

TIẾN THĂNG VÀO THIÊN TÔNG



H.T Thanh Từ



---o0o---

Nguồn

<http://www.thuong-chieu.org>

Chuyển sang ebook 27-05-2009

Người thực hiện :

Nam Thiên - namthien@gmail.com

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

DL 2005 - PL 2549

Mục Lục

LỜI ĐẦU SÁCH
TOÁT YẾU LÝ BÁT-NHÃ
ĐƯỜNG SANH TỬ ĐƯỜNG BÁT TỬ
KHÁM PHÁ ÔNG CHỦ
CƯƠNG LĨNH PHÁP TU THIÊN BIẾT CÓ CHÂN TÂM

---o0o---

LỜI ĐẦU SÁCH

Người xưa một phen nghe liền nhận ra chỗ toàn phần đó. Lục tổ Huệ Năng lúc còn gánh củi trên vai, vừa nghe câu “ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm” liền biết chỗ vào.

Thế đấy, mới dám nói ngang nói ngược với Tổ Hoàng Mai rằng: Kẻ này tuy nghèo, ở Lãnh Nam đón cùi nuôi mẹ nhưng cái đó cùng Hòa thượng không khác.

Người xưa sao mà giản dị, không phải tốn nhiều sức lực như chúng ta ngày nay. Có khi chỉ một cái đập của Lão tổ Hòa thượng, Thủy Lạp cười cả đời vẫn chưa thôi. Hoặc một tiếng hét trầm thống của Lâm Tế, bật hết dấu vết của cả cuộc truy lùng theo dấu chân chồn... thì nơi đây còn gì để mà nói nữa. Tuy nhiên, vừa thấy biết là Chân tâm, vẫn thâm trầm đằm thắm như thuở nào. Mọi ngược xuôi lắng xuống, chỉ bình thường:

Thấy biết là Chân tâm, nghe biết là Chân tâm, nghĩ biết là Chân tâm, xúc chạm biết là Chân tâm và biết các pháp trần là Chân tâm. Cái biết đó thường biết rõ ràng, xưa nay không vắng thiếu, trùm cả các căn. Nó cũng không tương mạo sanh diệt gì cả. Đó là Tâm chân thật hiện tiền, bất sanh bất diệt xưa nay của chúng ta.

Nơi đây,

Dưới cửa Trúc Lâm, Hòa thượng Tôn sư xin mời Tăng Ni đạo tục tiến thẳng vào, để khỏi mất thời gian vô ích.

*Thiền viện Thường Chiếu, 01-04-2005
TM. Ban Văn Hóa Thường Chiếu*

THÍCH NHẬT QUANG

---o0o---

TOÁT YẾU LÝ BÁT-NHÃ

Thiền viện Trúc Lâm - Đà Lạt ngày 20.5.2003 - 20.4 Quý Mùi

Thiền viện chúng ta trong tất cả thời như sám hối, ăn cơm, tọa thiền, xả thiền đều tụng Bát-nhã. Tóm lại, chỉ có bài kinh Bát-nhã là chúng ta tụng niệm thường nhất, ngoài ra ít có bài kinh nào khác. Người ta đặt câu hỏi, tại sao ở Thiền viện ít kinh quá, chỉ có bài kinh Bát-nhã thôi, quý vị nghĩ sao? Chính chỗ đó, nếu chư Tăng không hiểu, không nắm vững thì cũng hơi ngỡ về chủ trương của mình.

Trong nhà thiền thường nói: “Ai muốn vào nhà Thiền thì phải đi từ cửa không.” Cửa không là cửa vào nhà Thiền, cho nên nói tới thiền là nói tới cửa không. Như vậy chữ “không” của nhà Thiền là không gì? Đó là “không” của Bát-nhã. Bát-nhã là cánh cửa để chúng ta đi vào nhà thiền. Nếu chúng ta không từ cánh cửa Bát-nhã mà vào thì chắc chắn không vào được. Đó là chỗ thiết yếu. Nếu người tu thiền không nắm vững, không hiểu được lý Bát-nhã thì khó tiến được tới chỗ cứu kính của người tu thiền, nhất là Thiền tông.

Tôi đã từng giảng bài kinh Bát-nhã cho Tăng Ni nghe nhiều lần. Song hôm nay nhận thấy những điểm thiết yếu trong bài kinh Bát-nhã, nên tôi tóm tắt trình bày với quý vị về yếu lý Bát-nhã để tất cả biết ứng dụng trong đời tu của mình. Lý Bát-nhã cao siêu sâu sắc như thế nào? Đó là một vấn đề chúng ta phăng lần từ từ sẽ thấy.

Hiện giờ, quý vị đang thấy cái bàn trước mắt tôi và khoảng trống bên cạnh cái bàn. Tôi xin hỏi cái bàn hiện có đây là thật, hay khoảng trống hiện có đây là thật? Người thế gian chỉ nhìn thấy cái bàn hiện có trước mắt, sờ mó được là thật. Còn hư không trống rỗng, sờ mó không được nên nói không thật. Nếu cái bàn hiện có mà ta nói cái bàn giả, hư không trống rỗng không sờ mó được ta nói thật, họ sẽ bảo mình điên. Cái không có gì hết mà nói thật, còn cái sờ sờ trước mắt, sờ mó được, sử dụng được lại nói giả là sao? Đây là những vấn đề người tu Phật phải hiểu cho tường tận, nếu không thế gian sẽ cho rằng chúng ta hoang tưởng hoặc điên. Điều này hết sức khó đối với chúng ta.

Bây giờ đặt câu hỏi lại, cái bàn này có là do duyên hợp hay tự có? Ai cũng nhận là duyên hợp. Từ duyên hợp mà thành nên thiếu duyên thì tan hoại. Như vậy đứng về mặt nhân duyên mà nói thì cái bàn có tướng, có hình dáng chúng ta thấy, sờ mó được nhưng nó có trong duyên hợp hư giả. Còn khoảng trống không do cái gì hợp? Khoảng không là trống rỗng, không có duyên hợp. Cái duyên hợp thì thành rồi hoại, sanh rồi diệt. Cái không duyên hợp thì không thành, không hoại, không sanh, không diệt. Cho nên Bát-nhã có câu: “thị chư pháp không tướng, bất sanh, bất diệt, bất cấu, bất tịnh...”, nghĩa là tướng không của các pháp không sanh, không diệt, không nhơ, không sạch... Do không sanh, không diệt nên nó còn hoại, trước sau không bao giờ đổi thay. Còn sanh diệt là cái tạm, có rồi hoại mất.

Hồi xưa khi đọc tới câu “chư pháp không tướng”, tôi hơi ngại chữ “tướng”. Bởi vì “tánh không” thì dễ hiểu, còn nói “tướng không” thì hơi khó hiểu. Nhưng thật ra không có gì lạ. Cái bàn có tướng vì có hình thức, còn hư không không tướng nên nói là tướng không. Có là tướng thì không cũng là tướng. Cái bàn có tướng cái bàn, hư không có tướng hư không. Tướng không ấy không sanh, không diệt, không nhơ, không sạch. Tướng có thuộc về sanh diệt giả dối tạm bợ.

Nhưng ở thế gian hiện giờ, muôn người như một chỉ nhìn cái có mà bỏ cái không. Song họ đâu biết rằng tất cả cái có đều tựa trên cái không, kể cả quả địa cầu này. Có cái có nào mà không ở trong cái không đâu? Cái có là duyên hợp mà có, cho nên sanh rồi diệt liên miên. Còn cái không bao bọc tất cả đó, có sanh có diệt không? - Không. Chúng ta tu mà không rõ, không thấu triệt được lý Bát-nhã nên không hiểu gì hết. Bát-nhã là chỉ thẳng cho Thể tánh không của muôn pháp, muôn sự vật. Đã là Thể tánh thì không cái nào rời nó được.

Như cái nhà chúng ta đang ở, nó thành hình cái nhà nhờ khoảng không, nếu có cái gì trong đây thì không cất được cái nhà. Được cái nhà rồi, mà trong này bít hết thì dùng được không? Vô dụng. Thành ra từ cái không mà thành cái nhà. Cái nhà có rồi, trong cái nhà cũng phải trống không mới sử dụng được. Hình cái nhà là sắc, khoảng không trong cái nhà là không, vậy “sắc tức là không”. Từ đất trống dựng nên cái nhà nên “không tức là sắc”. Sắc không, không rời nhau. Ngoài không, không có sắc, chính trong sắc đó là không, vì có cái không trong ấy. Cho nên “sắc tức thị không, không tức thị sắc”, nói đi nói lại nghe rất khó hiểu. Chính cái khó hiểu đó nói lên lẽ thật.

Cái nhà, bao bọc xung quanh là sắc, trong ruột trống không. Khi cái nhà chưa có là khoảng đất trống, từ đất trống đó mới xây dựng được. Như vậy trước khi xây dựng nó là không, nên gọi là Tánh không. Tánh là cái sẵn. Khi xây dựng rồi, trong nhà có những khoảng trống để sử dụng, đây cũng là không. Ngay trong nhà, có các vật dụng có hình tướng và những chỗ trống không hình tướng. Rõ ràng ngay trong cái có, có cái không

sẵn. Cái không đối với cái có gọi là tướng không. Tánh không, tướng không ở sẵn trong tất cả mọi sự vật.

Nói đến con người chúng ta, nếu lỗ mũi không trống thì chắc không thở được. Lỗ mũi trống rỗng mới hít thở được, lỗ tai trống mới nghe được, miệng trống mới ăn cơm được. Vậy trong con người có cái không không? Sắc tức thị không, không tức thị sắc. Cho nên không tách rời ra được. Như vậy cái không không rời cái có, cái có cũng không rời cái không. Song cái có thuộc về sanh diệt, còn cái không thì không sanh diệt. Đáng tiếc chúng ta chỉ biết cái có, bảo vệ gìn giữ nó tức là bảo vệ gìn giữ cái sanh diệt. Còn cái không không sanh diệt thì không biết gì hết. Vì vậy Phật gọi chúng sanh sống trong mê lầm.

Hỏi thân người thật hay giả thì trăm người nói thật. Có phải thật không? Nếu thật thì không chết, mà chết thì không thật. Nhưng trăm người đều nói thật. Cái giả mà ngỡ là thật, có phải mê lầm chăng? Từ cái nhà, con người, cho tới muôn vật giữa cuộc đời này, những gì có tướng đều là duyên hợp, mà duyên hợp đều hư giả. Lẽ thật là như vậy. Người thấy được như vậy là thấy bằng trí tuệ. Trí tuệ cứu kính cùng tột, không gì có thể so sánh nổi.

Con người thì ngũ uẩn đều không, sự vật tứ đại cũng không. Thế nên biết không vật nào trên thế gian có hình có tướng mà chẳng phải Tánh không. Từ cái không có sẵn dựng thành có, đó là Tánh không. Có vật nào, trong ruột nó không trống không? Như cái cây có những khoảng hở trống mới hút nước lên được, không có thì làm sao hút nước? Cái gì cũng có khoảng hở trống, nằm sẵn bên trong và bao phủ bên ngoài. Muôn sự muôn vật trước không, rồi sau hoại cũng thành không. Như vậy cái không là nguồn gốc của muôn pháp.

Dùng Trí tuệ Bát-nhã nhìn tường tận các pháp, tự tánh nó là không, duyên hợp giả có, hết duyên nó hoại trở thành không. Trước không, sau không, khoảng giữa cũng không, cái không trùm hết, cái có chỉ là giả tướng tạm bợ. Với con mắt thường thấy giả tướng làm cho là thật, còn cái không lại không biết gì hết. Nếu bảo cái không là thật, cái có là giả thì thiên hạ nói mình điên. Nên chỗ đó rất khó nói vậy!

Nếu biết thân giả dối thì những thứ chung quanh như được mất, hơn thua, phải quấy có giá trị không? Gốc đã không thật thì mọi thứ chung quanh làm sao thật được. Vậy mà ai nói hơn một tiếng mình cãi âm lên, mới thấy chúng ta tu trong cái mê lầm. Bởi tu trong mê lầm nên than tu khó quá, cứ gặp chướng này, chướng nọ. Do vậy Phật mới dạy “chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhất thiết khổ ách”, chỉ cần thấy thân năm uẩn này không thật thì khổ ách nào cũng qua hết. Câu nói đó là một chân lý, chúng ta tụng thì tụng mà không thấy được chân lý.

Bởi thấy thân này thật nên cái gì được mình vui, cái gì mất mình buồn, cái gì thịnh mình thích, cái gì suy mình không thích. Quả thật chúng ta đang bị quay cuồng trong cái giả dối đó. Thí dụ một thầy ở Trúc Lâm ra chợ, người ta xầm xì ông thầy xấu quá, về buồn không? Rồi cũng thầy ở đây ra chợ, người ta khen đẹp quá, về vui không? Tướng đẹp, tướng xấu là tướng hư giả, khen chê là trò chơi, không có giá trị gì hết mà chúng ta lại lệ thuộc vào nó nên khó tu. Bây giờ biết rõ lẽ thật như vậy, việc tu dễ hay khó? Nên biết việc tu hành không vững chắc gốc từ si mê mà ra. Nếu chúng ta không đẹp, không dứt bỏ được thì rất khó tu. Huỳnh đệ xử sự nhau gặp vui buồn gì đó, liền thói Bồ-đề tâm.

Đối với con mắt Trí tuệ Bát-nhã, tất cả mọi thứ trên thế gian đều là trò chơi, chúng không có giá trị gì. Thấy cho tột cùng thì sự sống chỉ là tạm bợ, không bảo đảm tới đâu hết, ngày nào còn mừng ngày đó. Nó giả dối như vậy mà mình không biết, cứ ngỡ nó quý, nó đẹp, nó sang trọng đủ thứ. Từ mê lầm về thân rồi mê lầm luôn tất cả những thứ chung quanh thân. Như vậy cả một cuộc đời mê lầm. Tuy hình thức xuất gia mà nội tâm không hơn gì người thế tục. Nên nhớ chúng ta đi tu là để thức tỉnh, để giác ngộ chớ không phải để mê lầm. Cho nên người xuất gia phải tỉnh, không được mê lầm như người thế tục. Đã xuất gia rồi mà vẫn tiếp tục mê lầm thì đời tu sẽ đi về đâu? Chắc là vào cửa sanh tử, mắt nơi này tiếp tục chui vào nơi khác, không biết bao giờ ra khỏi dòng sanh tử?

Trí tuệ Bát-nhã là trí tuệ tột cùng thấy đúng lẽ thật, nhưng chúng ta ít khi nào nhìn đúng với Trí tuệ Bát-nhã. Nếu không có Trí tuệ Bát-nhã thì chưa bước vào được ngưỡng cửa nhà Thiền. Quý vị nhớ! Ví dụ người nói mình tu thiền, mà thấy cô gái đẹp mỉm cười với mình thì vương mắc liền; hoặc ai sỉ nhục, mình thấy đau khổ quá liền thối tâm, đó là người chưa thông, chưa thấu suốt được Trí tuệ Bát-nhã. Cho nên chúng ta tu phải tận dụng Trí tuệ Bát-nhã cho tới cùng tột, chớ không được thấy hay nghe ở ngoài tai thôi. Phải đi sâu, phải thấu suốt được trí tuệ chân thật, vì chỉ có trí tuệ đó mới có thể đưa chúng ta tới chỗ giác ngộ viên mãn. Cho nên trong kinh Bát-nhã, Phật nói “tam thể chư Phật y Bát-nhã ba-la-mật-đa cố, đắc A-nậu-đa-la Tam-miệu Tam-bồ-đề”, nghĩa là ba đời chư Phật đều y cứ Trí tuệ Bát-nhã này mà được thành Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

Chúng ta tu nếu không sử dụng Trí tuệ Bát-nhã sẽ gặp rất nhiều thứ chướng ở trong cũng như chướng ở ngoài. Chướng ở trong là thân bệnh hoạn sanh chướng. Do thấy thân thật nên bệnh hoạn ta buồn khổ. Chướng ở ngoài là gặp nghịch cảnh hoặc ai xử sự với mình không tốt thì sanh chướng. Khi ta tu thấy tướng lạ, có người bảo đó là ma quỷ phá mình cũng chướng. Nếu tận dụng trí Bát-nhã thì thấy thân không thật, những gì có tướng đều không thật. Tất cả đã không thật thì có gì phá chúng ta được đâu. Thấy chúng chỉ cười chơi thôi, vì biết rõ nó giả dối.

Thân đau đến chết là cùng chớ có gì quan trọng, nó là không mà. Đã là không thì thêm cũng chỉ thêm một ít thời gian cho cái không đó thôi, chớ có gì quan trọng. Ngược lại, nếu thấy thân thật, vừa động tới nó là thấy quan trọng liền. Đang tu mà bị bệnh hoặc bên ngoài phá phách thì thối Bồ-đề tâm, tu không được. Nhất là những vị nỗ lực, cố gắng tu cho thành công, càng nỗ lực càng thấy chướng. Tại sao? Vì cố gắng quá sức mà theo không kịp với chí nguyện của mình, rồi ngã bệnh, sanh ra cái này cái nọ, phát hoảng lên. Đó là sai lầm. Cho nên thấy thân không thật thì tất cả đều không thật. Mọi thứ đã không thật, mình sợ là sợ cái gì? Hiểu như vậy, thấy như vậy thì việc tu không chướng, nhờ không chướng nên tu mới tới nơi tới chốn. Người thấu triệt được lý Bát-nhã thì cười hoài. Có gì đâu, mình đã là không thật, thì mọi thứ đối với mình cũng toàn không thật, đùa chơi cho vui thôi. Vì vậy đi tới đi lui cười hoài, không thêm kèm giữ gì hết.

Sở dĩ chúng ta sợ cảnh bên ngoài, âm thanh bên ngoài là vì thấy cảnh thật, âm thanh thật. Bây giờ thấy cảnh giả dối, âm thanh giả dối, qua rồi mắt thì không còn chướng nữa. Việc tu không bị chướng nhờ trí tuệ vững, thấy được lẽ thật. Ngược lại, tu mà sanh đủ thứ bệnh tật, đủ thứ sợ sệt là vì còn thấy thân thật, còn đam mê. Thấy thân thật thì mọi cảnh đều thật hết. Một chùm mê kéo theo nhau, dĩ nhiên phải sanh chuyện này, chuyện nọ.

Cho nên chủ yếu là chúng ta phải tận dụng Trí tuệ Bát-nhã. Tận dụng không có nghĩa là tụng hết bài Bát-nhã, mà phải ứng dụng lý Bát-nhã vào cuộc sống, vào sự tu. Lúc nào mình cũng nhìn mọi vật chung quanh bằng Trí tuệ Bát-nhã, nhất định không có cái gì phá phách, dụ dỗ ta được. Còn nếu chúng ta dùng con mắt phàm tục, mê lầm tức nhiên việc tu gặp khó khăn. Đó là chỗ rất thiết yếu. Vì vậy người muốn vào cửa Thiền phải đi bằng Trí tuệ Bát-nhã, nhất định không nghi ngờ gì cả. Dù ai ngồi thiền có hào quang, muốn bay lên hư không cũng được, nhưng không có Trí tuệ Bát-nhã thì vẫn bị kẹt như thường. Cho nên dùng Trí tuệ Bát-nhã vào việc tu thì tất cả đều bình thường, an ổn.

Trong Bát-nhã nói năm uẩn, sáu trần cho tới Mười hai nhân duyên, Tứ đế cũng không thật. Nghe như vậy hiểu sao được? Thân này không thật là phải, còn chánh pháp của Phật cũng không thật nữa sao? Phật nói thế nghĩa là tất cả các pháp đều là phương tiện giả lập để chỉ dạy, hướng dẫn chúng ta tu tập nên cũng không thật. Như mê thì dùng từ giấc để đánh thức, nếu hết mê rồi giấc cũng phải bỏ đi. Tất cả vì chúng sanh mê lầm nên Phật mới dùng pháp Tứ đế, Mười hai nhân duyên, Lục độ... để giáo hóa. Nếu tất cả chúng ta không còn mê lầm thì những pháp ấy đâu cần dùng nữa. Nhiều người đọc kinh Bát-nhã ngạc nhiên, nói ngũ uẩn không thì phải, còn pháp của Phật là chân lý, tại sao cũng nói không? Phật nói thế để chúng ta biết tất cả pháp Ngài lập nên nhằm diệt trừ sự si mê của chúng sanh, tất cả đều là pháp đối đãi nên không thật. Như mê thì lấy giấc đánh thức, tham thì lấy bố thí, nóng giận thì lấy từ bi... để trị. Khi bệnh lành thì pháp cũng phải bỏ, chỉ tạm dùng để đối trị thôi, chớ không có pháp thật. Thấy tốt như vậy mới không chấp ngã, chấp pháp.

Đa số người tu bây giờ không chấp ngã thì chấp pháp. Pháp mình tu là số một, pháp kia là số hai, số ba. Đôi khi vì pháp tu mà mạt sát lẫn nhau. Đâu biết pháp là phương tiện để giúp chúng ta đi tới cứu kính, chớ pháp không phải để so sánh hơn thua. Chúng ta tu phải thấy tốt cùng lẽ thật mới không còn chấp, không còn khổ. Có cái gì thật đâu mà khổ? Giả sử ai đó nổi giận chửi mình, ta biết rõ mình không thật thì lời chửi cũng không thật, có gì khổ? Đàng này, nếu thấy mình thật, lời chửi thật, bị người ta chửi liền xách gói đi. Đó là chướng. Chướng vì thấy mình thật, thấy lời chửi thật. Thế là mê. Tại mê nên chướng, hết mê thì hết chướng. Phật dạy “chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhất thiết khổ ách” là vậy. Qua tất cả khổ ách vì mình không còn thấy có một pháp thật. Như vậy trí tuệ là con đường đưa chúng ta tới giác ngộ. Nếu không có trí tuệ, không bao giờ được giác ngộ.

Nếu nói cái gì cũng không hết, vậy tu rồi chúng ta còn gì? Đó là một vấn đề. Trong Thiền sử ghi, ngày xưa có một cư sĩ đến hỏi Thiền sư:

- Bạch Hòa thượng, Ngài được bao nhiêu tuổi?

Thiền sư trả lời:

- Tôi bằng tuổi với hư không.

Cư sĩ hỏi:

- Hư không bao nhiêu tuổi?

Thiền sư trả lời:

- Hư không bằng tuổi với tôi.

Quý vị nghĩ sao? Hòa thượng có lần chưa? Ngài đã trả lời để thấy rằng hư không bất sanh bất diệt, cái gì bất sanh bất diệt thì nó là thật. Ngài thấy được Thể chân thật của mình rồi thì bất sanh bất diệt, nên nói đồng tuổi với hư không.

Để đi thẳng vào chỗ tu hành, tôi nhắc lại ngoài thân và tâm sanh diệt, chúng ta còn gì nữa không? Ngay thân này ai cũng biết là thân sanh diệt, còn tâm suy nghĩ hơn thua, phải quấy, tốt xấu là tâm sanh diệt. Hiện giờ mình đang sống với thân và tâm sanh diệt, nên hướng đi của chúng ta là con đường sanh tử liên tục. Vì tâm sanh diệt luôn luôn tạo nghiệp sanh diệt. Bây giờ muốn ra khỏi sanh tử, thì đừng chấp thân sanh diệt là quan trọng, tức thấy thân tứ đại không thật. Đừng chấp tâm sanh diệt là quan trọng, tức bốn uẩn thọ, tướng, hành, thức không thật. Không kẹt nơi hai thứ chấp ấy, chúng ta mới qua khỏi mé sanh tử.

Như vậy ngoài thân tâm sanh diệt này, chúng ta còn cái gì nữa? Nó ở đâu, chỉ được không? Được chớ, cái thật đó ở ngay nơi sáu căn. Mắt đối cảnh liền thấy, nếu chúng ta thấy mà không khởi niệm nào, đó là cái thấy của mình. Nếu có niệm tiếp theo thì cái thấy ban đầu mất đi. Lỗ tai nghe tiếng chỉ nghe thôi, đừng khởi niệm nào tiếp theo thì cái nghe đó là thật mình. Rồi ngửi, nếm... sáu căn không thiếu vắng lúc nào hết, nhưng vừa tiếp xúc với sáu trần liền khởi động niệm thì cái thật nhảy qua mất, do đó chúng ta không sống được với cái thật.

Quý vị xét thật kỹ những giờ phút chúng ta ngồi thiền được năm mười phút không có niệm nào chen vào mà vẫn tỉnh sáng, mắt vẫn thấy, tai vẫn nghe... thì năm mười phút đó mình sống với cái gì? Cái đó sẵn rồi, khi không có niệm sanh diệt lẫn át, phủ che thì cái thật ấy hiện tiền. Như vậy cái biết trong khi mình nhìn thấy sự vật mà không có niệm nào, đó là cái biết thật. Nếu có niệm dấy theo thì sanh ra phê phán xấu, đẹp... tức rơi vào sanh diệt rồi. Nên nhớ cái chân thật bị phủ lấp bởi những niệm sanh diệt. Cho nên chúng ta tu là dẹp bỏ các niệm sanh diệt phủ lấp. Ngồi thiền cứ ngồi yên tỉnh sáng suốt, vừa có niệm dấy lên liền bỏ, đó là dẹp cái phủ lấp. Khi thấy cảnh cứ thấy thôi, vừa dấy niệm liền bỏ, đó là dẹp bỏ cái phủ lấp. Dẹp hết cái phủ lấp sanh diệt, thì cái chân thật bất sanh bất diệt hiện bày.

Trong quá trình tu tập, chúng ta nên nhận ra mình có hai thứ tâm: tâm sanh diệt và tâm không sanh diệt. Tâm sanh diệt là vọng, tâm không sanh diệt là chân. Tâm là cái biết. Thấy biết là tâm chân, nghe biết là tâm chân, nhưng nếu thêm cái suy nghĩ vào thì qua tâm sanh diệt mất. Hiện giờ chúng ta đang có cái thật, nó hiện hữu mà không động, không bóng dáng, không sanh diệt. Cái không động không sanh diệt, có giống hư không chăng? Như hư không, vì hư không không tướng mạo, không sanh diệt, hư không không động nên không sanh diệt. Vì vậy không có thời gian nào để nói tới ngày cùng của hư không. Chúng ta sống được với cái chân thật thì cũng không thời gian cùng tận, cho nên nhà Phật dùng từ nhập Niết bàn. Niết-bàn là vô sanh, tức bước vào chỗ không còn sanh tử nữa, gọi là giải thoát sanh tử.

Quý vị xét cho thật kỹ sự tu của mình, từ khi bước vào cửa thì dùng trí tuệ dẹp tất cả những thứ phủ lấp cái thật của mình. Dẹp rất dễ khi biết nó là giả. Nhờ Trí tuệ Bát-nhã chúng ta biết tất cả niệm khởi hư giả không theo, mọi thứ vọng niệm dấy lên biết nó là hư giả, không quan tâm. Như ta đang ngồi thiền, chiếc đồng hồ treo trên tường bị người ta gõ lầy, lúc đó mình ngồi yên không? Chẳng những không yên mà còn động nữa, động vì mất cái mình thích. Bây giờ biết thân còn không thật, đồng hồ đó thật sao mà sợ mất?

Nắm chắc như vậy rồi, cứ sống với cái thật phút nào quý phút ấy, chớ đừng nặng hình tướng sanh diệt. Như vậy việc tu rất tốt, được kết quả đúng như sở nguyện. Nếu không thế, tu lều lều thì trở lại mấy trăm lần không biết! Bây giờ đa số người tu có bệnh tu gieo nhân thôi để đời sau tiếp tục, chớ không quyết liệt tu để ra khỏi sanh tử.

Chúng ta biết rõ mình có Tâm chân thật. Tâm đó là cái biết, cái biết thật không sanh không diệt của chính mình. Biết được như vậy, sống được như vậy là đồng tuổi với hư không. Đồng tuổi hư không tức là Niết-bàn, là vô sanh. Ngược lại, chúng ta sống với tâm sanh diệt, so đo phân biệt thì đồng tuổi với phàm phu. Họ chết, mình chết chớ không hơn tí nào hết. Những điều siêu thoát chúng ta không nắm vững, cứ nghĩ tu tạo duyên để có phước, có đức, đời sau tốt hơn thôi. Tu như vậy là vẫn nối tiếp mãi trong dòng luân hồi.

Chúng ta biết các vị Tổ tu không phải một đời mà nhiều đời, nhưng nhiều đời đó không do niệm đui theo ngũ dục, mà phần lớn các ngài trở lại vì nguyện. Như ngài A-Nan phát nguyện trong bài kệ kinh Lăng Nghiêm: “Như nhất chúng sanh vị thành Phật, chung bất ư thử thủ Nê-hoàn”, nghĩa là nếu còn một chúng sanh nào chưa thành Phật, con nguyện không vào Niết-bàn. Người thế gian trở đi, trở lại là vì nghiệp dẫn. Còn người tu làm chủ được nghiệp rồi, các ngài có trở đi trở lại là do lòng từ bi khởi nguyện lực trở lại độ chúng sanh. Hiểu như vậy chúng ta không lấy làm lạ trên con đường sanh tử. Không phải nói tu để được bằng tuổi hư không, rồi mình ở trong đó hoài, không làm lợi ích cho ai. Người tu hành nhận và sống được chỗ chân thật rồi phải phát nguyện đi vào sanh tử độ chúng sanh. Đó là tâm nguyện cao thượng của người tu. Chuyện tu hành như thế quả thật là quá ư siêu thoát.

Nhưng người tu bây giờ hơi yếu ớt, hơi trì trệ. Chúng ta phải nắm vững đường tu, phát nguyện mãnh liệt tiến tới, thì ra ngoài sanh tử không khó, vì cái không sanh tử mình đã có. Nếu quý vị chịu khó đọc hết những kinh như Pháp Hoa, Hoa Nghiêm, Niết-bàn đều nói tất cả chúng sanh có sẵn cái chân thật ấy, chỉ vì chúng ta không can đảm nhận. Chớ còn can đảm nhận thì nó đã sẵn nơi mình, không xa xôi gì hết. Vì vậy mong rằng tất cả chúng ta đừng ngại vực. Trên đường tu phải cương quyết đi cho đến nơi đến chốn. Đời này chưa đủ đạo lực để vượt qua, thì đời sau tiếp tục đi cho tới nơi.

Chúng ta hiện nay dù không hoàn toàn thấy thân này là giả, mà biết nó vô thường, tạm bợ, tức cũng nhận được phần nào. Cảnh cũng vậy, chúng ta biết nó vô thường, tạm bợ, không phải thật. Biết được thế là chúng ta đi trên đường tối nhưng cũng có ánh sáng loe loe của một hai con đom đóm. Đó là bước đi rất thiết yếu của người tu. Cho nên làm sao phải thấm, phải hiểu sâu lý Bát-nhã mới được, nếu không thấm, không hiểu sâu lý Bát-nhã thì khó ra khỏi sanh tử.

Trong kinh Bát-nhã nói tất cả các pháp đều hư dối không thật. Biết như vậy, thấy như vậy thì Bồ tát đi tới chỗ viên mãn, chư Phật cũng từ đó mà thành tựu đạo quả. Chúng ta đi trên con đường giác ngộ, bước đầu phải là Trí tuệ Bát-nhã. Thấy bằng Trí tuệ Bát-nhã là giác, ngược lại là mê. Từ đây về sau, lúc nào quý vị cũng thấy thân này không thật thì trí Bát-nhã thấm rồi. Còn thấy thật, thấy đẹp thấy xấu thì chưa thấm. Nếu chưa thấm thì thế trần dễ làm tâm mình ô nhiễm. Người thấm được trí Bát-nhã rồi tự mình thoát, tự mình gỡ ra không khó khăn gì hết. Thật ra trên đường tu rất khó, mà cũng rất dễ. Khó với người không có Trí tuệ Bát-nhã, nhưng dễ với người có Trí tuệ Bát-nhã. Cho nên nhiều vị

tu như chơi vậy, còn nhiều vị tu rất khó khăn, khổ sở, việc này tùy chỗ sử dụng trí tuệ của từng người.

Nếu chúng ta nhìn mình, nhìn người, nhìn mọi vật đều thấy tạm bợ, hư dối, huyễn hóa thì có gì làm phiền mình không? Sống trong cuộc đời ảo mộng nên đùa với mộng chơi mà thôi, có gì quan trọng. Tôi thường hay nhắc câu chuyện của một vị Tăng thế này. Khi thầy vào Thiên đường, nói chuyện cười lớn tiếng. Ông Tri sự bực mình lên bạch với Hòa thượng:

- Bạch Hòa thượng, có ông thầy mới tới nói chuyện lớn tiếng làm ồn chúng.

Hòa thượng cho người kêu vị Tăng mới tới, hỏi:

- Nghe nói ông tới đây làm ồn chúng, có phải vậy không?

Vị Tăng đáp:

- Dạ phải.

Hòa thượng hỏi:

- Tại sao ông làm như vậy?

Vị Tăng đáp:

- Bạch Hòa thượng, đã là mộng thì con muốn mộng vui chớ không muốn mộng buồn.

Hòa thượng nghe nói cũng cười huề. Vì vậy những người thấy được lẽ thật phải cho người ta vui chứ, chẳng lẽ cứ ngó xuống quạu đeo. Chỉ những ai tu không thấy lẽ thật mới dăm dăm như quạu, nhiều khi bực bội nữa. Đã là tu, khi có việc đến với mình thì cứ dùng Trí tuệ Bát-nhã mà phán quyết, không có cái gì thật hết, mọi việc sẽ qua, không sợ nguy hiểm. Chỉ khi ta tưởng nó thật thì có sợ, có nguy hiểm. Đó là lẽ thật mà chúng ta phải ứng dụng tu tập.

Trên đường tu ứng dụng được lẽ thật rồi thì mọi việc đều thành công dễ dàng. Đùng tu mà ôm ấp mê lầm, chấp phải chấp quấy rồi buồn phiền nhau, không hay tí nào hết. Như vậy là còn sơ đẳng quá chưa phải người thật biết đạo đức. Người thật biết đạo đức là vượt qua hết những sự việc tầm thường, thân này còn mất không ra gì, hưởng nữa là hơn thua phải quấy. Cho nên người tu là người sáng suốt, có Trí tuệ Bát-nhã. Trên thế gian rất nhiều người thông minh, như những kỹ sư, bác học, họ gõ trong đá hoặc dưới đất liền đoán biết chỗ đó có dầu, có đồ quý, thế gian cho đó là những người thông minh tối ưu. Nhưng cái thông minh đó có bằng Trí tuệ Bát-nhã không? Chỉ là thông minh trong đời đời sanh diệt thôi, vì họ tìm được cái hay quý trong sanh diệt, chớ không tìm được cái siêu thoát vượt ngoài sanh diệt.

Nếu thấy cả thế giới này bằng con mắt Trí tuệ Bát-nhã, không có gì thật cả thì con người có còn giành giật, đấu tranh, sát hại lẫn nhau không? Sở dĩ họ giành giật với nhau vì chỗ nghèo muốn giành chỗ giàu, cái xấu muốn cái tốt... bây giờ chúng ta biết rõ cả thế giới này là tạm bợ, hư dối, nhưng nó lại đang quay cuồng trong hư không, trong cái không bại hoại. Tất cả chúng ta tu cũng vậy, thân này là hình tướng rồi sẽ bại hoại. Tâm sanh diệt là bóng không thật sẽ bại hoại. Ở ngoài thấy sáu trần không thật, bên trong thấy ngũ uẩn không thật. Tất cả căn, trần, uẩn đều không thật hết. Thấy không thật như thế, chúng ta cũng ăn, cũng đi lại, cũng làm việc nhưng cười hay khóc? Không thật thì cười

sống vui thôi, có gì đâu phải khổ phải khóc. Nếu thấy có cái thật mà mình mất thì khóc, còn thấy không thật thì có gì để khóc. Kể cả thân này khi bị bệnh, bác sĩ nói bệnh nguy hiểm không qua khỏi, ta nên cười hay nên khóc? Biết thân đã không thật thì mất nó cũng là trò chơi thôi, có gì quan trọng. Đã không quan trọng thì có gì phải khóc? Tuy sống trong Ta-bà khổ mà mình không khổ, nếu không thế chúng ta cứ tiếp tục trôi lăn trong khổ đau.

Khi ngồi thiền, những âm thanh, những tiếng động bên ngoài vọng đến, chúng ta đều biết nó không thật. Bởi không thật nên ta không bực bội, nếu không như thế âm thanh cũng làm mình bực bội, giờ ngồi thiền bị phiền não làm xao lãng việc tu. Biết nó không thật, giả dối, qua rồi mất, giữ nguyên lập trường tu của mình, thì sự tu hành sẽ tiến nhiều. Nên nhớ Trí tuệ Bát-nhã là trí tuệ thấy được lẽ thật từ con người cho tới muôn vật, tất cả đều tạm bợ hư dối, không thật. Nhớ luôn luôn như vậy. Tất cả những gì có tướng, có động đều không thật hết. Chính cái không hình tướng, không động mới là chân thật.

Như ngoài biển, cái dễ nhận nhất là sóng vỗ ầm ầm, kể đến là bọt, rồi nước lên, nước xuống. Nhưng đặt câu hỏi lại, nước biển có sóng không? Nước biển đâu có sóng. Sóng là vì duyên gió nên nổi sóng, chớ nước biển nguyên không có sóng. Nước biển có bọt không? Nước biển cũng không bọt, mà do sóng đánh đập vào nhau nên nổi thành bọt. Nước biển có lên, có xuống không? Cũng không lên không xuống, do quả địa cầu xoay nên có sự xê dịch vậy thôi. Như vậy nước biển không có tất cả những thứ mà chúng ta cho là nó có.

Cũng vậy Tâm chân thật của chúng ta không có những chuyện vui buồn, thương ghét gì hết. Tại vì chúng ta dấy tâm theo ngoại cảnh, từ đó phát sanh những vui buồn thương ghét. Nếu buông hết những niệm chạy theo ngoại cảnh thì tâm sanh diệt lần lần yên lặng. Tâm sanh diệt yên lặng thì chỗ chân thật sẽ hiện ra. Nhiều người bảo do có suy nghĩ mới biết phải, biết quấy, biết khôn, biết dại; không cho suy nghĩ lấy gì biết phải quấy, khôn dại. Chừng đó hết biết phải quấy, khôn dại rồi. Đúng vậy! Không còn phải quấy, khôn dại nhưng lại thấy tốt lẽ thật. Như đức Phật khi đã vào định, tất nhiên những hơn thua phải quấy đâu còn, so đo khôn dại cũng không có, nhờ thế Ngài thấy được lẽ thật. Nên biết lẽ thật chỉ hiện khi tâm ta thanh tịnh.

Tóm lại, cửa ban đầu dùng để quán chiếu là cửa Bát-nhã. Quán chiếu cái này duyên hợp hư giả, cái kia duyên hợp hư giả, tức là còn động nhưng động trong Trí tuệ Bát-nhã. Sau khi cái động của Trí tuệ Bát-nhã qua rồi thì cái chân thật mới hiện ra. Chỗ này là chỗ ứng dụng tu chúng ta phải lưu ý, cái chân thật được sáng lên là sau khi Trí tuệ Bát-nhã quét sạch hết những bợn nhơ bên ngoài. Hiểu như vậy mới thấy rõ Bát-nhã là phương tiện đầu, tôi thường ví dụ như kiếm bén chặt hết rừng tre, nó đi đâu để phá dẹp. Cho nên nói tới Bát-nhã là nói tới quán chiếu, chớ không phải nói yên lặng. Nhờ quán chiếu chúng ta mới đi tới bước thứ hai là yên lặng, yên lặng đó là thiền. Do đó cửa Bát-nhã là cửa để đi vào nhà thiền.

Khi nào quý vị tu cảm thấy hơi buồn, hơi sợ thì phải làm sao? Phải dùng trí Bát-nhã quán chiếu, quán chiếu mình, quán chiếu người, quán chiếu cảnh không có gì thật hết thì buồn sợ tự mất, niềm vui sẽ tới với mình. Chúng ta nên nhớ sống trong trò ảo mộng không có gì quan trọng, nếu không biết thế lâu lâu chúng ta cũng cảm thấy buồn, hơi trầm trầm buồn. Cho nên sử dụng trí Bát-nhã khi mới bước vào cửa thiền, dùng Bát-nhã phá dẹp hết mọi chướng ngại trên đường tu.

Người tu không được buồn, tại sao? Bởi vì buồn thuộc về tâm bi. Tâm bi thì không có sức mạnh để vươn lên. Vì vậy tu không cho buồn, vừa có buồn liền phải quán chiếu, mượn Trí tuệ Bát-nhã phá tan buồn phiền, để hăng hái vui vẻ tu. Nhất là trong thời gian nhập thất quý vị cần phải cẩn thận hơn, đừng nuôi dưỡng cái buồn. Hiểu và ứng dụng tu đúng thì lợi lạc vô cùng. Nếu không, cứ ngồi yên kèm, kèm riết thành ra đau đầu. Tôi nói thêm cho quý vị hiểu về việc ngồi thiền. Hồi trước nghe các sư Nguyên thủy dạy ngồi thiền, hít vô bụng dưới phình, thở ra xẹp. Phình xẹp, phình xẹp... tôi thấy hơi kỳ kỳ. Nhưng sau này nghiên cứu kỹ tôi thấy được sự lợi ích của nó. Nếu ngồi thiền chỉ thở tới bụng trên thì hơi nhọc, phải thở sâu tới dưới đơn điền. Nghĩa là hít vô tận đơn điền, thở ra sạch. Thay vì nói phình xẹp thì chúng ta nói hít vô đây, thở ra sạch, từ từ nó sẽ nhẹ dần. Bao giờ nhẹ được thì rất khỏe.

Ngồi thiền quý vị đừng thềm tính cái gì, xét cái gì, quán chiếu cái gì nhiều hết. Chỉ cần niệm dấy lên thì buông. Buông riết nó sẽ nhẹ sẽ hết, chớ đừng đê đừng kèm hoặc quán tưởng cái này cái nọ, dễ sanh bệnh lắm. Biết vọng tưởng không thật thì buông thôi, tu thành thoi nhẹ nhàng, đừng cố gắng quá. Cố gắng quá tưởng như hay, nhưng rốt cuộc đi tới kết quả không tốt. Sở dĩ chúng ta đau đầu vì trụ tâm trên trán, bây giờ điều hơi thở xuống tới đơn điền, rồi thở ra sạch thì không bị nóng trên đầu. Nhớ như vậy đó.

Nếu chúng ta tận dụng được Trí tuệ Bát-nhã và tận dụng đường lối tu cho rõ ràng thì sự tu sẽ thành công. Nếu không tận dụng được hai điều đó thì sự tu có thể thất bại. Thất bại thì uổng đi một đời tu của mình. Đó là lời nhắc nhở của tôi với tất cả Tăng Ni.

---o0o---

ĐƯỜNG SANH TỬ ĐƯỜNG BÁT TỬ

Thiền viện Trúc Lâm - Đà Lạt ngày 29-08-2004

Hôm rồi tôi có giảng kinh Bát-nhã, hôm nay tôi sẽ bổ túc thêm những ý hay trong kinh Bát-nhã mà lần trước tôi chưa nói hết, kể đó tôi sẽ nói về kiến giải điên khùng của tôi.

Trước hết là phần giảng kinh. Ở đây không giảng từng câu, từng chữ trong Bát-nhã vì tôi đã giảng kinh này đôi ba lần rồi. Những từ ngữ, những ý nghĩa thông thường quý vị đã nghe, bây giờ tôi nói những ý nghĩa vượt ngoài sự thông thường.

Nói đến kinh Bát-nhã ai cũng thuộc lòng. Bát-nhã Tâm Kinh thuộc hệ thống Bát-nhã. Chúng ta thử đặt lại câu hỏi: “Trong Ngũ thừa Phật giáo, hệ thống Bát-nhã thuộc thừa nào?” Nắm được chỗ đứng của Bát-nhã, chúng ta mới hiểu Bát-nhã. Ngũ thừa Phật giáo gồm có: Nhân thừa, Thiên thừa, Thanh văn thừa, Duyên giác thừa và Bồ-tát thừa. Nhân thừa, Thiên thừa dạy chúng sanh tu để được trở lại làm người hay sanh lên cõi trời. Thanh văn thừa, Duyên giác thừa dạy chúng sanh tu chứng Tứ quả A-la-hán, quả Duyên giác. Kinh Bát-nhã thuộc về Bồ-tát thừa, qua cả Thanh văn, Duyên giác đi thẳng tới Bồ-tát, cao như thế.

Hiểu vậy khi học kinh chúng ta mới thấy ý nghĩa cao siêu của kinh. Kinh Bát-nhã có sau hệ thống kinh A-hàm. Mở đầu bài Bát-nhã, Phật nói: - Bồ-tát Quán Tự Tại hành

thâm Bát-nhã ba-la-mật-đa thời, chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhất thiết khổ ách. Đối với Bồ-tát thừa, Phật nói thẳng ngũ uẩn giai không. Để cho quý vị dễ hiểu, chúng tôi nhắc lại hệ thống A-hàm. Kinh A-hàm, Phật tùy thuận chư thiên mời thỉnh dùng phương tiện giáo hóa. Bởi vì khi thành đạo rồi, Ngài do dự không muốn đi giảng. Ngài tự than giáo lý của ta thấy, ta ngộ, nói ra không ai hiểu nên không muốn giáo hóa. Do đó chư thiên hiện ra, đánh lễ cầu Phật dùng phương tiện giáo hóa chúng sanh. Đức Phật nhận lời, sau đó Ngài quán sát những chúng sanh nào có duyên với Ngài thì hóa độ.

Hội ban đầu ở vườn Lộc Uyển, Phật nói kinh Tứ đế. Đó là Ngài dùng phương tiện giáo hóa, chớ chưa phải chỉ lẽ thật Ngài đã thấy. Chúng ta nhớ, trong giáo lý Tứ đế Phật nói Khổ đế đầu tiên. Tại sao Phật lại nói khổ? Bởi vì chúng sanh mê lầm cho thế gian là vui. Thế gian cho năm dục: tài, sắc, danh, thực, thù là vui. Tài là tiền của, sắc là sắc đẹp, danh là danh lợi, thực là ăn ngon, thù ngũ kỹ. Năm thứ này thế gian cho là vui thích. Đòi lại năm thứ vui ấy, Phật nói bốn thứ khổ của thân là sanh khổ, già khổ, bệnh khổ, chết khổ. Kế nữa Phật nói bốn thứ khổ của tâm là ái biệt ly khổ, oán tắng hội khổ, cầu bất đắc khổ, ngũ ấm xí thạnh khổ. Ái biệt ly khổ là những người mình thương mến phải xa lìa, như mất cha, mất mẹ, mất anh em, mất người thân. Oán tắng hội khổ là kẻ mình thù ghét cứ gặp mặt, làm việc chung hoài nên khổ. Cầu bất đắc khổ là những gì mình mong muốn nhưng không được như ý nên khổ. Ngũ ấm xí thạnh khổ là thân năm ấm này sanh ra chứng tật, đủ thứ bệnh hoạn nên khổ. Thế gian thấy ngũ dục là vui, trong khi đạo Phật nói tới tám thứ khổ. Đó là vì muốn đối trị lại tâm mê lầm, tưởng thế gian vui rồi cuộc chỉ toàn đau khổ.

Quý vị thấy thân này thật không? Nếu thấy thân thật là đang ở trong vô minh. Tại sao? Vì ai cũng biết thân này nhiều lắm bầy, tám chục năm cũng phải hoại. Có rồi hoại, làm sao thật được. Thật thì không hoại, còn hoại thì không thật. Cho nên thấy thân thật là thấy sai sự thật. Do thấy sai sự thật nên đắm mê nó, Phật gọi là vô minh. Chúng ta được mấy người ra khỏi vô minh? Rất ít. Bởi vậy, tiếp nối sanh tử không cùng. Đó là chỗ chư Phật thương xót, chúng sanh chìm trong sanh tử không biết lối ra.

Đức Phật dùng lý nhân duyên để giải thích thân này do nhân duyên hòa hợp mà thành, nó không tự có. Bắt đầu từ vô minh lần lần tiếp nối cho đến sanh lão bệnh tử, khiến chúng sanh đi mãi trong luân hồi sanh tử. Chúng ta thấy thân thật là nắm tay nhau mà đi trên đường luân hồi sanh tử. Chừng nào thấy thân này hư giả không thật, ai chửi cũng cười, mắng cũng cười, đó là ta chuẩn bị ra khỏi vòng vô minh.

Lâu nay người ta bảo giới xuất gia là giới tu để giải thoát sanh tử, như vậy tại sao chúng ta lại đồng ý đi trong sanh tử? Đó là điem yếu của mình. Chúng ta nguyện thoát ly sanh tử mới cạo đầu xuất gia, bỏ cha bỏ mẹ, tất cả quyến thuộc, đi vào đạo với mục đích vạch một con đường giải thoát để cứu mình và những người thân đang trầm luân. Ta đã nguyện như thế mà bây giờ cứ tiếp tục đi trên đường trầm luân thì chừng nào cứu được?

Qua lý nhân duyên chúng ta thấy thân này do duyên hợp tạm bợ, không thật nên không có vấn đề gì quan trọng. Bản thân ta không thật thì việc khen chê, thương ghét cũng không thật. Chúng đã không thật tại sao ta bị quay trong đó, không ra khỏi? Như có người phê bình thầy hay cô tu dở quá, quý vị giận không? Người ta nói sự thật để mình tỉnh mà lại giận, có phải vô minh không? Chúng ta nói tu mà không dám nhận sự thật, cứ ôm ấp mê lầm, rồi cùng dẫn nhau đi trong luân hồi không có ngày ra. Đó là chỗ hết sức

quan trọng. Vì vậy Phật nói Tứ đế, Thập nhị nhân duyên để phá chấp cho cuộc đời là vui, phá chấp cho thân này là thật.

Tất cả giáo lý của Phật đều xoay quanh con người, chỉ cho chúng ta thấy thế nào là duyên hợp, thế nào là khổ để mình biết mà thức tỉnh, không say mê trong đó nữa. Ai tu theo pháp Tứ đế đến nơi đến chốn sẽ chứng Tứ quả Thanh văn, gọi là Thanh văn thừa. Ai tu theo pháp Thập nhị nhân duyên chứng được lý nhân duyên gọi là Duyên giác thừa.

Kể đến Bồ-tát thừa. Bồ-tát lấy giác ngộ làm chân, chứ không đối trị như Thanh văn, Duyên giác. Vì vậy nói tới Bồ-tát là nói tới giác ngộ. Kinh Bát-nhã, Phật nói với Bồ-tát, Ngài dạy chỉ cần *chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhất thiết khổ ách*, nghĩa là soi thấy năm uẩn đều không liền qua hết khổ nạn. Ở đây Phật không nói khổ, không nói duyên hợp gì hết, chỉ biết thân năm uẩn là không thì qua hết tất cả khổ. Tại sao? Phàm những gì có hình tướng do nhân duyên hợp thành đều vô thường, mà cuối cùng của vô thường là không. Như nói cái nhà vô thường, bởi vì khi nó gãy mục hết sẽ thành không. Con người cũng vậy, vô thường nên cuối cùng tan rã thành không. Như vậy không là kết quả cuối cùng của tất cả sự vật có hình có tướng. Phật dạy soi thấy năm uẩn đều không là đi tới kết thúc, không còn phân biệt khổ, phân biệt nhân duyên quanh co, mà đi thẳng vào không, thấy rõ ràng là không. Thấy như thế nên hết khổ.

Chúng ta đọc chiếu kiến ngũ uẩn giai không mà thấy toàn là giai hữu. Phật dạy một đường mình hiểu một ngã, không hiểu theo Phật, nên không qua khổ nạn được. Khổ nạn nào chúng ta cũng mắc kẹt. Tăng Ni ở các Thiền viện, lấy kinh Bát-nhã làm cơ bản tụng niệm hằng ngày. Đó là quý vị đang đi trên con đường của ai? Của Bồ-tát, chứ không phải của Thanh văn, Duyên giác. Hiểu như vậy, mới biết rõ được chỗ đứng của mình.

Bồ-tát thừa thì không có thứ bậc, đi thẳng đến chỗ cuối cùng. Như Tứ đế nói thân này sanh, già, bệnh, chết, Bát-nhã nói thân này là không, nghĩa là chết rồi trở về không. Như vậy nói không là nói chỗ kết thúc của thân này. Tất cả tâm duyên theo cảnh cũng là không. Như vậy Bát-nhã thấy tội lỗi thật ngũ uẩn là không, do thấy tội ngũ uẩn là không nên hết khổ.

Mở đầu Bát-nhã Tâm Kinh, Phật nói Bồ-tát Quán Tự Tại hành sâu Trí tuệ Bát-nhã thấy năm uẩn là không, bởi giác ngộ nên Ngài qua hết tất cả khổ nạn. Chúng ta không ai quên câu này nhưng lại không thấy như Bồ-tát Quán Tự Tại. Phật giải thích từng phần cho ngài Xá-lợi-phất nghe. Trước hết Phật nói Sắc uẩn là không, vì Sắc uẩn là tứ đại. Tứ đại là đất, nước, gió, lửa trong thân chúng ta. Da thịt gân xương là đất. Nước mắt, mồ hôi máu mủ là nước. Thở ra, hít vào là gió. Hơi ấm trong người là lửa. Tứ đại hòa hợp thành Sắc uẩn, Phật nói nó là không. Tại sao? Vì cái gì do duyên hợp thì phải tan. Tan thì thành không. Thọ, tưởng, hành, thức cũng như thế, đều là không. Câu chót Phật nói *thị chư pháp không tướng*, chỗ này là điểm quan trọng trong buổi giảng hôm nay.

Thị chư pháp không tướng nghĩa là tướng không của các pháp. Sắc, thọ, tưởng, hành, thức không sanh, không diệt, không như, không sạch, không thêm, không bớt. Hồi xưa tôi không dám nói tướng không của các pháp là không, mà tôi nói thân do duyên hợp nên không có chủ thể, không có chủ thể nên gọi là không. Gọi không như thế là *tánh không* chứ không phải *tướng không*. Đó là chỗ trước kia tôi bị kẹt. Một buổi khuya ngồi thiền chừng một giờ, bất chợt tôi nhớ lại, tại sao *tướng không* mà mình lại giảng *tánh không*? Vừa đặt câu hỏi xong tôi tự trả lời, tự giải quyết ngay. Giải quyết được rồi tôi rất vui.

Sở dĩ trước kia tôi giảng các pháp duyên hợp không chủ thể gọi là không, vì tôi nghe quý Hòa thượng dạy: “Thà chấp có bằng núi Tu-di, không nên chấp không bằng hạt cải.” Tôi nghĩ nếu mình nói không tron, không trống rỗng, sợ người ta chấp không thì mang tội, vì vậy tôi nói các pháp duyên hợp không chủ thể nên gọi là không, để tránh cái chấp không. Tôi không ngờ cái chấp không của các bậc Tôn túc dạy là chấp không có thiện, không có ác, không tội, không phước, không nhân, không quả, không nghiệp báo luân hồi. Đó gọi là chấp không.

Còn kinh Bát-nhã thấy triệt để được tướng không của các pháp, thấy bằng trí tuệ tướng không của các pháp, chớ không phải chấp không. Tự giải quyết xong điều này, tôi vui quá. Giờ ngồi thiền còn lại trở về sau, toàn là những kiến giải điên khủng nổi dậy, hết cái này tới cái kia, suốt luôn tới sáng không quên. Vì vậy phần giảng kinh tới đây dừng, tôi sẽ nói sang phần kiến giải điên khủng.

Lâu nay tôi cứ sợ nói không là chấp không, nhưng sự thật không phải vậy. Ở đây nói không là đối với những vật có hình, do sắc chất kết tụ thành nên có sắc. Những thứ đó gọi là tướng có, vì có hình thể, có sắc chất. Còn cái không có hình thể, không có sắc chất gọi là tướng không. Một bên tướng có, một bên tướng không. Nếu không có tướng không, làm gì có tướng có, vì hai thứ đối đãi nhau. Cho nên nói tới tướng có thì phải chấp nhận tướng không.

Tướng không là tướng thế nào? Hồi xưa tôi cứ mắc kẹt chỗ này. Tôi nghĩ không thì không có tướng, vì có tướng phải có hình thức, có vật thể. Không hình thức, không vật thể làm sao nói có tướng được. Nhưng Phật xác định tướng không đối với tướng có. Có sắc chất, có hình thể là tướng có. Không sắc chất, không hình thể là tướng không. Cho nên cái không là cái thực hữu. Nói thế có điên không? Tướng có như thân này, như cái nhà, như cây cối trước mắt chúng ta nhìn thấy, những tướng đó là tướng thật hay tướng giả? - Tướng giả. Như vậy tướng nào tướng thật? Đó là điều chúng ta mắc kẹt.

Phàm những gì duyên hợp mà thành đều là giả tướng, còn **tướng không** không có duyên hợp. Có khi nào nó thay đổi không? Muôn đời không vẫn là không. Chúng ta đọc kinh thấy chữ thật tướng, mà không biết tướng thật là tướng nào. Chỉ nhớ những tướng mắt thấy, tay sờ mó được cho là tướng thật, không ngờ tất cả những tướng ấy là tướng duyên hợp, hư giả. Còn tướng không mới là tướng thật muôn đời không thay đổi.

Chúng ta lâu nay nghe nói không là sợ, đâu ngờ cái không đó lại là cái thật, cái có tướng mới là cái giả. Tôi nói cái không là thật, cái có là giả, như vậy có điên không? Điên rồi. Cả trăm, cả triệu người thấy các tướng của sự vật là thật, tướng không là không có gì. Bây giờ tôi lại thấy **tướng không** là thật, các tướng kia là giả, không phải điên là gì?

Kinh Bát-nhã nói thật tướng là vô tướng, không có tướng mới là tướng thật. Chúng ta chú ý tới câu *không tướng bất sanh, bất diệt, bất cấu, bất tịnh, bất tăng, bất giảm*, cái tướng không đó không sanh, không diệt, đời đời không bao giờ thay đổi, còn cái gì sanh diệt luôn luôn thay đổi. Không nhơ, không sạch, không thêm, không bớt là không có hai bên, không có đối đãi. Như vậy nói tới tướng không là cái không sanh diệt, không đối đãi. Chúng ta tu nhập Niết-bàn là nhập cái gì? Niết-bàn là vô sanh, nên nhập Niết-bàn là nhập vô sanh. Chúng ta có cái không ấy chính là vô sanh mà lại bỏ qua, chạy theo cái sanh diệt.

Phật dạy thân này do tứ đại hòa hợp. Tứ đại là đất, nước, gió, lửa, ai cũng biết rồi. Các kinh A-hàm chỉ nói tới chừng đó thôi, nhưng qua Bát-nhã thì thêm một đại nữa, đó là không đại. Trong kinh Lăng Nghiêm, Phật còn nói thêm thức đại, kiến đại, tổng cộng là bảy đại. Đất, nước, gió, lửa dễ hiểu rồi, nhưng không đại thì thế nào? Bây giờ quý vị tự kiểm lại trong thân mình, phần hư không nhiều hay ít? Hai lỗ mũi trống tức là không, lỗ tai trống là không, cổ họng trống là không. Trong con người chúng ta, cái không luôn sẵn khắp hết. Bao tử chứa được cơm cũng nhờ trống, những mạch máu trống mới dẫn máu chạy khắp thân, lá phổi nở tóp cũng nhờ trống. Cả thân mình từ đầu đến chân, mỗi lỗ chân lông đều trống, đều thưa hờ hết. Kiểm lại phần trống trong thân rất nhiều.

Trong tứ đại, thiếu một đại nào chúng ta còn giải quyết chậm một chút, chớ không đại mà thiếu thì sao? Lỗ mũi, cổ họng bít lại thì sao? - Thì chết. Như vậy không đại hệ trọng đối với sự sống của chúng sanh đến cỡ nào? Vậy mà chúng ta đâu thèm biết tới nó, cứ lo bồi bổ mấy thứ có. Thiếu nước, thiếu đất liền lo đem vô, còn cái không thì quên mất.

Kể đến thức đại. Chúng ta có sáu căn: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, mỗi căn đều có thức phân biệt. Thức trùm hết cả người nên gọi là thức đại. Cuối cùng là kiến đại, đại này nghe hơi lạ, tôi sẽ nói sau. Bây giờ quý vị nhìn lại không đại trong con người chúng ta với hư không trống rỗng bên ngoài, là một hay khác? - Không hai. Giả sử thân này rã ra, cái không trong người chúng ta sẽ nhập với hư không. *Không* không có hai, không có ranh giới. Ở trong người mình, cái *không* ít nhưng thân này rã ra, nó hoà nhập với hư không bên ngoài, chớ không riêng khác. Hư không thì không hai. Chúng ta có sẵn cái không ấy ở trong con người mình.

Kiểm lại đất, nước, gió, lửa, bốn thứ đó là vô tri. Đến cái không là vô tri hay hữu tri? - Cũng vô tri. Như vậy phần vô tri của thân là tứ đại và không đại. Thức đại thì hữu tri, vì thức là tâm thức phân biệt nên hữu tri. Thức phân biệt là thức sanh diệt. Đến kiến đại, nói đủ là kiến văn giác tri tức thấy, nghe, cảm xúc và biết. Cái đó hằng hữu, không tướng mạo, không sanh diệt mà thường biết. Như lỗ tai hay nghe, cái hay đó có tướng mạo gì không? Con mắt hay thấy có tướng mạo gì không? Như vậy cái nghe, cái thấy v.v... không có tướng mạo, thường hằng hữu, nó thuộc phần kiến đại. Nhưng thấy mà khởi niệm phân biệt là qua thức rồi.

Chúng ta có hai phần:

1. *Thân và tâm sanh diệt.* Thân sanh diệt là thân tứ đại. Tâm thức sanh diệt bám theo tứ đại phân biệt hơn thua, phải quấy, thương ghét v.v... gọi là thức. Nó đi theo con đường của tứ đại, duyên hợp sanh diệt. Nếu chúng ta cho thân tứ đại là thật thì cũng cho thức phân biệt là thật. Cho thức là tâm mình, tứ đại là thân mình. Khi tứ đại này mất nhất định sẽ bám vào tứ đại khác, do tâm thức mang nghiệp lành dữ. Như vậy tâm thức mang nghiệp lành dữ để đi tới thân tứ đại khác, tốt xấu tùy theo nghiệp lành hay dữ. Đó là chúng ta đi trong con đường sanh tử không có ngày dừng.

2. *Thân và tâm không sanh diệt.* Không đại là cái bất sanh bất diệt, dùng kiến đại để hoà nhập với không đại. Kiến đại hằng hữu không sanh, không diệt mà thường giác, thường tri. Lấy cái thường giác, thường tri, không sanh, không diệt đó làm tâm mình, nhà Phật gọi là Chân tâm hay Phật tánh. Tâm bất sanh bất diệt là Tánh giác. Lấy tướng không vô tri không sanh không diệt làm thân. Thân và tâm không sanh không diệt hòa nhập

nhau, gọi là nhập Pháp thân. Pháp thân bao lớn? Trùm khắp hết. Đây là vấn đề rất quan trọng.

Như vậy nơi chúng ta có đủ hai phần: Phần tướng sanh diệt là tứ đại, tâm sanh diệt là thức đại. Sống với tướng và tâm sanh diệt thì đi một chòm trong luân hồi. Phần tướng không sanh diệt là không đại, đi chung với tâm bất sanh bất diệt là kiến đại. Sống với tướng và tâm bất sanh bất diệt thì đi theo đường giải thoát. Cho nên giải thoát và trầm luân nơi chúng ta có đủ hết.

Người tu chọn đường nào? Chọn đường trầm luân hay giải thoát? Chúng tôi bắt quý vị ngồi thiền để làm gì? Để dẹp tâm sanh diệt. Nó lặng hết mới sống với tâm vô sanh được. Sống với tâm vô sanh mới hòa nhập với thân hư không vô sanh. Nếu chúng ta cứ buồn thương, giận ghét thì sống với thức sanh diệt, hòa nhập với tứ đại sanh diệt, do đó đi mãi trong luân hồi sanh tử. Đó là chỗ thấy điên khùng của tôi.

Tới đây tôi mới thấy lâu nay mình tu hời hợt quá, nên con đường giải thoát rất mờ. Cứ chạy tìm cái bên ngoài mà quên cái sẵn ở trong. Phật xác định tướng không của các pháp là không sanh, không diệt, không nhớ, không sạch... rõ ràng như vậy. Đọc Tín Tâm Minh tôi thấy Tổ Tăng Xán nói: “Chỉ đạo vô nan, duy hiềm giả trách, đản mạc táng ái, đồng nhiên minh bạch.” Nếu không có thương ghét thì đại đạo rõ ràng trước mắt.

Bây giờ chúng ta thương ghét nhiều ít? Quá nhiều! Thương ghét quá nhiều thì chắc chắn đời sau đi nữa, nhưng không biết đi đâu? Thượng tầng là cõi trời, trung tầng là dân gian, hạ tầng là thấp nữa. Lâu nay chúng ta cứ nghĩ thức phân biệt là tâm, bám vào đó để phân biệt chia chẻ, khôn dại, hơn thua, phải quấy, tốt xấu... cả ngày cái đầu không dừng suy nghĩ. Tâm thức là một dòng sanh diệt, thấy đó rồi mất đó, tìm lại không có mà chúng ta lấy nó làm tâm, lấy tứ đại làm thân. Tứ đại vô thường sanh diệt, thức cũng vô thường sanh diệt, lấy hai cái sanh diệt làm mình thì muôn kiếp đi trong luân hồi, không thể nào ra khỏi.

Muốn ra khỏi luân hồi, giải thoát sanh tử thì nơi mình có sẵn cái không, tựa vào đó rồi dùng cái biết sẵn chưa từng sanh chưa từng diệt làm tâm, sử dụng hai thứ thân và tâm không sanh diệt này thì nhắm mắt thân thênh thang, tâm cũng thênh thang.

Hồi xưa tôi nghĩ hơi dốt một chút. Tôi nói hư không trong người mình ít xịu, có chút thôi mà hư không bên ngoài quá lớn, làm sao hòa nhập được. Nhưng bây giờ thấy rõ hư không không có giới hạn, không lớn nhỏ. Nhỏ lớn là tại cái khung đóng nó lại, chớ hư không là hư không, giờ cái khung ra thì hư không chỉ có một. Hư không của thân hòa nhập với hư không của vũ trụ là một, không phải hai. Nếu lấy hư không làm thân thì cả vũ trụ là thân mình. Tu như vậy thân tâm mới trùm hết, nên nói trùm pháp giới. Tâm suy nghĩ, so lường thì có hình tướng, có sanh diệt, còn tâm hằng tri hằng giác, không suy nghĩ mà hằng biết, không lúc nào vắng mặt. Tâm này không có tướng, không sanh diệt. Sống với tâm không sanh diệt, chúng ta sẽ hòa nhập được với thân không sanh diệt. Đó là Pháp thân.

Chúng ta muốn giải thoát sanh tử phải đi con đường bất sanh bất diệt. Hồi xưa tôi cứ thắc mắc, nhập Niết-bàn là vô sanh, mà cái gì vô sanh? Về Cực Lạc ngồi tòa sen, vui vẻ đi chơi nước này nước nọ, hái hoa cúng dường rất vui. Còn nhập Niết-bàn vô sanh không có gì hết, buồn chết. Nhưng bây giờ tôi thấy không phải vậy. Chính thể nhập được

Pháp thân rồi mới có Ứng thân, Hóa thân, Báo thân. Từ Báo thân, Ứng hóa thân muốn độ chúng sanh ở đâu cũng được. Nhập được thể không rồi thì sau này diệu dụng vô cùng.

Như chúng ta thường lay mỗi đêm đức Phật Thích-ca, với danh hiệu “Nam-mô Thiên Bá Úc Hóa thân Thích-ca Mâu-ni Phật”. Đức Phật đã nhập Niết-bàn mà Ngài còn có trăm ngàn muôn ức thân, chớ không phải hết. Còn chúng ta sanh trở lại hiền lành cũng chỉ một thân thôi. Bao giờ thể nhập được Pháp thân sẽ ứng hóa vô lượng vô biên, độ hết chúng sanh. Như vậy thì đừng nói nhập Pháp thân sẽ buồn hiu, không có gì nữa. Chừng ấy tùy ứng tùy hóa, ai có duyên thì mình hóa độ để đền trả ân xưa hoặc công đức của họ.

Đó là một chặng điên khùng của tôi.

Đến cái điên khùng khác, tôi nhớ hiện tại mình sống đây, bước vô nhà người ta thì nhìn bàn ghế, tranh ảnh, chớ không ai nhìn hư không trong nhà. Nhìn bàn ghế, tranh ảnh rồi khen chê, toàn là nhìn cái có. Ra vườn thấy cây này cây kia, hoa này hoa nọ, ít ai nói khung cảnh vườn trống trải. Đa số nhìn vào tất cả sự vật và ngoại cảnh có hình tướng. Cho nên cả ngày mắt chúng ta đeo theo các thứ sắc tướng, âm thanh, còn hư không tràn trề lại không nhớ.

Hôm trước tôi có nói, bây giờ tôi mang ơn hư không quá chừng. Nói vậy không phải điên là gì, hư không mà mang ơn? Nhưng sự thật như thế. Cả ngày có lúc nào chúng ta rời hư không đâu, kể cả giờ ngủ cũng phải có hư không trống để hít thở. Hư không mang lại cho chúng ta bao nhiêu điều tốt lành để chúng ta sống. Thế mà mình không thêm biết, chỉ biết cơm, bánh, cây cối, hoa quả... toàn các thứ sanh diệt.

Đặt câu hỏi thêm nữa, trước khi cha mẹ chưa sanh ta là gì? Thân này có không? Không có, do cha mẹ sanh mới có. Sau khi thân này chết rồi sao nữa? Cũng là không. Trước không, sau không, giữa thì ở trong không, ở ngoài không bao bọc. Vậy mà mình không thêm nhớ cái không, chỉ nhớ toàn những thứ sanh diệt, đeo theo nó mà bỏ quên hẳn cái không mênh mông. Như vậy chúng ta biết ơn biết nghĩa không?

Bây giờ tôi đặt câu hỏi tiếp: “Cây cối sống được, có hoa có quả cho mình ăn cũng nhờ cái gì?” Nhờ hư không nó mới sống. Cả quả đất này quay vòng vòng ở đâu? Trong hư không. Tóm lại, tất cả đều được sự bảo bọc của hư không, xoay bề này bề kia đều nhờ hư không, nên ở đâu cũng sống được. Từ người đến muôn vật sống là nhờ hư không, vậy mà không biết hư không, sợ hư không nhất.

Từ đó tôi suy luận ra, nếu đặt câu hỏi: “Trong bầu trời đất này cái gì có trước nhất?” Quả địa cầu chúng ta thành hình cũng duyên trong hư không tụ lại mà thành, ngày nào hết duyên nó hoại cũng trở về không. Con mắt của Phật nhìn thấy các loài động vật đều trải qua bốn tướng sanh, già, bệnh, chết; các loài thực vật trải qua bốn tướng sanh, trụ, dị, diệt; còn đối với quả địa cầu là thành, trụ, hoại, không. Con người có bốn tướng sanh, già, bệnh, chết, sau cái chết là không. Cây cối thực vật là sanh, trụ, dị, diệt, sau diệt cũng trở thành không. Đến quả địa cầu là khoáng chất, khi nó nát rồi cũng trở thành không. Như vậy từ không mà thành, rồi hoại trở về không. Cái không là chỗ tuyệt đối, không còn gì đối đãi nữa, cùng tột là không.

Lý Bát-nhã chỉ cho chúng ta thấy *không* là cái tột cùng của muôn vật. Vì vậy ngài Huyền Giác nói trong Chứng Đạo Ca:

Pháp thân giác liễu vô nhất vật,
Bản nguyên tự tánh thiên chân Phật.

Giác ngộ Pháp thân rồi thì không có một vật. Bản nguyên là nguồn gốc của tất cả các pháp, tự tánh là tánh chân thật sẵn có của mình, tức là Phật tánh. Cái không tột cùng này mới là nguồn gốc, là chỗ cho chúng ta tựa. Chúng ta tu cũng để giác ngộ chỗ tột cùng này. Chính ngài Huyền Giác cũng nói:

Chư hạnh vô thường nhất thiết không,
Tức thị Như Lai đại viên giác.

Thấy các hạnh là vô thường, tất cả đều không, đó là đại viên giác của Phật. Khi nói về Bồ-tát, về Phật là nói về giác ngộ. Một sự giác ngộ tràn đầy, thấy tất cả đều là không, bao nhiêu thế giới trong hư không này đều trở về không. Chúng ta tu nhập được Pháp thân là trở lại chỗ tột cùng tuyệt đối đó, ngoài ra mọi thứ khác đều là tương đối sanh diệt. Vậy tu khó hay dễ?

Mục đích tu của chúng ta như vậy, cho nên mỗi ngày mỗi đêm phải ngồi thiền để dẹp bớt tâm sanh diệt. Tâm đó chạy theo nghiệp lành dữ dẫn mình đi trong sanh tử. Con đường hiện giờ chúng ta tu theo Thiền tông có liên hệ tới Bát-nhã hay không? Hồi xưa tôi hơi lầy lăm lạp, tại sao Ngũ Tổ đem kinh Kim Cang Bát-nhã giảng cho Lục Tổ nghe mà không giảng bốn cuốn Lăng-già? Sau này mới thấy rõ, chính Bát-nhã là con đường đi thẳng, trong nhà thiền gọi là “điều đạo” tức đường chim. Cho nên chúng ta phải hiểu rõ Bát-nhã. Lục Tổ ngộ cũng từ kinh Kim Cang Bát-nhã, sau này đệ tử là ngài Huyền Giác cũng ngộ từ Bát-nhã. Ngài Huyền Giác nói: *Hữu nhân vấn ngã giải hà tâm, báo đạo ma-ha Bát-nhã lục*. Tức là nếu có ai hỏi ta hiểu tâm nào thì đáp rằng ma-ha Bát-nhã. Lý này hết sức rõ. Đó là những chặng thấy điên khùng của tôi.

Bây giờ trở lại kinh. Kinh Bát-nhã nói: “Trong cái *không* không có năm uẩn, không có sáu căn, không có sáu trần, không có sáu thức, không có mười tám giới. Kế đến không vô minh, không vô minh tận, không khổ tập diệt đạo, không trí, không đắc.” Trong cái *không* không có mười tám giới để hiểu rồi, nhưng tại sao Mười hai nhân duyên, Tứ đế là pháp tu của hàng Thanh văn, Duyên giác cũng không có nữa?

Như tôi đã nói, Bát-nhã vượt qua đôi đũa của Nhị thừa, không còn đôi đũa của Thanh văn, Duyên giác, nên nói là Bồ-tát. Qua hết đôi đũa nên cái *không* này là chót. Hồi xưa giảng tới đây tôi hơi lúng túng, tại sao Tứ đế, Thập nhị nhân duyên mà cũng không có nữa. Bây giờ mới thấy rõ Tứ đế, Thập nhị nhân duyên là dùng những phương tiện đối đãi để đối trị, nó còn hai bên. Cái *không* này không có hai bên, nên vượt qua tất cả.

Bồ-tát là vô trí vô đắc, nếu còn có trí, có đắc là còn đôi đũa, chưa phải đúng chỗ của Bồ-tát. Nếu không tất cả thì đi tới đâu? Vô sở đắc là không còn cái để ngộ, để được nữa, chừng đó Bồ-tát y theo Bát-nhã không còn bị chướng ngại chút nào hết. Không còn nằm trong đôi đũa, trong sanh diệt nên không còn bị chướng ngại, vì vậy nói vô quái ngại. Không có đôi đũa thì còn gì sợ sệt, vì vậy nói vô hữu khủng bố.

Không những riêng Bồ-tát mà ba đời chư Phật cũng nương Trí tuệ Bát-nhã mà được giác ngộ viên mãn. Nói tới Bát-nhã là nói tới Phật, nói tới Bồ-tát chớ không phải nói tới Thanh văn, Duyên giác. Cuối cùng của Bát-nhã là đoạn mà nhiều người nghi ngờ nhất, vì nói thần chú. Điểm này có lẽ tại các nhà phiên dịch, thời xưa ở Ấn Độ rất trọng thần chú. Họ thường dùng thần chú trị quỷ thần, trị những con rắn độc, cạp sói v.v... vì vậy nói Bát-nhã trị được tất cả bệnh cũng như thần chú linh thiêng nhất. Trí tuệ Bát-nhã rất mạnh, có giá trị bằng tất cả các thần chú. Các nhà phiên dịch muốn cho linh thiêng, họ

để nguyên câu chữ Phạn. Chớ thật ra câu “yết-đế, yết-đế, ba-la yết-đế, ba-la-tăng yết-đế, bò-đề tát-bà-ha”, có nghĩa là qua bờ kia, qua bờ kia, qua đến bờ kia. Bờ kia là bờ giác ngộ. Đứng bên bờ mê qua tới bên kia là bờ giác ngộ vậy thôi. Hiểu vậy mới thấy tinh thần Bát-nhã rất sâu, rất kỳ đặc chớ không phải thường.

Chúng ta tụng Bát-nhã hằng đêm để nhắc tới nhắc lui, nhớ mình đang đi con đường đó, chớ không phải tụng cho Phật nghe. Bây giờ tôi thấy nhiều vị tụng kinh cho hay, cho Phật nghe. Thật ra tụng kinh là lặp đi lặp lại lời Phật dạy cho thâm nhập vào tâm, nhớ điều mình nguyện làm, đang hướng đến. Đó là chỗ rất quan trọng, rất thiết yếu. Chúng ta phải thâm nhập được lý kinh thì việc tụng kinh mới có giá trị.

Kinh Bát-nhã bên chữ Hán có sáu trăm quyển. Lúc trước tôi ngồi đọc sáu trăm quyển đó, mới thấy Bát-nhã Tâm Kinh cô đọng lại toàn bộ sáu trăm quyển kinh Bát-nhã. Cho nên chữ Tâm Kinh có thể dịch là kinh tim. Bởi vì trong sáu trăm quyển Bát-nhã, bài kinh này rút hết trọng tâm, cô đọng lại toàn bộ ý chánh của kinh. Con người mình tim nằm giữa cung cấp máu khắp châu thân. Chữ tâm là tim, một bộ phận quan trọng bậc nhất trong cơ thể con người. Nếu nói tâm kinh là kinh ruột thì không diễn đạt được hết tầm vóc trọng yếu của nó. Vì ruột đâu có cung cấp máu lên xuống khắp châu thân như tim. Cho nên chữ tâm dịch là tim, quả tim của sáu trăm quyển Bát-nhã.

Ngày 21 tháng 7 nhuận, mùa an cư năm 1968, buổi khuya tôi ngồi thiền sáng được lý sắc không bất nhị, sắc không không hai, sắc tức thị không không tức thị sắc. Sáng được lý này tôi vui gần ba ngày. Sau đó tôi đọc Tạng kinh, nhất là những bài kinh về thiền thấy hiểu không khó như ngày xưa nữa. Tôi nghĩ mình có duyên với thiền, ngang đây dạy tu thiền được, nên mở cửa thất thành lập Tu viện Chân Không dạy Tăng Ni tu thiền. Nhưng đến bây giờ tôi mới thấy được tướng không này. Từ ngày đó đến giờ xa bao nhiêu?

Nói thế để quý vị thấy tu thiền mà không đạt được lý Bát-nhã thì không thấu đáo. Vì sao? Ngày xưa tôi thường nhắc câu Thiền sư Huyền Giác hay nói: *Chứng thực tướng vô nhân pháp, sát-na diệt khước A-tì nghiệp. Nhược tương vọng ngữ cuồng chúng sanh, tự chiêu bạt thiết trần sa kiếp.* Nghĩa là người nào chứng được thực tướng rồi thì không còn nhân, pháp. Người đó chỉ trong chớp mắt diệt hết tội dưới địa ngục A-tì. Nếu tôi nói dối chúng sanh xin chịu tội bị cắt lưỡi dưới địa ngục trải vô số kiếp. Câu này làm tôi hơi rùng mình. Tại sao Thiền sư dám khẳng định và dám chịu tội tới như vậy? Bây giờ tôi mới thấy rõ. Thực tướng là không còn ngã, không còn có cái ta, bây giờ nhận cái thể không là mình, thể không thì còn tướng gì? Cho nên không có mình, không có người. Không có mình, không có người thì cái gì dẫn xuống địa ngục. Nếu còn thấy mình mới bị nghiệp dẫn, mình không có thì còn gì mà dẫn? Cho nên chỉ trong chớp mắt qua khỏi địa ngục A-tì. Đó là một lẽ thật.

Chúng ta thấy con đường này rất kỳ đặc, đi sâu vô lý Bát-nhã mới nhận ra điều đó.

Dưới đây là biểu đồ tôi phác họa để chỉ cho quý vị thấy rõ đầu đuôi, gốc ngọn của hai con đường: Con đường trầm luân sanh tử và con đường giải thoát sanh tử.

Như tôi đã nói, những điều tôi tìm thấy trong thời gian qua, tôi lập thành một bản đồ để làm phương tiện cho Tăng Ni tu hành. Khi nhìn lên bản đồ, quý vị tự thấy con đường của mình đi, đi đường nào biết đường đó, không nghi ngờ nữa. Biểu đồ này tôi đặt

tên **Biểu đồ hai đường trầm luân sanh tử và giải thoát sanh tử**. Một bên trầm luân, một bên giải thoát, ai chọn đường nào thì đi đường đó. Tôi chỉ rõ như thế để quý vị đừng lầm con đường mình đã chọn.

Con đường được tô màu hồng tượng trưng cho tâm không sanh diệt, con đường tô màu đen tượng trưng cho tâm sanh diệt. Trên biểu đồ, chúng ta thấy có cái ngã ba, nếu đi theo con đường đen xuống mãi là đi trong luân hồi lục đạo, không có ngày ra khỏi. Nếu tách theo con đường màu hồng là đường tắt đi thẳng tới giải thoát. Tuy nhiên, còn một ngã tách nữa cũng giúp chúng ta tu giải thoát, nhưng có thứ lớp theo Ngũ thừa Phật giáo. Đó là con đường tô màu vàng.

Như tôi đã nói, khi chúng ta nhận tướng không sắc chất, tức cái không làm thân và tâm không sanh diệt làm tâm thì sẽ đi tắt con đường màu hồng là đường không sanh diệt. Tại sao? Vì tâm không sanh diệt không thể nào đi trên con đường sanh diệt được, phải đi đường không sanh diệt. Tâm không sanh diệt đi đường không sanh diệt, hợp với tướng không của các pháp.

Tâm không sanh diệt còn gọi là Chân tâm, nó sẵn nơi mình, không phải tìm kiếm ở đâu hết. Nó ra sao? Chúng ta thường lơ đãng, chỉ biết cái nổi động mà quên cái chìm ẩn. Như khởi nghĩ thì nổi, nghĩ vấn đề gì có hình tướng rõ ràng, rồi đi theo dòng suy nghĩ đó sanh diệt liên miên. Nếu buông hết những khởi niệm lúc đó mình còn tâm không? Khởi niệm là tâm sanh diệt, lặng hết niệm là tâm Chân như không sanh diệt. Như vậy khi buông hết niệm, còn lại tâm không sanh diệt.

Khi quý vị ngồi chơi một mình không tưởng gì hết, mắt có thấy, tai có nghe, những biến động chung quanh có biết không? Cái biết đó có suy nghĩ không? Chúng ta có sẵn cái biết, không đợi suy nghĩ mới biết. Cái biết sẵn đó lặng lẽ, không dây động, là cái biết chân thật. Nó không bao giờ vắng thiếu lúc nào mà mình quên. Tại sao quên? Tại vì chạy theo suy nghĩ, theo tâm nông nổi, nghĩ chuyện này tới chuyện kia liên miên cả ngày, thành ra đâu có nhớ tâm lặng lẽ. Tâm suy nghĩ nhớ chuyện dễ thương, chuyện dễ ghét, nhớ cái phải, cái quấy, cái hơn, cái thua, cái được, cái mất... Như vậy cứ loanh quanh trong được mất, hơn thua, phải quấy, mà quên mất cái thật của chính mình.

Phải quấy, hơn thua là những nhân tạo nghiệp để đi trong luân hồi sanh tử. Cho nên tâm sanh diệt đó là cái tâm đưa mình đi trong luân hồi lục đạo. Tôi gọi là con đường trầm luân. Như vậy con đường trầm luân ai tạo cho mình? Chính mình đi theo nó quen rồi, có thể quen từ muôn thuở chứ không phải mới đây. Cho nên ngồi lại trong đầu cứ nghĩ chuyện này tới chuyện kia, hơn thua, phải quấy đủ thứ hết. Nhiều khi đi ngủ cũng không chịu ngủ nữa, nhớ ai đó nói hơn, nói thua với mình, như vậy mà loanh quanh hoài. Vì tâm điên đảo đó mà chúng ta luân hồi sanh tử. Có bao giờ ngồi lại tĩnh lặng, buông hết mọi việc đâu?

Trong tất cả pháp tu của Phật, pháp nào cũng để dứt tâm luân hồi. Niệm Phật thì nhất tâm để tâm sanh diệt dừng. Tu Mật tông tụng thần chú thì quên nghĩ. Tu thiền thì ngồi thiền thấy vọng tưởng liền buông. Tất cả pháp tu đều cốt làm sao đừng được tâm sanh diệt, hết tạo nghiệp sanh tử. Còn theo tâm sanh diệt thì còn sanh tử, nên gọi là đi trên đường trầm luân không có ngày cùng.

Bây giờ muốn biết người nào còn sanh tử, người nào có thể hết sanh tử dễ lắm, không có gì khó. Như hỏi “anh sợ chết không”, đáp “sợ”, người đó sẽ đi trên đường sanh

tử, vì sợ mất thân nên tiếp tục tìm kiếm thân khác nữa. Chùng nào hỏi “anh sợ chết không”, đáp “chết là trò chơi, chết là vui”, người đó hết sanh tử. Quý vị tự kiểm lại xem mình thuộc loại nào? Sợ chết hay chết là vui? Người thấy chết là vui vì buông được một gánh nặng, bỏ được cái thân thú. Phật dạy chúng ta quán quá nhiều mà rồi cứ tiếc!

Tất cả chúng ta muốn ra khỏi luân hồi sanh tử thì đừng chạy theo tâm sanh diệt để tạo nghiệp sanh tử, phải dừng tâm đó. Vì vậy mọi pháp tu trong nhà Phật đều bắt phải lặng tâm sanh diệt. Lặng gọi là định hoặc nhất tâm. Không ai bắt buộc chúng ta phải đi mãi trên con đường sanh tử, mình có quyền tách sang con đường khác. Tách theo con đường không sanh diệt thì sẽ không còn sanh tử nữa.

Ngày xưa học kinh, tôi thấy trong kinh nói người tu từ sơ phát tâm cho đến thành Phật phải trải qua ba a-tăng-kỳ kiếp. A-tăng-kỳ tức là vô số, phải trải qua ba vô số kiếp mới thành Phật. Định nghĩa ba vô số kiếp là tính từ các địa vị của Bồ-tát: Thập tín, Thập trụ, Thập hạnh, Thập hồi hướng, rồi Tứ gia hạnh. Qua mấy cấp đó là được vô số kiếp thứ nhất. Từ Sơ địa tới Bát địa Bồ-tát là vô số kiếp thứ hai. Bát địa tới Đẳng giác Diệu giác là vô số kiếp thứ ba. Như vậy quý vị nghĩ mình tu chùng nào mới thành Phật?

Thêm một điều nữa, chỗ vô số này không thể tính được. Tại sao? Phật Thích-ca có dẫn một ví dụ cụ thể, như Ngài tu một lượt với Bồ-tát Di-Lặc. Bồ-tát Di-lặc thích đi chơi, tới nhà người sang giàu, còn Ngài chăm chỉ, cố gắng tu nên đã thành Phật trước. Tới bây giờ mà ngài Di-lặc còn ở cung trời Đâu-suất làm Bồ-tát. Như vậy thời gian tu không cố định, quan trọng ở sự nỗ lực của mình, mạnh mẽ thì vượt qua mau, lười biếng thì chậm trễ dài lâu. Cũng như học trò ở trường, từ lớp một, lớp hai, lớp ba v.v... lên dần, nhưng đứa nào học giỏi thì có thể một năm nhảy hai lớp, còn đứa nào học dở có thể hai năm ngồi một lớp. Lớp có nhất định, nhưng nhảy được hay không tùy theo khả năng của mỗi người. Ai tối tăm thì học nhiều năm, ai sáng suốt thì học mau. Vì vậy mà có từ vô số kiếp, thời gian dài lâu không thể tính kể ấy là do chúng ta quyết định, chớ không phải ai hết.

Trên đường tu chúng ta phải trải qua ba vô số kiếp dài vô kể, quý vị có ngán không? Học tới Thiên tông tôi giật mình, khi nghe chư Tổ nói “tức tâm tức Phật”. Tâm mình là Phật, mê là chúng sanh, giác là Phật. Quên tâm chạy theo cảnh đó là mê, là chúng sanh. Biết trở lại Tâm chân thật của mình là giác, là Phật. Gàn quá, làm sao mình tin được? Kinh sách nói phải trải qua ba vô số kiếp, trong khi nhà Thiên lại nói chỉ giác trở lại Tâm chân thật của mình, sống được với nó thì thành Phật.

Hồi xưa trong Thiên sử Trung Hoa kể, có một ông làm đồ tể khá lâu, sau ông bỏ nghề đi tu. Ông có làm bài kệ:

Tạc nhật dạ-xoa tâm,
Kim triều Bồ-tát diện.
Bồ-tát dữ dạ-xoa,
Bất cách nhất điều tuyền.

Nghĩa là:

*Hôm qua tâm dạ-xoa,
Ngày nay mặt Bồ-tát.
Bồ-tát với dạ-xoa,
Không cách một đường tơ.*

Như vậy thành Phật đâu có khó. Khi nói ba vô số kiếp chúng ta thấy ngán thôi là ngán, nhưng nói mê là chúng sanh, giác là Phật thì ta không ngán nữa. Mê giác từ đâu ra? Từ tâm ra. Thấy mình thật, cảnh thật, chạy theo vọng tưởng cho đó là tâm thì mê. Bây giờ biết thân này không thật, cảnh bên ngoài hư dối, sống được với tâm không sanh diệt của mình là Phật. Nhanh như trở bàn tay. Chính trong bản đồ này tôi đã vẽ rõ.

Đi theo con đường không sanh diệt, tướng không sắc chất, không còn ngã, không còn pháp, đó là tới mục thứ tám trong mười bức tranh chăn trâu: trâu và chăn đều quên. Qua mục thứ chín là trở về nguồn cội, tu đến không còn ngã, không còn pháp thì tới giai đoạn thể nhập Pháp thân, gọi là chim bay về tổ, lá rụng về cội. Đó là bức tranh thứ chín. Nhiều người buồn, vì tu mà nhận cái không làm thân. Nhận cái không làm thân với quán không, hai thứ khác nhau, chúng ta đừng lầm. Nhận không làm thân là biết trong thân đã sẵn có cái không rồi, không này với không bên ngoài chẳng hai. Cái không làm thân nên nó đã sẵn nơi mình, khi nhắm mắt chúng ta thể nhập với cái không khắp bầu trời này làm thân, vì vậy nói Pháp thân trùm khắp. Khi nhận cái thân đó làm mình thì chim bay về tổ, lá rụng về cội. Thiền sư Huyền Giác nói:

Pháp thân giác liễu vô nhất vật
Bản nguyên tự tánh thiên chân Phật.

Nó là nguồn gốc, là tánh sẵn của mình, là ông Phật không cần tu. Thiên chân còn được gọi là Phật tánh.

Khi không chấp thân tứ đại thật, nhận cái không trong tứ đại này là mình thì tâm không sanh diệt hòa nhập với cái không, nhắm mắt chúng ta có được thân trùm khắp. Đó là Pháp thân. Nhiều Phật tử than: “Thầy tu kiểu đó chắc tụi con bơ vơ”, vì lúc đó không có hình tướng, tâm không suy nghĩ, thì đâu làm lợi ích cho ai. Nhưng quý vị nên nhớ, trong mười bức tranh chăn trâu, còn mục thứ mười là buông thõng tay vào chợ. Đây là Ứng thân hoặc Hóa thân. Khi chúng ta nhập được Pháp thân rồi thì tùy nguyện độ sanh. Nguyện độ sanh thì dùng Ứng thân hay Hóa thân, chớ không phải bỏ chúng sanh bơ vơ.

Chúng ta đi theo con đường Ngũ thừa, tu tới ba vô số kiếp là vì một đời tu chưa xong nên tiếp tục sanh đời thứ hai tu tiếp. Nhưng thử đặt lại câu hỏi, đời này chúng ta sanh ra trong sạch từ thuở bé tới lớn hay cũng có tội lỗi? Dù tu sớm hay muộn gì cũng có tội lỗi ít nhiều. Người không sát sanh hại vật cũng phạm lỗi này lỗi nọ. Qua đời sau trả hết nợ cũ mới tu tiếp nên rất chậm, có khi trực trặc, tuột lên tuột xuống nhiều lần. Thiếu gì người phát tâm cạo tóc vô chùa, đó là họ có duyên trước nhưng rồi trực trặc tuột xuống. Sau trở lại tu nữa nhưng chưa chắc đi luôn được. Cứ tuột lên tuột xuống hoài nên ba vô số kiếp là vừa. Còn đi đường này là đi thẳng, lấy hư không làm thân thì còn tham trước cái gì? Tất cả pháp thế gian là mộng là huyễn, như kinh Kim Cang Phật nói “thấy tất cả pháp như mộng huyễn, bọt bóng”. Chúng ta chỉ một bề đi thẳng.

Hai con đường đi tắt và đi quanh rõ ràng, quý vị muốn đi đường nào? Chắc muốn đi đường quanh nhiều hơn. Đa số nói tu gieo nhân đời sau tu nữa, ít ai phát nguyện ngay đời này phải giác ngộ. Quý vị quên rằng mỗi một đời như vậy có duyên thuận duyên nghịch đủ cả. Yếu yếu một chút gặp duyên nghịch thì té nhào, không biết tuột lên tuột xuống bao nhiêu lần mới bước lên được bước sau? Nếu chịu đi thẳng một cái thì hết sức đơn giản. Tại sao đơn giản? Như ngài Huyền Giác đã nói trong bài kệ Chứng Đạo Ca:

Chứng thật tướng vô nhân pháp,
Sát-na diệt khước A-tì nghiệp.
Nhược tương vọng ngữ cuồng chúng sanh,
Tự chiêu bạt thiết trần sa kiếp.

Ngài nói nếu mình tu thẳng một đường, không còn nhân, không còn pháp thì nhảy thẳng vô cái thật tướng. Bây giờ thấy thân là hư không, thì cái gì lỗi mình trả nợ trước? Còn thân mới trả nợ, vô đó không còn thân cũng không còn pháp, cho nên tới đây không còn trâu không còn chăn, đi thẳng cái một. Khởi qua từ một, hai, ba cho tới tám, mà thẳng vô vòng tròn. Thấy mình là hư không thì bao nhiêu nợ nần hết người đòi, hết người trả. Rõ ràng chỉ trong chớp mắt nghiệp địa ngục cũng tiêu. Nếu đi đường kia phải trả đủ, thiếu bao nhiêu trả bấy nhiêu mới lên được. Quý vị muốn đi đường nào tự chọn. Đây là con đường thật dễ mà cũng thật khó.

Trong biểu đồ vẽ rõ, đi con đường không sanh tử, ngang qua vòng tròn là chỉ không còn ngã, không còn pháp. Tới đó không phải hết mà sau thể nhập Pháp thân. Từ thể nhập Pháp thân rồi có Ứng hóa thân độ chúng sanh, độ như thể bảo đảm không tuột xuống. Ứng thân hoặc Hóa thân làm được gì thì làm, không làm liền ỉn mát, vì đó là thân ứng hóa lưu xuất từ Pháp thân nên không sợ bị nghiệp dẫn. Còn bây giờ mình độ người ta bị người ta độ lại, là vì mình còn thân nghiệp, chưa vượt qua được. Xét kỹ con đường tắt rất khó đi, nhưng đi được thì bảo đảm.

Vì vậy Thiên tông nói điều đạo cũng gọi là huyền đạo, tức đường mâu nhiệm. Điều đạo là đường chim. Tại sao nói đường chim? Bởi vì đi dưới đất đường mòn, đường xe gì cũng quanh co, chỉ có đường chim là đi thẳng cái một, không ghé trạm nào hết. Ở đây chúng ta hiểu cho thật rõ thì mới hiểu được lời Phật dạy trong kinh. Kinh nói chúng ta tu theo thứ bậc, từ cấp một, cấp hai lên lần lần tới các bậc Sơ địa, Thập địa, Đẳng giác, Diệu giác là thành Phật. Còn nhà thiên nói mê là chúng sanh, ngộ là Phật, không cấp bậc gì hết. Tu như vậy rút thời gian nhiều ít? Bởi vì Thiên tông là chỉ thẳng, đi thẳng chớ không quanh co.

Người dám buông thân, không còn một niệm nào đeo đẳng với thân tứ đại nữa mới đi thẳng được. Cho nên đường chim dành cho những người can đảm cùng mình mới nhảy vọt lên nổi, hơi nhút nhát thì đi không nổi. Ai đi không nổi thì đi theo đường Ngũ thừa Phật giáo. Chủ yếu của Phật giáo từ Trung Hoa sang Việt Nam, các Thiên sư dạy đi đường chim. Như có người hỏi Tuệ Trung Thượng Sĩ, một Thiên sư Việt Nam:

- Làm sao giải quyết được sanh tử?

Ngài trả lời:

Trường không túng sử song phi cốc,
Cự hải hà phòng nhất điểm âu.

Dịch:

*Trên trời thoảng có đôi vành chuyển,
Giữa biển ngại gì bọt sóng xao.*

Nghĩa là Pháp thân thênh thang như hư không, sanh tử giống như hai bánh xe quăng trong hư không, có nghĩa lý gì. Pháp thân như biển cả, sự sanh diệt của thân này giống như hòn bọt giữa biển, chẳng đáng vào đâu. Nhận chân được Pháp thân thênh

thang rồi thì đối với sự sanh tử xem như trò chơi. Nên Thiền sư nói *sanh như đắp chăn đông, tử như cởi áo hạ*, không có gì đau khổ. Còn chúng ta sanh khổ tử cũng khổ, lung tung khổ. Tổ Pháp Loa khi sắp tịch, đệ tử vây quanh hỏi Ngài tịch sẽ đi về đâu. Ngài nói kệ đáp:

Vạn duyên tài đoạn nhất thân nhân,
Tứ thập dư niên mộng huyễn gian,
Trân trọng chư nhân hưu tá vấn,
Na biên phong nguyệt cánh man khoan.

Dịch:

*Muôn duyên đoạn dứt một thân nhân,
Hơn bốn mươi năm giấc mộng tràng,
Nhấn bảo mọi người thôi chớ hỏi,
Bên kia trăng gió rộng thênh thang.*

Tuệ Trung Thượng Sĩ cũng nhìn thấy như vậy. Ngài là cư sĩ mà thấy tội lỗi thật, nên khi sắp tịch, mấy bà hầu khóc lóc, Ngài mở mắt rầy:

- Ta đi có nơi về có chốn, các người khóc lóc chỉ cho loạn chân tánh của ta?

Nghe vậy mấy bà nín khóc, Ngài rửa mặt súc miệng rồi nằm xuống đi. Các ngài đi có nơi về có chốn, còn chúng ta tu nhiều năm mà sắp đi không biết đi đâu, hồi hộp lo lắng. Đó là vì chưa có chỗ, chưa biết nơi mình đi. Gần đây tôi dám tuyên bố chết tôi sẽ cười chớ không khóc, hồi xưa tôi không dám nói điều này. Tại sao? Vì hồi xưa chưa biết mình đi chỗ nào, tới đâu, làm sao dám cười. Còn bây giờ tôi biết rõ đường đi rồi, không còn bận rộn như trước nữa. Chúng ta bỏ thân này như người gánh nặng được buông xuống, như mang thây thúி quăng đi, quăng được quá nhẹ nhàng, không cười sao được? Thấy rõ chỗ mình đến thì hết sợ sệt, còn không thấy thì rất lo sợ.

Như vậy trên đường tu, chúng ta có thể đi thẳng một mạch đến nơi đến chốn, mà cũng có thể trái qua ba vô số kiếp. Không biết ba vô số kiếp hay nhiều hơn nữa, vì cứ tuột hoài, leo lên tuột xuống không biết chừng nào. Cho nên ở đây tôi chỉ thẳng con đường tắt là điều đạo hay huyền đạo, quý vị đi theo được thì việc tu bảo đảm đến nơi đến chốn.

Nhập Niết-bàn là vô sanh. Hư không là vô sanh, tâm mình không sanh không diệt, hai cái hòa nhập nhau thì gọi là nhập Niết-bàn, không còn sanh tử. Trong chỗ lặng lẽ không sanh tử đó tùy duyên ứng hóa độ chúng sanh, nên bao nhiêu nợ nần Phật tử đừng sợ mất, lúc đó chúng tôi sẽ tùy hóa tùy hiện mà độ. Tôi đã chỉ rõ ràng những lối đi như vậy. Có một lối đi tắt là đường chim, ai muốn đi thì đi, còn không thì đi đường vòng, đường bộ. Cứ lục tục mà đi, mệt thì ghé bụi ghé bờ nghỉ rồi đi tiếp, còn đường chim đi thẳng một mạch, không dừng ở đâu hết. Con đường đó nhà thiền gọi là trực chỉ. *Trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật*, nhận ra Bản tánh mình, ngay đó là Phật, chớ không đi đâu xa.

Như vậy Phật thị hiện Ứng thân, Hoá thân là thân còn sanh diệt, Pháp thân mới thật là thể, trùm khắp không sanh diệt. Quý vị nghĩ kỹ rồi chọn đường đi. Đường tắt thì đi thẳng, đường vòng thì đi trong sanh tử nhưng cũng nguyện tu đến giải thoát mới thôi. Đường vòng còn thấy tứ đại thật, nên mất thân này kiếm thân khác, tuy nhiên mục đích cứu kính vẫn là giải thoát sanh tử.

Trên biểu đồ, con đường tô màu vàng tu theo Ngũ thừa Phật giáo, cũng sẽ dẫn đến giải thoát, nhưng trải qua phương tiện và các thứ lớp. Tuy chúng ta còn mượn sắc chất, còn có sanh tử nhưng theo Phật dạy, ta tu từ Nhân thừa, Thiên thừa, Thanh văn thừa, Duyên giác thừa, cuối cùng tới Bồ-tát thừa. Đi đường này phải trải qua ba a-tăng-kỳ kiếp tức vô số kiếp. Mặc dù trải qua số kiếp nhiều như vậy, nhưng người giữ vững tâm tu hành chân chánh, đời này tiếp đời khác, tu mãi từ thấp lên cao. Từ Nhân thừa tiến lên Thiên thừa, Thanh văn thừa, Duyên giác thừa, cuối cùng là Bồ-tát rồi thành Phật.

Nhiều người cho đường vòng dễ đi hơn đường thẳng. Dễ thì có dễ nhưng thời gian dài quá, không biết bây giờ mình đang ở kiếp thứ mấy? Kiếp một, kiếp hai, kiếp ba hay là chưa có kiếp nào, mới bắt đầu chuân bị thôi. Tính ba vô số kiếp là kể từ Thập tín Bồ-tát, không biết mình đã lọt vào Bồ-tát Thập tín chưa? Cho nên đường này rất dài, rất xa. Nếu đời này chúng ta tu hành tương đối tốt, nhưng thấy thân còn thật, thấy tâm niệm thanh tịnh là thật thì cũng còn niệm, nên vẫn còn đi trong sanh tử.

Không ai bắt buộc chúng ta đi trong sanh tử, tự mình gieo trồng nhân sanh diệt thì đi theo sanh diệt, sanh diệt từ thấp lên cao. Nếu chúng ta đi thẳng vào vô sanh thì không có cao thấp, không có thứ bậc. Vì vậy nói “tức tâm tức Phật”, hoặc nói “hôm qua tâm dạ-xoa, hôm nay mặt Bồ-tát”, chuyên cái một. Hiểu thế rồi mới hiểu được lời nói của các Thiên sư, nếu không chúng ta không hiểu tại sao kinh nói một đàng, nhà thiền nói một ngả.

Như vậy để thấy đường tu không phải duy nhất một lối mà có nhiều lối. Nói tới Thiên tông là nói tới con đường thẳng tắt. Lúc trước tôi hướng dẫn quý vị tu thấy vọng liền buông, đó là đường tắt hay đường quanh? Chúng ta lâu nay cho vọng tưởng là tâm mình nên nó khởi nghĩ liền theo. Bây giờ nó dấy lên mình biết giả dối không thật, nó lặng xuống thì tất nhiên cái thật hiện ra. Nhưng lối này vẫn còn trâu, còn chăn, tập từ từ chớ không nhảy cái một như cách mới. Ban đầu như nó, điều khiển dần dần tới chừng nó thuần thực, rồi mới đến mất trâu mất chăn. Còn cách mới đi thẳng cái một, không còn trâu, không còn chăn, không có thứ tự. Cũng tu theo Thiên tông mà một bên có thứ bậc, còn một bên không thứ bậc. Tuy nhiên, không phải ai cũng đi thẳng được. Thiên sư Huyền Giác nói không phải một đời tu xong, mà đã có chúng tử nhiều đời rồi, đến đời cuối mới có khả năng nhảy vọt. Chúng ta tu phải hiểu cho thật kỹ con đường mình đang đi, nếu không sẽ chẳng đạt được kết quả mình mong muốn.

Ngày xưa tôi hơi nặng về mười mục chăn trâu, đi từ tìm trâu rồi gập trâu, xỏ mũi, điều phục nó v.v... tại vì tôi không thấy rõ lối tắt một cách cụ thể. Gần đây thấy được lối tắt một cách rõ ràng, tôi mạnh dạn nói ra lối tu mới này. Chúng ta cứ cho rằng thật tướng là những tướng mắt thấy, tay xúc chạm được, không ngờ hư không trống rỗng này là tướng thật. Cái bàn duyên hợp, cái không trống rỗng này duyên nào hợp? Không có duyên hợp, cho nên không có gì thay đổi nó được hết. Vì vậy kinh Bát-nhã nói thật tướng là vô tướng. Nếu chúng ta nhận chân được thật tướng, thì không còn sợ sệt nữa, sẽ đi đường tắt được.

Nhiều người hoang mang “hư không có cái gì đâu mà nhận làm mình”. Hư không mới nhìn thì như không có gì, nhưng thật sự nó chứa đủ tất cả. Thế giới này hoại, thế giới kia thành. Hoại đi đâu? Cũng trở về hư không. Như chúng ta thấy tất cả những làn sóng điện có đầy trong hư không, nên người ta mới gửi thư từ sách vở qua phương tiện này.

Cho nên đừng bảo hư không là không ngộ. Tâm chúng ta thênh thang như hư không nên diệu dụng của nó cũng không thể lường nổi.

Khi đạt được lý đạo, tu đến nơi đến chốn, chúng ta sẽ thấy con đường lâu nay mình sợ chính là con đường rất quan trọng, cần phải biết để mà đi. Tuy nhiên, muốn đi điều đạo, đòi hỏi chúng ta phải nhận hư không là mình, chớ không nhận tứ đại là mình. Nhận hư không là mình không phải chuyện khó, khó nhất là tâm phải như như. Tôi nhớ Hòa thượng Phước Hậu nói:

*Kinh điển lưu truyền tám vạn tu,
Học hành không thiếu cũng không dư,
Đến nay tưởng lại chùng quên hết,
Chỉ nhớ trên đầu một chữ “như”.*

Còn một chữ “như” thôi mới đi điều đạo được, bởi vì nếu dùng tâm sanh diệt thì tựa vào hư không không hợp, cho nên phải là tâm như như mới được. Muốn làm được việc lớn phải dồn hết tâm lực, bên ngoài không việc bên trong mới buông sạch. Cho nên người tu rất ngại chạy theo việc bên ngoài, sự tu hành của mình khó được như ý. Muốn tâm như như phải thường ở trong lặng lẽ mới như nổi. Tâm còn lăng xăng lộn xộn hoài thì biết chừng nào mới như?

Đức Phật dạy rõ ràng, đường tắt đường quanh có đủ. Người không đi nổi đường tắt thì đi đường quanh, chớ đừng có đi mãi trong đường luân hồi. Đường luân hồi đầu mỗi là vô minh. Chấp thân thật là vô minh, nên mắt nó phải chạy tìm thân khác. Những bộ kinh hệ A-hàm, Phật đều nhắm thẳng phá chấp thân là thật bằng cách bắt chúng ta quán thân bất tịnh, quán tâm vô thường, quán thọ là khổ v.v... để ta chán chê, đừng thấy nó thật nữa khả dĩ mới thoát được. Trong Thập nhị nhân duyên, Phật dạy thân này duyên hợp hư giả, vô minh là gốc, nên không chấp thân.

Tới Bát-nhã, Phật dạy chiếu kiến ngũ uẩn giai không tức thân này là không, không có gì hết bởi vì nó giả hợp rồi mất, để chúng ta đừng bám vào thân cho là thật. Nhiều khi tôi nghĩ thật là vô lý, từ đầu tới chân có gì quý đâu, mà chúng ta lại yêu quý nó? Đồ tạm bợ đủ thứ nhớp nhúa mà bám vào đó, cho nó là thật rồi quý trọng, ai động tới thì có chuyện ngay.

Ví dụ trong đầu chứa gì? Chứa óc chứa não chi đó, nhưng ai vỗ lên một cái liên giện à! Linh thiêng lắm, động tới không chịu, mà tưởng cái gì quý, toàn là nhớp nhúa. Thành ra cả đời bám vào thân sợ nó mất. Đau nặng người ta nói bệnh sắp chết thì run lên run xuống, làm sao không chìm trong luân hồi được. Cái dòng luân hồi sanh tử không phải ai bắt mình đi, mà chính sự mê lầm của mình dẫn mình đi.

Quý vị thấy thân này từ lớn đến nhỏ, có ai khỏi chết đâu. Cái chết là cái phải đến không nghi ngờ tí nào hết mà sợ. Phải chi riêng phần mình chết, người khác không có thì nên sợ, chết là cái chung ai cũng có tại sao lại sợ? Cái phải đến cứ đến, cười với nó thôi. Đó là vì con người mê lầm cho thân này thật, khi mất nó mới hoảng hốt. Người nào thấy thân không thật là đã có trí tuệ rồi. Thấy thân không thật là giác, từ giác phá được vô minh. Nếu thấy thân thật là vô minh, nên chìm mãi trong sanh tử.

Quý vị đừng nghĩ tu có trí tuệ là sáng lên cái gì, không phải. Thấy đúng như thật thân này tạm bợ giả dối, không nghi ngờ đó là đã bước một bước khá dài trên con đường giác ngộ. Biết thân không thật là có trí tuệ. Do có trí tuệ nên bớt tham, bớt sân, bớt si.

Nếu thấy thân thật thì còn mê lầm, nên sanh ra tham, sân, si. Thật ra si là đầu mối rồi mới tới tham, sân. Song người ta thường sợ sân, chớ không sợ si. Sợ mình nóng quá, mình hung dữ mà không nhớ mình mê lầm. Từ mê lầm kèm chế không được mới dẫn tới tham, sân.

Nói tham, sân, si là nói theo chữ Hán; chữ Việt nói si, tham, sân. Si là gốc trầm luân sanh tử, phải thấy thật rõ như vậy. Ai tu cũng nguyện giải thoát sanh tử mà không bỏ si tức là không bỏ vô minh, làm sao giải thoát được? Tôi thấy nhiều người tu cũng cần mẫn lắm nhưng ai động tới thì biết. Cần mẫn mà không bỏ si, hơn nhau từ lời nói, từng hành động, từng món đồ con con, cãi nhau um sùm, thật chẳng ra gì.

Quý vị phải nghĩ tới đời tu của mình là tối quan trọng. Người đang mê chìm trong luân hồi sanh tử, chúng ta tỉnh thì phải thoát ly sanh tử. Tỉnh mà cũng đi theo cái mê của người khác, như vậy uổng đi một đời tu, không có giá trị gì. Không nuôi cha nuôi mẹ, không làm lợi ích xã hội, chỉ lo tu mà không chịu tu, thật không hiểu nổi. Đó là những điều tôi thấy cần phải cảnh tỉnh, nhắc nhở Tăng Ni đừng lầm lẫn như vậy. Đi tu là để thoát ly sanh tử, không chấp nhận đi trên đường trầm luân, phải đi trên đường giải thoát. Muốn giải thoát trước phải phá si mê, si mê bớt tham sân mới bớt. Tiến theo con đường này chúng ta sẽ cứu được mình, cứu được nhiều người.

Người tu phải cương quyết một đời này làm cho xong. Nếu đời này không xong, ít ra cũng liên tục năm ba đời, quyết cho rồi, chớ không nên chần chờ. Tôi nhắc lại, đường trầm luân có lục đạo luân hồi. Trên là cõi trời, kể a-tu-la, người, súc sanh, ngạ quỷ, địa ngục. Nếu để tuột xuống tới địa ngục thì thôi, chịu khổ không biết tới đâu. Ngạ quỷ, súc sanh cũng không sướng ích gì. Làm người thì khả dĩ tương đối, còn a-tu-la tuy có phước, biết làm lành nhưng nóng nảy quá nên cũng không được. Trong sáu đường, ba đường trên tương đối dễ chịu, ba đường dưới hết sức khổ sở.

Đi trong lục đạo không có gì bảo đảm. Khi được là người lương thiện giúp đời, có chút phước làm ông lớn, chừng đó lại hiểu danh hiểu lợi, tạo ra đủ thứ chuyện tội lỗi không lường trước được. Cao thấp, tốt xấu liền kề một bên, chỉ những người biết tránh mới khả dĩ không bị tuột xuống. Nhiều người thích lên cõi trời hưởng, lên đó muốn gì được nấy, nhưng hưởng hết cũng tuột xuống. Ngang đó nếu không biết tu tuột luôn tới địa ngục thì hồi hận không kịp. Cho nên sanh lên cõi trời không có gì bảo đảm, Phật không dạy chúng ta tu để lên cõi trời, mà cốt để giải thoát sanh tử.

Quý vị nghe hiểu rồi tự chọn đường đi, làm sao đời tu của mình nếu không giải thoát sanh tử được, ít ra cũng vững, không sợ lui sụt. Phật độ chúng sanh là độ như thế, chúng ta bây giờ độ hơi khác một chút. Cứ cho làm việc này việc nọ có phước là độ, thật ra độ người là làm cho họ thức tỉnh, cố gắng vượt khỏi con đường sanh tử. Tôi nói thế để tất cả hiểu việc làm của mình. Quý vị đừng lầm tại sao tu đóng cửa hoài vô ích. Chính vì muốn làm một việc có lợi ích cho mình và mọi người mà chúng ta phải miên mật tu hành.

Đời tôi không làm thì thôi, làm thì muốn làm cho đến nơi đến chốn, chớ không làm lấy có. Tu thì phải biết đường mình đi, nhất định đi cho đến đích, không thể đi lừng chừng. Tôi là người đi trước trải qua nhiều chông gai, quý vị đi sau cũng dễ hơn rồi. Tất cả Tăng Ni đã biết rõ ràng, cứ như vậy mà cố gắng.

KHÁM PHÁ ÔNG CHỦ

Thiền viện Trúc Lâm - Đà Lạt ngày 08-10-2004

Hôm nay Tăng Ni về đây nghe tôi nói chuyện, vì gần hai năm không thuyết pháp nên hơi ngán, tôi nói nhiều không được, nói từ từ chút chút thôi. Đề tài buổi nói chuyện hôm nay là **Khám phá Ông chủ**. Đơn giản vậy!

Chúng ta ai cũng có Ông chủ, nhưng hỏi Ông chủ ở đâu thì không biết. Lâu nay người tu thường mắc bệnh tìm bên ngoài hơn là quay lại mình. Giờ đây khám phá được Ông chủ là niềm vui lớn của tôi. Tôi nghĩ cũng là niềm vui chung của tất cả Tăng Ni, Phật tử. Lý do gì tôi khám phá được Ông chủ? Đó là đi sâu trong vấn đề.

Cách đây mười hai hôm, 7 giờ tối ngày 13 tháng 08 năm Giáp Thân, tôi ngồi thiền tới khoảng 8 giờ. Được yên định khoảng thời gian không biết bao lâu, tôi tự phản chiếu lại cái định của mình sao không được rõ ràng thường biết như định nghĩa Chân tâm. Vì vậy tôi hơi ngờ, không chấp nhận được. Bởi không chấp nhận nên tôi dừng lại, tỉnh táo đặt câu hỏi: “Nếu là Chân tâm của mình, đòi hỏi phải thường xuyên rõ ràng. Bây giờ mình yên định mà hơi mờ mờ không biết rõ ràng. Đó không phải là Chân tâm.”

Khi ấy tôi ngồi lại bình thường, đặt từng câu hỏi để khám phá ra Chân tâm là gì, ở đâu? Bây giờ tôi nhớ trong kinh, Phật nói Chân tâm ở ngay sáu căn, nơi sáu căn đầy đủ Chân tâm. Tôi ngạc nhiên tự hỏi: “Nơi sáu căn, làm sao mình biết được Chân tâm?” Ngồi một hồi tôi tỉnh, nhớ lại trong Duy thức học nói, niệm đầu là chân, niệm thứ hai thứ ba là vọng. Tôi nghĩ khi mắt mở ra nhìn thấy cái này, cái nọ, phân biệt tốt xấu là rơi vào niệm thứ hai. Nó đi một mạch chớ không dừng. Nếu nói Chân tâm là niệm đầu nơi sáu căn, làm sao mình giữ được niệm đầu? Vừa thấy liền chạy qua niệm thứ hai, thứ ba mất. Tôi nghĩ muốn nhận ra Chân tâm thì phải biết rõ Chân tâm.

Trong nhà Phật thường nói Chân tâm là cái thường biết rõ ràng, tỉnh táo sáng suốt chớ không mờ mờ. Như vậy khi sáu căn tiếp xúc với sáu trần mình biết rõ ràng, làm sao dừng ở chặng đầu, đó là điều quan trọng. Ngồi gẫm thật kỹ, tôi thấy bây giờ mình nên đặt thành phương tiện. Vừa nhìn chưa cần thấy cái gì, tự nhủ mắt biết thấy là Chân tâm. Biết là tâm. Thấy được cảnh, ngay niệm đầu dừng có niệm thứ hai thứ ba. Thấy biết là Chân tâm, còn thêm cái gì nữa thì quá Chân tâm rồi.

Ngay nơi sáu căn, mắt thấy - biết - dừng. Tai nghe - biết - dừng. Thân xúc chạm - biết - dừng, không cho đi qua niệm thứ hai thứ ba. Tôi sử dụng như thế thấy có hiệu nghiệm. Khi thấy nói Chân tâm, nó dừng lại. Khi nghe nói Chân tâm, nó dừng lại. Vừa khởi phân biệt nói Chân tâm, nó dừng lại. Nếu để nó đi thì nó đi luôn một mạch, chớ không dừng. Muốn nó dừng phải chặn lại, bằng cách đem Ông chủ ra chặn. Vừa thấy là Chân tâm, vừa nghe là Chân tâm, sáu căn vừa tiếp xúc với sáu trần, vừa ở niệm đầu là Chân tâm. Mới thấy Chân tâm ở sẵn nơi mình, tại vì chúng ta cứ cho qua hoài nên không thấy. Bây giờ ngay nơi niệm đầu nhận là Chân tâm thì các niệm khác không xen vào. Tôi ứng dụng tu phương pháp này thấy có hiệu nghiệm.

Trong sáu căn, nổi nhất là mắt, kế đến tai, kế nữa là thân. Đó là ba căn nổi, luôn tiếp xúc với bên ngoài. Còn mũi, lưỡi, ý thì chìm, khi có khi không. Vì vậy tôi lấy ba căn nổi làm chỗ tựa. Mắt biết thấy là Chân tâm. Tai biết nghe là Chân tâm. Thân biết xúc

chạm là Chân tâm. Biết thấy, biết nghe, biết xúc chạm đều là Chân tâm hiện tiền, không có niệm nào nữa.

Như vậy tự mình thấy mình có cái chân thật hiện tiền, chẳng phải không. Lâu nay chúng ta quên đi, thấy thì thấy cái gì, nghe thì nghe cái gì, xúc chạm thì xúc chạm cái gì... cứ tìm cái thứ hai thứ ba, từ đó dẫn mình đi luôn, quên mất cội gốc. Bây giờ vừa thấy, vừa nghe, vừa biết xúc chạm liền đặt thẳng “Chân tâm”, nó dừng ngay, không bước qua niệm thứ hai thứ ba. Đó là tự mình quay trở về với chính mình, không chạy ra ngoài nữa.

Thí nghiệm được rồi, tôi nghĩ nếu Chân tâm ở khắp sáu căn, mình biết ba căn chưa đủ. Còn ba căn kia tôi cũng dùng phương tiện như mắt biết thấy là Chân tâm, tai biết nghe là Chân tâm, mũi biết mùi là Chân tâm, lưỡi biết nếm là Chân tâm v.v... tôi đi một mạch, tới ý biết pháp trần là Chân tâm. Chỉ biết thôi, không có phân biệt. Như vậy sáu căn tiếp xúc với sáu trần, **biết** là dừng ngay. Ngay sáu căn vừa tiếp xúc sáu trần mình chận đứng, nó không chạy nữa. Tự nhiên tôi phân khởi trong lòng, nhớ lại câu chuyện ngài Đại An đến hỏi Tổ Bá Trượng:

- Bạch Hòa thượng, thế nào là Phật?

Tổ Bá Trượng nói:

- Như người cỡi trâu tìm trâu.

Chúng ta có giống cỡi trâu tìm trâu không? Phật ở ngay nơi sáu căn mà mình bỏ, cứ tìm Phật bên ngoài, khác gì cỡi trâu tìm trâu. Cho nên khi thấy được Chân tâm sẵn nơi sáu căn, chúng ta tự nhận lấy, không tìm Phật ở ngoài nữa. Đến đây tôi nhận ra cái chân thật của chính mình ngay nơi sáu căn, với điều kiện chỉ có niệm đầu thôi thì là chân, đừng để tới niệm thứ hai thứ ba là qua vọng thức rồi.

Từ hôm đó, mỗi đêm ngồi thiền tôi hết buồn ngủ. Nhớ sáu căn, nhớ ông Phật của mình, nhớ hoài hết buồn ngủ. Từ sự tỉnh táo đó tôi đi sâu thêm. Sáu căn là cái chân thật hiện có của chính mình, biết sống ngay đó là biết sống trở về với mình. Trở về với mình là biết được Ông chủ. Đến đây tôi đặt câu hỏi: “Chân tâm là gì?” Lâu nay chúng ta cứ định nghĩa, Chân tâm là Tâm chân thật của chính mình. Tâm chân thật là cái biết chân thật. Bây giờ tôi không định nghĩa mà tự hỏi: “Chân tâm là gì?” **Tôi thấy Chân tâm là Ông chủ thường biết rõ ràng, trùm khắp sáu căn, không có tướng mạo, không có sanh diệt.** Định được nghĩa đó rồi, tôi thấy mình có Ông chủ hay nói cách khác là khám phá ra Ông chủ.

Khi khám phá được như vậy, tôi thấy trên đường tu, chúng ta ứng dụng lối tu trở về với Ông chủ là lối tu gần nhất, còn những lối tu khác hơi xa hơn. Tôi nghĩ hiện mình có Ông chủ sẵn nơi sáu căn, làm sao đừng vượt qua Ông chủ, chạy đầu này đầu nọ. Tới Ông chủ là dừng, như vậy trở về không khó. Vì thế khi thấy tôi nói biết thấy, khi nghe tôi nói biết nghe, khi xúc chạm tôi nói biết xúc chạm. Biết thấy là Chân tâm, biết nghe là Chân tâm, biết xúc chạm là Chân tâm. Ngang đó nghĩ là Chân tâm thì các niệm khác không có. Cho nên tu bằng cách này gọi là đánh phủ đầu. Dem Ông chủ ra dọa, đánh cho các niệm thứ hai thứ ba chạy mất. Vừa thấy biết là thấy, nếu không biết làm sao thấy? Biết tức là thấy, thấy đó là Chân tâm, có ai chen vô được? Đẳng này mình biết liền hỏi “cái gì”, nên bị nó dẫn đi một mạch.

Tất cả những thấy, nghe... đều là biểu hiện cái chân thật của chính mình. Khi ứng dụng như vậy tôi thấy giờ ngồi thiền chỉ rỗng rã trong cái biết chân thật thôi. Thấy là Chân tâm, nghe là Chân tâm, cái gì cũng Chân tâm, cả ngày mình sống trong Chân tâm mà không hay. Tìm ra tới đó thì hết giờ ngồi thiền, tôi xả thiền rồi đi ngủ, nhưng ngủ không được. Nó phoi phoi trong lòng, nhẹ nhàng làm sao! Mới thấy lâu nay mình cứ tìm bên ngoài.

Ngồi thiền muốn định để thấy Chân tâm, nhưng định lại thấy mờ mờ. Chân tâm là rõ ràng thường biết mà thấy mờ mờ thì đâu phải Chân tâm. Vì vậy tôi không chấp nhận thấy mờ mờ, đòi hỏi rõ ràng thường biết. Muốn rõ ràng thường biết phải tỉnh táo, hơi mờ mờ không được. Lâu nay mình quan niệm hơi lệch một chút, ngồi thiền muốn được yên nên kèm, làm như bị say trong định. Định rồi có khi quên ngày quên tháng, tưởng như vậy rất tiến bộ, nhưng định như thế là quên mình.

Lần này tôi thí nghiệm, ngồi thiền bắt buộc quên hết không còn biết gì. Quả nhiên tôi quên hết. Tới hồi xả thiền, không biết này giờ mình làm cái gì. Tôi nghĩ đó là định nhưng thuộc về si định, vì định mà không biết gì. Định sáng sủa mới định trong Chân tâm. Chân tâm mà không sáng sủa thì đâu được Chân tâm. Nên đôi khi chúng ta cũng bị lầm, cứ ngỡ ai ngồi được năm ngày, bảy ngày cho là đại định. Định đó thuộc về Thanh văn, không phải định của Thiên tông. Thiên tông là định trong cái rõ ràng thường biết. Thường biết thì không quên, quên thì không định. Đó là những kinh nghiệm tôi trải qua, nhất là trong thời gian gần đây.

Từ hồi đầu năm đến giờ trong thất, tôi hơi nặng về Bát-nhã, nghiên cứu sâu về Bát-nhã. Càng đi sâu vào Bát-nhã tôi lại cảm thấy lo. Nếu thấu triệt lý Bát-nhã để tu kết quả cũng tốt, nhưng đem truyền bá nói không ai dám nghe, vì cái gì cũng không hết, tam thiên đại thiên thế giới cũng không thì cái gì có? Nếu không hết làm sao Phật tử dám tu? Cho nên đi sâu trong lý Bát-nhã chừng nào tôi thấy càng khó truyền bá. Đang băn khoăn về lẽ đó thì hôm ngồi thiền này, tôi thấy được Ông chủ hiện tiền, ai cũng có. Ông chủ đã có, mắt mắt đâu mà sợ, do đó khỏi nói lý không. Mắt thấy là Ông chủ thấy, tai nghe là Ông chủ nghe. Ông chủ hiện tiền, lúc nào cũng có.

Nhận ra như thế, tôi thấy ai cũng có thể tu được, không phải chỉ riêng một ít người thôi, vì ai cũng muốn thấy Ông chủ. Mình là chủ, muốn sống về Ông chủ của mình, đó là chuyện thích hợp. Cho nên nhận ra được lẽ thật này, tôi nghĩ đây là con đường dễ truyền bá, gần gũi với quần chúng, còn đường trước khó hơn. Đó là nói đại cương.

Bây giờ đi sâu trong Chân tâm, biết rõ mình có Chân tâm. Một bữa khuya ngồi thiền, tôi đặt câu hỏi: “Chân tâm là gì?” Thường chúng ta định nghĩa chân là chân thật, tâm là cái biết, Chân tâm là cái biết chân thật, nhưng bây giờ tôi không định nghĩa như vậy. Tôi nói Chân tâm là Ông chủ thường biết rõ ràng, trùm khắp sáu căn, không tướng mạo, không sanh diệt. Bởi không tướng mạo nên đồng với hư không, không sanh diệt nên giải thoát sanh tử. Đi tới đó mới ra khỏi dòng sanh tử. Nếu chỉ hiểu Chân tâm theo nghĩa Chân tâm thôi thì chúng ta không thấy gì là giải thoát sanh tử.

Chân tâm trùm hết sáu căn nhưng không có tướng mạo, nếu có tướng mạo làm sao trùm hết sáu căn được? Không có tướng mạo nên khi thân này hoại nó đồng với hư không, tức Pháp thân. Chân tâm không có sanh diệt, còn gì nữa mà sanh tử nên giải thoát

sanh tử. Chân tâm có đủ trong tất cả chúng ta, không hề thiếu. Có Ông chủ là có đủ khả năng đi tới giải thoát, không tìm kiếm ở đâu khác.

Như vậy biết được tột cùng gốc Chân tâm rồi, khi khởi sự tu chúng ta phải tu bằng cách nào? Khi trước đọc câu chuyện Tổ Đạt-ma, Tổ Huệ Khả, tôi lãnh hội và đề ra pháp tu. Tổ Huệ Khả thưa:

- Bạch Hòa thượng, tâm con không an xin Hòa thượng dạy con pháp an tâm.

Tổ Bồ-đề-đạt-ma nói:

- Đem tâm ra ta an cho.

Ngài Huệ Khả sửng sốt tìm tâm, tìm mãi không thấy mới thưa:

- Con tìm tâm không được.

Tổ nói:

- Ta an tâm cho ngươi rồi.

Ngài Huệ Khả lãnh hội được, thời gian sau trình:

- Bạch Hòa thượng, con dứt hết các duyên.

Tổ Bồ-đề-đạt-ma nói:

- Coi chừng rơi vào không.

Ngài Huệ Khả thưa:

- Rõ ràng thường biết, không sao được?

Tổ liền ấn chứng.

Qua câu chuyện đó, tôi thấy an tâm là quay lại tìm xem cái tâm ở đâu, biết nó không thật là an. Lâu nay chúng ta cứ cho cái nghĩ suy hơn thua, phải quấy là tâm mình, sự thật đó chỉ là bóng dáng thôi, tâm thật không phải vậy. Khi chúng ta xoay tìm lại những bóng dáng ấy mất, đó là an. Cho nên tôi hướng dẫn quý vị tu thấy vọng khởi liền buông. Buông hết nó tĩnh lặng, nhưng đi sâu trong sự tu hành trăm người tu chưa được kết quả một hai người. Tại sao? Vì thiếu Bát-nhã mà ra, do đó tôi bắt đêm nào cũng tụng Bát-nhã, nhưng tụng bằng chữ chưa thấm.

Tâm lăng xăng lộn xộn không dừng được tại vì chúng ta thấy người thật, cảnh thật, muôn vật đều thật. Người thật, cảnh thật, muôn vật đều thật thì không nhớ cái này cũng nhớ cái kia, luôn luôn tâm không an. Bây giờ muốn nó an phải thấu triệt lý Bát-nhã, người không, cảnh không, cái gì cũng không hết, tự nhiên an liền. Muốn tu có kết quả tốt phải ứng dụng Bát-nhã triệt để, ứng dụng triệt để Bát-nhã rồi, không muốn an nó cũng an. Vì không có gì thật hết nên đâu còn nhớ chi nữa, do đó tâm an.

Quý vị thấy cái gì cũng thật nên bảo bỏ, bảo đừng nghĩ không được. Người ta mắng mình thật, ngồi lại nhớ chuyện vui, chuyện buồn, chuyện hay, chuyện dở, đủ thứ chuyện thật hết nên tâm bất an. Một năm rưỡi tôi đi sâu trong Bát-nhã, càng đi sâu càng thấy không có ngã, không có pháp. Không ngã không pháp thì còn gì nghĩ? Bây giờ chúng ta chưa bỏ ngã, chưa bỏ pháp được thì chấp còn nguyên. Ngã, pháp còn thì tu không tiến.

Bởi vậy tôi lo đi sâu Bát-nhã, thấy ngã pháp không có, mình nói đạo lý sao đây? Không nói được làm sao giáo hóa? Trong khi tâm tôi ngại ngùng như vậy, bỗng dung tôi thấy được lý này, tôi hết lo. Ai cũng muốn biết mình có Ông chủ, không ai nói mình không ngờ, thì bây giờ chỉ Ông chủ cho họ. Sống được với Ông chủ ai cũng vui. Cho nên đường lối này gần gũi, rõ ràng, thích hợp với mọi người, vì ai cũng có sẵn.

Chúng ta tu tới hết vọng tưởng, còn Chân tâm thì nhắm mắt mới nhập Pháp thân, từ Pháp thân có Ứng thân, Hóa thân độ chúng sanh. Ở đây Ông chủ có đủ, thường biết rõ ràng, không sắc tướng, không sanh diệt. Vì vậy biết được Ông chủ thì không còn kẹt thân sắc tướng nữa. Bây giờ thân đồng hư không, là Pháp thân bất sanh bất diệt, giải thoát sanh tử. Ngay đây mình có đủ hết, chúng ta nhân danh Ông chủ đi thẳng vào chỗ bất sanh bất diệt. Chớ tu mà không có gì thì buồn chết, không biết sẽ đi về đâu, ai chịu trách nhiệm trong việc tu này?

Vì vậy khi nói tới sự tu, tôi thấy nhà Thiền phân hai loại: một là Thiền tông tu loại ra, hai là Thiền tông tu thu vào. Phương pháp chúng ta ứng dụng lúc trước thuộc về loại ra. Nhưng quý vị loại hoài không hết vì còn thấy thật. Chừng nào thấy thân không, cảnh không, tất cả đều không thì dễ loại. Còn nếu thấy thân thật, cảnh thật thì không bao giờ loại hết. Phương pháp thu vào, thật giả không cần biết, chỉ cần biết Ông chủ thôi, bám vào Ông chủ làm chỗ tựa. Phương pháp loại ra lấy Bát-nhã làm trí tuệ dẹp phá. Phương pháp thu vào lấy Ông chủ làm chỗ tựa. **Biết.** Ông chủ biết thấy, Ông chủ biết nghe, Ông chủ biết xúc chạm v.v... Nhớ như vậy, sống như vậy thì trở về gốc, gọi là thu vào. Bởi vì cái gì cũng đem vô Ông chủ hết, không bỏ ra. Còn pháp kia cái gì cũng bỏ ra. Phương pháp thu vào thấy như lạ, nhưng thật tình đó là gốc của Thiền tông. Cười trâu chỉ biết trâu chớ không biết gì hết, chỉ giữ con trâu thôi, không kiếm ở đâu khác.

Tất cả chúng ta tu, mỗi người mỗi hạnh nhưng pháp nào gần gũi hơn, cần thiết hơn thì mình sử dụng tu, dạy người cùng tu. Từ hôm tôi thấy được cái gốc đó, tới nay chỉ mười hai mười ba ngày, chưa đủ thời gian kinh nghiệm kỹ. Nhưng tôi nghĩ vô thường bất cập lắm, bây giờ chờ đủ kinh nghiệm mới kêu nói thì không biết mình còn sống hay chết mất, nên tôi phải nói sớm cho tất cả biết. Giả sử tôi có tịch, quý vị cũng có một lối đi rồi phẳng lặn thêm. Chúng ta cứ đi theo lối cũ thì không thuận tiện trong việc giáo hóa hiện tại. Nói tới thiền phải nói tới tột cùng, không thể đi nửa chặng, không phải tu thiền để yên tâm, để khỏe, mà là phải đi tới tột cùng.

Bây giờ trở lại phương pháp tôi đã và đang ứng dụng trong thời gian gần đây. Khi sử dụng pháp này thì đi, đứng, nằm, ngồi đều rất dễ tu. Như sáng tôi đi chơi, chống gậy đi trên đường, vừa bước đi, mắt thấy, tôi nói “mắt thấy là Chân tâm”; vừa nghe tiếng chim kêu, tôi nói “tai nghe là Chân tâm”; chân bước cộp cộp là thân xúc chạm, tôi nói “thân xúc chạm là Chân tâm”. Như vậy thấy, nghe, vận động đều không ngoài Chân tâm, cái nào cũng Chân tâm. Đi giáp một vòng không biết mấy trăm lần Chân tâm. Tôi không nói sống được với Chân tâm, nhưng đi tới đi lui đều có Chân tâm. Như vậy tôi có sống được chút nào chưa?

Đi từng bước mình biết đi trong Chân tâm. Bởi vì định nghĩa Chân tâm là cái thấy, cái biết. Thấy biết ở chặng đầu, không phải chặng thứ hai thứ ba. Chúng ta thấy đường đi, đó là Chân tâm chớ gì, đâu có nghĩ suy. Thấy đường thì cứ vậy mà đi, đó là sống trong Chân tâm. Đi nghe chim kêu biết nghe, đó là Chân tâm. Giờ chân bước tới,

biết thân xúc chạm là Chân tâm. Trong sáu căn, ba căn đầu mắt, tai, thân là ba căn nổi, còn ba căn sau mũi, lưỡi, ý là ba căn chìm. Bởi ba căn nổi nên chúng ta dễ ứng dụng tu.

Lối tu này ứng dụng khi ngồi thiền, khi làm công tác, khi ra đường. Chúng ta cứ làm một cách tự nhiên, không ngại chi hết, nhưng nhớ mắt nhìn là Chân tâm, tai nghe là Chân tâm, thân biết xúc chạm là Chân tâm. Đi một giờ, nửa giờ giống như ngồi thiền, chỉ nhớ Chân tâm, không nhớ gì khác. Như vậy có thiền không? Đi, đứng, nằm, ngồi đều nhớ Chân tâm. Nhớ Chân tâm là nhớ niệm đầu, không nghĩ bậy. Vì vậy chúng ta tu rất thuận lợi, trong hoạt động cũng tu, giờ ngồi thiền cũng tu.

Giờ ngồi thiền tôi bắt mình làm hai việc. Việc thứ nhất mắt thấy là Chân tâm, tai nghe là Chân tâm, thân xúc chạm là Chân tâm. Tức mắt biết thấy, tai biết nghe, thân biết xúc chạm, đó là Chân tâm. Cứ thế lặp tới lặp lui mắt biết thấy, tai biết nghe, thân biết xúc chạm đều là Chân tâm. Nói nguyên câu là “mắt biết thấy là Chân tâm, tai biết nghe là Chân tâm, thân biết xúc chạm là Chân tâm, Chân tâm luôn hiện tiền”. Lặp đi lặp lại như thế ngồi thiền không buồn ngủ chút nào, vì nhớ Chân tâm nên không buồn ngủ, tỉnh táo hoàn toàn.

Lặp tới lặp lui bao nhiêu đó thấy như không định. Không định mà Chân tâm hiện tiền tức là định. Khi nói như vậy một hồi thấy nhọc, tôi cho nó nghỉ một chút bằng cách nhớ Chân tâm hiện tiền. Nhớ Chân tâm hiện tiền đến lúc khỏe, tiếp tục nhắc tới nhắc lui lại. Suốt giờ ngồi thiền làm việc ấy, đó là chặng số một.

Qua chặng thứ hai, tôi đặt câu hỏi: Chân tâm là gì? Như tôi đã nói “Chân tâm là Ông chủ thường biết rõ ràng, trùm khắp sáu căn, không có tướng mạo, không có sanh diệt”. Chân tâm là thường biết rõ ràng. Cái thường biết rõ ràng đó trùm khắp cả sáu căn, chớ không phải biết một chỗ. Nó không có tướng mạo, nếu có tướng mạo làm sao trùm được? Ngồi đó nhớ Ông chủ, định nghĩa “Ông chủ thường biết rõ ràng, trùm khắp sáu căn, không có tướng mạo, không có sanh diệt”. Bởi không tướng mạo nên khi bỏ thân này, Ông chủ nhập Pháp thân đồng hư không. Không sanh diệt nên giải thoát sanh tử, vì có gì dẫn trong sanh tử?

Như vậy đường đi từ thủy tới chung có manh mối rõ ràng. Bởi vậy tôi ngồi thiền, có lúc khoe với Thị giả:

- Bây giờ tôi mới biết Thiền duyệt vi thực.

Ngồi trong yên tịnh mới thấy vui, nhẹ. Khi trước ngồi một, hai giờ thấy đau, bây giờ ngồi hoài thấy thích, nên người ta nói Thiền duyệt. Tôi cũng trải qua những trạng thái ấy, nhưng tới lần này mới thấy chính xác, mình đi thẳng ngay từ một con người mê làm trở lại con người tỉnh táo, sáng suốt rồi tiến tới chỗ tốt cùng mình nhắm là được thể nhập Pháp thân, giải thoát sanh tử. Như vậy mới gọi là tu giải thoát.

Tu lừng chừng mà nói giải thoát thì hơi ngờ, không biết chừng nào thấy. Trên đường tu chúng ta phải đi tới nơi tới chốn mới thấy cái hay cái quý. Nếu tu thường thường không bao giờ thấy những cái đó. Tu miên mật với Chân tâm của mình, giả sử ngang đây tắt thở, chúng ta còn gì? Chân tâm thôi. Khỏi lo, khỏi cầu nguyện chi hết, vì mình đang sống với Chân tâm.

Con đường cuối của chúng ta tu đến chỗ giải thoát sanh tử là như vậy, bởi vì sống được với Chân tâm thì không sanh diệt, đâu có tướng mạo. Không tướng mạo nên trùm khắp pháp giới. Không tướng mạo cũng không sanh diệt, nên giải thoát sanh tử. Như vậy

trên con đường tu, đi từ mê lầm đến giải thoát sanh tử, chúng ta có manh mối, có đường hướng rõ ràng sẵn đủ nơi mình, chớ không đâu khác. Đây là cách tu thu hồi về mình, thường biết rõ ràng, thiếu thường biết rõ ràng là nguy hiểm. Lúc nào cũng nhớ thường biết rõ ràng, không lầm, không sai.

Thật ra Tăng Ni ứng dụng pháp tu này có hiệu quả nhất trong giai đoạn nhập thất. Vì cả ngày mình nhớ Ông chủ đề, nếu chúng ta đang chạy tứ tung thì nhớ Ông chủ hơi khó. Giai đoạn này là giai đoạn đầu tôi ứng dụng, chưa phải giai đoạn cuối. Tôi ứng dụng từ nay cho tới ngày ra thất chắc cũng được khá khá một chút. Khi biết được điều này rồi tôi thấy sự tu dễ, hướng dẫn người ta cũng dễ.

Lúc trước tôi nghĩ ba năm ra không biết dạy gì, vì tất cả đều không, dạy gì bây giờ? Thời này người ta ham tu thiền, nhưng không biết tu thế nào? Đường lối tu này không có gì nguy hiểm, vì quay lại mình mà. Mắt mình thấy, tai mình nghe, thân xúc chạm, cái gì mình cũng biết có Ông chủ, Chân tâm hiện tiền vậy thôi, không có chi nguy hiểm. Còn người ngồi kèm chế quá mới có những phản ứng nguy hiểm. Tu theo phương pháp này không kèm, nhẹ nhàng thành thoi, tu như không tu. Nói thế cũng nên nhắc lại, nhiều người lợi dụng “tu như không tu” rồi không tu gì hết. Nói đi, đứng, nằm, ngồi tôi cũng tu vậy, nhưng mà ai biết? Miệng nói thế nhưng trong ruột không phải vậy.

Người thật sự biết tu, ham tu dù ở hoàn cảnh nào, trường hợp nào cũng có thể tu được. Tu với Tâm chân thật của mình thì lợi ích lớn, trường hợp nào cũng có kết quả tốt. Còn nếu thiếu chân thật, gian lận thì không tốt. Tôi nhắc cho tất cả nhớ đề dè dặt cẩn thận.

Như vậy kể từ hôm nay, tôi không ứng dụng như ngày xưa nữa, mà đi con đường mới. Nói thế để quý vị đừng hiểu lầm, ngày trước thầy dạy thế này, ngày nay thầy dạy thế kia. Sự thật hai cái thấy tuy khác, nhưng cuối cùng không hai. Bên loại ra thì dứt hết các duyên, Chân tâm hiện tiền. Chân tâm hiện tiền, bỏ thân này nhập Pháp thân. Bên thu vào cũng vậy, dứt hết các duyên, chỉ biết có Ông chủ. Ông chủ đó không tướng mạo, không tướng mạo thì như hư không, nhập Pháp thân hết sanh tử. Tuy hai bên thấy như khác, nhưng cuối cùng là một. Phật dạy nhiều pháp tu nhưng cuối cùng đều gặp nhau, chớ không khác. Khác thì không phải đạo Phật. Miễn đi đúng đường thì cuối cùng gặp nhau, trừ khi đi sai đường.

Còn ba căn mũi, lưỡi và ý, chúng ta ít sử dụng, nhưng tôi cũng nhắc cho đủ. Mắt thấy là Chân tâm, tai nghe là Chân tâm, thân xúc chạm là Chân tâm, mũi biết ngửi là Chân tâm, lưỡi biết nếm là Chân tâm, ý biết pháp trần là Chân tâm, như vậy đi một mạch đủ sáu căn. Biết pháp trần là đủ rồi, còn biết cái gì là phân tích tức vọng thức. Mắt biết thấy là Chân tâm, đừng nói mắt tôi thấy này thấy kia. Chỉ biết thấy là được, mới là niệm đầu, là chân.

---o0o---

CƯƠNG LĨNH PHÁP TU THIỀN BIẾT CÓ CHÂN TÂM

Thiền viện Trúc Lâm - Đà Lạt ngày 17-01-2005

I. QUI SÁU CĂN VỀ CHÂN TÂM

GIỚI

1. Mắt biết thấy là Chân tâm.
 2. Tai biết nghe là Chân tâm.
 3. Thân biết xúc chạm là Chân tâm.
 4. Mũi biết ngửi là Chân tâm.
 5. Lưỡi biết nếm là Chân tâm.
 6. Ý biết pháp trần là Chân tâm.
- * Ba căn đầu sử dụng lúc tiếp xúc bên ngoài và khi ngồi thiền.
 - * Ba căn sau chỉ sử dụng khi ngồi thiền.

II. TU KHI NHẬN RA CHÂN TÂM

ĐỊNH

1. Tu khi nhận ra Chân tâm thì đi, đứng, nằm, ngồi đều nhắm đi nhắm lại câu **“Chân tâm hiện tiền”**.
2. Đến lúc nào trong đầu nhớ liên tục **“Chân tâm hiện tiền”** thì chuyển qua giai đoạn III ở dưới.

III. THỂ NHẬP CHÂN TÂM

TUỆ

1. Định nghĩa: Chân tâm là **“thường biết rõ ràng mà không niệm”**.
2. Tập mãi cho đến khi thuần thục, chỉ còn hai chữ **“không niệm”**. Buông luôn hai chữ **“không niệm”** thì tâm thanh thang và còn mãi.



Nam-mô Phật Bổn sư Thích-ca Mâu-ni,
Kính thưa toàn thể Tăng, Ni và Phật tử,
Hôm nay là ngày tôi ra thất và có hai điểm cần nói:

Điểm thứ nhất, tuy tôi tu có kết quả nhưng chưa viên mãn. Vì vậy từ đây về sau, mỗi năm ba tháng an cư của Tăng Ni cũng là ba tháng nhập thất của tôi, cho tới khi nào theo Phật mới ngừng.

Điểm thứ hai, tôi tuyên bố cho Tăng Ni hiểu rõ, ngày xưa tôi nặng về việc hoằng hóa Phật pháp, nên đi tới đâu cũng giảng giải cho mọi người nghe hiểu đạo Phật, biết ứng dụng tu hành. Nhưng ngày nay khác đi, tôi chỉ dạy tu, khuyến khích tu mà không nói phổ thông như trước. Vì vậy từ đây tôi không giảng phổ thông, mà chỉ giảng cho Tăng Ni những điều thiết yếu tu hành. Tôi sẽ đi thăm các Thiền viện, những nơi chuyên tu. Hỏi lại Tăng Ni: một là quý vị tu có kết quả thế nào trình cho tôi biết; hai là giải thích thêm những gì quý vị còn nghi ngờ trên đường tu, chớ tôi không giảng tràng giảng đại hải như thuở xưa.

Quý vị đang cầm trên tay tờ giấy “**Cương lĩnh pháp tu thiền biết có Chân tâm**”, tôi sẽ đọc từ từ, giải thích cho quý vị nghe. Trước kia không có pháp này, nhưng sau thời gian nhập thất, tôi mới phương tiện lập ra. Lúc trước chúng tôi dạy tu Thiền, không có nghi vấn nên tu nhẹ, kết quả cũng ít. Ngót ba mươi năm chuyên tu, vừa tu vừa dạy Tăng Ni, Phật tử nên việc tu của tôi trì trệ, tiến không bao nhiêu. Đến năm rồi tôi thấy tuổi đã già, đường tu còn xa nên tuyên bố nhập thất. Tôi không nói nhập mấy năm, vì nghĩ tuổi thọ chắc không quá tám mươi bao nhiêu. Khi bắt đầu nhập thất tôi đã tám mươi tuổi rồi, không biết còn sống tới chừng nào, nên không dám tuyên bố bao lâu, nhưng tôi thề nguyện trong lòng phải nhập thất cho được ba năm. Nhưng mới hai năm tôi có sáng kiến mới, thấy đường lối tu mới, nên ra thất.

Tại sao tôi có sáng kiến này? Như kỳ trước tôi đã nêu lý do, trước kia tôi dạy tu thiền là nhắm thẳng vào hướng của chư Tổ trước. Chư Tổ trước nói một châm ngôn hết sức cụ thể là “**lấy vô niệm làm tông, lấy cửa không làm cửa pháp**”. Tức là lấy vô niệm làm chỗ tốt cùng cứu kính, lấy pháp không của tinh thần Bát-nhã làm cửa pháp để tiến. Chúng tôi nhiều năm đi sâu trong Bát-nhã, nhất là tới giai đoạn nhập thất, hằng tìm cho thấu đáo cửa không là cửa pháp. Khi hằng tìm thấy tốt lẽ thì biết cửa không rất sâu, rất khó nhận. Nếu lấy đó làm cửa tiến đạo thì người sơ cơ ít ai nhận được, nên tôi có chút ngậm ngùi trong lòng. Nếu mình tu mà không thể dạy người tu được, vô tình thành ích kỷ nên tôi rất buồn.

Bỗng dung một hôm, giờ ngồi thiền tôi tự hỏi “lâu nay mình tu cốt trở về với Chân tâm của mình, mà hiện giờ Chân tâm ở đâu”. Đó là một nghi vấn tôi phải giải quyết. Khi hằng lần manh mối của Chân tâm, tôi thấy trong kinh, trong luận và chư Tổ Thiền tông đều nói thẳng “Chân tâm ở ngay nơi sáu căn của các ông”. Câu được nhiều người nhắc đi nhắc lại trong kinh Lăng Nghiêm là “nhất tinh minh sanh lục hòa hợp”, nghĩa là có một cái trong sáng, nó hòa hợp với sáu căn. Như vậy tinh minh chỉ cho gốc Chân tâm, nó hòa nhập với sáu căn, nên sáu căn đều có mầm hay có phần của Chân tâm.

Nếu ai hỏi việc tu, chúng ta nói các pháp đều là không thì những người cặn cọt cho rằng “tu mà không thì tu làm gì” nên họ không nỗ lực tiến tu. Bây giờ thấy ai cũng có Chân tâm hiện nơi sáu căn, như vậy chúng ta nói sao? Thay vì nói không thì mình nói có. Có cái gì? Có Chân tâm. Mỗi người đều có sẵn Chân tâm, hiện giờ nó đang ẩn núp nơi sáu căn. Bây giờ muốn đi, đứng, nằm, ngồi đều biết quay về, biết trở lại Chân tâm thì phải làm sao? Cho nên tôi mới có đường lối tu mới.

Tôi đề ra **cương lĩnh pháp tu thiền biết có Chân tâm**. Biết có là có Chân tâm. Nhiều người nghe nói pháp tu có, họ đâm nghi ngờ hỏi trước tôi dạy các pháp không, bây giờ lại nói có. Như vậy tôi tự mâu thuẫn trước sau, nhưng họ quên rằng, trước tôi nói không là không có sáu trần. Sáu trần duyên hợp là không, hình tướng như huyễn như hóa, không thật, vì vậy nói không. Ngày nay nói có là có Chân tâm, không phải có sáu trần. Nếu trước tôi nói không sáu trần, bây giờ nói có sáu trần, đó là mâu thuẫn. Nhưng ở đây tôi nói không sáu trần, mà có Chân tâm. Chúng ta cứ quên sáu trần, đi thẳng có Chân tâm. Ai muốn tu, cứ trở về với Chân tâm của mình. Nhờ có Chân tâm chúng ta tu mới thành Phật được. Đường lối tu hôm nay thật ra không có gì mâu thuẫn với đường lối tu trước. Pháp tu này là pháp tu qui hướng về chính mình, cái gì là chính mình? Chân tâm.

Đức Bổn sư nói Ngài thương chúng sanh như mẹ thương con. Nghe vậy nhiều người bảo: “Như mẹ thương con sao Ngài bỏ đi mất tiêu, không thấy trở lại?” Đó là vì

đức Phật biết chúng sanh ai cũng có Tánh giác hay Chân tâm, nhưng không tự biết, cứ chạy theo vọng tưởng hư dối. Ngày nào mình nhận lại thì hết sanh tử khổ đau. Chư Phật không ban cho chúng sanh sự giải thoát được, phải tự mình giải thoát lấy.

Cả ngày sống với vọng thức mà cho là tâm của mình. Tôi suy nghĩ thế này, tôi suy nghĩ thế kia, tôi tính toán thế nọ... Cái suy nghĩ, tính toán đó là vọng thức hư dối, có rồi mất, sanh rồi diệt, không phải chân thật. Chúng ta ôm cái giả dối cho là mình thì trầm luân muôn kiếp. Nó không thật, chạy theo nó thì tạo nghiệp đi trong sanh tử. Cả đời hết nghĩ chuyện này tới bàn chuyện khác, hết nhớ người này tới trông người kia, đầu óc cứ luan luan như vậy thì nhắm mắt đi đâu? - Đi theo nghiệp. Chỗ nào chúng ta ưa thích hay dính mắc thì nó dẫn mình đến đó. Vì vậy ở trong trầm luân sanh tử không ra được.

Nếu chúng ta tu tới cuối cùng là không niệm, lấy không niệm làm tông thì ra khỏi sanh tử. Vì sao? Vì muốn ra khỏi sanh tử phải dứt hết niệm, dứt hết suy nghĩ, tìm kiếm, dính mắc. Khi niệm lặng hết, nhắm mắt chúng ta đi đâu? Hết các niệm thì nhắm mắt thể nhập Pháp thân, giải thoát sanh tử. Rõ ràng như vậy.

Ngày xưa hành giả tu thiền phần nhiều căn tánh thông lợi, nên chư Tổ Thiền tông nói bên Đông, họ hiểu bên Tây. Ngày nay con người thực tế quá, nói đâu hiểu đó, nếu nói như các ngài chắc người ta bảo mình điên. Ví dụ hỏi: “Thế nào là Phật?” Ngài Đức Sơn đáp: “Cục cứt khô của ông già Hồ.” Chịu nổi không? Nói như thế người ta bảo mình điên, hỏi một đàng trả lời một ngả, không dính dáng gì mà lại thô tháo nữa. Nhưng đi sâu mới thấy cái kỳ đặc của người xưa.

Bởi vậy ở đây chúng tôi dùng những phương tiện thực tế để hướng dẫn quý vị tu. Chúng tôi sẽ chỉ rõ những chi tiết, chỉ rõ sự tu tiến như thế nào. Đó là vấn đề rất quan trọng. Trong cương lĩnh tu biết có Chân tâm, chúng tôi tạm chia ra ba phần. Phần thứ nhất, qui sáu căn về Chân tâm. Phần thứ hai, tu khi nhận ra Chân tâm. Phần thứ ba, thể nhập Chân tâm. Đó là ba phần căn bản. Chúng tôi sẽ nói rõ từng phần một.

Phần thứ nhất, qui sáu căn về Chân tâm. Như tôi đã nói Chân tâm là nhất tinh minh, nhưng nó sanh ra lục hòa hợp. Tức nó phân phối ra sáu căn, gọi là sáu hòa hợp. Cho nên sáu căn của chúng ta, căn nào cũng mang tánh chất Chân tâm. Chúng ta không biết sử dụng hay trở về nó. Ví dụ quý vị thấy bình hoa, vừa thấy bình hoa thì không nói đẹp, nói xấu gì hết. Nhưng khi phân tích hoa này là hoa gì, so với các hoa khác thế nào... phân tích một hồi nó trở thành đẹp hay xấu. Như vậy cái nhìn ban sơ trong nhà Phật gọi là niệm đầu, niệm đó chỉ biết mà không đối chiếu, so sánh, phân biệt. Cái biết đó thuộc về Chân tâm. Còn những cái đối chiếu, so sánh thuộc về vọng thức, phân biệt.

Quý vị chịu thấy cái hoa là cái hoa hay phải đối chiếu, so sánh rồi khen chê? Ai cũng đối chiếu hoa này là hoa cúc, khác với hoa hồng. Hoa cúc xấu làm sao, đẹp làm sao; hoa hồng xấu làm sao, đẹp làm sao. Cứ vậy mà phê phán rồi kết luận, khen cái này chê cái nọ. Đó là tâm của đa số người hiện tại. Từ hoa cho tới mọi việc khác cũng vậy.

Cái thấy ban đầu, thấy cái gì chỉ cái ấy thôi, không có niệm thứ hai. Bước qua niệm thứ hai là qua vọng thức rồi. Vì vậy ở đây chúng tôi muốn tất cả Tăng Ni thực hành theo đường lối Thiền tông, bước đầu chúng ta phải nhận ra nơi sáu căn của mình có sẵn Chân tâm, chớ không phải chỉ là vọng thức.

Nói có sẵn, tôi sẽ dẫn chứng cho quý vị thấy, cái có sẵn này không phải một kinh nói mà nhiều kinh đều nói. Như kinh Lăng Nghiêm, ngài A-nan hỏi Phật phương pháp tu thế nào ra khỏi trầm luân, được giải thoát sanh tử. Nguyên đoạn kinh chữ Hán thế này:

Ư thị A-nan cập chư đại chúng, câu văn thập phương vi trần Như Lai, dị khẩu đồng âm cáo A-nan ngôn: “Thiện tai A-nan! Nhữ dục thức tri câu sanh vô minh, sử nhữ luân chuyển, sanh tử kết căn; duy nhữ lục căn, cánh vô tha vật. Nhữ phục dục tri Vô thượng Bồ-đề, linh nhữ tức chứng an lạc giải thoát, tịch tịnh, diệu thường, diệu nhữ lục căn, cánh phi tha vật.”

Dịch:

Khi ấy A-nan và cả đại chúng đều nghe mười phương các đức Như Lai như số vi trần, khác miệng đồng lời bảo với A-nan rằng: “Lành thay A-nan, ông muốn biết câu sanh vô minh là cái đầu gút khiến ông luân chuyển sanh tử, đó chính là sáu căn của ông, chớ không phải vật gì khác. Ông muốn biết tánh Vô thượng Bồ-đề khiến ông mau chứng an lạc giải thoát, tịch tịnh diệu thường, cũng là sáu căn của ông, chớ không phải vật gì khác.”

Như vậy không phải riêng đức Phật Thích-ca nói sáu căn là gốc của luân hồi sanh tử, sáu căn cũng là gốc của Bồ-đề Niết-bàn, mà mười phương chư Phật đều thốt lên đồng một lời như nhau. Đó là để chứng minh rằng, không phải riêng đức Phật Thích-ca Mâu-ni mới nói sáu căn là gốc luân hồi sanh tử, sáu căn là gốc giải thoát sanh tử, mà mười phương Như Lai đồng nói như vậy.

Chúng ta tu phải y nơi sáu căn mà chuyển. Sáu căn chạy theo sáu trần, đó là trầm luân sanh tử. Sáu căn biết gỡ, biết gạt bỏ, không chạy theo sáu trần, đó là giải thoát sanh tử. Lời Phật dạy đã đầy đủ trong kinh, không phải tự ý tôi nói. Chẳng những một bộ mà nhiều bộ kinh đều nói như vậy. Tôi dẫn một đoạn khác trong kinh Kim Cang, khi Tu-bồ-đề hỏi Phật “cái gì là gốc trầm luân, cái gì là gốc giải thoát”, đức Phật trả lời, nguyên văn chữ Hán:

Trưởng lão Tu-bồ-đề bạch Phật ngôn: Hi hữu Thế Tôn, Như Lai thiện hộ niệm chư Bồ-tát, thiện phó chúc chư Bồ-tát. Thế Tôn! Thiện nam tử, thiện nữ nhân phát A-nậu-đa-la tam-miệu tam-bồ-đề tâm, vân hà ưng trụ, vân hà hàng phục kỳ tâm?

Phật cáo Tu-bồ-đề: Chư Bồ-tát ma-ha-tát ưng như thị sanh thanh tịnh tâm, bất ưng trụ sắc sanh tâm, bất ưng trụ thanh, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm, ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm.

Dịch:

Trưởng lão Tu-bồ-đề bạch Phật rằng: Thế Tôn! Rất ít có, đức Như Lai khéo hộ niệm các vị Bồ-tát, khéo phó chúc các vị Bồ-tát. Bạch Thế Tôn! Người thiện nam, người thiện nữ phát tâm Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác nên làm sao trụ, làm sao hàng phục tâm kia?

Phật bảo: Tu-bồ-đề! Các Bồ-tát lớn nên như thế mà sanh tâm thanh tịnh, không nên trụ sắc sanh tâm, không nên trụ thanh, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm, nên không có chỗ trụ mà sanh tâm kia.

Trong kinh Lăng Nghiêm, mười phương chư Phật đồng nói y cứ nơi sáu căn, nếu chạy theo mê lầm dính mắc thì đó là gốc của trầm luân sanh tử, nếu gỡ không dính mắc nữa thì thoát ly sanh tử. Hai bộ kinh Kim Cang và Lăng Nghiêm, đức Phật đều nói như vậy. Khi Ngũ tổ Hoằng Nhẫn đem kinh Kim Cang giảng cho Lục tổ Huệ Năng nghe, đến đoạn “bất ưng trụ sắc sanh tâm, bất ưng trụ thanh, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm, ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm”, Lục Tổ ngay đó đại ngộ, thấy tất cả muôn pháp chẳng lìa Tự tánh, liền thưa với Ngũ Tổ rằng: “Đâu ngờ Tự tánh vốn tự thanh tịnh, đâu ngờ Tự tánh vốn không sanh diệt, đâu ngờ Tự tánh vốn tự đầy đủ, đâu ngờ Tự tánh vốn không dao động, đâu ngờ Tự tánh hay sanh muôn pháp.” Rõ ràng kinh Kim Cang cũng chỉ thẳng sáu căn là gốc trầm luân, sáu căn cũng là nhân giải thoát.

Ngày nay chúng tôi nương theo ý kinh để hướng dẫn quý vị ứng dụng tu trong hiện tại. Như ở phần một, qui sáu căn về Chân tâm. Mắt biết thấy là Chân tâm, tức là khi mắt nhìn cái gì, đẹp xấu không cần nghĩ, vừa thấy liền nói “mắt biết thấy là Chân tâm” thì hết nghĩ. Tai nghe tiếng nói “tai biết nghe là Chân tâm”. Thân xúc chạm nói “thân biết xúc chạm là Chân tâm”. Mũi biết ngửi mùi nói “mũi biết ngửi là Chân tâm”. Lưỡi biết nếm nói “lưỡi biết nếm là Chân tâm”. Ý biết pháp trần nói “ý biết pháp trần là Chân tâm”. Sáu căn vừa tiếp xúc với sáu trần đều kéo nó trở lại Chân tâm, không cho chạy theo sáu trần. Tu như vậy có trái với lời Phật dạy không? Nếu sáu căn thả theo sáu trần thì trầm luân sanh tử. Sáu căn biết chặn lại, trở về Chân tâm là nhân giải thoát.

Pháp tu này rất thực tế, mỗi khi chúng ta đối duyên xúc cảnh đều chặn đứng, không cho sáu căn dính mắc với sáu trần. Chặn đứng bằng cách kéo về Chân tâm. Tôi gọi phương tiện này là đòn phủ đầu, không cho mấy chú vọng tưởng chạy tiếp. Nó vừa trôi lên mình nói “là Chân tâm” thì nó dừng lại. Đây là một phương tiện tu, dành luôn cho những người sơ cơ, mới bước chân vào con đường thiền.

Trong phần thứ nhất này, tôi lại chia làm hai:

1. Ba căn đầu là mắt, tai và thân, sử dụng lúc tiếp xúc bên ngoài và khi ngồi thiền. Mắt biết thấy là Chân tâm, tai biết nghe là Chân tâm, thân biết xúc chạm là Chân tâm. Đi, đứng, nằm, ngồi chúng ta đều tu được hết.

2. Ba căn sau là mũi, lưỡi và ý. Mũi biết ngửi mùi, lưỡi biết nếm vị, hai căn này lâu lâu mới tiếp duyên, chớ không thường xuyên. Ý biết pháp trần, căn này nằm sâu ở bên trong. Ba căn này ít đối duyên xúc cảnh, ba căn trên chúng ta sử dụng thường xuyên, nên dễ ứng dụng tu. Mắt biết thấy, tai biết nghe, thân biết xúc chạm.

Trước kia mắt biết thấy chúng ta phân biệt đẹp xấu, tai biết nghe phân biệt phải quấy, thân biết xúc chạm phân biệt cái này thích, cái kia không thích v.v... Bây giờ mắt vừa thấy, mình biết nó là Chân tâm, tai vừa nghe là Chân tâm, thân vừa xúc chạm là Chân tâm. Chúng ta có sẵn Chân tâm, nên thấy nghe xúc chạm đều biết. Cái biết đó là biết chặng đầu, thuộc về Chân tâm. Nếu đề qua chặng thứ hai, thứ ba thì thuộc về vọng tưởng, vọng thức. Chúng ta chặn ngay ở chặng đầu, không để cho sáu căn vướng mắc sáu trần, đó là chỗ dụng công tu hành.

Nếu khi ngồi thiền chúng ta dụng công thế nào? Khi ngồi thiền sử dụng ba căn sau nhiều. Tuy nhiên, ba căn sau không riêng có, mà có cả ba căn trước nữa. Vì mắt không tiếp xúc bên ngoài, tai không nghe, thân không xúc chạm... nên chúng ta chỉ thầm nhắc thôi. Quý vị cứ nhắc “mắt thấy sắc là Chân tâm, tai nghe tiếng là Chân tâm, thân biết

xúc chạm là Chân tâm, mũi biết ngửi mùi là Chân tâm, lưỡi biết nếm vị là Chân tâm, ý biết pháp trần là Chân tâm”. Cứ lặp tới lặp lui sáu căn đều sẵn có tâm. Lặp tới lặp lui cho tới bao giờ suốt giờ ngồi thiền chỉ nhớ rỗng sáu điều này, không nhớ cái gì khác. Đó là đã thuần thực.

Bước thứ nhất tôi gọi là giới. Tại sao? Vì mắt thấy sắc, tai nghe tiếng v.v... nếu không chặn lại, nó chạy rong ra ngoài thì phá trai phạm giới. Bây giờ vừa thấy sắc, vừa nghe tiếng, chúng ta đã chặn lại, kéo về Chân tâm, ngăn ngừa sáu căn không cho vương mắc sáu trần. Đó là giữ giới mà không thấy giữ. Đây là tu bước thứ nhất. Khi đã thuần thực bước đầu rồi, chúng ta bước qua giai đoạn thứ hai.

Giai đoạn thứ hai, tu khi nhận ra Chân tâm. Ở trên chúng ta đã nhận ra nơi sáu căn đều sẵn có Chân tâm, đến đây không còn đi theo sáu căn để tìm Chân tâm nữa, mà nhận ra mình thật có Chân tâm. Bây giờ có hai việc:

1. Khi nhận ra Chân tâm thì đi, đứng, nằm, ngồi đều nhắm đi nhắm lại câu “Chân tâm hiện tiền”. Vừa thấy cái gì, vừa nghe cái gì liền nhớ “Chân tâm hiện tiền”, trở về mình chớ không chạy theo bên ngoài.

2. Nhắm đi nhắm lại như vậy cho thuần thực, đến khi nào trong đầu liên tục “Chân tâm hiện tiền, Chân tâm hiện tiền”. Tuy nhiên, ở giai đoạn này chúng ta chỉ biết Chân tâm qua ngôn ngữ, qua lời nói của mình. Sự thật ta chưa thấy được Chân tâm, chưa sống được với Chân tâm. Song nhờ nhớ Chân tâm hiện tiền nên không nhớ chuyện khác. Ngồi thiền nhớ Chân tâm hiện tiền, không suy tính, không nói gì. Đó là mượn ngôn ngữ Chân tâm hiện tiền chặn đứng những nghĩ tưởng, lần lần tâm yên. Chỉ nhớ Chân tâm hiện tiền tạm gọi là định. Vì tâm không chạy theo các cảnh duyên bên ngoài và vọng tưởng bên trong nên thuộc về định.

Nhớ mãi như vậy chưa phải chỗ cuối cùng, mà chúng ta cần chuyên qua giai đoạn thứ ba. Tới giai đoạn thứ ba là cay đắng nhất, bởi vì hai giai đoạn trước có thể năm tháng, bảy tháng được, chớ giai đoạn thứ ba này có thể năm năm, mười năm không biết qua được chưa? Qua được mới thể nhập Chân tâm. Chân tâm còn gọi là Phật tánh, chân lý... nhiều tên nhưng tên nào cũng quy về một cái đó thôi. Vì vậy nói Chân tâm cũng được, nói Phật tánh cũng được, nói chân lý cũng được, nhưng phải đúng nghĩa của nó.

Bây giờ làm sao thể nhập được Chân tâm? Trước hết chúng ta định nghĩa Chân tâm là gì? Chân tâm là từ gọn trong các kinh chữ Hán. Nếu hiểu một cách đơn giản thì chân là chân thật, tâm là cái biết của mình. Cái biết chân thật gọi là Chân tâm. Nhưng biết chân thật là biết làm sao? Chữ Hán nói Chân tâm là “liễu liễu thường tri”. Liễu liễu là rõ ràng, thường tri là thường biết, đọc đổi lại là thường biết rõ ràng. Cái thường biết rõ ràng là Chân tâm.

Như vậy ở đây tôi định nghĩa Chân tâm là thường biết rõ ràng. Thường biết rõ ràng mà không nghĩ cái này, nghĩ cái kia. Nên nói thường biết rõ ràng mà không niệm, tức không có vọng niệm khởi lên. Quý vị ngồi nhìn ra vườn thấy cây cối xinh tươi, đừng khởi niệm gì khác, đó là sống với Chân tâm. Vừa thấy cây cối xinh tươi liền so sánh cây này đẹp, cây kia xấu là mất Chân tâm.

Thế thì có ai không có Chân tâm? Chúng ta biết thấy, biết nghe, biết xúc chạm v.v... cái biết đầu đó là cái biết của Chân tâm, qua niệm thứ hai, thứ ba là qua vọng tưởng, vọng thức, không còn Chân tâm nữa. Chúng ta tu nên khéo dùng ở bước đầu,

đừng để bị lôi qua lớp thứ hai, thứ ba. Thấy chỉ biết thấy, nghe chỉ biết nghe, không thêm bớt chi khác, vừa có thêm bớt là đã lạc qua thức rồi. Ví dụ quý vị thấy hoa là hoa, nếu thấy rồi so sánh hoa này với hoa kia tốt xấu v.v... là hết Chân tâm. Nếu cả ngày thấy hoa là hoa, người là người, cảnh là cảnh, đó là Chân tâm, đang sống trong Chân tâm. Như vậy Chân tâm tìm ở đâu? Nó sẵn nơi sáu căn, đâu cần tìm ở đâu. Chỉ biết dừng ở niệm đầu thì sống với Chân tâm, nếu đi quá niệm đầu thì mất Chân tâm. Như thấy đứa bé, chúng ta biết đây là đứa bé, nhưng thường mình có dừng ở đó không? - Không. Đứa bé này dễ thương quá! Như thế là qua niệm thứ hai thứ ba, không còn niệm ban đầu nữa. Tất cả sự vật khác cũng thế.

Người biết tu không phải nhắm mắt, bịt tai, vẫn thấy như mọi người mà tu. Còn chúng ta vừa thấy, vừa nghe liền có lộn xộn, thành ra tu hoài không có kết quả, rồi kêu trời sao tu khó quá! Khó từ đâu? Ông Thánh nào đem cái khó đến cho mình? Chính chúng ta không làm chủ được, ngay chỗ dừng mình không dừng, cứ tiếp tục phóng tâm, tất nhiên tu sẽ khó. Nếu biết dừng thì việc tu không khó.

Trên đường tu chúng ta phải nắm cho thật vững cái nào chân, cái nào không phải chân. Chân tâm là sống trở về Bản tâm, Bản tánh của mình, còn phân biệt khen chê, phải quấy, tốt xấu là đi trong trần tục. Đi sâu trong trần tục thì nhắm mắt về đâu? Thì sẽ gặp lại những người ân oán với mình mà trả đền. Như vậy trầm luân tại sáu căn, mà giải thoát cũng từ sáu căn. Đường lối này mới nghe qua thấy lạ nhưng sự thật không lạ, y theo kinh, y theo các Thiên sư mà hành, không có gì lạ hết. Nhưng muốn phân biệt rành rõ từng chặng, từng quãng, chúng tôi chia ra từng phần như vậy cho quý vị dễ thấy biết.

Chân tâm là thường biết rõ ràng mà không có niệm, không dấy lên khen chê tốt xấu... do đó cả ngày sống trong Chân tâm. Nếu cứ nhìn cái này, cái nọ sanh ra khen chê thì cả ngày sống trong thói quen của thế gian, tạo nghiệp trầm luân sanh tử. Người biết tu và người không biết tu đồng thấy một sự vật mà hai bên khác nhau. Khác nhau chỗ nào? Chỗ thế gian gọi khôn với dại. Người không phân biệt bị chê dại, người phân biệt thế này thế nọ, hay dở tốt xấu tưởng là khôn. Nhưng cái khôn đó là khôn trầm luân, còn cái khờ này là khờ giải thoát, vì vậy các Thiên sư đâu có sanh lợi.

Những kẻ sanh lợi quá chưa chắc đã làm được điều gì, chưa chắc tu được kết quả. Phải lặng lẽ, thấy biết như nhau. Một bên đuổi theo phân biệt, một bên dừng phân biệt. Thấy biết mà không khởi niệm phân biệt, đối chiếu so sánh, đó là sống với Chân tâm. Như vậy chúng ta cùng đi, cùng sinh hoạt như mọi người mà vẫn tu được, nếu không thì cứ so sánh đối chiếu, khen chê... Tôi ngồi trong thất nghe quý cô, quý thầy làm cỏ ngoài vườn, dẫn hết chuyện này tới chuyện nọ, năm trên năm dưới, rù rì rủ rủ hoài, tôi thấy tội nghiệp quá. Sao mà dừng không được! Làm cỏ thì cứ làm cỏ, chuyện năm trên năm dưới bỏ qua đi, vậy mà có ai chịu đâu. Làm tỉnh lại buồn. Có gì đâu mà buồn, mình cứ lo nhỏ cỏ.

Trên phương diện tu hành chúng ta khéo một chút thì dễ tu, ngược lại không khéo trường hợp nào cũng khó tu. Quý vị thấy khi kể chuyện đời xưa toàn khen chê. Khen người này hay, chê người kia dở, kể hoài kể hoài không hết, nhưng rốt cuộc được cái gì? Hay của người ta mà dở cũng của người ta. Thực tế của mình bây giờ không lo, cứ lo chuyện thiên hạ! Đó là khuyết điểm giới tu sĩ đang có, tôi nhắc cho quý vị nhớ.

Chữ thường biết rõ ràng, ý nghĩa ra sao? Thường là mãi mãi, lúc nào cũng biết, chớ không phải như cái suy nghĩ khi có khi không. Cái biết của suy nghĩ, cái biết của

phân biệt khi có khi không, còn cái biết của Chân tâm liên tục, từ thủy tới chung không bao giờ gián đoạn. Chúng ta bây giờ, biết do suy nghĩ tính toán, cái biết đó nằm trong sanh diệt. Quý vị vừa khởi nghĩ tốt xấu, hơn thua, khi buông ra hỏi cái nghĩ lúc nãy đâu, tìm không biết nó ở đâu. Cứ một lát lại phát nghĩ tứ tung. Khi khởi không biết nó ở đâu, khi dừng cũng không biết ở đâu. Như thế nó thật hay giả? Khởi lên thì có, buông đi không biết ở đâu, kiếm không ra, làm sao thật được.

Còn Chân tâm ở sáu căn có lúc nào thiếu không? Lỗi tai cứ nghe, con mắt cứ thấy, thân biết xúc chạm, động tới chỗ nào không biết? Ngủ động tới cũng biết. Một cái thường biết, một cái biết sanh diệt, vậy cái biết nào chân, cái biết nào vọng? Chúng ta kiểm lại xem mình đang sống với cái biết nào? Chắc cả khởi vọng tưởng, hết nghĩ cái này đến nghĩ cái kia, hết khen người này đến chê người nọ. Cứ thế cả ngày từ sớm đến chiều. Người nào khen chê nhiều thì nói chuyện nghe say mê.

Ở đây chúng ta chỉ biết cái gì sẵn nơi mình, vì có sẵn nên lúc nào cũng biết. Tất nhiên khi ngủ, con mắt nhắm nhưng giả sử ai mở đèn mình cũng biết. Lỗi tai khi ngủ không nghe, nhưng có người đến gõ cộp cộp mình cũng nghe. Nó sẵn sàng, không thiếu nên thường biết. Chữ thường biết là như vậy, chớ không phải thường biết chỗ khác. Ngay nơi sáu căn lúc nào cũng biết, đó gọi là thường biết. Biết thế nào? Biết một cách rõ ràng.

Chữ rõ ràng này tôi cần nói cho quý vị hiểu rõ. Rõ ràng là ngay nơi hiện tại. Như khi chúng ta nhớ những chuyện cũ, đó là cái biết ôn lại từ quá khứ. Hoặc ta tính toán những chuyện tương lai, đó là cái biết ở vị lai do mình suy tưởng. Ôn quá khứ rồi suy tưởng vị lai, cái biết đó thuộc gì? Thuộc vọng tưởng hay vọng niệm. Còn cái biết thấy thì biết, nghe thì biết, không nghĩ tưởng, không suy tính, đó là cái biết Chân tâm.

Nơi mình cái biết Chân tâm sẵn sàng, đầy đủ ở sáu căn mà chúng ta không thêm nhớ, lại nhớ cái biết sanh diệt lộn xộn, rồi buồn, thương, giận, ghét... không yên, còn nói tu khó quá! Cái thật không nương tu, cứ ôm cái giả không khó sao được, tu muôn kiếp cũng không thành Phật được. Cái thật nhớ chỉ nửa phần trăm thôi, còn cái giả ôm ấp từ sớm tới chiều, cho tới ngủ cũng còn vọng tưởng, mộng寐 đủ thứ hết. Người thật tu chỉ sống với cái thật thôi. Vì vậy họ hơi khờ khờ, ít nói, không lanh lợi. Bởi họ nhớ chuyện của họ, chớ đâu nhớ chuyện của ai. Ngược lại, người ít tu thì lanh lợi lắm, ngồi lại tía lia hết chuyện này đến chuyện nọ.

Người biết tu thích sống với cái thật của chính mình. Trong nội tâm, tôi tạm chia có hai phần: tâm sanh diệt và tâm không sanh diệt. Tâm sanh diệt là tâm vọng tưởng nổi lên sụp xuống liên tục không dừng. Tâm không sanh diệt là cái thường biết rõ ràng ở sáu căn. Chúng ta phải sống với cái nào? Ai cũng quen sống với tâm sanh diệt. Tâm không sanh diệt thì không bị luân hồi, còn tâm sanh diệt theo các thứ buồn thương giận ghét, tạo thành nghiệp dẫn đi trong luân hồi sanh tử.

Biết rõ hai thứ như vậy mà không nhận, không sống với Chân tâm, đó là người đáng thương. Có mà không dùng nên Phật nói chúng sanh mê muội đáng thương! Phật thương là thương mê muội, không phải thương nghèo đói. Chúng sanh cứ sống với cái hư dối rồi hơn thua, phải quấy cả ngày, không bao giờ dừng. Cuối cùng than khô, than khó, than cuộc đời đủ thứ chuyện. Cuộc đời đủ thứ chuyện, nhưng chuyện của người ta, chớ có phải chuyện của mình đâu mà xen vào, rồi than!

Người biết tu, giả sử ai nói thẳng vô mặt “anh hay chị xấu quá”, mình không xấu mình biết là được, chớ chạy theo bên ngoài rồi đua với nhau, tranh hơn thua chỉ khổ thôi. Cho nên tu cả ngàn, hai ba ngàn người nhưng kiểm lại, người đạt được đạo lý chỉ trên đầu ngón tay. Đa số tu gieo duyên thôi, không chịu hết sanh tử. Sanh tử do mình, không phải ai tạo, mình không chịu dừng thì làm sao hết được? Muốn dừng đâu có khó. Như ai không ưa, mắng mình “đồ ngu, cả ngày lừ đừ”, mình cười nói “ừ ngu cũng được”. Ngu mà hết sanh tử càng tốt, người khôn nhưng đi trong luân hồi thì ai hơn? Vừa nghe nói ngu liền muốn cự lại, để giành nhau đi trong sanh tử. Như vậy ai khôn, ai ngu? Chúng ta ở đời cứ bị lệ thuộc người khác. Ai vừa chọc tức liền nổi âm âm lên, chê người ta xấu mình cũng không tốt gì. Cho nên phải làm sao giữa người tu và người không tu khác nhau.

Chúng ta nhớ lại sự tích các vị Tổ, các vị Bồ-tát hồi xưa, có vị nào tu một đời thành Phật đâu, phải trải qua nhiều đời. Có vị nào trong khi tu mà đánh lộn với nhau không? Bây giờ ở chùa thỉnh thoảng có không? Không đánh cũng mắng thăm, nói lén, không bao giờ yên hết. Vì vậy chúng ta phải xét lại sự tu của mình. Tu là sống trở về Chân tâm, cái thường biết rõ ràng. Quá khứ thuộc về niệm, vị lai thuộc về tưởng. Tưởng nhớ quá khứ, vị lai đó là vọng niệm. Người tu biết niệm vọng tưởng phải bỏ. Ở đây dùng chữ không niệm là không ôm quá khứ, không suy tính vị lai, chỉ sống ngay hiện tại cho nên rõ ràng thường biết. Như vậy mới gọi là không niệm.

Chúng ta ngồi yên mà nói loạn tưởng là loạn tưởng cái gì? Hoặc nhớ quá khứ, hoặc tưởng vị lai. Đó gọi là vọng niệm. Bây giờ không chạy theo niệm quá khứ, vị lai, chỉ sống với cái hiện tại, như vậy có định không? Tỉnh táo mà không nhớ, không nghĩ chuyện gì xa xôi, cứ ngay trong hiện tại mà sống, đó là đang định, đang sống với Chân tâm. Chân tâm không thiếu, không vắng mặt lúc nào hết. Vậy nhưng chúng ta bỏ Chân tâm hay Chân tâm bỏ chúng ta? Chân tâm sờ sờ ở đó mà cứ chạy kiếm cái khác, không chịu sống cho thực tế với cái đang có. Vì vậy tôi khuyên quý vị tu phải nhớ Chân tâm của mình.

Chân tâm thì không có niệm. Tại sao? Không nhớ quá khứ, không tưởng vị lai nên không có niệm. Chỉ sống thực tế ngay hiện tại thôi. Tới giai đoạn này là thể nhập Chân tâm. Ban đầu chúng ta phải biết rõ Chân tâm là gì. Kể nói Chân tâm là không niệm, dứt khoát sống với Chân tâm là không cho niệm khởi. Vì niệm khởi thuộc quá khứ, vị lai, chỉ sống ngay trong hiện tại là sống với Chân tâm.

Tập mãi cho đến khi thuần thực, chỉ còn hai chữ không niệm. Chúng ta tu không phải dùng ngôn ngữ nói hoài. Ban đầu nói để thâm nhập, khi thâm nhập rồi thì buông ngôn ngữ, chỉ sống không niệm. Không nghĩ quá khứ, không tưởng vị lai, sống hiện tiền, nhẹ nhàng, thanh thoi làm sao. Hiện tại như thế nào biết như thế ấy, đó là sống với Chân tâm. Chân tâm là biết rõ ràng, mà chỉ có hiện tại mới rõ ràng. Ngồi đây thấy người, thấy vật rõ ràng, nghe tiếng động rõ ràng, không có niệm thuộc về quá khứ hoặc tưởng tượng vị lai. Người sống như thế là hết vọng tưởng.

Ở đây không có gì để đề, để dần vọng tưởng, mà phải thấy như thật. Vọng tưởng là niệm của quá khứ, quá khứ đã qua đâu còn, tưởng vị lai nhưng vị lai chưa đến nên đâu có. Như chúng ta tưởng mai mình tới thăm huynh đó, sẽ nói gì với huynh, nhưng tới nơi người ta không có ở nhà. Tính chi trước, mất công vậy? Tới đó gặp nhau nói gì thì nói, tính trong đầu tùm lum, sự thật không đúng như vậy. Chúng ta phải hiểu, đừng phí thời gian vô ích, phải sống ngay trong hiện tại. Đó là sống với Chân tâm.

Người biết tu không phải giờ ngồi thiền mới tu, không phải đi kinh hành mới tu mà lúc nào cũng tu hết. Ngồi nhìn sự vật không có niệm quá khứ, vị lai. Ngồi không có chuyện gì hết thấy thanh thoi, cười thôi. Còn chúng ta nhớ chuyện quá khứ ai mắng mình, mặt mày méo xẹo, khổ chuyện nằm trên nằm dưới, sao không sống ngay bây giờ?

Rút gọn lại Chân tâm là không niệm. Nhiều khi đi kinh hành vừa nhớ chuyện gì tôi liền nói Chân tâm là không niệm, có niệm thì không được rồi. Cứ thấy đường thì đi, đi tự tại, không cho mấy chú đó chen vô. Như vậy chúng ta tu trong mọi hành động đều dễ dàng, chớ không khó. Tập mãi cho đến khi thuần thục, chỉ còn hai chữ “không niệm”. Đi đâu cũng nhớ không niệm.

Nhưng còn hai chữ “không niệm” cũng là còn từ ngữ, chưa phải cái thật không niệm. Cho nên tới giai đoạn cuối cùng buông luôn hai chữ “không niệm” thì tâm thanh thang và còn mãi. Hai chữ “không niệm” không nhớ nữa, tâm không có mấy may gì khác. Thanh thoi, nhàn hạ, không có một niệm dấy khởi, lúc đó tâm mình ở đâu? Bao lớn? Mở mắt ra thấy Chân tâm rồi. Chân tâm luôn hiện tiền, trùm khắp, không thiếu vắng lúc nào hết, mà tại mình bỏ quên. Vừa thấy khởi phân biệt tốt xấu, vừa nghe khởi phân biệt khen chê, do đó Chân tâm bị bỏ quên.

Bây giờ mình thấy cứ thấy, không khởi phân biệt, nghe cứ nghe, không thèm nói hơn thua, như vậy là đang sống trong Chân tâm. Đi đâu, nằm ngồi cứ thế ấy thì sống được với Chân tâm. Còn ngồi thiền nhìn xuống lim dim mà nhớ chuyện năm ngoái, năm kia thì thiền hay vọng tưởng? Ở ngoài nhớ ít, vô ngồi thiền nhớ càng nhiều nữa. Nhớ chuyện này chưa rồi nhớ chuyện khác, nói tu mà không có kết quả đúng như thật.

Chúng ta phải biết tu là sống trở về với Chân tâm của mình. Lối tu này không sợ lạc, vì đâu có đi kiếm gì mà lạc. Bỏ điên đảo vọng tưởng sống với cái chân thật của mình, được nhiều hoặc ít vậy thôi chớ không lạc. Đó là điên thứ nhất. Thứ hai mình không tưởng tượng gì hết, chỉ buông những gì vô lý, sống với Chân tâm của mình. Người tu cứ tưởng thế này thế nọ dễ phát điên lắm.

Tôi khi trước cũng bị lầm, ngồi thiền kèm cho hết vọng niệm, nghĩ như vậy là định. Nhưng đó là bệnh, có khi mất ngủ, có khi đau đầu. Bây giờ tôi ngồi thiền như ngồi chơi vậy thôi. Hiện tại mình đang sống trong Chân tâm, mắt thấy tai nghe trong Chân tâm, ngồi như bình thường rất khỏe. Chúng ta đi, đứng, nằm, ngồi trong hiện trạng bình thường, không cần nhắc mà tâm cũng an nhiên. Đó là tu sâu.

Tôi thường ví dụ, như có người nói “anh nói chuyện thấy ghét quá, tát tai anh cho coi”, nhưng người ta không tát thì có thành đánh không? Nói tát tai không phải là đánh, chừng nào cái tay của họ đụng mặt mình mới là đánh, còn nói trên miệng thôi chưa phải đánh. Cũng thế, chúng ta nói không niệm nhưng chưa thật không niệm, chừng nào buông hai chữ “không niệm”, tâm mình vẫn tự nhiên tự tại mới thật là không niệm.

Chúng ta đi từng bước, từ có hình thức, lần lần có ngôn ngữ, đến buông hình thức, buông ngôn ngữ. Khi ấy mới sống thật trở về Chân tâm. Sống được vậy ngày mai ra đi không sợ luân hồi. Luân hồi do niệm, niệm tạo nghiệp thương ghét dẫn chúng ta đi trong luân hồi. Bây giờ hết niệm thì ai dẫn đi? Cho nên Thiền tông nói giải thoát sanh tử ngay trong kiếp này, nếu mình sạch hết niệm, vô niệm thì ra khỏi sanh tử. Còn cứ niệm hoài thì còn sanh tử. Con đường tắt của Thiền là ở chỗ đó, nên gọi “trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật”, nghĩa là chỉ thẳng tâm người, thấy tánh thành Phật.

Đường lối tu này không phải tự ý tôi đặt ra, mà đã có sẵn trong kinh Phật, các Thiên sư xưa nay đã từng nói. Tôi sẽ dẫn kinh cho quý vị thấy.

Phật nói kinh Kim Cang, Ngũ tổ Hoàng Nhãn giảng cho Lục Tổ nghe đến đoạn: “Trưởng lão Tu-bồ-đề bạch Phật ngôn: Hi hữu Thế Tôn, Như Lai thiện hộ niệm chư Bồ-tát, thiện phó chúc chư Bồ-tát. Thế Tôn! Thiện nam tử, thiện nữ nhân phát A-nậu-đa-la tam-miệu tam-bồ-đề tâm, vân hà ưng trụ, vân hà hàng phục kỳ tâm? Phật cáo Tu-bồ-đề: Chư Bồ-tát ma-ha-tát ưng như thị sanh thanh tịnh tâm, bất ưng trụ sắc sanh tâm, bất ưng trụ thanh, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm, ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm.” Nghĩa là Trưởng lão Tu-bồ-đề bạch Phật rằng: Thế Tôn! Rất ít có, đức Như Lai khéo hộ niệm các vị Bồ-tát, khéo phó chúc các vị Bồ-tát. Bạch Thế Tôn! Người thiện nam, người thiện nữ phát tâm Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác nên làm sao trụ, làm sao hàng phục tâm kia? Phật bảo: Tu-bồ-đề! Các Bồ-tát lớn nên như thế mà sanh tâm thanh tịnh, không nên trụ sắc sanh tâm, không nên trụ thanh, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm, nên không có chỗ trụ mà sanh tâm kia.

Phát tâm cầu Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác là cầu giác ngộ thành Phật. Làm sao an trụ được tâm đó? Ở đây Phật bảo: Chư Bồ-tát ma-ha-tát (tức là Bồ-tát lớn) không nên trụ nơi sắc mà sanh tâm, không nên trụ thanh, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm, nên không có chỗ trụ mà cầu Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác. Như vậy muốn thành Phật, chúng ta đừng vướng mắc với sáu trần là sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Tại sao không vướng mắc? Vì sáu trần không thật. Nếu chúng ta đeo đẳng cái không thật làm sao giác ngộ được.

Giai đoạn trước tôi dạy quý vị tu phải thấy các pháp huyễn hóa, là không, ngòi thiên mới yên định. Tâm yên định lần lần vọng tưởng lặng, Chân tâm hiện tiền. Tôi nói như vậy, tu như vậy và khuyên quý vị tu như vậy. Song có một điều khó xử là cái nhà, cái cây, tất cả những gì có hình tướng, nói không đâu được. Như ngòi chùa hiện giờ, chỗ này trước kia không có, do chúng ta đẹp trồng cây cối, từ từ xây dựng lên ngòi chùa. Ngòi chùa có nhưng từ cái không tạo thành có, vậy cái có đó thật hay giả? - Giả. Nhưng ngòi chùa hiện diện đây, nói giả người ta không chịu. Hơn nữa mình nói ngòi chùa không thật, nhưng ai đến đập phá mình chịu không? Họ nói không thật, tôi đập có gì tiếc? Vậy là mình mắc kẹt. Nói nó không, mắc kẹt đủ thứ hết. Nói thân này không, giả, vậy đói bụng có kêu rên không? Giả mà kêu rên gì? Chúng ta cũng mắc kẹt. Nói thân không mà phải ăn uống. Thành ra người ta đặt nhiều vấn đề khiến mình bị kẹt.

Bây giờ chúng ta đi thẳng vô có. Anh có Chân tâm, chị có Chân tâm v.v... Ai cũng có Chân tâm thì mọi người yên lòng, đâu ai thua ai. Song Chân tâm là gì, ở đâu? Đó là một vấn đề. Như tôi đã nói rõ Chân tâm là cái thường biết rõ ràng mà không vọng tưởng, không niệm khởi. Nó ở đâu? Ở khắp sáu căn, chỗ nào cũng có Chân tâm. Ví dụ bắt thần con muỗi cắn vào mặt, chúng ta đâu cần suy nghĩ, nghe cắn biết liền. Có suy nghĩ là tâm vọng tưởng, không suy nghĩ mà đụng tới biết liền, đó là gì? Là cái bạng bạc của Chân tâm. Từ đầu tới chân lúc nào nó cũng hiện hữu. Tuy chúng ta không thấy nhưng đụng việc có cảm giác rõ ràng.

Chúng ta có Chân tâm là cái biết thường xuyên nhưng không màng tới, cứ chạy theo cái biết lăng xăng lộn xộn. Cứ suy nghĩ chuyện đâu đâu không dính dáng gì, suy nghĩ chuyện đời sau đời trước lung tung, không thực tế còn cái biết thực tế lại bỏ quên. Tu thiền là sống trở lại Tâm chân thật của chính mình, lúc nào cũng hiện hữu. Trở lại cái

đó mới biết con người chân thật không sanh không diệt. Hiện tại sống được với Chân tâm không sanh diệt thì khi thân này hoại sẽ tùy duyên, hoặc là đi trong lục đạo hoặc là giải thoát ra khỏi lục đạo, tùy theo nguyện của mình.

Hiện tại chúng ta đang tu, Phật dạy tu bất cứ pháp môn nào cũng đều đi đến chỗ nhất tâm bất loạn. Như người tu Tịnh độ, Phật dạy niệm Phật tới nhất tâm bất loạn. Nhất tâm bất loạn là sao? Là chỉ còn cái biết chân thật mà không có niệm nào. Chúng ta tu Thiền cũng định. Định cái gì? Định tâm lăng xăng. Khi tâm lăng xăng dừng, mình biết không? Tâm lăng xăng dừng chớ cái biết vẫn hiện tiền. Dừng tất cả tâm sanh diệt, hư dối để sống lại Tâm chân thật của chính mình. Đó là đường lối tu cụ thể, thực tế chớ không phải mơ màng.

Rất tiếc con người cứ đuổi theo cái hư giả, nghĩ đông nghĩ tây cho là tâm mình. Cái hư giả đó tạo nghiệp, dẫn mình đi trong sanh tử luân hồi. Nếu trở về Tâm chân thật thì không bị chi phối bởi nghiệp, vì tâm đó làm gì có nghiệp. Như tôi đã nói buông luôn hai chữ “không niệm”, tâm lặng yên không còn một niệm dấy lên mới thật không nghĩ. Còn chỉ nói “không niệm” trên miệng, hài lòng như vậy là yên ổn rồi thì không được. Bởi vì nói “không niệm” là dụng của ngôn ngữ, chưa phải qua cái chân thật. Tới phút chót không còn một niệm nào, lời nói “không niệm” cũng không, tâm tự an nhiên, không một niệm dấy khởi. Không có một niệm dấy khởi, khi ấy chết đi đâu?

Thường thường nhà Phật nói chết đi theo nghiệp. Nghiệp do ý niệm lăng xăng gây tạo thích cái này, ưa cái kia nên chết đi theo cái ưa thích đó. Bây giờ không có một niệm gì thì đi đâu, theo ai? Không có một niệm thì tâm thanh thản còn mãi. Tâm thanh thản là sao? Tâm không có một niệm thì không có tướng, không có một niệm thì không có động. Không tướng, không động thì đồng với thể hư không. Đồng thể hư không thì tâm đồng với hư không, hòa nhập được với hư không, đó là Pháp thân. Cho nên biết tâm hòa nhập được với hư không là Pháp thân. Pháp thân thì bất diệt cho nên còn mãi, không có sanh tử nữa, giải thoát sanh tử.

Như vậy muốn đi đến giải thoát sanh tử, phải là Tâm chân thật, buông hết niệm sanh diệt. Không còn một niệm thì đâu có nghiệp nào dẫn mình được, mà không còn một niệm thì tâm đồng thể với hư không. Đồng thể với hư không thì bất sanh bất diệt, còn mãi. Không chết, không sanh trở lại đó là giải thoát sanh tử. Chúng ta tu giải thoát là như vậy. Ngay trong đời này buông hết không còn một niệm, chỉ còn cái thường biết rõ ràng. Tới lui qua lại mà không có niệm nghĩ thì nhắm mắt tâm đồng với hư không. Đó là thể nhập Pháp thân. Khi đó nếu có sanh tử lại, được gọi là Ứng thân, Hóa thân để độ chúng sanh, độ những người có duyên, chớ Pháp thân không có sanh tử.

Trong nhà thiền nhất là Thiền tông, lấy vô niệm làm tông, nhưng chỗ cuối cùng không còn một niệm. Chỗ không còn một niệm đó là tông chỉ của nhà Thiền. Như vậy ngay trong đời này chúng ta có thể giải thoát sanh tử. Các Thiền sư hay nói người không khéo tu phải trải qua ba vô số kiếp mới thành Phật. Quý vị có ngán không? Một kiếp này còn thấy dài, huống là ba vô số kiếp! Nhưng tu theo lối này là trực chỉ. Nếu nhận ra ngay kiếp này, hết niệm đi tới chỗ tâm đồng hư không thì mình thể nhập Pháp thân, rồi tùy duyên có Ứng thân Hoá thân. Như vậy ngay kiếp này mình có thể tu giải thoát sanh tử chớ không phải xa. Vì vậy Thiền tông là con đường tắt gần nhất để đi đến giải thoát sanh tử.

Lâu nay chúng ta chịu tu sơ sơ thôi. Vô chùa ăn chay trường, tụng kinh gõ mõ ngày đêm hai thời thấy được rồi. Như vậy thì tâm sanh diệt đâu có dừng cho nên sanh tử cũng không hết. Chúng ta tu thì phải đi tới chỗ giải thoát, mà muốn giải thoát thì phải thực hiện từ cạn tới sâu.

Sống được với Chân tâm không còn niệm nào, chừng đó chúng ta mới thấy tâm thanh thang. Ngày xưa tôi cũng ngờ, không biết tâm mình ở đâu? Cứ nghĩ trong đầu, trong ngực mới là tâm mình, còn nói tâm trùm khắp làm sao tưởng tượng nổi? Nhưng bây giờ tôi thấy được tâm mình thanh thang khắp bầu trời. Tại sao? Chúng ta đặt câu hỏi lại “tâm là cái gì?”. Tâm là cái biết. Như quý vị nhìn lên bầu trời, không chú ý vào một vật gì hết, thấy bầu trời lớn, nhỏ? Bầu trời thanh thang. Nếu nhìn lên đó, mình chú ý vào đàn chim bay hay cụm mây thì tâm bao lớn? Nó gom lại chỗ cụm mây hay đàn chim, nên bằng bấy nhiêu thôi. Cái biết tới đâu thì tâm mình tới đó, vì tâm là cái biết.

Một hôm, Mã Tổ đi với Bá Trượng, thấy bầy chim bay qua, Ngài hỏi:

- Cái gì đó?
- Bầy chim le le bay.
- Bay đi đâu?
- Bay qua mắt.

Ngài nắm lỗ mũi Bá Trượng vặn một cái. Bá Trượng đau quá la thất thanh. Mã Tổ bảo:

- Sao không nói bay mất đi?

Ngay câu đó Bá Trượng ngộ liền. Ngộ được cái “không bay mất đi”. Chim bay nhưng cái thấy của mình không có bay, nó vẫn nguyên vẹn. Như kinh Lăng Nghiêm Phật đưa tay lên hỏi ngài A-nan:

- Có thấy không?
- Dạ thấy.

Phật để xuống hỏi:

- Thấy không?
- Dạ không thấy.

Phật quở. Đưa lên thì thấy, để xuống bộ mù sao không thấy? Cái tay ở ngoài có đưa lên để xuống, cái thấy lúc nào cũng thấy. Đưa tay lên thì thấy tay đưa lên, để xuống thì thấy không có tay, chớ không phải không thấy. Thấy là biết. Chim bay qua thấy bay qua, cho nên nó bay mất phải trả lời “bây giờ chim bay mất, con thấy vẫn thấy”. Mã Tổ véo lỗ mũi, Bá Trượng mới ngộ đạo, biết rằng cái thấy của mình không bị giới hạn trước mắt hay ở chỗ có hình tướng, mà nó trùm khắp.

Quý vị khi nào ra biển đứng trên bãi nhìn biển khơi. Khi ta thấy chiếc tàu đánh cá, sẽ không thấy toàn mặt biển, nếu không nhìn chiếc tàu mình sẽ thấy toàn mặt biển. Để biết rằng tâm chúng ta bàng bạc, nhưng khi dấy niệm, chú ý vào niệm thì mất cái bàng bạc, cái thanh thang của tâm. Vì vậy Phật bảo phải dứt hết, đừng cho dính niệm nào. Không dính niệm nào giống như nhìn ra biển, không chú ý vào chiếc tàu, mình thấy cả

mặt biển. Nhìn lên bầu trời không chú ý vào cụm mây, đàn chim, mình thấy cả bầu trời. Thấy tới đâu thì tâm tới đó. Vì thấy là biết, biết là tâm.

Như vậy cần gì khổ hạnh lắm mới thấy được Chân tâm hiện tiền. Chỉ vì chúng ta cố chấp sai lầm nên bỏ quên. Bây giờ mình nhìn cây cỏ, sự vật chung quanh, nhìn thì nhìn nhưng không đặt vào một sự vật nào hết, tâm có kẹt không? Đi hoài nhưng ai hỏi “có thấy gì không”, trả lời “không”. Nếu biết rõ thì sự tu nhẹ nhàng, thanh thoát. Ngược lại, không biết rõ thì đi đâu cũng chăm chăm nhìn xuống đất, để kềm cho cái đầu mình không nghĩ gì, nhìn như vậy có khi bị nhức đầu. Đàng này ta nhìn trời, nhìn đất, nhìn đâu cũng được hết, không cần phân biệt. Thấy là thấy thôi.

Tôi hỏi mấy chú Thị giả: Người đi kinh hành ngó xuống chăm chăm và người đi kinh hành ngó trời ngó mây chơi, hai người đó tu thế nào? Người ngó chăm chăm xuống đất là đang có vấn đề để theo dõi, nên không dám ngó chỗ khác, sợ xao lãng. Còn người ngó trời, ngó mây mà không dính, có gì đâu sợ xao lãng? Người đi kinh hành ngó xuống là tu theo pháp Nhị thừa. Đi phải chăm chăm ngó xuống hoặc nhớ chân đang giở lên để xuống, nhớ theo từng nhịp của chân, cột tâm ở dưới chân. Người tu ngó trời ngó mây mà không cột cái gì hết là tu theo Thiên tông. Hai lối tu khác nhau nhưng quan trọng cốt sống được với cái thật của chính mình.

Tâm là cái biết trùm khắp sáu căn. Căn nào cũng biết. Mắt biết, tai biết, mũi biết, lưỡi biết, thân biết, ý biết. Tâm trùm khắp chớ không phải ở trên đầu, trên trán, nhưng chúng ta hay bóp đầu bóp trán suy nghĩ. Suy nghĩ như dòng điện chạy, lằng xằng một hồi rồi tắt, không có thật. Chúng ta cho đó là tâm, bỏ quên cái bàng bạc trùm khắp. Chùng nào nhận được tâm bàng bạc, không có hình tướng là thấy đường lối tu của Thiên tông rõ ràng.

Thiên tông là đi thẳng, đi thẳng như vậy nên không có gì ràng buộc. Các Thiên sư tự do ghê lắm. Đi chơi tự tại, thành thoi nhưng không động niệm, không kèm chế. Người tu kèm chế mới nhìn thấy nghiêm chỉnh, nhưng buông ra dễ bị xao động.

Ở đây giai đoạn cuối là vô niệm, tức không có một niệm nghĩ suy nào. Lúc đó nhắm mắt chúng ta sẽ đi tới chỗ tâm thanh thang. Ngang đây không còn sanh tử nữa vì không còn nghiệp dẫn. Nghiệp dẫn khi tâm sanh diệt còn, tâm sanh diệt không còn thì không có nghiệp nào dẫn được. Cho nên vô niệm là giai đoạn cuối cùng để đi đến giải thoát sanh tử. Quý vị chịu vô niệm không? Không nghĩ gì sợ ngu rồi cứ nghĩ, nghĩ nhiều, khôn ngoan lanh lợi để tạo nghiệp đi trong sanh tử. Người tu đi tới chỗ vô niệm giống như ngây như ngu vậy, không nhạy bén như người tính toán việc này việc nọ. Tôi nhớ bài kệ của ngài Phước Hậu ngoài Bắc:

*Kinh điển lưu truyền tám vạn tư,
Học hành không thiếu cũng không dư,
Đến nay tưởng lại chùng quên hết,
Chỉ nhớ trên đầu một chữ như.*

Bây giờ tôi quên gần hết rồi, ai không gặp tôi quên tên. Có dám quên hết mới thành tựu, chúng ta cứ nhớ người này, người kia, lanh lợi quá thì không thành cái gì cả. Càng lanh lợi càng đi sâu trong sanh tử. Người xưa đã sống như vậy, chúng ta bây giờ biết rồi cũng sống như vậy, không cần nghĩ suy, không cần nhớ tưởng ai hết. Cứ biết tâm mình thanh thang, không có gì phải nghĩ suy, tất cả đều là vọng tưởng điên đảo.

Tu phải ngơ ngáo ngáo một thời gian mới được, khôn lanh quá không được. Những vị tu mà lanh lợi quá tôi lo lắng, không biết ngày mai đi đâu? Nếu thật tinh tu thì buông hết tất cả nghiệp duyên, ngơ ngáo ngáo mới được. Ngơ ngáo mà không phải ngơ ngáo của kẻ điên khùng. Ngơ ngáo mà sống với cái chân thật, không màng những việc lăng xăng chung quanh. Cái chân thật đang hiện tiền, ở ngay nơi mình, chúng ta bỏ nó sống với vọng tưởng lăng xăng thì đáng thương. Phật nói chúng sanh có của báu để trong túi mà đi ăn mày. Của báu sẵn trong túi nhưng không quan tâm tới, chỉ nhớ cái lăng xăng lộn xộn thành ra mất mình, phải đi ăn mày khổ sở.

Người hiểu được lý thiền, ứng dụng tu lúc nào cũng trở về chính mình. Như ngài Trần Nhân Tông nói “gia trung hữu bảo hưu tâm mịch”, nghĩa là trong nhà có báu, đừng tìm kiếm ở đâu hết. Biết trở lại cái thật của mình là của báu, hết sanh tử. Như vậy đường lối tu này đưa chúng ta tới không còn sanh tử nữa. Cái không còn sanh tử, không phải ai làm giùm chúng ta được, chính mình phải buông xả những niệm sanh diệt thì sanh tử theo đó hết. Từ sáng đến chiều đi đứng mà không có niệm. Nhiều vị Thiền sư tới giờ ăn phải mời ăn, tới giờ ngủ có khi quên ngủ, lừng khờ coi như khờ khạo. Nhưng mà chính đó là tới giai đoạn không còn bị niệm sanh diệt lôi kéo. Trong tâm mình động, lúc ngồi thiền bỗng dưng nhớ chuyện quá khứ hay tính chuyện vị lai, đó là dấy niệm. Bây giờ không nhớ quá khứ, không nghĩ vị lai là vô niệm. Vô niệm không phải là không biết.

Kinh Kim Cang Phật dạy, khi chúng ta không chạy theo sáu trần mới thấy mình có Tự tánh thanh tịnh, có tánh không sanh diệt, có tánh rất đầy đủ, có tánh không dao động, có tánh hay sanh muôn pháp. Cho nên học kinh Kim Cang Lục Tổ thốt lên những lời “đâu ngờ Tự tánh vốn tự thanh tịnh, đâu ngờ Tự tánh vốn không sanh diệt, đâu ngờ Tự tánh vốn tự đầy đủ, đâu ngờ Tự tánh vốn không dao động, đâu ngờ Tự tánh hay sanh muôn pháp”. Chúng ta có sẵn những điều đó mà lâu nay không biết, không ngờ.

Khi buông hết không vướng mắc với sáu trần, lúc đó mình bước vào chỗ vô sanh hay tâm Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác. Bước vào Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác là có hay không? Là có, nên Lục Tổ nói không ngờ mình có tâm thanh tịnh, không ngờ mình có tâm không sanh diệt, cho đến không ngờ mình có tâm hay sanh muôn pháp.

Như vậy từ kinh Bát-nhã cho đến kinh Kim Cang đều nói không. Không là không sáu trần để đi đến tâm Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác. Còn ở đây tôi hướng dẫn quý vị đi từ cái gì? Nói có Chân tâm, là đi từ cái có cho tới cuối cùng không còn một niệm, để sống bằng Chân tâm. Như vậy cái có này là có Chân tâm, còn cái không kia là không sáu trần. Không sáu trần mà được Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác, tức là Chân tâm. Mới nghe dường như khác nhưng sự thật không khác.

Hai hướng đi. Một bên dẹp sáu trần, nói không thật để không vướng mắc, lúc đó mới trở về tâm Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác. Một bên đi từ cái có không sanh không diệt, nói thẳng có Chân tâm. Chúng ta có sẵn cái không sanh không diệt, bây giờ đừng chạy theo cái sanh diệt hư dối nữa, để sống với cái không sanh không diệt của mình. Nó có từ buổi ban đầu chứ không phải tới lúc cuối mới có.

Chúng ta đều có Chân tâm nhưng bỏ quên, chạy theo vọng tưởng sanh diệt. Bây giờ muốn nhớ thì thấy cũng nói Chân tâm, nghe cũng nói Chân tâm, giờ phút nào cũng nói tới Chân tâm. Nhớ tới Chân tâm, nhưng chưa thể nhập được Chân tâm thì khi chết đi đâu? Dù chưa thể nhập được nhưng nhờ nhớ, chết rồi cũng trở lên tiếp tục làm

việc đó. Còn người không biết Chân tâm, cứ tu vậy thôi, khi chết sẽ theo nghiệp thọ sanh, không có mục đích ra khỏi sanh tử.

Những năm về trước, tôi dạy quý vị thấy vọng tưởng buông bỏ hoặc quán các pháp duyên hợp như huyễn, không thật. Tu như thế thật ra là bỏ ngọn mà chưa bỏ gốc. Biết nó không thật chúng ta bỏ, nhưng rồi cái gì cũng nói thật. Chiếc thuyền thật, cái nhà thật, chiếc xe thật... nếu nói xe không thật thì đường xa lấy gì đi? Thành ra lúng túng, bây giờ chúng ta đi thẳng vào có Chân tâm. Từ đầu tới cuối, nếu người khéo nhận thì mau, còn vụng nhận thì chậm. Bám vào gốc đó, không quên mất, như vậy khỏi lạc đường. Chúng ta biết hướng đi, đời này chưa xong đời sau tiếp tục đi con đường đó nữa.

Thiền tông là “trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật”, chớ không đi quanh co. Các Thiền sư chỉ thẳng tâm mình, nhận ra Bản tánh thì tu thành Phật. Những ai đến với các ngài đều được chỉ thẳng. Hiểu cái chỉ thẳng đó mới thấy hành động của các ngài quái gở mà không phải quái gở.

Nói về chuyện thân tâm, Thiền sư Đại An ở Qui Sơn tới lễ bái Tổ Bá Trượng, hỏi:

- Thế nào là Phật?

Tổ đáp:

- Như người cỡi trâu tìm trâu.

Là ý gì? Nơi mình có Phật thì sáu căn đều có Phật. Chúng ta không quay lại tìm Phật của mình mà đi tìm Phật bên ngoài, có phải cỡi trâu tìm trâu không? Vì vậy các Thiền sư mới trở tài đánh, hét. Chúng ta thấy Thiền sư sao dữ quá, hỏi không chịu trả lời lại đánh hét người ta. Nhưng làm như thế để chúng ta tỉnh, quay về nhận cái của mình ở ngay nơi sáu căn.

Ngài Đại An nghe thế liền biết, nên hỏi tiếp:

- Sau khi biết thì thế nào?

Đáp:

- Như người cỡi trâu về nhà.

Sư thưa:

- Chẳng biết trước sau gìn giữ thế nào?

Đáp:

- Như người chăn trâu, dòm chừng đừng để nó ăn lúa mạ của người.

Giữ cho sáu căn đừng để chạy theo những thứ lợi, hại của chúng sanh là được rồi. Đó là giữ trâu. Thiền tông là trực chỉ nhân tâm, chỉ thẳng tâm người kiến tánh thành Phật, chớ không chỉ ông Phật bên ngoài. Người thời nay lúc nào cũng muốn tìm ông Phật bên ngoài, đó là một lối kiến giải.

Ngài Đại An sau khi về ở Qui Sơn có nói với chúng:

- Cả thầy các ngươi, mỗi người có hòn ngọc lớn vô giá, từ cửa con mắt phóng quang soi sáng núi sông cây cỏ. Từ cửa lỗ tai phóng quang nhận lãnh phân biệt tất cả âm thanh lạnh dữ. Sáu cửa ngày đêm thường phóng quang sáng cũng gọi là phóng quang.

Tổ Lâm Tế, một hôm nói: “Các ông muốn biết Phật, Tổ chăng? Chính trước mặt các ông hiện đang nghe pháp ấy vậy.” Phật là mình, ở sẵn nơi mình nên các ngài không nói Phật Tổ bên ngoài. Như chúng ta đang nghe pháp, cái gì nghe? - Tai nghe. Nếu lỗ tai không đâu biết nghe, phải có cái gì ở trong mới biết chứ! Đó là Phật. Nên ngài Lâm Tế nói: “Sáu đường thân quang chưa từng cắt đứt, nếu hay thấy được như thế, chỉ một đời làm người vô sự.” Sáu đường thân quang tức là sáu cửa. Nếu ngay sáu cửa đó chúng ta biết rõ thì trọn đời làm người vô sự. Vô sự tức là thanh thoi, an lạc.

Cũng Ngài Lâm Tế nói: “Đạo lưu! Tâm pháp không hình thông suốt mười phương. Ở mắt gọi thấy, ở tai gọi nghe, ở mũi gọi ngửi, ở miệng nói bàn, ở tay nắm bắt, ở chân đi chạy, vốn là một tinh minh phân làm sáu hòa hợp.”

Tổ Lâm Tế, một Thiền sư danh tiếng của Trung Hoa đã nói rõ ràng, chúng ta có cái chân thật đầy đủ nơi sáu căn. Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, sáu căn đó là cái sáng suốt mà chúng ta không chú ý trở về, cứ đuổi theo vọng tưởng điên đảo nên phải chịu luân hồi sanh tử.

Có tăng Qui Chơn đến hỏi đạo ngài Qui Sơn, gặp Ngưỡng Sơn. Ngưỡng Sơn hỏi:

- Sao huynh mới vô một chút liền trở về?

Qui Chơn kể lại:

- Hòa thượng (ngài Qui Sơn) hỏi tôi tên gì, tôi thưa: dạ con tên là Qui Chơn. Ngài hỏi: qui chơn ở chỗ nào, tôi đáp không được.

Ngưỡng Sơn bảo:

- Thượng tọa trở lên thưa với Hòa thượng “con nói được”. Hòa thượng hỏi thế nào thì đáp “trong mắt, trong tai, trong mũi v.v...”

Qui Chơn trở lên thưa:

- Con nói được.

Qui Sơn bảo:

- Nói xem!

- Trong mắt, trong tai v.v...

Qui Sơn bảo:

- Đây là lời của vị thiện tri thức năm trăm người, chẳng phải của ngươi.

Tổ biết Qui Chơn học lóm rồi.

Như vậy chúng ta trở về cái chân thật ở chỗ nào? Ở mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Nếu đi theo cái hư dối thì cũng ở mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý phóng ra, chạy theo sáu trần.

Mã Tổ Đạo Nhất nói: Phạm người cầu pháp nên không có chỗ cầu, ngoài tâm không riêng có Phật. Ngoài Phật không riêng có tâm, không lấy thiện, chẳng bỏ ác, hai bên như sạch đều không nương cậy, đạt tánh tịnh là không, mỗi niệm đều không thật. Vì không có Tự tánh nên tam giới chỉ là tâm, sum la vạn tượng đều là cái bóng của một pháp. Thấy sắc tức là thấy tâm, tâm không tự là tâm, nhân sắc mới có.

Như vậy mỗi thứ đều được qui về Chân tâm. Chúng ta thấy sắc nói Chân tâm, nghe tiếng nói Chân tâm, đó là giống các Thiền sư đã dạy. Việc tu của chúng ta rõ ràng có căn cứ, người xưa đã từng nói vậy. Ngoài tâm không có Phật nào khác, biết trở về tâm mình là biết trở về Phật. Các ngài luôn luôn chỉ thẳng tâm người, thấy tánh thành Phật, không nói Phật ở Tây phương hay ở đâu cả.

Thiền sư Bảo Thông Đại Điền nói: Nay ta vì các người nói trống ra, mỗi người phải lắng nghe nhận lấy. Chỉ từ bỏ tất cả vọng động, tưởng niệm, xét lường, tức là Chân tâm của mình. Tâm này cùng trần cảnh, khi kèm giữ lặng lẽ hoàn toàn không dính dấp. Tức tâm là Phật, không đợi tu sửa.

Chỗ này lâu nay chúng ta hơi mắc kẹt, ngồi thiền kèm quá không cho nhúc nhích cục cựa, nhưng thật ra không phải vậy. Tâm chân thật của mình là cái biết. Thấy biết, ngang cái biết dừng, không lăng xăng là sống với Tâm chân thật, chớ ngồi kèm không cho nó lăng xăng riết đau đầu, không có kết quả. Vì vậy Ngài dạy: “Tâm này cùng trần cảnh, khi kèm giữ lặng lẽ hoàn toàn không dính dấp. Tức tâm là Phật, không đợi tu sửa.” Sống được với Chân tâm thì thành Phật, không có gì tu sửa, cũng không nói tu ba vô số kiếp mới thành Phật.

Thiền sư Đại Mai Pháp Thường thường dạy chúng: Tất cả các người mỗi người đều tự xoay tâm lại tận nơi gốc, chớ theo ngọn của nó. Chỉ được gốc thì ngọn tự đến. Nếu muốn biết gốc cần rõ tâm mình. Tâm này nguyên là cội gốc tất cả pháp thế gian và xuất thế gian, tâm sanh thì các thứ pháp sanh, tâm diệt thì các thứ pháp diệt. Tâm chẳng tựa tất cả thiện ác mà sanh muôn pháp, vốn tự như như.

Nếu trở về tâm mình thì tâm đó là gốc, còn tất cả pháp là ngọn ngành không đáng kể. Chúng ta thường chạy theo ngọn, tưởng tượng suy tính đủ thứ, không biết trở về gốc. Từ sớm tới chiều ta tu, giả sử ngồi thiền không nói, đi tới đi lui trong vườn hay là những con đường vắng, mắt thấy tai nghe đủ hết, không nghĩ suy, lúc đó mình sống với cái gì? Sống với Chân tâm. Chân tâm linh hoạt, không phải kèm giữ. Nó sẵn sàng, trường hợp nào cũng có, chỉ đừng quên chạy theo cảnh thì đó là Chân tâm.

Người biết tu thì rất nhẹ nhàng. Tôi nhập thất thấy như lười biếng, cứ nằm vờng hoai, không ngồi thiền nhiều, ngày đêm chỉ ngồi hai thời thôi. Bởi vì trong bốn oai nghi, nếu biết tu thì đều tự tại. Ngược lại nếu kèm giữ trong một oai nghi, khi sang oai nghi khác công phu dễ lơ lửng. Chuyện tu rõ ràng như vậy.

Chúng ta đều có Chân tâm nên không ai vô phần, nói tôi tu không được. Có Chân tâm thì ai cũng có quyền trở về Chân tâm của mình. Nhiều ông thầy coi tướng sơ sơ nói: “ông không có duyên tu, thôi đừng tu”, hoặc nói “ông có duyên từ kiếp trước” v.v... Đó là tưởng tượng, nói dối. Ai cũng có Chân tâm thì ai cũng có quyền tu, chỉ chưa chịu tu, chưa chịu tinh thôi. Đạo Phật bình đẳng, không nói hạng này tu được, hạng kia tu không được. Ai tu cũng được hết, chỉ chịu quay về.

Tu Phật không cầu xin, không mong mỏi gì ở đâu, mà chính ở sẵn nơi mình. Cái quý báu đã sẵn, chúng ta chỉ cần quay về liền đây đủ, không tìm kiếm ở đâu, nên với Thiền sư không nói thân thông. Hồi xưa tôi dịch nhiều đoạn Ngũ lục, Thiền sư nói năng rất bạo. Bây giờ tôi cũng thấy ngại không dám dịch, nhưng nghĩ thôi kệ quý ngài nói sao mình dịch vậy. Như Thiền sư Đức Sơn, có người hỏi:

- Thế nào là Phật?

Đáp:

- Cục cứt khô của ông già Hồ.

Chịu nổi không? Nói một câu thấy xúc phạm quá chừng. Nhưng bây giờ tôi thấy khác. Bởi vì với Thiền sư là “trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật”, lúc nào cũng trở về mình để nhận Bản tánh Phật, chứ không chỉ ra ngoài. Như có Thiền sư khi được hỏi:

- Bạch Hòa thượng, thế nào là Phật?

Ngài cầm cây gậy đập cho một cái rồi ngồi yên, hỏi:

- Hiểu không?

- Dạ không hiểu.

- Thôi trở về đi.

Tàn nhẫn vậy đó. Không dạy một lời. Tại sao vậy? Vì chúng ta có bệnh tìm kiến giải, hiểu biết. Nếu hỏi Phật là gì, mình giải thích Phật tiếng Phạn là Buddha, Trung Hoa dịch Phật-đà... nói một vòng dài dòng họ chịu lắm. Còn Thiền sư không phải thế, tất cả đều quay về tâm mình. Phật ở nơi tâm. Hỏi Phật là gì tức tìm cái hiểu bên ngoài, nên các ngài đập cho một cái, ngồi yên. Chúng ta không biết tại sao ngài đánh, tội lỗi gì? Tìm ở ngoài là lỗi, cho nên đánh một cái rồi ngồi yên. Yên lặng là chỉ Phật của mình.

Quý vị không biết, thấy đánh một cái rồi ngồi yên, hỏi “hiểu không”, đáp “không hiểu”. Chúng ta cũng hơi xót ruột, tội nghiệp người ta hỏi một câu rất đạo lý, không giải thích mà còn đánh nữa. Chúng ta đâu biết rằng nếu giải thích thì rơi vào kiến giải. Thiền sư không bao giờ giải thích.

Thiền sư thường có ba chiêu thức. Chiêu thức thứ nhất, ai tới hỏi “thế nào là Phật”, các ngài lấy phát tử giơ lên. Học nhân nói “con không hiểu”, các ngài để xuống không nói gì thêm. Chúng ta hiểu thế nào? Đưa phát tử lên, Phật ở đó đó. Đưa lên cho thấy giống như Phật chỉ cánh tay cho A-nan vậy. Đó là chỉ ở sáu căn có Phật, nhất là ba căn ngoài mắt, tai, thân. Khi hỏi “thế nào là Phật”, đưa phát tử lên rồi để xuống, là Phật từ cửa mắt mà vào.

Chiêu thức thứ hai, có người hỏi: “thế nào giải thoát sanh tử”, các ngài hét cho một tiếng rồi thôi, không nói thêm câu nào. Chúng ta thấy khô khan, tàn nhẫn quá. Nhưng đó là chỉ cho thấy Phật từ cửa tai mà vào.

Chiêu thức thứ ba mạnh hơn một chút, khi học nhân hỏi “thế nào là Phật”, các ngài cầm gậy đập cho một cái đau điếng. Đó là chỉ cho thấy Phật từ cửa thân mà vào.

Ba căn mắt, tai và thân ở ngoài dễ xúc chạm nên các ngài thường sử dụng. Đánh để hỏi biết đau không? Đánh phải biết đau. Biết đau là có Phật ở trong rồi, không có làm sao biết đau? Cái biết đau có suy nghĩ không? Cái thấy có suy nghĩ không? Cái nghe có suy nghĩ không? Hét một tiếng suy nghĩ gì kịp, chỉ ngay nơi mắt, nơi tai, nơi thân nhận ra ông Phật sẵn có của mình. Biết đau, biết thấy, biết nghe là Chân tâm, tìm kiếm gì nữa?

Như vậy Thiền sư có tâm lão bà không? Chúng ta mới nghe thấy không chịu nổi, sao tàn nhẫn đáo để. Song nhà Thiền là trực chỉ, chỉ thẳng tâm mình để nhận ra Bản tánh thành Phật. Nói Phật thế này thế kia là cho người ta kiến giải bên ngoài, không trực chỉ

nhân tâm. Hiểu như vậy đọc sách thiền chúng ta không ngỡ ngàng, nếu không mình thấy Thiền sư tàn nhẫn quá.

Tất cả người trong thế gian, ai không có Phật? Kể cả người què, người cùi đều có Phật hết, chỉ tại họ không biết thôi. Biết rồi chúng ta dám khinh ai không? Chỉ họ quay lại thì cũng như mình. Vì vậy người tu không nên có tâm ngạo mạn, phải biết ai cũng có tâm Phật, tại họ chưa quay về thôi. Tất cả chúng ta đều bình đẳng. Thế nhưng ai được làm chuyện này chuyện nọ, chức này chức nọ liền khinh người khác. Những chức tước ấy chỉ là giả danh, tạm thời, còn Chân tâm mới là cái thật của mỗi người. Chúng ta biết tu rồi phải quý trọng mọi người như quý trọng mình. Đó là người tu chân thật.

Chúng ta tu không có gì khó hết, khi không biết thì thấy khó, khi biết rất dễ. Đang thấy, đang nghe mà không có niệm gì thêm vào, đó là sống với Chân tâm. Đi, đứng, nằm, ngồi không thiếu chút nào hết. Hiểu như vậy, việc tu rất dễ, không phải ngồi thiền bầy, tám tiếng mới là thiền mà chỗ nào cũng thiền. Biết sống với Chân tâm là thiền. Đó là chỗ thật các Thiền sư đã sống. Nhiều Thiền sư không ngồi thiền, các ngài đi đây đi kia, cuộc đất, làm đủ thứ việc. Vì biết rồi ở cảnh nào cũng thiền, còn không biết dù có ngồi thiền tâm vẫn chạy, vẫn điên đảo.

Từ đây về sau, quý vị nghe hiểu nghiên cứu kỹ đề tu cho được thành thoi. Lâu lâu tôi gặp hỏi thăm “tu thế nào”, chớ không giảng nhiều nữa. Bây giờ quý ở thực hành, không quý ở ngôn ngữ. Thực hành được là gần với đạo, đừng nói nhiều mà không sống được thì cũng vô ích. Mong tất cả Tăng Ni, Phật tử nghe hiểu rồi ứng dụng tu. Thỉnh thoảng có gì cần lắm đến hỏi tôi, còn không thì thôi, tôi thành thoi, không bận bịu gì nữa. Quý vị không nên trách tôi “sao bây giờ Thầy không dạy”, dạy hoài chỉ thêm lý thuyết thôi, không tới đâu hết. Bây giờ thực hành, ai cũng phải thực hành. Tôi gặp lại chỉ hỏi: Hôm nay tu làm sao? Hiện giờ sống thế nào? Vậy thôi. Chúng ta phải tu chớ không học lý thuyết. Lý thuyết nhiều mà không tu thì cũng thành lý thuyết suông, không đưa tới đâu hết.

Đó là lời nhắc nhở của tôi.

---o0o---

HẾT