để gìn giữ dù đó là tâm tánh, tu hành. Vì thế các Thiên sư chưa chấp nhận. Nếu lấy đây làm chỗ an thân lập mạng sẽ bị quý ngài quở trách. Phải cầu tiến bộ, phấn chấn tinh thần tiếp tục dụng công thì mới có ngày thoát ra, thể hội đại đạo.

4.3.2. Nhập thất quá lâu, thời gian nhập thất không tương ứng với công phu, định lực

Thời gian nhập thất chuyên tu bao lâu

là tùy vào công phu và định lực của hành giả vào thời điểm ấy để quyết định. Không phải vừa sức, chẳng phải quá mức, chỉ thêm một tí so với định lực và công phu của mình thì việc tu hành trong thất sẽ được tiến bộ.

Vả lại, vào thất để tu mạnh hơn, kích phát cho chúng ta có cơ hội bùng sáng. Còn việc tiến đạo đúng mức thì không phải ở trong thất, cũng chẳng phải ngoài này. Khi công phu chín muồi thì tâm tánh bùng sáng trong bất cứ khi nào, ở bất kỳ chỗ nào, chứ không nằm trong tính toán, cố định. Bởi thể đạo vốn không động, vô sanh, không nằm trong tiên liệu, tính toán. Những suy tính, lập trình, đoán biết hay quy ước... đều là của tạo tác sanh diệt, không phải tâm tánh bất sanh bất diệt này. Ngài Linh Vân thấy hoa đào nở mà ngộ đạo. Ngài Bàn Sơn Bảo Tích thì xem người mua và bán thịt mà có tỉnh; hoặc có lần thấy đám ma, tâm Ngài bùng sáng... Đâu có cố định hay tính toán?

Hơn nữa, có khi trong thất tu hành nhưng ra ngoài mới tiến bộ. Có người ở

ngoài tu hành chưa tiến thì khi vào thất lại tiến bộ bất ngờ. Và thực tế là có rất nhiều quý Thầy khéo điều hòa được việc nhập thất và tu tập bên ngoài phù hợp, cho nên công phu được tiến bộ rõ rệt, viên dung, không bị thiên lệch, cực đoan. Trong thất và ngoài thất là nói đến việc dụng công trong cảnh tĩnh và động. Trên hai cảnh này, khéo điều hòa và dụng công hợp lý, khéo hợp trung đạo thì thể đạo bừng sáng, bất ngờ.

Đạo vốn thênh thang, tự tại vô ngại, không nằm trên hai cảnh động và tĩnh, không ở trong thất hay ngoài thất. Hai môi trường ấy chỉ giúp cho hành giả cân bằng công phu tu tập để tỏ sáng đạo lý. Thực tế mà nói, không nhập thất thì chưa có cơ hội đối diện thật với chính mình, sự tu hành chưa thể mạnh mẽ, chuyên sâu để đạt đến rốt ráo. Nhưng nếu cho rằng nhập thất là quan trọng hơn và ở trong ấy quá lâu, công phu có tốt thì cũng chỉ được an sâu trong định, trí thể có mạnh, nhưng thiếu phần hoạt dụng linh thông của trí dụng, do đó

chưa có cơ sống dậy. Vị này có thể ở yên rất nhiều năm, nhưng bước vào Phật sự thì lý và sự khó dung thông, tâm và vật không chan hòa, lý đạo và sự thế còn phân hai, cách ngăn, khó hòa nhập cùng đại chúng. Do còn nhiều ngăn ngại như thế cho nên cuộc sống tu hành và công việc bị trục trặc, khó khăn, thất bại nhiều mặt. Ở đây không bàn đến công việc, chỉ lấy đó làm dấu hiệu để nhận biết sự tiến đạo còn khiêm nhường, công phu chưa rốt ráo, chưa phát huy đúng tính chất của đại đạo.

Ngoài ra còn có trường hợp xấu khác. Như dễ bị rơi vào tình trạng bất chợt nổi sân một cách vô lý, khó hiểu. Nghe tiếng ồn cũng bực, người khác nói bình thường cũng sân, tiếng chim kêu, tiếng lá xào xạc cũng khiến cho mình cảm thấy khó chịu. Tất cả đều bực một cách vô lý mà chính vị ấy cũng không hiểu và kiểm soát được. Như thế là đầu óc bị lập trình sẵn sự bực tức và nó tự làm việc đó một cách rất máy móc.

Không nói thời gian dài hay ngắn, tùy

theo công phu và định lực của hành giả để cân bằng giữa việc nhập thất và ra thất hợp lý thì công phu tu tập sẽ tiến bộ rất tốt.

4.3.3. Chấp thủ chỗ thanh tịnh quá lâu

Hành giả tu hành khéo léo quá trong việc điều chỉnh đời sống tu tập cho nên mọi thứ được an ổn, thanh tịnh đến độ an toàn. Lâu ngày trở thành một lập trình khiến cho mình thích sống an phận trong sự thanh tịnh như vậy. Tu tập và sống như thế một thời gian, chúng ta dễ nhận ra nhiều dấu hiệu của việc bất cập, không tốt. Như là yếu đuối hơn khi chưa tu. Trước đây có nhiều chuyện to tác mình vẫn ổn định. Bây giờ chuyện của hàng xóm xảy ra không đáng kể, không liên quan đến mình mà vẫn bị hồi hộp không kiềm được. Đối trước các tình huống, hoàn cảnh thay đổi thì thường dễ bị bồn chồn, bàng hoàng, hoang mang, sợ sệt. Đối với các quyết định thì bị do dự, chần chừ, không thể dứt khoát... Khi gặp chuyện thì dễ lo lắng, thiếu quyết đoán. Có trường hợp tệ hơn thì tinh thần và thể

trạng ngày càng yếu dần. Đến mức đi đứng lụng khụng, mắt thì mờ dần ra, mặt thất thân; gần như người bị tâm thần. Tự mình lo lắng và hoảng sợ nhiều thứ. Đầu óc tự tưởng tượng sự việc lên mức quá đáng rồi lo lắng, lo sợ, lo ngại... Tất cả đều do chấp thủ chỗ thanh tịnh quá lâu, thích ở yên trong chỗ thanh tịnh, an toàn mà thiếu sự va chạm, thử thách để bứt phá, phát huy hoạt dụng.

Nếu ngay từ đầu không khéo léo cân chỉnh đời sống tu hành thì rất dễ rơi vào hai cực đoan. Hoặc là loạn động như người thế tục, hoặc là đắm nhiễm trong chỗ an toàn rồi rơi vào bất cập như vừa nêu trên. Người nam thì 40 tuổi, nữ thì 35 tuổi là bắt đầu chuyển biến xấu. Vì lúc này vừa mới bắt đầu chuyển biến chứ cái xấu chưa biểu hiện rõ ràng, cho nên chúng ta chưa thể nhận ra được. Cho đến năm năm sau, người nào tinh tế soi xét lại nội tâm thì phát hiện được dấu hiệu. Nếu không sửa đổi, khoảng

mười năm sau thì bệnh bắt đầu hiện hình và điều khiển mình. Vẫn còn sửa kịp, nhưng đã đánh mất thời gian trước đó không được tu hành đúng pháp cho được tiến bộ thì sẽ tốt hơn nhiều. Nếu để khi già mới nhận ra thì tất cả sẽ khó khăn hơn. Bây giờ quen cần nhàn thì mai kia già, thấy cái gì cũng bực bội, muộn phiền, sân si hoặc tủi thân vô cớ. Hiện tại quá kỹ lưỡng trên sự tướng thì lúc già ăn rồi lọ mọ từ việc này sang việc khác, hết gấp giấy báo cũ thì tới bì ny-lon... Bây giờ đừng đâu nói đó thì mai kia già sẽ cảm râm một mình. Còn nhiều nữa. Song song với việc dụng công tu tập, khi còn trẻ nên kiểm tra tư tưởng và hành vi của mình để kịp thời điều chỉnh cho phù hợp với đời sống trung đạo, mai kia già sẽ sống bằng sức sống đạo chứ không phải lấm cấm khổ đau một mình.



5. KẾT LUẬN

Tổ Bá Trượng nói: “*Rõ biết tâm cùng cảnh vốn không đến nhau thì ngay nơi đó là giải thoát, mỗi pháp mỗi pháp ngay nơi đó là lặng lẽ, ngay nơi đó là đạo tràng*”. Đúc Phật dạy Bà-la-môn Hắc Chỉ buông sáu căn, sáu trần và sáu thức. Khi căn tiếp xúc với trần mà không còn thức phân biệt thì căn và trần không can thiệp nhau. Tuy vậy, nhưng vẫn thấy nghe hiểu biết tất cả một cách rõ ràng, suốt thông, không ngăn ngại; do đó căn và các cảnh không ra ngoài nhau, chẳng phải khác. Tuy không ra ngoài nhau nhưng tất cả âm thanh, sắc tướng cho đến căn và cảnh cũng không xen trộn lẫn tạp với nhau, vì thế cũng chẳng phải một. “*Chẳng phải khác, chẳng phải một*”, ngay đây thấy biết như thị, vượt thoát căn trần, tự tại giải thoát. Thấy rõ và dụng công đạt đến như vậy mới học được chữ buông mà đúc Phật đã chỉ bày (*khai thị*); là đạt được

vô ngại tự tại giải thoát như chư Tổ đã nói.
Tất cả các pháp từ xưa đến nay vốn tự lặng
lẽ, đạo tràng chư Phật đang hiển hiện bây
giờ, ở đây.



PHẦN PHỤ

CÂU HỎI VẬN DỤNG THỰC TIỄN

CÂU SỐ 1:

Thầy dạy, người tu hành trước hết phải biết buông. Thế tại sao Thầy vẫn còn nhận gạo muối mang về Thiền viện cho Đại chúng sử dụng?

Gợi Ý Trả Lời:

Khi nghe nói tu hành trước hết phải biết buông, chúng ta cần hiểu cho thật rõ những ý nghĩa cơ bản sau thì mới tránh khỏi các sai lầm trong đời sống công phu tu tập.

1. Vì Sao Phải Buông?

Các pháp từ thân này, tâm sanh diệt, cho đến muôn sự muôn vật ở thế gian vốn là huyễn hóa, không thật. Nhưng chúng

sanh lầm chấp cho là thật, do đó luống phải chịu nhiều khổ đau không đáng có. Vì vậy, cần phải biết rõ bản chất thật của nó và buông bớt thì mới bớt khổ, mới yên tĩnh và tu hành được.

2. Buông Cái Gì?

Giả sử là buông mọi thứ bên ngoài. Ví dụ chúng ta dính mắc cái bàn cho nên mang cái bàn vứt bỏ đi. Khi không có cái bàn thì dính nên nhà do đó cho người đập bỏ nên nhà. Khi đập bỏ nên nhà thì lại dính mắc đất đai, vì vậy thuê người đến đào đất bỏ đi cho khỏi dính... Tu hành buông bỏ như vậy không ổn chút nào, nếu không muốn nói là bất bình thường.

Ngược lại, vẫn cái bàn ấy, bình hoa ấy, nhưng nếu chúng ta cảm thấy rất đổi bình thường, không chút gì dính mắc thì có cần buông bỏ gì không? Đã là bình thường thì tại sao lại phải mang bỏ đi cho bất bình thường?

Cho thấy, bảo là buông, đó là buông sự dính mắc, không để vọng tưởng phiền não tràn bờ, để chúng ta dễ bề dụng công tu tập cho tiến bộ.

3. Buông Xuống Hay Buông Bỏ?

3.1. Buông bỏ

Là vứt bỏ mọi thứ bên ngoài. Nếu cần rằng để buông bỏ tiền tài của cải, nhưng trong tâm lại tiếc, còn dính mắc thì vẫn như là chưa buông. Có khi còn tệ hơn người không buông mà họ lại không tham lam gì cả.

3.2. Buông xuống

Buông xuống là rũ xuống, không dính mắc, rỗng suốt. Cụ thể, khi chúng ta dụng công tu tập, khéo ngay đây muôn duyên buông xuống, tâm sẽ không dính mắc, sẽ được rỗng rang, sẽ có lúc như vỡ vụn, rơi rụng, không còn gì, tâm thể an nhiên - sáng rõ hiện bày.

4. Tùy Thời Nắm Buông Tự Tại

Khi đã buông xuống đúng pháp rồi thì lúc này nắm lấy là phải? Hay buông bỏ mọi thứ mới là phải?

Bảo là buông bỏ, là do còn dính mắc cho nên mới bỏ và buông. Nói là nắm lấy, cũng do dính mắc cho nên mới giữ lấy. Khi đã buông xuống đúng pháp, không còn dính mắc thì không còn nghĩ đến là phải buông đi hay nắm lấy nữa. Chỉ là tùy thời, tùy duyên nắm buông tự tại, không ngăn ngại. Đâu cần suy nghĩ hay đặt ra vấn đề là phải cố định như thế nào. Nếu còn bảo là nên nắm giữ hay phải bỏ đi, đều chưa khỏi bị ngăn ngại, còn dính mắc.

Tâm đã không dính mắc thì có và không cũng như thế. Tánh đã hiện bày do đó tùy thời nắm lên hoặc ném xuống tự tại, tùy duyên. Cuộc sống tu hành vốn đạm bạc, giản đơn, có rau thì ăn rau, có đậu thì ăn đậu, đâu có gì đáng để suy nghĩ, đặt vấn đề?

CÂU SỐ 2:

Là người còn làm nhiều công việc và trách nhiệm trong đời, nếu buông thì ai lo cho cuộc sống? Nếu không buông thì coi như không tu hành. Nếu khi tu thì buông, khi làm việc thì phải toan tính, rồi đến giờ ngồi thiền thì buông xả đi. Như vậy như chơi trò trốn chạy lòng vòng, lúc thế này, khi thế khác, công phu không tiến bộ được. Phải làm sao?

Gợi Ý Trả Lời:

1. Buông Xuống Để Không Dính Mắc, Chứ Không Phải Buông Bỏ

Các pháp vốn ở ngay vị trí của nó, tự nó không nói đẹp xấu, sang hèn; cũng không hề mời gọi con người đến tham đắm nó, cho nên muôn sự muôn vật không có lỗi. Nhưng do con người dính mắc cho nên mới có lắm chuyện rối rắm, khổ đau. Do vậy, chúng ta

chỉ cần buông xuống, bớt dính mắc để bớt khổ đau là ổn. Bởi vì nếu chỉ có buông thì chưa thể dứt được cội gốc của khổ đau được.

2. Lực Của Tâm Đủ Lớn Thì Các Pháp Tự Như Như

Vừa làm việc, vừa buông sự dính mắc, vừa tỉnh giác. Nói như thế không phải cùng một lúc làm ba việc. Chỉ cần buông thư, tỉnh sáng rồi làm việc thì cả ba chỉ là một tâm an, trí sáng, sẽ tốt cho cả việc làm và công phu tu tập. Về nhà thì sắp xếp thời gian tọa thiền. Cứ như thế theo thời gian, khi sức giác lớn dần thì sự dính mắc cũng giảm bớt, theo đó, chúng ta cũng được nhẹ bớt khổ đau, cuộc sống ngày càng tươi sáng. Cho đến khi công phu đúng mức, tự tánh hiện tiền, các pháp vốn tự như như. Lúc này có đi làm việc hay ở nhà, tâm chúng ta vẫn bình thường như thế. Sẽ hay ra, tất cả pháp đều là Phật pháp; sẽ hết khổ, tự tại, an vui.

CÂU SỐ 3:

Trước một nỗi khổ tột cùng, một oan ức tột độ, gần như không thể chịu được. Chúng ta phải làm gì? Phải buông nó như thế nào?

Gợi Ý Trả Lời:

1. Không Phải Đợi Gặp Chuyện Mới Học Cách Buông Xả, Tu Hành

Không phải đợi đến khi có chuyện mới đi tìm lối sống, mới học cách buông xả và tu tập. Việc làm này phải là lẽ sống thường ngày thì mới đủ năng lực khiến cho mọi thứ trên đời không đủ sức chi phối. Cụ thể phải thấy rõ việc tu hành là cần thiết, ‘buông xuống để tâm trí an nhiên, giác sáng’ là sự sống của chính mình. Hằng ngày ở bất cứ nơi đâu, làm bất cứ công việc gì chúng ta cũng sống bằng tâm tu hành như thế. Biến việc tu hành thành cuộc sống, cuộc sống là tu hành, chứ không phân chia lúc sống, lúc tu, lúc làm việc khác nhau. Lâu ngày năng lực của tâm lớn dần thì tự nó hóa giải

mọi chuyện trong cuộc sống, chứ không thể dùng sự cố gắng hay thủ thuật gì trong sanh diệt để dễ dàng vượt qua được ngang trái, nghịch duyên.

2. Chỉ Có Vô Sanh Mới Đốt Cháy Được Sanh Diệt

Nắm vững nguyên lý: “Chỉ có tâm vô sanh mới đốt cháy được sanh diệt”. Từ đó, không khởi đúng, không khởi sai, nhận tất cả lỗi về mình. Không cần người khác hiểu. Không cần tâm sự hay chia sẻ với ai cả. Bởi tất cả những việc làm đó đều là động niệm sanh diệt, chỉ khiến cho chúng ta rối rắm mệt mỏi hơn lúc này. Cứ như thế, không làm, không suy nghĩ gì cả. Theo thời gian, lực tâm vô sanh nơi chính mình mạnh lên dần, mọi thứ khởi mãi rồi nó cũng mỏi và lắng xuống, mình vẫn là mình. Mọi việc sẽ ổn.

3. Không Cần Giữ Lại, Chẳng Cần Qua Nhanh

Thông thường con người chúng ta muốn mọi thứ đều tốt, không bị xui rủi gì.

Hoặc nếu có bị buồn tủi thì muốn làm sao cho nó qua thật nhanh. Ít ai có khả năng đối diện và bình thường trên nó. Nhưng cuộc đời ít khi chịu lòng người, cứ hết thử thách này vừa đi qua rồi lại đến gian nan khác, dai dẳng mãi không thôi, vì thế con người phải gánh chịu khổ đau mãi.

Trước nỗi oan ức như vừa nêu trên, chúng ta không cần níu giữ nó lại, cũng chẳng cần mong nó qua nhanh, mà tất cả chỉ là bình thường. Tất cả đang diễn ra, đang có những nỗi buồn niềm đau, nhưng mọi thứ là chuyện của nó, còn mình thì vẫn bình thường, chứ không phải được bình ổn mới bình thường. Dù lòng có buồn, tâm có khởi nghĩ lung tung, nhưng không cần trừ dẹp, cũng chẳng thêm nghĩ theo. Cứ cho nó lên phương án, còn mình thì nằm thư giãn, không thực thi. Chốc lát đi rửa mặt, sẽ thấy ra đất trời vẫn thanh thang, mình vẫn là mình. Những buồn vui tự rơi lại sau lưng, đừng thêm để ý đến. Tiếp tục công việc hằng ngày mình vẫn thường làm. Sống tiếp.

4. Tranh Thủ Cảm Nhận, Học Lấy Kinh Nghiệm

Khi người khác gặp chuyện buồn, mình sáng suốt, bình tĩnh để an ủi, khuyên bảo. Đó là do chúng ta đang ở ngoài nghiệp của người ấy cho nên mới được như vậy. Hoặc chính mình có chủ động đi tìm sự thử thách để vượt qua thì cũng chỉ là trận chiến giả định. Bởi mình đang sẵn sàng và chủ động đi tìm một sự thử thách thì mức độ và mọi thứ sẽ nhẹ nhàng hơn. Trong trường hợp chúng ta đang bị ngang trái, oan ức tột cùng như vừa nêu trên là một trận chiến thật. Bởi nó xảy ra bất ngờ khi ta chưa chuẩn bị tâm thế sẵn sàng đón nhận. Bởi nó có oan ức thật chứ không phải sự giả định của đi tìm. Và nó đang đánh mình gục ngã chứ không phải đứng đó để đánh trận... Tất cả là một sự rối bời, mất thần, não nuột. Chẳng biết mình đang giận hay buồn, tủi hay hận, chán nản hoặc bi ai... Mọi người có an ủi, khuyên răn, nhưng lòng thì vẫn cứ buồn rười rượi. Sức khỏe sụt giảm, khí

lực suy tàn, tinh thần bại hoại, đúng là một trận chiến, một tai nạn thật.

Tự mình phải lo cho mình, không ai giúp được lúc này cả. Lấy lại sức bình tĩnh, dù mọi thứ vẫn đang còn ngổn ngang. Phấn chấn tinh thần, nhìn lại tâm mình và vận dụng tu tập làm sao cho được ổn và tốt nhất. Tranh thủ học lấy kinh nghiệm để sau này còn giúp cho nhiều người khác bị lâm vào tình cảnh tương tự. Nhìn nhận và thực hành như thế, bỗng dưng thấy ổn hẳn ra. Như vậy là đã biến tai nạn thành cơ hội tốt.

5. Kết Quả Cuối Cùng

Khéo léo vận dụng, cố gắng nỗ lực làm theo tất cả những gì vừa nêu trên. Theo thời gian, tâm tự hồi phục rồi dần an định trở lại. Mối hay ra, mọi thứ hầy còn đó và mình vẫn là mình. Bởi tâm mình đủ lớn mạnh thì các pháp, mọi chuyện trên đời tự nó bình thường, không hơn không kém.

*Sông bây giờ mới đáp tiếng mênh mông,
Còn đủ cả và hóa thành bất tử.*

*Những con sóng đã vỗ vào lịch sử,
Vào hồn tôi cho tôi mãi anh hùng.*

Dòng sông xưa nay vẫn đêm ngày miệt mài trôi chảy êm đềm và mênh mông như thế. Nhưng con người lăm bộn bộn ngược xuôi; hoặc đã có lúc do nỗi oan ức ngập trời khiến tâm ta trở nên mờ tối, không còn nhận ra sự mênh mông ấy. Nay đây qua rồi, mới nhận ra sự yên ả con sông quê; như bây giờ mới đáp tiếng mênh mông dù trước đó đã sẵn.

Không phải đã quên mất đi nỗi trái ngang, sai đung. Cũng chẳng phải nó còn giá trị để chúng ta bộn bộn như trước đây. Tất cả hãy còn, nhưng đã hóa thành bất sanh bất diệt. Bởi mọi chuyện dù có thế nào đi chăng nữa, lòng ta vẫn tự như nhiên, chứ không đợi tất cả toàn không, ta mới được.

Những chuyện vui buồn như những đợt sóng. Tất cả đã vỗ vào lịch sử, vào cuộc đời, vào mọi người và vào cả chính ta. Nó vỗ vào lòng mình chỉ khiến cho mình lớn mạnh. Trí tuệ phát huy diệu dụng bất tư

ngành, sẽ có ra nhiều viên thuốc kháng sinh để trao tặng cho những ai hữu duyên lâm nạn.

Nên biết, chính những nghịch duyên mới làm nên công hạnh thù thắng của bậc Bồ tát hành Phật đạo. Nếu thiếu nó thì không thể tu hành thành Phật được.

CÂU SỐ 4:

Trước thời đại công nghệ phát triển, nếu thích thú thì mất mình, tan chảy; nếu quay lưng thì bị lạc hậu, tự đào thải. Phải làm sao?

Gợi Ý Trả Lời:

1. Xác Định Vấn Đề

1.1. Phát triển cái gì? Phục vụ mặt nào? Cho ai?

Nói là phát triển, vậy đang phát triển cái gì? Phục vụ mặt nào? Cho ai?

Chỉ là phát triển công nghệ. Phục vụ tiện nghi, đời sống vật chất. Và cho con người.

Hiện nay, xã hội ngày càng phát triển, có nhiều thứ đến độ dư thừa. Nhưng vẫn chưa đủ cho con người sống đời hoàn hảo, tốt đẹp; vẫn còn đó nhiều vấn nạn và bất cập. Vậy, thực chất con người cần thêm gì nữa thì cuộc sống của nhân loại mới ổn định?

1.2. Con người cần gì?

Nếu chỉ có vật chất, ngoài ra không có gì khác thì chúng ta có còn nhận ra mình là con người nữa hay không? Chắc chắn là không, bởi cuộc sống của chúng ta còn cần nhiều thứ khác nữa. Vậy con người cần gì?

Muốn xã hội con người có đời sống ổn định thì cần có đầy đủ ba tiêu chí cơ bản. Đó là đời sống vật chất, đời sống tinh thần và đời sống đạo đức (*hệ giá trị cuộc sống*). Thiếu một trong ba tiêu chí trên, sự phát triển của xã hội sẽ chông chênh, thiếu cân bằng. Ví dụ vật chất phát triển mà đạo đức không theo kịp thì tai họa, để lại nhiều vấn nạn khó lường...

2. Xác Định Giá Trị Vật Chất

2.1. Muôn vật chưa lìa vô thường sanh diệt

Xưa nay không có gì tồn tại mãi, tất cả đều thuộc vô thường, chưa lìa sanh diệt. Trong Kinh, Phật diễn tả cõi Trời nhìn trần gian này như chúng ta nhìn vào hũ mắm đầy giòi lúc nhúc vậy. Chính khi mọi vật đang có, nhưng bản thân nó không tự có mà phải nhờ vào nhiều yếu tố nhân duyên hợp lại mới thành. Vì vậy nó không chắc thật, toàn là huyễn hóa. Thấy sâu, suốt tột lẽ thật như thế cho nên chúng ta không còn bị mọi thứ trên đời trói buộc và dính mắc. Đã không dính mắc thì không còn bị các pháp làm ngăn ngại.

2.2. Vạn vật vốn vô tri, tự nó không nói nó là lạc hậu hay hiện đại

Vạn vật chỉ là những thứ vô tri. Nó không tự nói nó là sang cả, hiện đại; cũng không hề rủ rê con người đến dính mắc nó để lấy đó làm đẳng cấp, thượng lưu. Chiếc

điện thoại thông minh mắc tiền mà không có sự nhận biết của con người thì chẳng khác nào cục sắt. Trí tuệ nhân tạo có siêu đến đâu cũng phải đợi chúng ta cài đặt, bảo nó thông minh thì nó mới được thông minh siêu xuất. Tất cả đều là thứ của con người tạo ra. Nó không thể có giá trị hơn chủ nhân tạo ra nó để làm cho chúng ta vất vả khổ đau được. Chỉ tại con người phân biệt rồi sanh tâm dính mắc trên mọi thứ, để rồi tất cả mọi rắc rối đau khổ đều từ đây mà có ra.

3. Tiêu Chí Rèn Luyện Để Vượt Lên Tất Cả

3.1. Cái gì thiếu nó mà không chết thì không cần

Trong cuộc sống, đôi khi chúng ta cần rất nhiều thứ chưa thực sự cần. Trong lòng lúc nào cũng cảm thấy thiếu mặc dù trong nhà đang có rất nhiều vật dụng thừa thãi không dùng hết. Nếu xét lại, điều mình muốn thì có thể nhiều, nhưng điều chúng

ta cần thì rất giản dị. Tối giản đến mức “Hễ cái gì thiếu nó mà mình không chết thì chưa thực sự cần”. Không cần không có nghĩa là không sử dụng. Mà có thì sử dụng, càng tốt. Nếu chưa đủ duyên để có nó, cũng không sao. Nhìn nhận và sống như vậy thì cuộc sống sẽ thanh thản, ổn định, sự phát triển được tốt đẹp, bền vững.

3.2. Không cho phép mình thích hay không thích bất kỳ một điều gì

Gặp điều ưng ý thì vui mừng đến la hét, nhảy cẫng lên. Gặp người không hợp với mình thì lòng liền khó chịu, mặt xụ xuống. Đó là chúng ta đã quá dễ dãi cho phép mình buồn vui trên ngoại cảnh. Ban đầu thì mình chủ động, thích thì vui, không thích thì buồn. Nhưng lâu ngày đã thành quán tính, thói quen thì nó sẽ có sức mạnh rất lớn và chi phối mình, khiến cho chúng ta có muốn hết buồn cũng khó được. Đây là do con người đã quá dễ dãi với những nỗi buồn niềm vui, để nó có quyền sai sử khiến cho mình phải khổ đau vì nó. Mới thấy, cho

phép mình thích và không thích, đó là chịu uốn theo phàm tình, sẽ làm cho mình bị yếu đi, khổ sở, là tự mình đánh gục chính bản thân mình.

“Không ai, không có cái gì có thể làm cho mình buồn phiền, nếu chúng ta không cho phép”. Nếu không cho phép mình thích hay không thích bất kỳ một điều gì thì trước mắt sẽ bớt bị những lệ thuộc, ràng buộc không cần thiết. Sống như thế lâu ngày sẽ làm cho tâm lực được mạnh lên, sẽ giúp cho chúng ta vững chãi, tự tin trong cuộc sống.

3.3. Lòng rộng thì tự tại vô ngại

Đã biết, muôn sự muôn vật ở thế gian vốn nó là như vậy. Nó không tự nói là quý báu hay tồi tệ, cũng không biết gọi con người đến để nhận biết và phân chia đẳng cấp. Nó chỉ là nó. Và cũng chỉ là những thứ hư hoại, không bền chắc. Nếu tâm lực của chúng ta yếu hơn vật chất thì dù có thích thú hoặc quay lưng, làm thính, hay có làm bất cứ gì đi nữa, cũng không khỏi bị dính mắc, chi phối, dễ bị rơi vào sai lầm và đau

khổ như nhau. Ngược lại, nếu tâm mình đủ lớn thì mọi thứ bên ngoài dù tân tiến hiện đại đến mức nào, đối với chúng ta cũng chỉ là bình thường. Do đó, làm gì cũng hợp lý, cũng phải cả. Không bị sai lầm, trả giá, khổ đau.

Người được sanh ra vào thời xa xưa thì thích cổ điển, bởi đã trải qua nhiều năm quen nghe, nhìn và cảm nhận theo cách ấy. Quý vị trẻ hiện tại thì không biết cuộc sống của thời xưa, chỉ thấy những gì đang diễn ra cho nên thích kiểu của hiện đại. Và nếu quý vị lớn tuổi sau khi qua đời, tái sanh lại thì cũng sẽ thích theo cách hiện đại của những gì trong thời mình lớn lên sau này mà thôi. Không có cái gì cố định đúng, cũng chẳng có ai hoàn toàn sai. Tất cả đều đã do môi trường và hoàn cảnh xã hội tác động mà hình thành nên nếp nghĩ, cách nhìn của con người, vào mỗi thời điểm không đồng nhau như thế. Nếu tĩnh tâm lại, sẽ thấy rõ mọi việc trên đời này vốn tương đối. Bằng tâm vắng lặng mà sáng biết, tâm này lớn rộng thênh thang không

ngần mé, sẽ không dính mắc, cũng chẳng phải quay lưng, chúng ta sẽ hiểu biết, cảm thông cho nên dung chứa và khéo léo tùy thời vận dụng được hết cả cổ lẫn kim, để đưa đến một cuộc sống mỹ mãn.

“Quảng đại vu hoài năng dung kim cố”. Nghĩa là “Lòng mình đủ rộng, thì hay dung hết cổ kim”. Tâm đã an, trí đã sáng, niềm lạc an sâu kín nhưng ngập tràn vô biên, đất trời thênh thênh không giới hạn. Lúc này, muôn sự muôn vật như tự nhiên được trả lại ngay chính ngôi vị ban đầu của nó. Không có vật sang cả, không có vật tồi tàn. Trắng là trắng, vàng là vàng... Tất cả chỉ là như thị. Ngày mai có văn minh hiện đại hơn nữa thì trân trọng, tôn trọng tất cả, nhưng không quan trọng. Nếu nhỡ có tồi tệ đến mức nào thì mình vẫn sống tốt, cũng chỉ là như thế mà thôi. Có gì làm ngăn ngại chúng ta được đâu mà phải bàn đến việc quay lưng hay thích thú với cuộc thế?





**DỤNG
CÔNG
TU
THIỆN**

Chương

V

Cái

Biết

TỔNG
QUAN
DỤNG
CÔNG
TU
TẬP
THIỆN



1. DẪN NHẬP

Con người khác với vạn vật là có hiểu biết. Chư Phật, thánh nhân sáng biết, an lạc diệu thường. Chúng ta cũng biết, nhưng lại đầy đầy khổ đau. Đồng thời là biết, nhưng tại sao lại còn đau khổ và hết đau khổ không đồng. Như vậy là do ở người này còn khổ, người kia thì không, hay tại mỗi chúng ta?

2. ĐỨC PHẬT LUẬN VỀ CÁI BIẾT RẤT RÁO

Trên đường tầm đạo, đức Phật Thích Ca Mâu Ni lúc này còn là Thái tử Sĩ-đạt-ta đã tìm gặp và học hỏi với nhiều vị tiên nhân. Hễ đến với bất kỳ vị nào, trong một thời gian không lâu, Ngài đều chứng đạt được những gì mà những vị tiên nhân đó đã chứng đắc. Đến vị tiên nhân cuối cùng là Uất-đầu-lam-phất (*Uddaka Ràmaputta*), vị này đã đạt được định phi tưởng phi phi tưởng xứ. Đây là định tối cao của các tiên nhân ở Ấn Độ thời bấy giờ. Và không bao

lâu, Thái tử Sĩ-đạt-ta cũng chứng đạt được định ấy. Nhưng Ngài vẫn thấy chưa ổn, còn thắc mắc:

*“Cõi trời phi tưởng phi phi tưởng là hữu ngã hay vô ngã? Nếu là vô ngã thì không thể nói là phi tưởng phi phi tưởng. Nếu nói là hữu ngã thì ngã đó là hữu tri hay vô tri? Nếu nói vô tri là đồng với cây cỏ? Còn nếu nói ngã là hữu tri (có biết) thì có phan duyên. Có phan duyên là có nhiễm trước, mà còn nhiễm trước thì chưa được giải thoát sanh tử?”.*³

Ông Uất-đầu-lam-phất không giải đáp được, Thái tử từ giã ra đi.

Đạt được định này vẫn còn ngã tưởng vi tế; cho nên câu trả lời ở đây là có ngã. Nếu có ngã thì ngã là có biết hay không biết? Nếu nói vô tri là đồng với cây cỏ. Thực tế khi chạm vào vật gì thì con người liền biết, không thể là vô tri như cây đá được.

3 Sơ Đăng Phật học Giáo khoa Thư, Bài 18: Điều Phục Hai vị Tiên, trang 167. Hoặc, Đức Phật và Phật Pháp, trang 35,36.

Như vậy là hữu tri. Nếu nói ngã là hữu tri (có biết) thì có phan duyên. Tức là khi biết, nghĩa là con người đang biết về vật gì hay việc gì đó. Biết về tập sách, đợi có sự việc mới biết; đó là biết theo hiện tượng bên ngoài, là còn phan duyên (*vin theo duyên*). Có phan duyên là có nhiệm trước, mà còn nhiệm trước thì chưa được giải thoát sanh tử.

Như vậy, là con người thì ai cũng đang nhận biết, thánh nhân cũng sáng biết chứ không ai vô tri như cây đá cả. Vậy thì biết như thế nào là còn phan duyên, còn sanh tử, khổ đau? Và biết như thế nào là giác ngộ, giải thoát khổ đau sanh tử?

3. LỰA RA CÁI BIẾT CỦA CHƠN VÀ VỌNG

3.1. Biết Thế Nào Thì Khế Hợp Tánh Chơn, Biết Như Thế Nào Thì Rơi Vào Vọng Động Sanh Diệt?

Các bậc đạt đạo bật hết vọng tưởng

nghĩ suy, nhưng quý ngài vẫn sáng biết rõ ràng, không thiếu sót. Trong khi tất cả chúng ta ai cũng đang biết, nhưng lại kèm theo vọng tưởng, nghĩ suy. Chính do vọng tưởng này sanh khởi cho nên tạo nghiệp, chịu khổ. Nhưng cũng chính nó giúp cho những người còn mê muội như chúng ta nhận biết. Vậy, chúng ta phải biết như thế nào để chỉ có biết mà không vọng, không tạo nghiệp sanh tử?

Kinh Lăng Nghiêm, đức Phật dạy: *“Nếu rời tiền trần mà có tánh phân biệt; đó là tâm ông. Nếu tánh phân biệt, rời tiền trần mà không có thực thể; đó là bóng dáng phân biệt tiền trần”*.

*** Nếu rời tiền trần mà có tánh phân biệt; đó là tâm ông**

Nghĩa là khi đọc bài này, chúng ta đang biết. Khi đặt tập sách xuống, chúng ta vẫn đang sáng biết rõ ràng. Đây là rời tiền trần (*tập sách*) mà vẫn có tánh phân biệt (*tánh sáng biết*), thì tánh sáng biết này chính là bản tâm chân thật của chính mình.

*** Nếu tánh phân biệt, rời tiền trần
mà không có thực thể; đó là bóng
dáng phân biệt tiền trần**

Ngược lại, khi đang đọc tập sách này, chúng ta đang biết nó. Nhưng khi thành linh điện đèn vụt tắt, tất cả đều tối om, chúng ta cho rằng mình không còn thấy biết. Như vậy là khi trời tối, rời cuốn sách thì cái thấy biết trước kia khi đang đọc sách không còn (*bởi mình nói không còn thấy biết nữa*). Như vậy, cái biết trước đó là bóng dáng phân biệt tiền trần (*phân biệt tập sách, phân biệt vạn vật...*), không phải là bản tâm chân thật.

Chúng ta thử dừng thềm khởi biết, nhưng không mê mờ thì tự mình đang sáng biết. Đưa tập sách lên thì vẫn sáng biết như thế. Hạ tập sách xuống, chúng ta vẫn sáng biết như thế. Khi chưa cầm tập sách, khi đưa tập sách lên và cả khi hạ tập sách xuống, tập sách (*vạn vật*) có thể thay đổi, nhưng tánh sáng biết nơi mỗi chúng ta

chưa hề biến động, đổi dời. Đây là cái thấy biết lưu xuất từ bản thể thanh tịnh vốn sẵn nơi mỗi chúng ta. Không cần khởi tâm động niệm mà vẫn sáng biết không sót, cho nên nó là cái thấy biết chân thật, không bị biến hoại.

Còn nếu đợi có cảnh vật mới có thấy biết, cảnh mất thì ngỡ là mình không còn thấy biết gì, cho nên nói không thấy. Đây là cái biết do phân biệt theo tiền trần, theo hoàn cảnh bên ngoài mà có. Nó phụ thuộc theo hoàn cảnh chứ không phải là chính mình. Nó sanh, diệt, có, không, còn, mất theo cảnh cho nên Phật dạy đây là bóng dáng phân biệt tiền trần, chứ không phải bản tâm chân thật.

Khi không có cảnh, nói là “không thấy biết”. Vậy thì ai đang biết là “không thấy biết” để trả lời? Không thấy, là không thấy biết tập sáo, còn mình thì lúc nào mà chẳng thấy biết?

3.2. Giải Mã Giai Thoại Thái Tử Sĩ-Đạt-Ta Luận Đạo Với Tiên Nhơn Uất-Đầu-Lam-Phất

Chúng sanh phần nhiều quên mình, khởi niệm biết theo vật. Do đó khi có vật thì mới biết, lúc không vật thì bảo là không còn thấy biết. Nếu thực sự là không biết thì ai đang nhận biết là “không biết” để trả lời là “không biết” đó? Cát tập sách này đi là không còn có tập sách, nhưng cái thấy biết của chúng ta thì vẫn thường còn, mới biết để trả lời là “không thấy biết”. Do đợi có vật mới bảo là biết, khi không vật thì bảo là không, nhận lầm cái biết theo vật này làm mình cho nên gọi là phan duyên; do đó còn sanh tử, chịu khổ.

Ngược lại, hành giả nếu hay nhận ra cái sáng biết nơi chính mình thường hằng, không động, không bao giờ thiếu vắng. Khi chưa có tập sách này, chúng ta đã sẵn sáng biết chưa từng thiếu vắng. Khi có tập sách

này, cũng đang sáng biết. Và khi tập sách này không còn nữa, vẫn đang sáng biết như thế. Chưa có tập sách, đang có tập sách và không còn tập sách ấy nữa, tâm này vốn tự sáng biết như vậy, không bị biến đổi hay sai khác. Đó là không đợi có vật mới biết, do đó cái biết này không phải biết về vật, lệ thuộc theo vật, cho nên không phan duyên. Cái biết này không bị sanh tử chi phối, là giải thoát sanh tử.

Cho thấy, không phải nhất thiết đợi có vật mới biết. Không phải cố định bao giờ biết cũng là biết theo một vật gì đó, hoặc phan duyên. Và không phải nhất thiết phải khởi niệm phân biệt mới biết. Cái biết không phan duyên theo vật, không khởi niệm phân biệt, không động nhưng không có gì là không sáng biết, suốt tột, linh thông. Đây chính là tự tánh sáng biết sẵn nơi mỗi người, khéo nhận lại thì liền đó được giác ngộ, không còn bị sanh tử chi phối, được tự tại giải thoát.

4. BA LOẠI PHÂN BIỆT

1. CĂN THỨC

- Căn thức mới sanh tùy niệm phân biệt.

2. Ý THỨC

- Ý thức liễu biệt kế độ (suy lường) phân biệt.

3. CHÂN TÂM

- Chọn tâm ứng vật, như gương chiếu hình tượng, sáng suốt rõ ràng.

- Giống như phân biệt mà không phải là sự phân biệt của ý thức.

Cái biết của MÊ

GIÁC

Tùy vào việc còn mê hay đã tỏ ngộ, động hay không động mà cái biết bị biến đổi, không đồng nhau, chứ không phải có nhiều cái biết tồn tại trong một con người. Căn cứ vào đó, chư vị Tổ sư tạm chia ra làm ba loại phân biệt (*nhận biết*).

4.1. Căn Thức

Căn thức mới sanh tùy niệm phân biệt.

Đây là chỉ cho đứa bé mới sanh chưa nhận hiểu được gì nhiều, nhưng theo hướng dẫn của cha mẹ, nó cũng biết những điều tối thiểu. Đó là theo niệm mà biết. Khi lớn khoảng 5-6 tháng, cũng chưa nhận thức rõ ràng, nhưng đưa vật gì nó cũng oằn mình nhìn theo và phân biệt. Vui thì cười, la rầy thì nó khóc. Đây là do căn thức, cái biết còn

trong sự mê mờ của căn thức ngầm sâu kín bên trong, theo niệm mà phân biệt, nhận biết.

Tuy tinh khôi, nhưng còn trong mê mờ của căn thức. Nếu là cái biết của chân tâm đã hiển lộ thì khi trưởng thành, không cần tu tập mà cháu phải tự biết rõ chân tâm hiện tiền, không còn mê lại nữa. Nhưng thực tế con người không được như vậy, cho nên cái biết lúc nhỏ là căn thức chứ chưa phải chân tâm.

4.2. Ý Thức

Ý thức liễu biệt kế độ (*suy lường*) phân biệt.

Đây là cái biết của những người trưởng thành như chúng ta. Nhìn một vật gì thì biết và suy lường phân biệt. “Cái này đẹp” là do có một cái xấu trước đó đã được nhìn thấy và ghi nhận trong đầu đem ra so sánh với cái hiện tại để biết nó đẹp. Khi nghe một vấn đề gì thì cần phải suy nghĩ, tư duy mới biết; chứ không biết rằng, không thêm

khởi nghĩ, chúng ta vẫn sáng biết nhận ra một cách đầy đủ và đặc biệt hơn. Trí tuệ thế gian là do kế thừa cái cũ để phát huy cái mới. Như thế, không thể biết được cái của ngày mai cho nên nó mang tính hạn hữu, cục bộ, không thể lô-gic với điều của ngày mai chưa biết. Và cứ thế ngày mai lại có cái mới khác hơn, do đó nó mang tính không cùng. Việc này như hứng từng giọt nước trên mái nhà tranh, so với biển cả kia không thấm vào đâu. Đây là sự giới hạn của ý thức liễu biệt kế độ (*suy lường*) phân biệt.

4.3. Chân Tâm

Chân tâm ứng vật, như gương chiếu hình tượng, sáng suốt rõ ràng; giống như phân biệt mà không phải là cái phân biệt của ý thức.

Đây là cái biết của người sống được bằng bản tâm chân thật nơi chính mình. Tâm thể thanh thang, sáng biết suốt khắp

tất cả. Như gương không có ý soi vật, mà có vật thì hiện hình, vật đi thì vẫn sáng trong, không thay đổi. Cái thấy biết này cũng vậy, không cần phân biệt, không động mà vẫn thấy biết suốt tột bình đẳng, có và không không hai.

Cây lặng yên, gương cũng chiếu soi. Cây bị gió thổi phát phơ, gương cũng sáng soi như thế. Gương không bị thay đổi theo tướng động và tĩnh của cảnh vật. Tâm sáng soi nơi mỗi chúng ta cũng vậy. Cảnh thì có động và tịnh, nhưng tánh sáng soi vẫn thế, không bị đổi thay theo hai tướng động tịnh bao giờ.

Khi đang sáng ngời thấy biết tất cả, nhưng cũng không thấy có cái biết để thấy biết, mà vốn tự là sáng biết như vậy. Tâm không, cảnh tịch mà vẫn thấy biết linh hoạt, giống như đập vỡ gương mà tánh sáng soi không mất. Không động, như nhiên mà linh thông. Mỗi vật mỗi việc đều thấy biết rành rẽ rõ ràng, không lẫn lộn nhưng vẫn

bất động. Chủ động, phát huy, sáng tạo nhưng không phải sự suy lường phân biệt có tướng của ý thức. Tất cả đều từ cái thấy biết của chân tâm.

4.4. Tóm Lại

Ba loại phân biệt trên, hai loại đầu còn nằm trong phàm mê. Loại thứ ba của bậc giác ngộ. Không phải có cái phân biệt này mặc định là của thánh, kia là của phàm. Cũng không phải trong một con người có ba loại phân biệt đồng thời cùng tồn tại. Mỗi một chúng sanh chỉ có một tâm tánh sáng biết. Khi mê thì tâm biến thành thức, khởi tướng phân biệt cho nên biến thành hai cái biết của phàm mê như vừa nêu trên. Còn nhỏ thì căn thức tùy niệm phân biệt. Người đã trưởng thành thì ý thức suy lường khởi hiểu phân biệt. Cũng ngay cái biết này, nếu khéo tu tập, chuyển vọng niệm phân biệt trở lại bản tánh thì thức chuyển thành trí, cái biết lúc này là chân tâm biết, là cái biết của bậc giác ngộ. Cái biết trong mê thì còn bị chi phối, khổ đau. Cái biết của chân tâm, giác ngộ thì tự tại, an vui, giải thoát.

5. NÓI THÊM VỀ CĂN THỨC

Căn thức chỉ là cái mê mờ, không rõ ràng, không hình tướng. Nó không có tướng như ý thức phân biệt để nhận biết. Khi mê thì ở trong khối mây mù mịt ấy, bưng ngộ thì như vén màn mỏng vô hình. Vì vậy, người chưa ngộ thì đang sống trong sự phủ che của căn thức mờ mịt này cho nên khó nhận ra. Chỉ khi bưng ngộ thì hay ra mình vừa qua khỏi, tất thấy đã được rơi rụng, vượt thoát.

Căn cứ vào người mới sanh ra hay đã trưởng thành; vào việc đã tu tập hay chưa tu tập; và căn cứ vào công phu tu tập đã tiến bộ rốt ráo hay chưa, chúng tôi sẽ nói thêm về căn thức cho cận kề để hành giả dễ bề nhận biết và tu tập.

5.1. Còn Mê, Trong Tự Nhiên, Căn Thức Được Phát Hiện Qua Hai Phần

5.1.1. Cách ám liền mê, căn thức mới sanh tùy niệm phân biệt

Đời này có thể thông minh tài giỏi,

nhưng khi chết rồi sanh lại thì bị mê mờ, không nhớ và lanh lợi trọn vẹn như kiếp trước. Khi thân của kiếp này chết, tái sanh sang một thân khác của kiếp sau (*cách ấ*m) thì bị mê mờ. Do đó đứa bé sống trong căn thức mới sanh tùy niệm phân biệt, như vừa nêu trên.

5.1.2. Hiện tại, căn thức là sự mê mờ ngâm, không hình tướng

Đây là nói đến người đã trưởng thành.

Nhìn vật liền phân biệt, so sánh, suy lường đúng sai, phải trái, trắng đen... Đó là thức phân biệt của bề nổi mà ngâm sâu thẳm bên trong là căn thức, cội gốc của sự mê mờ. Chính căn thức này tự hoạt động tinh vi khiến cho người đang mờ mịt trong nó không thể nhận ra. Từ hoạt động đó mới có sự phân biệt trắng đen hiển lộ ra bên ngoài. Đây là thành quả của căn thức và con người chỉ kịp nhận thấy được hiện tướng của kết quả đã thành này mà thôi. Nếu ngộ bản tâm, căn thức tự dứt bật, niệm phân biệt theo đó cũng không còn sanh khởi. Lúc

này rõ biết tất cả nhưng không phải khởi phân biệt như lúc còn mê trong căn thức. Để thấy, tất cả chúng sanh chưa ngộ, đều sống trong căn thức mê mờ ấy và không thể thấy ra, cho đến khi tỏ ngộ mới phát hiện.

5.2. Với Người Đã Có Công Phu Tu Tập Thuần Tịnh

Là người có công phu tu hành miên mật, đạt đến tâm thanh tịnh tuyệt đối, trong ngần, nhưng trí chiếu phá sinh tử chưa hiển hiện, như trời đã rạng sáng nhưng mặt trời chưa lên. Đến đây các Thiên sư gọi là đầu sào trăm trượng, nước chết không chứa được rồng. Quý ngài chưa chấp nhận chỗ này, bởi đại pháp chưa sáng, còn thiếu một cái “à”. Là đầu sào trăm trượng phải thêm bước nữa, mười phương thế giới mới hiện toàn thân. Mới là đầy mắt núi xanh, không có chỗ cho màu khác của thức mê chen vào. Thiên sư Pháp Thành ở Hương Sơn nói: ***“Dù cho thuần thanh tuyệt điểm vẫn còn là chơn thường lưu chú”***. Chử lưu chú là chỉ cho vọng tưởng. Ở đây Ngài nói,

dù cho tu hành đạt đến thanh tịnh tuyệt đối rồi, nhưng vẫn còn sự trôi chảy nhỏ nhiệm trong tánh chân thường kia, khó thấy. Như từ xa nhìn thác nước thì thấy như dải lụa trắng bất động. Nhưng khi đến gần thì thấy bọt bắn tung tóe. Đồng chỉ cho chỗ đã thanh tịnh nhưng chưa phát minh đại pháp thì căn thức hỷ còn. Chỗ này còn gọi là Bạch Tịnh Thức. Tức là đã sạch hết, thanh tịnh tuyệt đối rồi, nhưng vẫn còn gọi là thức, chưa phải đã chuyển thành trí rốt ráo, trọn vẹn.

6. ĐỨC PHẬT DẠY VỀ CÁI BIẾT

❖ Tiểu Bộ Kinh, đức Phật dạy:

“Này Bàhiya, đây là điều người cần phải học tập. Trong cái thấy chỉ là cái thấy, trong cái nghe chỉ là cái nghe, trong cái thọ tưởng chỉ là cái thọ tưởng, trong cái thức tri chỉ là cái thức tri. Do vậy, này Bàhiya, người đâu phải là cái ấy, là chỗ ấy? Thì người không còn là đời này, không còn là đời sau, không còn là đời chặng giữa...”

*** Đây là điều người cần phải học tập**

Đây là điều quan trọng, ông cần phải để tâm, không được xem thường. Trong đó có chúng ta, cũng không được xem thường lời đức Phật chuẩn bị nói ra.

*** Trong cái thấy chỉ là cái thấy, ...**

Thấy thế nào thì được gọi “chỉ là cái thấy”? Thấy chỉ là thấy, không khởi thêm phân biệt mà vẫn sáng biết rõ ràng. Cụ thể ngay đây, đang nhìn thấy tập sách này, đừng thềm chú tâm, cũng không phải phớt lờ đi, cũng chẳng khởi tâm mặc kệ, không suy nghĩ phải làm như thế nào cả, bật hết đi, bình thường đi, chúng ta vẫn thấy biết và đọc sách bình thường. Lúc này, thấy biết chỉ là thấy biết một cách rành rẽ rõ ràng, không cần khởi tâm để phân biệt mới thấy biết. Đây là “*Trong cái thấy chỉ là cái thấy*”. Và nghe, thọ tưởng, thức tri cũng tương tự.

*** Do vậy, người đâu phải là cái ấy, là chỗ ấy?**

Như ví dụ nhìn thấy biết tập sách vừa

nêu trên, chúng ta đang tự sáng biết rõ ràng chứ không phải có ý biết theo cuốn sách. Chưa có tập sách, mình vẫn sáng biết, không thiếu. Đang cầm tập sách, chúng ta cũng sáng biết như vậy. Cất tập sách đi rồi, cái sáng biết này cũng không bị biến động thay đổi theo tập sách, cảnh vật. Cái sáng biết này riêng sáng, không đợi có tập sách nó mới có, không lệ thuộc vào bất cứ gì, cho nên nói: *“Do vậy, người đâu phải là cái ấy”*. Nghĩa là mình không phải là tập sách hay cảnh vật bên ngoài.

Cũng chẳng phải là *“chỗ ấy”*. Không đợi chú tâm mới biết. Chỉ là bình thường, mắt hút các tướng là mình, là sách mà vẫn sáng biết. Đọc hiểu từng chữ, từng nghĩa rõ ràng, nhưng vẫn không động. Lúc này, mình không còn là tướng trạng gì cả, mà là thân thang, bàng bạc khắp tất cả. Không phải ở chỗ chú tâm vào cuốn sách mà bỏ quên những sự hiện diện khác; cho nên nói, mình *“không phải là chỗ ấy”*.

Nói tóm lại, tắt đèn tối thui, không có vật gì, mình vẫn thấy biết chứ không phải

như xác chết. Đèn sáng lên, chúng ta vẫn sáng biết như thế. Có khác chăng chỉ là thấy có vật và không thấy có vật. Còn cái sáng biết này thì có vật hay không vật, nó cũng vốn tự sáng biết như đã sẵn vậy. Ngàn xưa chưa có vật gì, nó cũng chưa từng thiếu vắng bao giờ.

Cho thấy, không phải đợi có cảnh vật, có tập sách mới thấy biết, cho nên mình không phải là tập sách, cảnh vật; đây là nghĩa “*Do vậy, người đâu phải là cái ấy*”. Không phải đợi chú tâm vào tập sách hay một vật nào đó mới thấy biết; đây là nghĩa “*Do vậy, người đâu phải là chỗ ấy*”. Nếu đã như thế, “*Thì người không còn là đời này, không còn là đời sau, không còn là đời chặng giữa...*”.

*** *Thì người không còn là đời này, không còn là đời sau, không còn là đời chặng giữa.***

Nghĩa là “thấy, nghe, cảm nhận, hiểu biết chỉ là thấy, nghe, cảm nhận, hiểu biết như thế”, là không còn nằm trong ba thời

(*quá khứ, hiện tại, vị lai*); là đã vượt thoát ba đời (*đời này, đời sau, đời chạng giữa*). Vượt khỏi ba thời, ba đời, nghĩa là đã giải thoát sanh tử.

📖 Thiên sư Thân Hội nói:

***Vô niệm mà niệm, tức niệm chân như,
Vô sanh mà sanh, tức sanh thực tướng.***
(*Vô niệm niệm giả, tức niệm chân như,
Vô sanh sanh giả, tức sanh thực tướng.*)

✱ ***Vô niệm mà niệm, tức niệm chân như***

Chữ “niệm” đầu là chỉ cho niệm tưởng. Hai chữ “niệm” sau nghĩa là nhớ nghĩ, hay nhận biết. Chữ nhớ nghĩ, nhận biết trong trường hợp này không phải đợi có khởi tâm động niệm mới nhận biết, không phải hồi tưởng để nhớ nghĩ thành tướng của niệm. Bởi trước đó Ngài đã nói “vô niệm mà niệm”. Không tâm mà tự nhớ vô số, không còn tướng của vọng niệm phân biệt mà vẫn nhận biết, quan tâm, từ bi một cách đáo đẽ;

đó là cái nhận biết, nhớ nghĩ được lưu xuất từ chân như. Như đức Phật sau khi thành đạo, Ngài không khởi niệm mà biết suốt tất cả, cho nên Ngài là bậc nhất thiết chủng trí. Nghĩa là bậc có trí tuệ thấy biết hết tất cả, nhưng không phải vọng tưởng mà là diệu dụng, bởi lúc này tâm Ngài không còn khởi niệm vọng động như chúng sanh. Ngài nhớ lại vô số kiếp về trước mà không phải hồi tưởng.

Chỉ khi nào không còn niệm tưởng thì mới có thể thấy, biết, hiểu, từ bi, quan tâm một cách sáng suốt, chu đáo, đầy đủ, trọn vẹn mà vẫn không động niệm, không rơi vào sanh diệt tạo tác. Bởi đó là diệu dụng được lưu xuất từ chân như. Ngược lại, chúng sanh mê tánh chân như này cho nên rơi vào tình thức phân biệt, có niệm tưởng. Hễ nhúc nhích gì cũng nằm trong cái mê ấy. Và có ở không, không làm gì cả cũng tự mê mờ, vọng động.

✱ ***Vô sanh mà sanh, tức sanh thực tướng***

Ba chữ “sanh” nằm ở các vị trí khác nhau, đóng hai vai trò và ý nghĩa khác nhau tương tự như chữ “niệm” ở câu trước.

Vô sanh, không còn sanh diệt, nhưng không phải không còn gì, mà là sống dậy sức sống động trong thể vô sanh không còn động ấy, đó là sự sống động từ thật tướng.

Thật tướng thì vô tướng. Bởi khi buông sạch tất cả không còn gì, ngay đó đã vô tướng, nhưng vẫn còn đây cái sáng biết không động. Cái này ở nơi mình, là chính mình, không bị vọng động vô thường sanh diệt cho nên gọi là thật tướng. Tức là cái vô tướng mà hay thấy biết suốt thông các tướng. Dù có thấy biết tất cả, nhưng nó vẫn bất động, không tướng. Hơn nữa, nó nằm ngay nơi mình, nó là chính mình. Chính vì những lý do đó cho nên gọi là tướng chân thật (*thật tướng*), là cái không tướng hình sanh diệt (*vô tướng*).

Ngộ tâm thì tâm tự vô (*không*), tức là vô sanh. Trong thể vô sanh không động ấy

không phải không ngờ, mà nó linh hoạt và chủ động vô cùng. Hơn thế nữa, tâm tánh này hay sanh muôn pháp mà vẫn không thấy có pháp được sanh. Đó chính là diệu dụng từ thật tướng, là vô sanh mà sanh, mới là cái sanh của thật tướng.

Đây là Thiền sư Thần Hội chỉ cho chúng ta nhận ra cái thấy biết chân thật, sống động nhưng bất động.



7. TU TẬP - SỐNG VỀ BẰNG CÁI SÁNG BIẾT CHÂN TÂM

Nhận lại tâm mình, tựu trung có hai đường cơ bản. Hoặc là ngay đây liền nhận thẳng, gọi là đốn ngộ. Nếu chưa thể như thế thì tu tập, gạn lọc vọng tưởng phiền não dần dần rồi cũng nhận ra, gọi là tiệm tu.

7.1. Ngay Đây Liền Nhận

7.1.1. Ngay đây liền nhận thẳng tự tánh giác sáng là thế nào?

Người tu hành đốn ngộ tự tâm, không qua thứ lớp mà ngay đây khéo nhận thẳng tánh giác sáng. Không màng đến vọng tưởng, phàm tình, tập khí, phiền não còn hay không còn; không bàn đến việc phải diệt trừ hay bằng lòng với những tình tệ ấy.

Ví như khi bị kim chích, có đau. Nhưng không chỉ có cái đau thôi, mà chúng ta còn có cái biết đau. Cái biết đau này không liên quan đến cái đau. Bởi khi chưa đau nó cũng sáng biết; khi đang đau nó cũng sáng

biết như thế; và khi hết đau rồi, cái biết kia vẫn thế, không bị biến đổi. Cái đau thì có còn, có hết. Cái biết đau thì luôn sẵn đó. Vì vậy, ngay đây nhận thẳng cái biết này, không màng đến có bị đau hay không đau gì cả. Đó là nhận thẳng, không qua thứ lớp, không liên quan đến việc còn đau hay đã hết đau.

Đối với phiền não, phàm tình, vọng tưởng cũng tương tự như sự đau đớn này vậy. Tất nhiên, khi nhận tánh sáng biết thì vọng tưởng, phiền não, tập khí không thể còn như cái đau do kim chích vào cơ thể được. Khi chứng ngộ thì tất cả đều sạch hết. Nhưng khi đang còn trong quá trình dụng công tu tập, chưa tỏ ngộ, nếu khéo léo, dám tự tin thì chúng ta vẫn có quyền nhận thẳng đến tánh giác sáng này như vậy. Không màng đến vọng tình, vọng tưởng có còn hay phải hết sạch. Gọi là con đường trực chỉ, đốn ngộ; là đường chim, thẳng tắt, là do nghĩa này. *(Xem đây đủ tại mục 2, chương 3).*

7.1.2. Người nhận thẳng tự tánh giác sáng là trừ vọng tưởng phiền não để nhận hay ngay vọng tưởng phiền não để nhận?

Nếu nói phải trừ dẹp hay ngay vọng tưởng phiền não để nhận, đều chưa rời vọng tưởng phiền não để nhận hiểu và bàn nói, là đã quên tự tánh, không thể nhận được tánh giác sáng này.

7.1.3. Không trừ phiền não, vậy người nhận tánh có bằng lòng chấp giữ phàm tình tập khí phiền não hay không?

Không những tập khí phiền não, hễ có tâm bằng lòng chấp giữ bất kỳ một điều gì, đều không thể nhận được tánh này.

Hơn nữa, nếu thích ở trong phàm tình tập khí phiền não thì người này không đủ thiện căn phước đức và túc duyên; không đủ khí phách, bản lĩnh, ý chí xuất trần để nhận được tánh giác sáng này. Dù có nói thao thao bất tuyệt về thiên về đạo mà đắm trong vọng tập, đầy dẫy phàm tình thì đó

là người bị thiên bệnh, là khẩu đầu thiên. Người như thế là đã đánh mất cơ hội để nhận ra tự tánh giác sáng này rồi.

Mặt khác, nhận tánh thì tánh này vốn tự giác sáng. Tánh giác sáng này thanh thoát, cao thượng. Tự nó khiến cho hành giả hướng thượng, không chấp nhận phàm tình, tập khí, phiền não. Giống như bóng đêm không thể cùng tồn tại giữa ban ngày khi trời quang mây tạnh, không bị nhật thực.

Nếu cho rằng đã nhận tánh giác sáng mà còn chấp giữ những tình tệ như trên thì rõ ràng là người bên ngoài để tưởng tượng về việc này, chưa từng nắm vị cam lồ đặc biệt trong tự tánh giác sáng sẵn đó của chính mình.

7.1.4. Nếu vậy thì đối với phàm tình, tập khí, phiền não làm sao trừ dẹp?

Nếu nói trừ dẹp thì không thể trừ được. Bởi phàm tình tập khí phiền não là thuộc về sanh diệt. Khởi tâm trừ dẹp cũng là một

hành động, là thuộc về tạo tác sanh diệt. Đồng một tính chất là sanh diệt cho nên không thể hàng phục được tập khí phiền não. Bởi không thể dùng cái sanh diệt để trừ diệt được sanh diệt. Chỉ có cái vô sanh mới tiêu dung được cái sanh diệt. Nếu tu hành như thế thì chỉ vô tình tạo thêm nhiều thứ sanh diệt rối rắm mà thôi, công phu sẽ tối tăm, mờ mịt, không tiến bộ. Do đó, Thiền sư Nham Đầu Toàn Khoát dẫn lời cổ đức: *“Chẳng phải trần chẳng xâm phạm ta, nhưng khi ta vô tâm thì nó cháy”* là yếu chỉ này.

Như trừ bóng tối, chẳng phải làm gì, chỉ cần mở đèn thì bóng tối tự tan. Cũng vậy, người đã nhận tánh như có ánh sáng. Không khởi tâm thấy có phàm tình tập khí phiền não là thật để diệt trừ. Bởi diệt trừ là đã rơi vào tạo tác, không thể trừ diệt thành công. Nhưng không phải bằng lòng chấp giữ nó, bởi tánh giác sáng không chứa được phàm tình dơ tẻ. Cụ thể hằng ngày sống thẳng tánh ấy, khéo tùy thuận tốt trên các cảnh duyên và tiêu dung được phàm tình

tập khí. Nói là tiêu dung mà thực sự là không làm thêm gì, chỉ sống thẳng bằng tánh giác sáng thì mọi thứ tự nó tan biến, tiêu trừ. Không khởi niệm thấy có một cái tâm riêng, cũng không thấy có tập khí thật. Trong tánh sáng ấy, thấy biết suốt tột, rõ ràng, mọi thứ tự tiêu dung. Không thấy có một cái tánh này để dẹp trừ một cái tập khí kia thật, cho nên không có chỗ cho phàm tình xen vào để phân tích hiểu biết đến được.

Chính sống bằng tánh giác sáng này thì tất cả tự tiêu trừ. Do đó, tuy không nói đến dẹp trừ phàm tình, tập khí, phiền não; chỉ nói nhận tánh và sống thẳng bằng tánh giác sáng ấy. Nhưng đây lại là phương pháp dẹp trừ phàm tình, tập khí, phiền não đúng nghĩa, thiết thực và hữu hiệu. Vì vậy, tu không phải để dẹp trừ phàm tình, tập khí, phiền não. Bởi thực tế có cố gắng nỗ lực dẹp trừ thì chỉ có giảm bớt chứ không thể sạch hết được. Mà tu là để nhận lại tự tánh giác sáng nơi chính mình.

Nhưng nói tu để dẹp trừ phàm tình,

tập khí, phiền não cũng được. Bởi tu là nhận lại tự tánh giác sáng. Chính tánh này tự tiêu trừ phàm tình, tập khí, phiền não một cách hiệu quả thực sự. Trừ mà không có tướng trừ. Không thấy có tâm này để trừ dẹp một cái phiền não kia thật. Bởi thấy thật có phiền não để trừ thì mê tâm này, không thể giác sáng đúng nghĩa, do đó cũng không thể tiêu dung phàm tình tập khí được. Chỉ sống với tánh giác sáng này thì mới tiêu dung tột cùng tập khí, phiền não.

✧ **Tóm lại**

Người tu tập pháp viên đốn này, ngay đây nhận thẳng tánh giác sáng. Sống ngay tự tánh giác sáng ấy là chân thật tu hành. Hằng ngày tùy duyên tiêu dung tập khí... Khi thời tiết nhân duyên chín muồi, bất chợt tâm này bừng sáng. Tất cả đều sạch sành sanh, bày trơ trơ. Sống thẳng tánh ấy là sống bằng chánh nhân vô sanh. Trải qua nhiều kiếp, công viên quả mãn, sẽ thành tựu quả vị vô sanh mà chư Phật đã viên thành.

7.1.5. Đã nhận và sống ngay tự tánh giác sáng thì tại sao còn có ngày bừng ngộ tự tánh?

Cụ thể: Đã nhận và sống ngay tự tánh giác sáng thì tại sao còn có ngày bừng ngộ tự tánh. Nếu chỉ là một tự tánh thì nhận thẳng liền xong, không có ngày bừng ngộ. Nếu có bừng ngộ thì tánh giác sáng trước đó đã nhận là chưa phải tánh. Nếu tánh giác sáng đã nhận và khi bừng ngộ đều phải, thì không lẽ trong một con người lại có hai tự tánh khác nhau. Nếu vậy thì một người tu hành lẽ ra phải thành hai vị Phật, vì có hai tự tánh? Nhưng thực tế thì không phải vậy. Cuối cùng nghĩa này thế nào?

Như trẻ em mới được sinh ra là một con người, nhưng chưa làm được các việc như người trưởng thành. Khi lớn, cậu ấy làm đủ mọi việc. Tuy không còn là cháu bé ngày xưa, nhưng anh chàng thanh niên hôm nay cũng chính là cậu bé của ngày xưa trưởng thành chứ không phải một con người nào khác.

Cũng vậy, nhận tánh giác sáng ban đầu cũng chính là tự tánh. Nhưng do lực dụng chưa đầy đủ, trí sáng chưa mạnh, định lực còn khiêm nhường cho nên hành giả chưa phát huy hết diệu dụng của nó. Lúc này vọng tưởng phàm tình vẫn còn xâm lấn, nhưng do đã nhận tánh giác sáng cho nên không mê lầm. Đồng thời, có khả năng làm chủ và tu tập, tiêu dung nó dễ dàng hơn. Đây là điểm đặc biệt của Thiên tông trực chỉ, hay còn gọi là Thiên tông Đốn Ngộ, ngay trước mắt chỉ thẳng, nhận thẳng. Thiên sư khéo đẩy thẳng vào, hành giả ngay đó ngộ thẳng. Nếu chưa triệt ngộ, sống thẳng bản tâm đã nhận là tu hành. Khi công phu đúng mức, thời tiết nhân duyên chín muồi thì tánh này bùng vỡ, hiển hiện đầy đủ rõ ràng. Tự mình hay ra tất cả lực dụng bất tư nghì, như người sáng mắt xem chỉ tay trong lòng bàn tay mình vậy.

Trong Tổng Luận Kinh Thủ Lăng Nghiêm Trực Chỉ, Thiên sư Hàm Thị nói:

“*Ngoài phân biệt vẫn lưu lại căn tánh để chờ đợi phát minh*”. Phân biệt là vọng tưởng. Căn tánh là tự tánh giác sáng. Chờ đợi phát minh là bình ngộ, tánh thể hiện tiền. Nghĩa là, dù đang còn vọng tưởng phân biệt, nhưng để yên, để ngoài vọng tưởng phiền não, đừng can thiệp, quan tâm. Nên ngay đây khéo nhận và sống thẳng tự tánh giác sáng. Tự tin sống thẳng như thế là “*lưu lại căn tánh*”, sẽ có lúc bình ngộ bản tánh, bản tâm chính mình. Do đã nhận ra, thấy rõ như thế cho nên vững tin một cách chắc chắn, quyết đoán và mạnh mẽ. Từ đây, lòng đã an, chí đã quyết, một mực thẳng đó hạ thủ công phu để có lúc bình ngộ nữa thôi, không còn do dự chần chừ gì nữa. Cho nên nói “*chờ đợi phát minh*”, chứ không phải ngồi đó mà có tâm trông mong, chờ đợi. Vì như thế sẽ vọng động, không thể bình sáng, phát minh được. (*Xem đây đủ tại mục 5, chương 2*).

7.1.6. Thiên sư Huyền Giác nói: “Giác liền xong, chẳng ra công”. Vậy xong ở đây là đã hết tập khí hay còn tập khí?

Nếu nói còn tập khí hay hết tập khí là còn nằm trên tập khí để thấy, là đã bỏ quên tự tánh giác sáng này. Chỉ là không màng đến tập khí còn hay không, ngay trước mắt đây nhận thẳng tự tánh giác sáng thì vọng tập, phiền não sẽ tự dứt trừ. Nếu có may mắn chần chừ, tư lự thì liền rơi vào trong hang ổ của các pháp hữu vi sanh diệt, tạo tác, không thể tiêu trừ được tập khí, phiền não. Cho nên ngài Huyền Giác nói: **“Giác liền xong, chẳng ra công, tất cả pháp hữu vi chẳng động”**. Nhận thẳng tự tánh giác sáng thì liền xong, không lo gì tập khí phiền não không tiêu dung. Những suy nghĩ hiểu biết còn trong tạo tác sanh diệt của hữu vi không thể hiểu thấu đến được. Đây là Thiên sư Huyền Giác nói thẳng đến chơn tông của giáo viên đốn.

Không tu thì không thể chứng đạo, cho nên khi mê thì phải dụng công tu tập vậy

thôi. Khi chúng đạo rồi thì mới hay ra, thể đạo ấy vốn đã sẵn vậy lâu rồi, việc hạ thủ công phu tu tập hoàn toàn không dính dáng. Vì vậy Ngài nói: “*Giác liền xong, chẳng ra công*” là vậy. Đây là Khúc Ca Chứng Đạo thì tất nhiên là Ngài nói đến chỗ rốt ráo của bậc tu hành đã chứng ngộ. Nhưng không hẳn chỉ có vậy. Vì đây là lời nói và việc làm của bậc chứng đạo quan tâm đến người sau, chứ không phải nói cho quý Ngài. Bởi người chứng đạo thì đã chứng đắc rồi và ai chứng đạo cũng đã tự rõ biết suốt hết như vậy. Nếu chưa rõ biết việc này thì người ấy chưa chứng đạo. Hơn nữa, đối với người chưa chứng đạo thì có nói đến đâu đi nữa, họ cũng không thể đặt chân vào được chân trời giác ngộ rốt ráo này. Bởi đây là thể đạo chân thật, chỉ có đạt đến hoặc hay ra, chứ không thể qua học hiểu mà đến được. Cho nên, yếu chỉ của việc chỉ thẳng, nhận thẳng đối với người còn đang hạ thủ công phu là ngay đây chúng ta có quyền nhận thẳng tánh giác sáng như vừa nêu trên. Cho dù chưa được trọn vẹn như bậc đã chứng đạo,

nhưng phải bắt đầu từ đây để công phu thì mới có ngày bùng ngộ và chứng đạo được, chứ không thể là con đường tạo tác, sanh diệt nào khác.

7.1.7. Vì sao gọi là viên đốn?

Viên là tròn đầy, không khuyết, không nghiêng về một bên; lý sự viên dung, không thiên lệch. Đốn là ngay đây nhận thẳng, không qua thứ lớp từ từ.

Cụ thể hành giả hay khéo ngay trước mặt đây nhận thẳng tự tánh giác sáng, liền xong. Không nghĩ suy hay bàn đến dẹp trừ và không dẹp trừ vọng tưởng phiền não. Đó là mặt thể, là lý tánh.

Tuy vậy, nhưng không phải chấp nhận vọng tình, phiền não. Sau khi nhận thẳng tánh giác sáng này rồi, hằng ngày sống thẳng tánh ấy, khéo léo tùy duyên trên mọi sai biệt và tiêu dung tập khí phiền não. Người này đã có nanh vuốt hướng thượng, tùy thời nhổ đinh tháo chốt cho người, gọi là giáo hóa độ sanh. Đây là mặt dụng, là thuộc về sự.

Lý thì thấu tột tâm tánh, sự thì không bỏ sót một pháp nào. Nhưng không có tâm khởi phân biệt chia làm hai, đây là lý, kia là sự. Lý sự dung thông, thể dụng không hai mà rạnง ngời, mỗi mỗi rõ ràng nhưng vô tướng, không dấu vết. Do đó gọi là Chơn tông giáo viên đốn. Đây cũng chính là diệu chỉ của pháp đốn ngộ, ngay đây nhận thẳng.

7.2. Tu Tập Dân Dân

7.2.1. Dụng công tu tập thiền

a) Tu tập trong cảnh tịnh, tọa thiền

Hành giả thực hành công phu tu tập và tọa thiền qua các bước cơ bản như đã nói ở chương trước. Đó là: Sở tức ⇨ Tùy tức ⇨ Tri vọng ⇨ Biết là chân tâm.

*** *Không phải trải qua hết bốn bước là được ngộ đạo***

Bởi ngộ đạo là tỏ ngộ tâm tánh vô sanh, tánh này không nằm trong tạo tác, loạn động, sanh diệt, do đó không phải do làm gì hay tính toán mà đạt đến được. Nhưng khi còn mê, nếu không làm gì, không tu tập thì

bị vọng tình khuấy động, vô minh che lấp, cũng trái với thể này, cho nên cũng không thể ngộ. Chỉ là trong quá trình còn mê thì không cách nào khác hơn là phải dụng công tu tập đúng pháp. Khi thời tiết nhân duyên chín muồi thì tâm này tự bừng ngộ. Do đó, không phải cố định trải qua hết bốn bước như trên là được ngộ đạo, như kiểu tốt nghiệp xong khóa học là được ngộ.

*** *Cũng chẳng phải đợi trải qua hết bốn bước trên mới được ngộ đạo***

Bởi không nằm trong tạo tác và tính toán tiên liệu, mà khi công phu đặc lực, thời tiết nhân duyên chín muồi thì bất chợt tâm tánh tự bừng sáng. Do đó khi còn mê thì chỉ nhất mực quyết chí hạ thủ công phu. Khi công phu đặc lực, chín muồi thì tâm tự bừng ngộ bất cứ lúc nào, chứ chưa hẳn phải đợi trải qua hết bốn bước thực hành cơ bản trên mới được thể ngộ.

Chỉ là dụng công đúng pháp, công phu đặc lực, chín muồi, bất chợt tâm này tự bừng ngộ. Có khi là đang sở tức, đi làm

vườn, hoặc bất kỳ nhân duyên nào khác, chứ không phải cố định đi qua hết bốn bước căn bản trên mới được quyền tỏ ngộ; và cũng không hẳn đi qua hết bốn bước trên thì công phu sẽ chín muồi và ngộ đạo.

*** Và vì hai lý do trên, cho nên cũng không phải bỏ bằng vượt bậc để dụng công pháp cao hơn thì mau ngộ đạo**

Biết vậy, hành giả không nên thấy pháp này thấp, pháp kia cao rồi nóng vội bỏ bằng, vượt bậc. Như thế là mất căn bản, công phu lâu ngày sẽ sanh chướng ngại, bệnh hoạn, trở ngại việc tiến đạo của mình. Rồi cũng phải trở lại từ đầu để điều trị, nhưng sẽ khó khăn hơn rất nhiều so với buổi đầu chúng ta thực hành cho thật căn bản.

Cho thấy, tâm này chẳng phải do tu, vì tu là tạo tác; cũng chẳng phải không tu, bởi không tu là vô minh. Cả hai đều không thể ngộ được đạo chân thật này. Chỉ khéo léo dụng công đạt đến “tu mà không tu, không tu mà tu” thì tự kế hợp tâm này, khi công

phu đắc lực, chín muồi thì bưng ngô. (Xem đầy đủ tại mục 3, chương 2).

b) Dụng công tu tập trong cảnh động, sinh hoạt

Trong một ngày đêm 24 giờ, thời gian tọa thiền rất ít, còn lại dành cho các sinh hoạt khác nhiều hơn. Nếu đợi đến khi tọa thiền mới tu thì ít quá. Do đó, trong sinh hoạt hằng ngày, chúng ta cũng phải khéo vận dụng thực hành công phu tu tập thì mới tiến bộ, đắc lực. Tù vào căn cơ đã thuần thực được bao nhiêu để dụng công. Nếu chưa thuần thì làm việc gì biết việc đó, không thất niệm, lo ra. Nếu bất giác thì tỉnh lại. Đó là khéo tu trong cảnh động. Với hành giả đã thuần thực rồi thì chỉ cần giác sáng, suốt biết rõ ràng, mỗi vật mỗi việc không lẫn lộn nhưng vẫn không động. Sống ngay tánh đó để làm các công việc, đang làm việc mà không khác tánh ấy. Đó là đang sinh hoạt mà cũng là đang tu, đang tu cũng là đang làm tốt mọi công việc. Lưu ý là đừng thấy có tâm giác sáng khác với

công việc để phải vừa làm việc, vừa giữ gìn tánh giác. Chỉ là mất hút các tướng, bình thường, tự nhiên, như nhiên. Không đợi khởi nghĩ mới biết, mà khi tâm thư giãn, bình thường thì tự nó sáng biết tốt hơn cả cố tư duy. Sống và làm việc như thế thì tâm này tự bằng bạc, thênh thang; tâm và việc không hai, công phu sẽ nhẹ nhàng, đặc lực. (Xem đầy đủ tại mục 3, chương 2).

8. MUÔN DUYÊN BUÔNG XUỐNG



Hành giả tu thiền, nếu chưa thể một nghe liền ngộ thì phải hạ thủ công phu tu tập, gạn lọc thân tâm, ngay đây buông

sạch xuống, từ chuyên môn gọi là “Đương cơ phóng hạ”. Điều cần nhận biết cho rõ khi công phu là buông xuống chứ không phải buông bỏ. Bởi có khi cố bỏ vật bên ngoài, nhưng trong tâm còn dính thì coi như vẫn còn, chưa bỏ được. Hơn nữa, khi tâm còn dính mắc bất cứ vật gì thì nó sẽ tự dính mắc các vật khác, dù có tồi tệ hơn. Vật vừa lòng thích ý chúng ta dính mắc đã đành. Đối với những thứ không hề ưa thích chút nào, mình cũng dính. Bởi có dính mắc cho nên mới cho ta cảm giác không ưa. Đồng thời, buông bỏ là hành động, là tạo tác, là đã rơi vào sanh diệt. Dụng công tu tập còn trong tạo tác sanh diệt như thế thì không khế hợp với tự tánh vô sanh nơi chính mình, do đó công phu sẽ không đắc lực.

Buông bỏ thì trái với tự tánh, công phu không đắc lực. Không buông thì vọng tưởng, phiền não tràn bờ, che lấp bản tánh, không thể ngộ được tâm. Vì vậy, khi hành giả công phu tu tập, buông xuống chứ không phải buông bỏ theo kiểu lấy cái chân tánh này, bỏ cái vọng động phiền não kia.

Buông xuống sạch, thân tâm sẽ rộng suốt. Có khi ngay đây liền được an nhiên, giác sáng. Nhưng có lúc bất chợt tất cả như rơi rụng, vỡ vụn, toàn bày thể giác sáng - an nhiên. Nếu công phu mạnh, sâu và đặc lực hơn thì ngay đó tự tánh toàn bày. Nếu chưa như thế thì tiếp tục sống ngay sức giác sáng an nhiên đó là tu hành. Khi công phu đặc lực thì bản tánh tự hiển lộ rõ ràng.

Khi đã thể ngộ tự tánh, sống ngay tánh ấy là đang công phu tu tập. Đến khi thuần thực, thấy biết vượt năng sở, căn cảnh, có không. Tất cả vốn tự như thị, tự tại, vô ngại. Sống là tu, tu là sống, nhúc nhích là tâm này, không hai, không khác. Không tự mãn, tiếp tục sống như thế cho thật mạnh mẽ, miên mật, nhồi đi ép lại mới thành một khối. Đuổi cũng không được, dẹp cũng không xong, chùng đó diệu huệ vô thượng hiện tiền. Lúc này mới đầy đủ diệu dụng, mất hút các tướng là tâm là pháp, lìa cả động tịnh mà hoạt dụng đến chủ động, hay sanh muôn pháp nhưng các pháp chưa từng sanh diệt bao giờ.

Tóm lại: Khởi đầu là buông xuống để an nhiên, giác sáng, đó là ngưỡng đầu tiên hành giả phải chạm đến. Bắt đầu từ đây, sống ngay sức giác sáng đó là công phu. Thời tiết nhân duyên chín muồi, bưng ngô tự tánh. Cho nên nói “Giác là tu”.

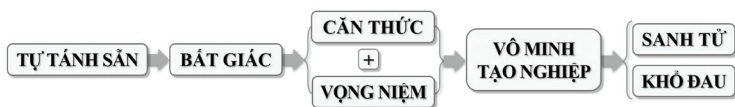
Từ đây, hành giả sống ngay tánh ấy là tu hành, cho đến khi triệt ngộ, chứng ngộ. Vì vậy nói “Kiến tánh khởi tu”, hay “Y tánh khởi tu”.

Cho thấy cương lĩnh của việc tu hành: Với người còn mê thì “Giác là tu”. Với bậc đã kiến tánh thì “Kiến tánh khởi tu”, hay “Y tánh khởi tu”. Sống thẳng nhân vô sanh này là tu hành. Trải qua nhiều kiếp, công viên quả mãn, mới thành tựu quả vị vô sanh mà chư Phật đã đạt đến viên mãn. *(Xem đầy đủ tại mục 3, chương 3 và mục 2, chương 4).*



9. NGUYÊN LÝ CÔNG PHU TU TẬP

9.1. Bất Giác, Đi Vào Sanh Tử



Chúng sanh ban đầu vốn ở trong tự tánh không sanh không diệt chính mình. Thoáng chợt bất giác, liền sanh căn thức mê mờ và vọng niệm. Từ đây bị vô minh, tạo nghiệp rồi đi vào sanh tử, chịu biết bao nhiêu nỗi khổ, đốn đau.

9.2. Giác Sáng, Tu Hành, Làm Chủ Sanh Tử, Chấm Dứt Khổ Đau



Nhận ra, chính vọng tưởng tạo nghiệp dẫn mình đi trong sanh tử chịu khổ. Hiện đời cũng chính vọng niệm làm cho chúng ta rối rắm, khiến cho trí tuệ lu mờ, không

sáng suốt, mất định lực, năng lượng, do đó bị khổ. Muốn thoát khổ thì không theo nó nữa mà phải hàng phục vọng tưởng này. Vọng tưởng thì do bất giác cho nên tạm có ra. Nắm không được, bắt không xong, vì vậy nó không thật có. Nhưng do căn thức mê mờ nuôi dưỡng, duy trì vì thế nó tồn tại; sanh rồi diệt, mất rồi sanh, chập chờn mãi không dứt. Không cần can thiệp vọng tưởng nữa, chỉ cần dứt trừ căn thức thì vọng sẽ hết. Nhưng nếu có làm gì để dứt trừ căn thức thì chính là nó, chỉ làm cho căn thức mạnh thêm. Nếu không làm gì, để không thì vô minh lớn thêm, cũng là điều kiện cho căn thức mạnh mẽ. Có làm cũng không được, không làm gì cũng không xong. Vậy phải làm sao? Phải tìm một tác nhân mà căn thức này không chịu được, đó là giác sáng. Có thể kiểm chứng, khi đang ngồi yên, giác sáng thì không mê mờ, không có vọng tưởng gì. Vừa bất giác, thoát quên thì cái mê căn thức này có ra, liền có vọng tưởng. Nhưng chỉh thân, giác sáng mạnh lên thì tất cả đều không. Như vậy, khi giác sáng thì căn thức liền hết, không còn.

Khi sức giác sáng đủ mạnh thì căn thức bật dứt, tự tánh hiện tiền. Từ đây trí tuệ sáng soi, không còn mê lầm; vọng tự dứt. Nhờ vào diệu lực của tự tánh, trí lực, định lực, vô biên lực hiện tiền giúp cho hành giả làm chủ sanh tử, tự tại, giải thoát, không còn khổ đau.

Ngộ tánh, không phải ngộ ra tự tánh, mà khi công phu đắc lực, trả lại chính nó, tánh tự bưng ngộ. Lúc này hành giả tự mình thấy ra rất rõ tất cả diệu lực đều tự mạnh lên, đúng như chính nó đã sẵn đó lâu lắm rồi. Vì vậy, cần phải biết hạ thủ công phu đúng pháp, khéo tự tánh thì mới có lúc tánh này tự bưng ngộ. Bằng cách, chỉ là khéo mát hút dấu vết, không mê mờ thì tánh này tự sáng biết (*giác sáng*). Không phải có thêm một cái biết hay tánh sáng nào khác để gìn giữ. Trong sinh hoạt hằng ngày, khi tiếp xúc, thấy nghe biết, xét xem: *“Chúng ta đang ở trong công phu thanh tịnh, sáng biết; hay quên mình, rơi vào sanh diệt, thấy biết hai bên?”*. Khéo nhận ra để sống về miên mật. Theo thời gian thuần thực, công

phu sẽ đắc lực, tánh sáng biết luôn hiện tiền hết sức rõ ràng. Khởi đầu của việc tu hành bằng sức giác sáng. Khi bừng ngộ là một sự lột xác, cũng chính là tự tánh giác sáng này, nhưng đã hiện bày trọn vẹn, diệu dụng bất khả tư nghì. Diệu lực tự tánh này giúp cho chúng ta tự tại, tiêu sái, làm chủ sanh tử, giải thoát mọi khổ đau. Cho thấy: “Giác là tu”. (Xem đầy đủ tại mục 2, chương 3).

10. KẾT LUẬN

Các bậc Tổ đức dạy: “*Tri chi nhất tự, chúng diệu chi môn*”. Nghĩa là, chỉ một chữ “Biết” này là cửa vào của muôn điều nhiệm mầu. Tức là muôn vàn những yếu diệu, diệu dụng, sâu mầu đều từ tự tánh giác sáng biết khắp này mà có ra. Bởi lẽ thành Phật là quả vị rốt ráo của người tu Phật. Và thành Phật rồi thì tất cả yếu diệu, nhiệm mầu đều đầy đủ; mà khởi đầu là bằng một “cái biết” không sanh không diệt ngay chính mỗi người.

Cụ thể hơn, thành Phật là thành tựu viên mãn quả vị vô sanh. Từ nhân sanh diệt không thể thành nên được quả vô sanh. Muốn đạt đến quả vị vô sanh thì phải bắt đầu từ nhân vô sanh để tu hành thì mới thành tựu được. Khi đang còn vọng tưởng, lựa ra đến tận cùng thì sức giác sáng biết khắp không động này mới không còn sanh diệt. Sống ngay tánh ấy là đích thực tu hành, cho nên nói “Giác là tu”. Công phu đắc lực, chín muồi, tánh này tự bùng nổ. Sống ngay tánh sáng viên dung này là công phu, do đó nói “Kiến tánh khởi tu” hay “Y tánh khởi tu”. Trải qua thời gian lâu xa, sống bằng tự tánh giác sáng thênh thang không động này là tự giác, tùy duyên hành hạnh lợi tha là giác tha, cho đến khi công viên quả mãn, tức là giác hạnh viên mãn thì thành tựu Phật đạo, diệu dụng không thể nghĩ bàn. Do đó nói, Phật là đáng tự giác, giác tha, giác hạnh viên mãn.

Cho thấy, kết quả rất ráo viên mãn cuối cùng là Phật đạo, mà khởi đầu bằng tự

tánh giác sáng biết khắp không động. “Cái biết” này rất đời bình thường, đơn giản và gần gũi, bởi nó nằm sẵn nơi mỗi con người chúng ta. Nhưng cũng rất đời phi thường, sâu mầu, cao vót, bởi từ nó mà thành tựu Phật đạo. Mới hay, muốn thành Phật, phải bắt đầu từ “cái biết” này. Không phải ở đâu xa vời, mà nơi mỗi chúng ta đã sẵn đủ, không ai thiếu vắng. Bởi chúng ta có muốn không “biết”, cũng không được.



NÓI THÊM VỀ TÂM TÁNH - CÁI BIẾT

NÓI THÊM VỀ TỰ TÁNH GIÁC SÁNG

1. CHƯA NGỘ, CÒN TRONG SANH DIỆT

Qua các phần trên cho thấy, gạn tột cùng công phu, sẽ nhận ra “Giác là tu”. Có thể chưa tột được nguồn tâm, nhưng khi còn trong quá trình hạ thủ công phu tu tập thì giác sáng là cách dụng công thẳng đến tâm tánh. Sống ngay tánh giác sáng đó mới khế hợp tự tâm, mới có lúc đủ duyên bừng ngộ. Sẽ thấy rõ, công phu như thế là đã khế hợp với chỗ Thiên sư Hàm Thị nói: *“Ngoài phân biệt vẫn lưu lại căn tánh để chờ đợi phát minh”*.

2. ĐÃ TỔ NGỘ

2.1. Nhận Ra Tánh Thấy Nghe

Thông qua căn mắt thì nhận ra tánh thấy, thông qua căn tai nhận lại tánh nghe... Nhận tánh qua một căn nào đó thì được gọi là tánh của căn ấy. Kinh Lăng Nghiêm nói đây là “Mặt trăng thứ hai”. Tổ Bá Trượng nói là “Lối rẽ tạm thời”. Do còn hạn cuộc trong căn ấy, chưa suốt thông, trùm khắp.

2.2. Thể Tánh Hiện Tiên

Các căn suốt thông, thể tánh hiện tiên. Kinh Lăng Nghiêm gọi là đập vỡ sáu cái lu (*tánh thấy biết qua sáu căn*) đồng về một. Nhân sáu mà có một. Khi sáu đã hết thì tên gọi một cũng không còn. Đây là thể tánh suốt thông, viên dung, trùm khắp hiện bày. Tuy nhiên, lúc này trí thể trong ngần, linh thông tự tại, nhưng diệu dụng chưa phát huy đúng mức cho nên hành giả còn phải bảo nhậm.

Ví như ngôi nhà có sáu cửa, bên trong thắp một ngọn đèn. Ngọn đèn dụ cho bản tâm chân thật. Sáu cửa ví dụ cho sáu căn.

Có người đứng bên ngoài, thông qua một ô cửa nào đó để thấy ánh sáng của ngọn đèn qua ô cửa đó chứ chưa nhận ra ngọn đèn. Đây là dụ cho hành giả ngộ qua một căn nào đó, chưa ngộ tột tự tánh nên gọi là mặt trăng thứ hai. Tức là gần giống rồi, nhưng chưa phải, chưa thấu triệt tự tánh.

Có người thông qua một cửa nào đó, thấy suốt ngọn đèn bên trong chứ không chỉ thấy ánh sáng ngay cửa của ngọn đèn. Vị này kiến tánh, không còn bị hạn cuộc vào một căn nào cả, nhưng chưa thấu triệt.

Một người khác vào thẳng trong nhà, cầm lấy ngọn đèn và thấy biết suốt hết từ trong ra ngoài, không còn hạn cuộc vào một ô cửa nào cả. Đây là ví dụ cho hành giả thấu triệt tự tánh, suốt thông trong ngoài, thấy biết như thị, vượt thoát căn và cảnh, sở và năng, không còn ngăn ngại.

2.3. Thể Dụng Không Hai, Hay Sanh Muôn Pháp

Công phu đắc lực, tánh này thuần thực, thể dụng không hai. Khắp nơi chính là nó, tức tướng tức tánh, không có chỗ cho

tình thức mê mờ xen vào. Nhồi đi ép lại thành một khối, diệu huệ vô thượng hiện tiền. Đến đây, tánh này vốn tự không động chứ không phải do tu mà được định. Bất động, nhưng lại linh thông đến chủ động, hay sanh muôn pháp, diệu dụng bất khả tư nghì.

3. TÂM NÀY CHỈ MỘT, NGỘ CÓ CẠN SÂU

Tâm này chỉ một, nhưng do căn cơ và công phu tu tập mà thể ngộ có cạn, có sâu. Thực tế hành giả không phải ngộ một lần liền được rốt ráo viên mãn, mà hầu hết phải ngộ nhiều lần mới thấu tột. Sau đó phải khéo bảo nhậm mới thường hiện tiền và phát huy được diệu dụng phi thường. Vì vậy, Thiên sư Đạo Giai Phù Dung nói:

***Ngộ vô sanh tử, bất như kế vô sanh tử.
Kế vô sanh tử bất như nhập vô sanh tử.
Nhập vô sanh tử bất như dụng vô sanh tử.***

Đã ngộ được chỗ “Không còn sanh tử”,

nhưng chưa viên mãn, vì chưa bằng kế được chỗ “Không còn sanh tử”. Bởi buổi đầu mới tỏ ngộ chỉ là bất chợt hay ra. Theo thời gian, công phu thuần thực, tiến sâu hơn mới phát minh đầy đủ, kế hợp với tâm tánh vô sanh này. Cho nên Thiên sư Đạo Giai Phù Dung nói: **“Ngộ vô sanh tử, bất như kế vô sanh tử”** là vậy.

Tiếp tục sống và công phu như thế cho đến khi thực sự thuần thực thì tự tánh mới hiển lộ trọn vẹn sò sò ra đó, đuổi dẹp không thể được. Mãn mục thanh sơn; khắp nơi là một màu của núi xanh, không có kẻ hở cho màu khác của tình thức xen vào. Đến đây Ngài gọi là “Nhập vô sanh tử”.

Sống trọn vẹn bằng thể tánh ấy là tu hành. Lúc này, nhúc nhích, động tịnh gì cũng chính là “kẻ ấy”. Cho đến khi chín muồi, diệu dụng mới phát huy đúng mức, sống động, chủ động nhưng không còn động nữa. Thiên sư Đạo Giai Phù Dung gọi là: “Dụng vô sanh tử”.

4. KHÔNG THỂ NÓI ĐẾN TỘT CÙNG TÂM TÁNH

Thiền sư Vân Nham Đàm Thạnh nói với ngài Đạo Ngô Viên Trí: “*Nói tốt cùng lời nói, chỉ nói được tám phần*”. Phần còn lại là việc của mỗi người phải nhận lại, tự hay ra và thấy rõ ngay nơi chính mình, chứ không phải từ bên ngoài, từ ngôn ngữ mà được.

- Tâm tánh vốn vô tướng cho nên không phải có một hay có nhiều tâm tánh khác nhau.
- Ngộ nhập thì không phải do tính toán, tạo tác hay theo một khuôn mẫu nào đó đã được định sẵn.
- Ngộ sâu hay cạn là tùy thuộc vào công phu tu tập và phương pháp dụng công của hành giả từ nhiều đời trước cho đến nay, chứ không phải nhờ ai hay do bất kỳ lý do nào khác mà được. Có người một ngộ liền xong. Nhưng có nhiều người phải ngộ nhiều lần mới thấu tốt. Đây là chuyện rất bình thường và thực tiễn.

Qua những thực tế trên cho thấy, tâm tánh vốn đã sẵn đủ nơi mình, cho nên rất gần gũi, bình dị. Nhưng lại rất phi thường, cao vót bởi vô tướng, thênh thang. Và cũng rất sâu mầu, bởi nó là thể vô sanh, sâu kín.

Sẵn nơi chính mình, lẽ ra khéo nhận lại liền xong. Nhưng do nó vô tướng, sâu mầu; căn cơ của chúng sanh thì có cao thấp, mức dụng công thì có cạn sâu khác nhau, cho nên ngộ cũng có sâu cạn không đồng, không phải tỏ ngộ một lần liền đạt được rốt ráo viên mãn.

Do vậy, khó có thể bàn nói đến được tột cùng tâm tánh, cũng không thể nào dùng cái hiểu biết của thức tình suy lường phân biệt để hiểu về tâm tánh được. Chỉ là đến để thấy, chứ không thể đứng từ xa để tư duy, nhìn nhận, hiểu biết và bàn nói về nó. Vì thế hành giả cần nắm vững pháp hành và hướng tiến, quyết chí hạ thủ công phu thì mới có ngày uống nước nóng lạnh tự rõ ràng.

NÓI THÊM TÂM TÁNH

1. CHỈ BÀY CHÂN TÂM

Kinh Lăng Nghiêm, đức Phật dạy: *“Nếu rời tiền trần mà có tánh phân biệt; đó là tâm ông. Nếu tánh phân biệt, rời tiền trần mà không có thực thể; đó là bóng dáng phân biệt tiền trần”*. Nghĩa là, khi đưa nắm tay lên mình đang sáng biết. Khi hạ nắm tay xuống, đó là rời tiền trần, chúng ta cũng đang sáng biết rõ ràng như thế, không bị biến động, thay đổi. Phật nói: *“Đó là tâm ông”*, đó là tâm tánh chân thật nơi chính mỗi người.

2. CHỈ RA TÁNH THẤY (MẶT TRĂNG THỨ HAI)

Cũng cùng một ví dụ đưa nắm tay như trên, nhưng lúc này đức Phật kết luận đó mới chỉ nhận ra tánh thấy, giống như thấy

mặt trăng thứ hai. Mặt trăng thứ hai là khi dụi mắt lòa, thấy mặt trăng bị nhòa làm hai, chúng ta chỉ mới thấy được bóng của mặt trăng cạnh bên mặt trăng thật.

3. TÂM TÁNH VÀ MẶT TRĂNG THỨ HAI

Cùng là cái thấy biết, nhưng tại sao có khi Phật chỉ thẳng và khẳng định đó là bản tâm chân thật chính mình, là mặt trăng thật. Như Tổ Ca-diếp nhìn hoa sen mỉm cười liền được ấn chứng. Nhưng đối với trường hợp khác thì Phật nói đó mới chỉ là mặt trăng thứ hai, tức là mới gần giống thôi. Vì sao như vậy? Chúng ta cùng tham khảo thêm một vài giai thoại thiền dưới đây.

3.1. Tức Tâm Tức Phật - Phi Tâm Phi Phật - Phi Vật

Mã Tổ Đạo Nhất nói: “Tức tâm tức Phật”. Ngay tâm mình là Phật. Thiền sư Pháp Thường ở Đại Mai nghe câu này liền đại ngộ, Mã Tổ ấn chứng: “Trái mai đã chín”.

Nhưng tại sao sau này Mã Tổ phải nói: “Phi tâm phi Phật”? Bởi có người chấp vào và hiểu rằng có một tâm tánh vô tướng nơi mình, chính là Phật thật. Như thế, vô tình thăm thăm đã thấy có một cái tâm vô tướng nơi mình, là đã biến thành tướng vi tế, không thể ngộ nhập. Hiểu thì đúng, nhưng chỉ hiểu bên lề của Phật tánh chứ chưa thể thấy ra Phật tánh. Vì phá cái chấp này cho nên Mã Tổ nói: “Phi tâm phi Phật”.

Và cuối cùng Ngài buộc phải nói: “Phi vật”. Bởi khi nói cả Phật cũng chẳng phải thì hành giả lại cho rằng, không còn tên gọi là tâm, là Phật, nhưng vẫn thấy in tuồng một vật trong hông ngực mình. Thấy như thế cũng đã biến tâm vô tướng thành cái tướng của vô tướng trong vi tế để gìn giữ. Do đây, khi vào thiên đường thì có mà đi ra ngoài thì không, chưa được tự tại vô ngại. Vì muốn dẹp phá tận cùng chỗ này cho hành giả thực sự ngộ nhập, do đó Mã Tổ nói tiếp: “Phi vật”.

Lời khai thị lẽ ra phải nhất quán, trước

sau như một. Nhưng do từng thời điểm có những hành giả chưa thể ngộ nhập thấu tột cho nên Mã Tổ phải uyển chuyển phá dẹp, đưa hành giả trở về chỗ tột cùng.

Ban đầu nói thẳng một cách rất thật và đơn giản: “Tức tâm tức Phật”. Ngay tâm mình là Phật, Thiền sư Pháp Thường ở Đại Mai nghe câu này liền đại ngộ. Cũng câu này, nhưng người sau thì nghe theo lời do đó sự ngộ nhập chưa thấu đáo. Mã Tổ phải phá dẹp để người học tiến sâu hơn, do đó nói: “Phi tâm phi Phật”. Ngay câu nói này, cũng có vị đại ngộ, nhưng lại có người chưa thấu triệt, vì vậy Ngài nói tiếp: “Phi vật”.

Tâm vốn sẵn đó, vô tướng. Pháp không cao thấp. Nhưng ngộ thì có cạn sâu, đều là do căn cơ và việc hạ thủ công phu của hành giả.

3.2. Tâm - Phật - Chúng Sinh, Đẳng Vô Sai Biệt

Bậc Tổ đức dạy: “Tâm - Phật - Chúng sanh, bình đẳng không sai khác”. Bản tâm chân thật này nơi phàm không thiếu, nơi

Phật cũng không thêm. Mê tâm này gọi là chúng sanh, chúng ngộ trọn vẹn tâm này, diệu dụng bất tư nghì thì gọi là thành Phật. Từ ngàn xưa chư Phật, nhiều đời chư vị Tổ sư, cho đến hiện nay những bậc tu hành đắc đạo, mãi đến ngàn sau, hễ ai về trong tâm này đều đồng một thể tánh như nhau, không khác. Căn cứ nơi mê và ngộ mà có phàm và thánh. Thực chất tất cả đều chỉ một tâm thể này xuyên suốt, nhất quán và bình đẳng không hề mảy may sai lệch chút nào.

Nếu đã như thế, ngộ tâm cạn hay sâu, rốt ráo hay chưa là do căn cơ hoặc công phu sâu hay cạn, chứ không ai có quyền can thiệp vào cả. Không đức Phật nào có thể giác ngộ giúp cho mình. Không phàm phu nào có thể ngăn cản chúng ta trực ngộ bản tâm. Do đó, hành giả tin thẳng tâm này, ngay đây nhận tánh giác sáng, thẳng đó tu hành. Khi công phu chín muồi thì tâm tự bừng ngộ. Không nhất thiết phải đi từng thứ bậc từ thấp tới cao. Nếu chưa như thế thì khéo léo dụng công, muôn duyên buông

xuống. Thời cơ chín muồi, bất chợt đất trời như vỡ tung, rơi rụng sạch, không còn gì. Chỉ là một thể của tâm này hiện bày; sáng ngời, không tướng mà tự tại biết khắp, không còn ngăn ngại.

3.3. Chỉ Tại Người Nhận

Phật Tổ từ bi đáo đê, lúc nào cũng hết tâm vận dụng mọi thiện xảo phương tiện để vạch bày, chỉ thẳng tâm tánh cho người học ngộ nhập. Nhưng sở dĩ ngộ có thứ lớp cao thấp là do căn cơ và công phu của hành giả chứ không phải tại bản tâm có phân chia sâu cạn, thấp cao. Do đó mới có mặt trăng thứ hai và mặt trăng thật.

Hơn nữa, tâm tánh vốn vô tướng, trùm khắp, không ngăn mé, do đó không nên tưởng tượng ra thứ lớp cố định thành tướng. Cũng vậy, nếu công phu đặc lực thì ngay đây ngộ thẳng bản tâm chân thật chính mình. Không ai ngăn cản được cho nên cũng đừng hoạch định là mình phải ngộ từ từ bắt đầu bằng tánh thấy trước. Với công phu còn yếu thì buổi đầu cảm ngộ chưa mạnh do đó tự

Mục Lục

THAY LỜI TỰA		3
CHƯƠNG I		
THIỆN	1. Cội Nguồn Thiện Tông	6
LÀ CỐT TỦY	2. Môn Căn Bản Của Người Tu Phật: Giới - Định - Tuệ	12
CỦA	3. Sự Cần Thiết (Giá Trị Thực) Của Thiện	15
ĐẠO PHẬT	4. Thiện Là Chân Lý Hiện Thực	19
	5. Kết Luận	22
CHƯƠNG II		
CĂN BẢN	1. Thiện Là Gì?	26
DỤNG CÔNG	2. Thiện Có Nhiều Nghĩa Lý Như Vậy, Hành Giả Sẽ Tu Học Theo Hướng Nào?	33
TU TẬP	3. Dụng Công Tu Tập Thiện	36
THIỆN	4. Dụng Công Tu Thiện	39
	5. Các Lưu Ý Khác	61
	6. Thăng Một Đường Tu	72
	7. Kết Luận	78
	Phản Phụ: Câu Hỏi Vận Dụng Thực Tiễn	79
	Biết Có Chân Tâm	95
CHƯƠNG III		
NGUYÊN LÝ	1. Dẫn Nhập.	120
DỤNG CÔNG	2. Xác Định Nguyên Lý Công Phu - Giác Là Tu.	122
TU TẬP	3. Áp Dụng Cụ Thể Vào Công Phu Tu Tập	134
THIỆN	4. Thực Chất Việc Tu Hành.	149
	5. Tổng Quan Nguyên Lý Dụng Công Tu Tập Thiện.	161
	Phản Phụ: Câu Hỏi Vận Dụng Thực Tiễn	165

CHƯƠNG IV	1. Dẫn Nhập	176
	2. Buông Xuống Hay Buông Bỏ?	178
	3. Giác Sáng Mà Rõng Suốt, An Nhiên	189
	4. Rời Các Cực Đoan	193
	5. Kết Luận	206
BUÔNG XUỐNG	Phần Phụ: Câu Hỏi Vận Dụng Thực Tiễn	208
CHƯƠNG V	1. Dẫn Nhập	230
	2. Đức Phật Luận Về Cái Biết Rốt Ráo	230
	3. Lựa Ra Cái Biết Của Chơn Và Vọng	232
	4. Ba Loại Phân Biệt	238
	5. Nói Thêm Về Căn Thức	243
	6. Đức Phật Dạy Về Cái Biết	246
	7. Tu Tập - Sống Về Bằng Cái Sáng Biết Chân Tâm	254
	8. Muôn Duyên Buông Xuống	271
	9. Nguyên Lý Công Phu Tu Tập	275
	10. Kết Luận	278
TỔNG QUAN DỤNG CÔNG TƯ TẬP THIỆN - CÁI BIẾT	Nói Thêm Về Tự Tánh Giác Sáng Nói Thêm Tâm Tánh	281 288