
TỐI THƯỢNG THỪA LUẬN

GIẢNG GIẢI

LỜI ĐẦU SÁCH

Trong quyển Tối Thượng Thừa Luận, Ngũ Tổ dạy trọng tâm tu Phật là “giữ chân tâm”. Ngộ chân tâm là nhân Phật, chứng chân tâm viên mãn là quả Phật. Giữ chân tâm tức là tin mình có nhân Phật, hằng sống với chân tâm, tất cả vọng tưởng đều lắng sạch tức là viên mãn quả Phật.

Giữ chân tâm không phải là cố kìm hãm tâm mình đến tiêu ma trở thành như cây như gỗ, mà có nghĩa là khi sáu căn tiếp xúc với sáu trần không khởi tâm phân biệt. Tâm phân biệt trần cảnh là vọng tâm, chỉ hằng biết cảnh mà không phân biệt là chân tâm. Vọng tâm và chân tâm không xa, một phen hồi đầu là giác (hồi đầu thị ngộ), đừng tìm kiếm, đừng cầu cạnh bên ngoài.

Tôi thâm nguyện cho quý độc giả khế hội chân tâm, thấy Phật pháp Đại thừa là viên ngọc quý vô giá để tu hành đến thành Phật quả.

Quyển luận này tôi soạn ở Pháp Lạc thất năm 1969, trước khi thành lập thiền viện Chơn Không năm 1970. Đó là tôi chuẩn bị tư liệu để hướng dẫn tăng ni tu.

Về truyền thừa, tổ Hoàng Nhãn là Tổ thứ năm trong sáu vị tổ ở Trung Hoa:

1. Tổ Bồ-đề-đạt-ma là tổ thứ hai mươi tám của Ấn Độ, sang Trung Hoa là vị tổ đầu tiên truyền thừa Thiên tông, nên Trung Hoa coi ngài là Sơ Tổ Thiên tông.

2. Tổ Huệ Khả

3. Tổ Tăng Xán

4. Tổ Đạo Tín

5. Tổ Hoàng Nhãn

6. Tổ Huệ Năng

Sau này vì sự truyền bá Thiên tông mở rộng, nhiều vị được kế thừa nên không còn để thứ tự nữa.

Học luận này là học chỗ Ngũ Tổ chỉ dạy, chứ không phải học về sử của ngài. Lời dạy rất đơn giản, mà không phải dễ hiểu dễ nhận. Người xưa nói ra một lời, dạy một câu đều là chỗ chí thiết, cốt chỉ cho chúng ta giác ngộ bản tâm và giải thoát sanh tử.

THÍCH THANH TỬ

DẪN NHẬP

Trước nhất chúng ta phải hiểu nghĩa Tối thượng thừa là gì? Tu Phật có nhiều bậc khác nhau, từ thấp lên cao nên đạo Phật chia ra Ngũ thừa Phật giáo. Thừa còn đợc là thặng, có nghĩa là cỗ xe. Chúng ta ra bến xe, khi đi gần, khi đi xa, lựa xe nào thích hợp với chỗ mình muốn đi thì sẽ đến tận nơi.

1. Người tu muốn đời sau trở lại làm người sung sướng tốt đẹp hơn hoàn cảnh hiện tại thì tu về Nhân thừa Phật giáo.

2. Muốn đời sau sung sướng hơn kiếp người, đợc sanh về các cõi trời hưởng đầy đủ phước báo hơn thế gian thì tu về Thiên thừa Phật giáo.

3. Muốn một đời giải quyết xong, không còn bị trở lại sanh tử thì tu theo Thanh văn thừa Phật giáo.

4. Không muốn sanh tử, muốn một đời hiểu đạo, quán chiếu lý nhân duyên được giải thoát, đó là Duyên giác thừa Phật giáo.

5. Chư Bồ-tát tuy tu quyết tâm cầu giải thoát sanh tử, nhưng vì thương chúng sanh muốn độ cho tất cả, nên không cầu ra khỏi sanh tử, tái lai nhiều lần để giáo hóa chúng sanh đồng giải thoát với mình, đó là Bồ-tát thừa Phật giáo. Bồ-tát thừa là mức cao hơn hết trong Ngũ thừa Phật giáo.

Nếu chỉ nói riêng những vị tu giải thoát sanh tử thì Phật giáo chia ra Tam thừa là Thanh văn thừa, Duyên giác thừa và Bồ-tát thừa. Vậy trong Ngũ thừa hay Tam thừa Phật giáo, Tối thượng thừa nằm ở thừa nào? Kinh Pháp Hoa, Phật kết luận: “Chỉ có một Phật thừa, không hai cũng không ba.” Trong Ngũ thừa, Bồ-tát thừa là cao nhất, Phật thừa không nằm trong Ngũ thừa, đó là Tối thượng thừa. Như vậy Tối thượng thừa là chỉ cho Phật thừa.

Trọng tâm của Thiên tông dạy chúng ta tu, mê thì làm chúng sanh, giác thì đi tới Phật quả, chỉ một con đường duy nhất. Như kinh Pháp Hoa nói chỉ có một Phật thừa, là đi tới giác ngộ viên mãn không có thứ lớp.

Tinh thần Thiên tông là “Trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật”. Phàm phu nhận được Phật tánh hay bản tánh của mình, bản tánh là nhân, Phật quả là quả. Từ kiến tánh đi tới thành Phật, không có đường nào khác, nên nói là Tối thượng thừa hay Phật thừa.

Người muốn tiến đến đạo thánh, hiểu ngộ chân tông (Thiền tông), cần phải luận rõ về “tu tâm”. Nếu không gìn giữ tâm thanh tịnh thì tất cả hạnh không do đâu nhận thấy. Mong các thiện tri thức có biên chép, dụng tâm đừng để sai lạc, e làm lầm những người sau.

Người tu thiền phải nhận định thấu đáo nghĩa tu tâm. Tu tâm là giữ tâm thanh tịnh, tâm thanh tịnh tất cả hạnh thành công, nếu tâm không thanh tịnh tất cả hạnh đều mất, vì tâm là chủ, là gốc. Mong rằng ai ghi chép, ai học quyển luận này phải thấu đáo tường tận, đừng tự lầm mình, lại làm lầm kẻ khác.

Phàm người tu cần phải biết bản thể, chính nơi thân tâm này xưa nay thanh tịnh, không sanh không diệt, không có phân biệt, tâm tự tánh thanh tịnh viên mãn là Bốn sự, vượt hơn niệm mười phương chư Phật.

Người tu cần phải biết rõ bản thể, đó là cội gốc của mọi người. Vì sao? Vì chính nơi thân tâm mình, từ xưa đến nay thanh tịnh, không sanh không diệt, không phân biệt, tâm tự tánh thanh tịnh viên mãn là Bốn sự của mình.

Bốn sự chúng ta là đức Phật Thích-ca-mâu-ni, nhưng với cái nhìn của Ngũ Tổ, ngài lại nói Bốn sự của mình là tâm thanh tịnh không sanh không diệt. Vậy lời nói của ngài có phụ bạc, có quên công truyền dạy của đức Phật hay không? Nếu không hiểu thấu đáo chúng ta cứ ngỡ ngàng, tại sao đã có đức Phật Thích-ca là Bốn sự của mình, lại có Bốn sự ở trong tâm nữa?

Kinh nói trong hư không vô lượng vô biên có vô số thế giới, vô số chư Phật ra đời giáo hóa chúng sanh. Hiện giờ đức Phật Thích-ca-mâu-ni là người ở ngay cõi Ta-bà này, tu hành đến giác ngộ và giáo hóa chúng sanh tại đây. Chúng ta hiểu được Phật pháp, biết đường lối tu hành là nhờ ngài chỉ dạy. So với các thế giới chư Phật mười phương, đức Phật Thích-ca-mâu-ni là người trực tiếp làm giáo chủ cõi này, nên chúng ta gọi ngài là Bổn sư. Tại sao ở đây ngài Hoàng Nhẫn lại nói Bổn sư của chúng ta là bản tâm thanh tịnh không sanh không diệt sẵn có từ thuở nào?

Chúng ta ai cũng nhận cái hiểu biết phân biệt, khôn ngoan so tính phải quấy là tâm mình. Nhưng với cái nhìn của đức Phật và chư tổ, đó là tâm hư dối tạm bợ sanh diệt, không phải tâm chân thật. Muốn được tâm chân thật bất sanh bất diệt thì phải từ bỏ cái giả tạm bợ, không chạy theo tâm hư dối phân biệt, trở về tâm chân thật. Tâm chân thật là thầy mình, là Bổn sư; còn tâm hư dối phân biệt suy nghĩ tính toán hơn thiệt là kẻ tớ, là hậu sanh, không phải cái chân thật sẵn có. Trở về nương tựa cái chân thật tức là trở về Bổn sư, thầy gốc của mình. Biết trở về với vị Bổn sư này thì dễ thành Phật hơn là chạy theo những vị Phật bên ngoài. Theo Phật bên ngoài mà không trở về Phật bên trong của mình thì làm sao thành Phật được.

Tổ nói, tâm tự tánh thanh tịnh viên mãn là Bổn sư, vượt hơn niệm mười phương chư Phật. Niệm mười phương chư Phật như niệm Phật A-di-đà, Phật Dược Sư v.v... là niệm Phật ở ngoài. Tu thiền là biết xoay trở lại

Phật sẵn có của mình, không đuổi theo bên ngoài, trở về là gặp liền, nên nói “còn hơn niệm mười phương chư Phật”. Như vậy tu theo Thiên tông đốn ngộ là nhanh chóng trở về, còn trông ra ngoài thì càng đi càng xa.



TỐI THƯỢNG THỪA LUẬN GIẢNG GIẢI

Hỏi: Làm sao biết tâm mình xưa nay thanh tịnh?

Đáp: Kinh Thập Địa nói “Trong thân chúng sanh có Phật tánh kim cang. Ví như mặt trời tròn đầy sáng suốt, rộng lớn không ngần, chỉ vì bị mây đen ngũ âm che đậy, như ngọn đèn để trong bình, ánh sáng không thể chiếu soi. Ví như thế gian tám hướng mây mù đều dầy, khắp nơi đều tối tăm. Mặt trời đâu có tan hoại, tại sao không có ánh sáng? Ánh sáng nguyên không hoại, vì bị mây mù che. Tâm thanh tịnh của tất cả chúng sanh cũng như thế, chỉ vì bị mây đen vin theo vọng niệm, phiền não và các kiến chấp che đậy. Nếu hay giữ tâm lắng lặng, vọng niệm không sanh thì pháp Niết-bàn tự nhiên hiển hiện.” Cho nên biết, tâm mình xưa nay thanh tịnh.

Làm sao biết tâm mình xưa nay thanh tịnh?

Kinh Thập Địa Phật dạy: *Trong thân chúng sanh có Phật tánh kim cang.* Chữ kim cang không có nghĩa là chất cứng bằng kim loại, mà có nghĩa là cứng chắc không bị tan hoại. Phật tánh kim cang là Phật tánh cứng chắc như kim cang không gì phá hoại được. Núi sông, cây cối, nhà cửa... có hình tướng đều bị phá hoại, còn hư không không hình tướng nên không thể phá hoại. Vậy hư không là có hay không? Hư không là nơi chúng ta tới lui qua lại sống trong đó, làm sao nói hư không không có được. Cái có hình tướng là có, cái không hình tướng cũng phải có. Có mà bị phá hoại được là yếu mềm, còn có mà không phá hoại được thì cứng chắc.

Chúng ta biết nghĩ suy phân biệt tính toán là có tâm, vì tâm là cái biết. Những niệm nghĩ suy phân biệt, được mất, chột sanh chột diệt liên miên là tâm tạm bợ; còn tâm hằng biết mà không nghĩ suy phân biệt thì không thiếu vắng bao giờ, vững chắc như kim cang, gọi là Phật tánh. Trở về tâm đó là trở về Phật tánh của chính mình, chạy theo tâm sanh diệt là tạo nghiệp đi trong sanh tử.

Ví như mặt trời tròn đầy sáng suốt, rộng lớn không ngần, chỉ vì bị mây đen ngũ ám che đậy, như ngọn đèn để trong bình, ánh sáng không thể chiếu soi. Như mặt trời buổi trưa tròn đầy sáng suốt rộng lớn, nếu bị mây đen che mù mịt thì không thấy được ánh sáng. Ở đây vừa nói dụ vừa hợp pháp. Nơi chúng ta có mây ngũ ám, sắc thọ tưởng hành thức, che Phật tánh của mình, như mây đen che ánh sáng mặt trời, nếu mây đen tan

thì ánh sáng mặt trời hiện rõ. Cũng vậy, nếu mây ngũ âm tan thì Phật tánh sáng suốt rõ ràng.

Trong ngũ âm thì thọ tướng hành thức thuộc về tâm, sắc thuộc về thân. Nếu tâm cảm thọ, nghĩ tưởng, suy tư, phân biệt lặng rồi thì tâm chân thật hiện tiền. Chúng ta hiện giờ đang sống với tâm nào? Chắc là mười người như một, đang sống với tâm thọ tướng hành thức, bị tâm đó chỉ huy, dẫn chạy đầu này đầu kia. Nếu thọ tướng hành thức lặng thì ánh sáng Phật tánh hay chân tâm hiển lộ. Như khi chúng ta được năm ba phút ngồi lặng yên nhìn trời mây, không nghĩ suy phân biệt mà vẫn biết rõ ràng có trời mây, có tiếng chim hót. Như vậy cái thấy cái nghe có vắng mặt bao giờ. Đó là cái thật, không sanh không diệt. Nhưng hiện giờ chúng ta đang sống với cái nào? Nếu sống với cái tạm bợ là tạo nghiệp đi trong luân hồi liên miên, còn sống với cái thật là giải thoát sanh tử.

Khi xưa ở Trung Hoa, các ông tiên chế thuốc trường sanh bất tử để sống hoài không chết. Ai mà không thích! Nhưng đức Phật lại dạy người nào muốn giải thoát sanh tử phải chứng Niết-bàn, mà Niết-bàn là vô sanh.

Suy gẫm kỹ, luật vô thường có cho phép ai có sanh mà không tử chẳng? Các ông tiên luyện thuốc trường sanh cho tới nay tìm một ông cũng không có, tuổi thọ chỉ dài đến ngàn năm rồi cũng phải chết. Chỉ có ai không sanh thì mới không tử, nghĩa vô sanh là dứt cái tử. Thế nên, đạo Phật nói giải thoát sanh tử là khi chúng ta đạt được bất sanh bất diệt mới không còn sanh tử nữa.

Chúng ta tu muốn thoát ly sanh tử phải nhận ra Phật tánh không sanh không diệt của mình. Làm sao nhận được? Khi nào dẹp sạch mây mù bốn ấm, thọ tướng hành thức, thì ánh sáng Phật tánh mới chiếu soi. Như khi ngồi thiền, thân tâm không có cơ hội tiếp xúc sáu trần bên ngoài, nên dẹp được cảm thọ khổ, vui, không khổ không vui; nhưng còn thọ khổ đau chân, nếu qua được đau chân thì hết khổ; đó là giảm được thọ. Không nghĩ quá khứ vị lai thì giảm được tưởng. Chợt nhớ việc này việc kia liền buông là giảm được hành. Không phân biệt tốt xấu, hay dở là giảm được thức...

Ngồi thiền mà mong được giác ngộ, mong mau thành Phật... cũng thuộc về tưởng, cho nên khi ngồi thiền phải nghiêm trang, tâm thanh tịnh, còn mong ước điều gì cũng sai. Thế nên trọng tâm của việc tu là dẹp hết mây mù năm ấm.

Mặt trời đâu có tan hoại, tại sao không có ánh sáng? Ánh sáng nguyên không hoại, vì bị mây mù che. Tâm thanh tịnh của tất cả chúng sanh cũng như thế. Chỉ vì bị mây đen vin theo vọng niệm, phiền não và các kiến chấp che đậy. Mặt trời lúc nào cũng sáng lâu lâu, chỉ vì bị mây che nên khuất. Cũng thế, cái chân thật không thiếu vắng lúc nào, chỉ bị ngũ ấm và các pháp che nên không thấy. Muốn thấy Phật chính mình không phải khó. Khó vì tâm thanh tịnh, tức Phật tánh bị vọng niệm, phiền não và các kiến chấp che đậy. Dừng vọng niệm, sạch phiền não, hết kiến chấp thì tâm thanh tịnh hiện ra. Đơn giản vô cùng.

Vọng niệm sanh ra, tăng trưởng liên tục là do mình, mình có quyền cho nó sanh, cho nó diệt. Tại sao không lấy quyền làm chủ không theo vọng tưởng? Chạy theo nó thì nó là chủ, mình là tớ. Nếu ngồi thiền mà cứ chạy theo vọng tưởng là suốt buổi làm nô lệ cho nó, chừng nào mới làm chủ được? Tu là giành lại quyền làm chủ chính mình, không để những thứ tạp nhạp làm quyền, nó dấy lên thì quở “buông”, tự nhiên nó sạch, ngồi thiền một giờ là làm chủ một giờ, ngày nào vọng tưởng tan biến hết, chừng đó mình sống trọn vẹn với ông chủ của mình. Đó là được an lành, tự tại giải thoát.

Khi ngồi thiền có phiền não không? Giờ tu mà phiền não ở đâu chen vào? Giả sử bị huynh đệ nói nặng lời chàm tự ái, đến khi ngồi thiền nhớ lại những lời đó thì phải nạt cho nó lặn xuống. Nếu suy nghĩ tìm cách trả lời cho xứng đáng, nói lại cho hả giận là nuôi dưỡng phiền não. Cho nên chúng ta phải buông hết những vọng niệm, buông hết các phiền não.

Kế đến là kiến chấp. Ai cũng có kiến chấp hoặc ít hoặc nhiều. Kiến chấp là gì? Đó là thấy sai lầm mà chấp cho là đúng. Thí dụ có người nói ăn củ cải trắng không tốt, rồi cứ không ăn, khi trong bữa cơm không có món nào khác thì phiền não. Hoặc như có người nghĩ rằng ăn gạo lúc muối mè hết bệnh, nếu vào chúng không được ăn thì phiền não. Đó là kiến chấp sanh phiền não. Sống mà theo kiến chấp riêng tư là không hòa hợp, không hòa hợp thì sanh phiền não, phiền não thì tu không được. Người tu phải bỏ đi những kiến chấp nhỏ

để hòa với mọi người, người ta sống được mình sống được, sống làm sao cho vui với nhau là hợp với đạo.

Người ta nói tu phải trải qua ba vô số kiếp mới thành Phật, thật ra chỉ cần ba thứ mây mù vọng niệm, phiền não, kiến chấp dẹp sạch thì chân tánh hiển lộ, tuy chưa thành Phật quả mà cũng thấy được Phật nhân rồi. Chỗ chỉ của chư tổ quá gần chứ không phải là xa. Việc tu không khó, khó vì chúng ta ôm chặt kiến chấp, giữ nhiều phiền não, chạy theo vọng tưởng nên mê muội hết đời này đến đời kia.

Nếu hay giữ tâm lắng lặng, vọng niệm không sanh thì pháp Niết-bàn tự nhiên hiển hiện. Xưa nay chúng ta cứ ngỡ Niết-bàn là chỗ có hào quang, có cái gì kỳ đặc, là vui tươi, sung sướng như cõi Cực lạc. Mà không ngờ Phật nói sanh tử là đau khổ, Niết-bàn là an lạc. Vì Niết-bàn là không còn sanh tử, nên hết sanh tử là an lạc chứ gì! Vọng niệm phiền não dẫn mình đi trong sanh tử, bao giờ vọng niệm phiền não sạch thì hết sanh tử, nhưng ngang đó không phải không còn gì hết, mà tâm thanh tịnh sẵn có của mình hiện ra rõ ràng, tâm đó không có sanh tử nên cũng gọi là Niết-bàn, *cho nên biết tâm mình xưa nay thanh tịnh.*

Hiện tại tâm chúng ta không thanh tịnh là tại vì mình cứ chạy theo bóng dáng sáu trần tạm bợ. Thí dụ đang ngồi một mình, tâm yên lặng, bỗng nghe một bản nhạc vang lên liền duyên theo, nhạc vui thì cười, nhạc lâm ly thì buồn. Vậy tâm thanh tịnh do duyên sáu trần liền có vui buồn. Nếu không dính với sáu trần,

vẫn giữ được quyền làm chủ thì không còn vui buồn, đó mới thật là thanh tịnh. Nếu còn dính mắc sáu trần là không thanh tịnh, cho nên nói bóng dáng sáu trần làm như bản tâm mình. Như vậy chỉ một câu hỏi và câu trả lời này là quá rõ ràng, tu chỉ bao nhiêu đó là đủ rồi. Chư tổ không nói nhiều, không nói dài dòng, không viết mấy trăm trang sách, chừng vài chục trang đã đủ dạy chúng ta tu. Vì vậy tôi giảng kỹ để chúng ta thấu suốt, nắm vững được đường lối tu.

Tóm lại, làm sao biết tâm mình xưa nay thanh tịnh? Tâm mình xưa nay vốn thanh tịnh, giống như mặt trời trên hư không vào giữa trưa, vốn là sáng, vì bị mây che nên mờ tối. Chúng ta bị vọng niệm, phiền não, kiến chấp che phủ nên tâm mờ tối. Nếu dứt được ba mây mù đó thì tâm mình trong sáng thanh tịnh. Tâm đó là phàm hay thánh? Thánh. Vậy thánh đâu có xa, đâu cần lên tới Ngũ Đài Sơn mới gặp. Ở đâu cũng có thánh hết nếu tâm chúng ta thanh tịnh. Đó là trả lời câu thứ nhất.

Hỏi: Làm sao biết tâm mình xưa nay không sanh diệt?

Đáp: Kinh Duy-ma nói “Như không có sanh, Như không có diệt”. Như là chân như Phật tánh tự tánh thanh tịnh. Thanh tịnh là nguồn của tâm. Chân như vốn không từ duyên sanh. Lại nói “Tất cả chúng sanh đều Như, các hiền thánh cũng Như”. Tất cả chúng sanh là chúng ta vậy. Các hiền thánh tức là chư Phật vậy. Danh tướng tuy khác,

chân như pháp tánh trong thân đều đồng. Không sanh không diệt nên nói đều Như. Thế là biết tâm mình xưa nay không sanh không diệt.

Làm sao biết tâm mình xưa nay không sanh không diệt?

Kinh Duy-ma nói: “Như không có sanh, Như không có diệt.” Dùng chữ Như để nói không sanh không diệt. Như là nguyên vẹn không đổi thay. Trước thế đó, giữa thế đó, sau cũng thế đó, không đổi thay chút nào, gọi là Như. Như là cái không đổi thay, không đổi thay thì đâu có sanh diệt!

Thí dụ như trong một ngôi nhà, chung quanh là tường vách, ở giữa là hư không. Tường vách bị luật vô thường chi phối, lâu ngày nó hoại, nên nó không Như. Còn hư không trống rỗng, nó như vậy, không thấy cũ mới, không thấy thay đổi. Nhưng nếu không đèn thì thấy hư không tối, mở đèn thì thấy hư không sáng. Sự thật, tối sáng là do đèn tắt mở, chứ không phải hư không thay đổi. Hư không là cái trống rỗng, trước sau như vậy.

Như là chân như Phật tánh, tự tánh thanh tịnh. Ngay con người chúng ta, cái thấy, cái nghe và cái suy nghĩ, cái nào Như cái nào không Như? Cái thấy của mình nhìn ra bầu trời thấy bầu trời, nhìn vào cây cối thấy cây cối. Sáng chiều lúc nào cũng nhìn thấy bầu trời, cây cối. Bầu trời thay đổi sáng tối, cây cối sáng tối khác nhau, còn cái thấy không thay đổi. Vậy cái thấy là Như.

Cái nghe của mình, sáng nghe trống nghe chuông, chiều nghe trống nghe chuông. Tiếng trống, tiếng chuông có thể đánh nhiều đánh ít đổi thay, nhưng cái nghe trước sau như một không đổi thay. Vậy cái nghe là Như.

Còn cái suy nghĩ của mình, nghĩ khôn dại, hơn thua, nghĩ người này tốt người kia xấu. Tâm niệm nghĩ suy sanh diệt, đổi thay không thường, nên không phải là Như.

Chúng ta sống với cái Như hay cái không Như? Sống Như là vui hay sống không Như là vui? Sống Như mới là vui, sống không Như là buồn. Bởi không Như là thay đổi, thay đổi nên có được mất, sanh diệt, già chết, đó là gốc của buồn. Còn Như là trước sau như một không đổi dời, đó mới là vui.

Thí dụ chúng ta ngồi thiền tâm trong lặng, không một niệm khởi, lúc đó nét mặt tươi vui. Nếu ngồi thiền chợt nhớ lại ai chửi mắng mình liền nhăn mặt xụ mày, hoặc nhớ chuyện vui liền cười. Vui cười, buồn bực đổi thay. Còn trạng thái tâm yên lặng thanh tịnh thì gương mặt tươi mà không phải cười, đó mới là thường lạc. Vui đối với khổ là vui tạm, không thường. Thế nên người tu phải khéo thấy rõ cái thật mình trở về, cái hư dối mình đừng theo.

Chân như vốn không từ duyên sanh. Tâm chúng ta hiện giờ có phải từ duyên sanh không? Như khi đang ngồi yên bỗng nghe tiếng nhạc mình liền dấy niệm

muốn nghe, rồi theo tiếng nhạc hoặc vui hoặc buồn, đó là duyên sanh. Còn tâm lặng lẽ không vọng niệm, không suy tưởng thì không có duyên, đó là Như. Không duyên thì không sanh, không sanh thì không diệt, rõ ràng như vậy. Cho nên “Như không có sanh, Như không có diệt”. Ai cũng đủ thẩm quyền để được Như mà không chịu. Đừng nói người này làm được, tôi làm không nổi. Chẳng qua là mình không giành quyền làm chủ trọn vẹn, chứ đâu phải cái Như dành riêng cho ai.

Kinh Duy-ma-cật nói: *“Tất cả chúng sanh đều Như, các hiền thánh cũng Như.”* Chúng ta thường nghĩ hiền thánh Như thì phải, còn chúng sanh Như đâu có được. Nếu Như là riêng của hiền thánh thì chắc có bao nhiêu hiền thánh đó thôi chứ không có thêm, chúng ta có tu cũng vô ích. Thật ra, Như là cái ai cũng sẵn có, ai cũng có quyền tạo nghiệp sanh tử, ai cũng có quyền dẹp hết nghiệp để thoát ly sanh tử. Tạo nghiệp sanh tử là phạm phu, dứt nghiệp hết sanh tử là thánh nhân. Tạo nghiệp và dứt nghiệp là quyền của chính mình. Thí dụ có ai chọc tức, mình không dè nén được cơn giận, phát ra lời nói thô tục, đó là tạo nghiệp ác. Nếu họ chửi mà mình thắng được cơn bực tức, vẫn tỉnh táo như thường, không phát ra lời xấu xa, thế là không tạo nghiệp. Vậy ai làm được việc đó? Phật hay mình? Phật cũng bị chửi mà không buồn không giận, chúng ta bị chửi thì buồn giận, tại sao? Vì mình chấp cái giả làm thật. Ngôn ngữ nói ra liền mất mà mình chấp là thật rồi khổ. Khi Phật bị chửi, ngài chỉ cần hỏi:

“Ông cho đồ, người không nhận, món đồ đó về ai?” Chỉ cần không nhận là đủ để tu, còn động tới liền nhận thì tu không được.

Chúng ta hay nói ở thế gian khó tu, vào rừng núi dễ tu. Nhưng vào rừng núi gặp đủ thứ chuyện, cũng khó tu như thường. Thí dụ muốn vào núi rừng ở một mình phải cất chòi, phải cần gạo nước, củi lửa, bếp núc v.v... Tưởng ở chỗ xa vắng là được yên tu, mà thật có yên không? Phải lo hết gạo, hết củi, hết những thứ cần dùng, hay khi đau bệnh phải chạy kiếm thuốc... bao nhiêu là phiền hà. Còn ở trong chúng không cần lo hết gạo củi, giả sử có bệnh liền có khán bệnh đem thuốc cho uống, không phải lo gì hết. Thế mà có nhiều người nghĩ vô núi ở một mình chắc tu giỏi lắm, không ngờ vô đó rồi lo riết, tu hết được, đó là lẽ thật.

Chúng ta phải hiểu tu là khéo biết, khéo nhận. Biết mình cũng như các bậc thánh hiền, ai cũng có tâm tánh chân thật như như, nhưng vì theo vọng tưởng phiền não mà bị khuất lấp. Dừng vọng tưởng, diệt phiền não thì tự nó Như, hiền thánh là như vậy.

Tất cả chúng sanh là chúng ta vậy. Vì chúng ta ưa vọng tưởng, thích sanh diệt nên làm chúng sanh. *Các hiền thánh tức là chư Phật vậy.* Các hiền thánh không chạy theo sanh diệt nên các ngài Như, mà Như tức là Phật. Vậy chúng sanh và Phật đồng có thể tánh như như, nhưng một bên trở về với nó, còn một bên thì quên nó.

Danh tướng tuy khác, chân như pháp tánh trong thân đều đồng. Danh tướng phàm thánh có hai, Phật với chúng sanh có hai, nhưng chân như pháp tánh đều đồng, Phật có chúng ta cũng có, không ai thiếu hết.

Không sanh không diệt nên nói đều Như. Pháp tánh đó không sanh không diệt nên nói là Như.

Thế là biết tâm mình xưa nay không sanh không diệt. Chúng ta ai cũng sẵn có tâm không sanh không diệt mà quên đi, bị khuấy lấp nên không thấy. Nếu chúng ta biết trở lại, biết làm cho nó sáng ra thì được Như. Như thì tất cả không sanh không diệt, là Phật.

Như vậy, chữ Như có giá trị hết sức quan trọng. Chúng ta ngỡ rằng mình ngồi tu mà phát ra một cái gì kỳ đặc, hào quang sáng khắp bầu trời, hay đang ngồi tu bỗng đứng bay lên mây xanh, tu như vậy mới có kết quả. Cứ ngỡ những hình thức, những tướng mạo sanh diệt là gốc của sự tu, nên dễ lạc vào đường tà.

Như là không sanh không diệt, không sanh không diệt làm gì có sanh tử, mà không sanh tử tức là giải thoát. Nội tâm đã sẵn có thể tánh như như, nhưng vì chúng ta chạy theo vọng niệm, chạy theo sáu trần nên biến thành tướng sanh diệt.

Sanh diệt là tạm bợ, chân như là vĩnh cửu. Chúng ta quên cái vĩnh cửu, chạy theo cái tạm bợ, gọi là mê; chúng ta tu biết sống trở lại cái chân thật, gọi là giác. Vậy mê giác là quyền của mình. Thế nên trên đường tu chúng ta không phải bận khoăn, lo lắng tìm kiếm cái lạ,

chỉ cần sáng suốt nhận rõ cái tạm bợ hư dối sanh diệt dừng cho nó lôi dẫn mình, sai khiến mình, đó là chúng ta biết sống trở lại với cái chân thật, bản tánh như như.

Hỏi: Sao gọi tâm mình là Bản sư?

Đáp: Chân tâm này tự nhiên mà có, không từ ngoài đến, không ràng buộc trong ba đời (quá khứ, vị lai, hiện tại), chỗ chí thân không gì hơn tự giữ tâm này. Nếu người biết tâm, giữ tâm ắt đến bờ kia. Người mê tâm, bỏ tâm thì đọa tam đồ (địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh). Chư Phật ba đời đều lấy tâm làm Bản sư. Luận nói: “Rõ ràng, giữ tâm thì vọng niệm không khởi, tức là vô sanh.” Cho nên biết Tâm là Bản sư.

Sao gọi tâm mình là Bản sư? Câu hỏi này rất quan trọng. Tâm ở đây là chỉ chân tâm, chứ không phải vọng tâm. Bản sư là ông thầy gốc của mình, vậy Bản sư là chân tâm.

Chân tâm này tự nhiên mà có, không từ ngoài đến, không ràng buộc trong ba đời. Nói “chân tâm này tự nhiên mà có” thì người ta có thể hiểu lầm, đạo Phật cho rằng tất cả là tự nhiên. Sự thật, chân tâm đã sẵn từ thuở nào nên nói tự nhiên, không từ ngoài đến, không ràng buộc trong ba đời. Kinh Phật nói các thứ trí như tự nhiên trí, vô sư trí cũng là tên khác của chân tâm. Tự nhiên trí là trí sẵn có, không do ai tạo cũng không từ cái gì làm nên, không lệ thuộc vào thời gian,

nên nói không từ ngoài đến, không ràng buộc trong ba đời. Hiện giờ chúng ta có hai thứ tâm là chân tâm và vọng tâm. Vọng tâm do từ cảnh bên ngoài, duyên với cảnh nào thì nó dấy động theo cảnh đó, nó thuộc về quá khứ, hiện tại, vị lai. Còn chân tâm không do ai tạo mà sẵn có từ thuở nào, nên gọi là tự nhiên. Nếu trở về với chân tâm thì chúng ta không lệ thuộc bất cứ cái gì bên ngoài, cũng không lệ thuộc thời gian, vì vậy nó không sanh không diệt, nên là Niết-bàn.

Tổ nhắc: *Chỗ chí thân không gì hơn tự giữ tâm này.* Tức là giữ chân tâm.

Nếu người biết tâm, giữ tâm ắt đến bờ kia. Người mê tâm, bỏ tâm thì đọa tam đồ. Người biết giữ chân tâm thì đến bờ kia là Niết-bàn, người không biết giữ chân tâm, chạy theo vọng tưởng là người mê, phải đọa ba đường ác địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh.

Chư Phật ba đời đều lấy tâm làm Bản sư. Như đức Phật Thích-ca sau khi thành đạo, ngài nói: “Ta học đạo không có thầy.” Nhưng cái gì đưa ngài thành bậc Chánh đẳng chánh giác? Đó là ngộ được chân tâm, vậy chân tâm là Bản sư của ngài. Chúng ta học đạo muốn tu đến giác ngộ cũng phải lấy chân tâm làm Bản sư, ngộ được chân tâm mới thành Phật, mê chân tâm thì bị sanh tử, rõ ràng chân tâm là Bản sư của chúng ta.

Luận nói: “Rõ ràng, giữ tâm thì vọng niệm không khởi, tức là vô sanh.” Vô sanh tức là Niết-bàn. Giữ tâm là giữ chân tâm. Làm sao giữ? Nó có chạy đâu mà giữ,

giữ là việc dư, phải không? Đó là điều mà người học Phật chúng ta lúng túng khi không nắm vững đường lối tu. Nếu mê tâm là quên tâm, chạy theo vọng tưởng thì phải đọa ba đường ác. Còn giữ tâm là tỉnh, là nhớ chân tâm thì được đến bờ kia là bờ giác hay bờ Niết-bàn.

Chúng ta đừng lầm, nghe nói giữ chân tâm rồi tìm, tìm riết tìm đập mạnh thành bệnh. Tâm chân thật chưa từng sanh, chưa từng diệt mà giữ cái gì? Lẽ ra phải giữ vọng tưởng mà vọng tưởng hư dối như khói như mây thì giữ cái gì? Vậy vọng tưởng không giữ, chân tâm cũng không giữ thì phải làm sao? Người tu theo Phật nói giữ chân tâm là một lối nói, ý là phải dè dặt cẩn thận đừng để cái gì che lấp chân tâm, đó là giữ. Như mặt trăng đêm rằm nếu không bị mây che thì sáng rõ.

Giữ tâm có hai cách, thứ nhất là đừng chạy theo vọng tưởng, thứ hai là vọng tưởng dấy lên liền buông, buông thì nó mất. Giống như cầm khăn lau gương, bụi vừa phủ liền lau, vừa phủ liền lau thì gương sẽ sáng mãi. Khởi niệm nghĩ việc này việc kia gọi là vọng tưởng, như bụi bặm che lấp ánh sáng của gương. Mỗi khi vọng tưởng dấy lên mình lau mình phủ, phủ riết thì bụi hết, gương tâm sáng lầu lầu. Vậy giữ chân tâm là đừng để vọng tưởng phủ chân tâm, còn cứ dè chân tâm thì giữ riết thành bệnh. Hai cách đều là lau chùi vọng tưởng cho sạch. Đến khi tu thuần rồi thì bớt hai chữ vọng tưởng, niệm vừa dấy lên liền nói “buông!” Đó là giữ chân tâm lúc tu chưa nhận ra bản tánh.

Nếu nhận ra bản tánh thì giữ chân tâm cách nào? Sau đây là cách giữ tâm của các thiền sư: Như thiền sư Cảnh Thanh ngồi trong thất nghe tiếng con rắn bắt nhái, con nhái kêu la, ngài hỏi thị giả: “Tiếng gì kêu?” Thị giả đáp: “Tiếng rắn bắt nhái kêu.” Ngài bảo: “Chúng sanh khổ, lại có khổ chúng sanh.” Chúng sanh khổ là con nhái bị rắn cắn. Khổ chúng sanh là có người quên mình theo vật. Chúng ta có ai nói khác hơn không? Sự thật là rắn bắt nhái, nhái kêu, hỏi sao đáp vậy mà ngài nói có khổ chúng sanh, cái khổ đó là quên mình theo vật. Chúng ta phải nói cách nào để đừng quên mình?

Lần khác ngài cũng ngồi trong thất, chú thị giả đứng hầu, mưa rơi trên mái nhà, ngài hỏi: “Tiếng gì đó?” Thị giả đáp: “Tiếng mưa rơi.” Ngài lại bảo: “Chúng sanh quên mình theo vật.” Nói “Tiếng mưa rơi” có lỗi gì mà ngài nói quên mình theo vật, đó là chỗ các thiền sư sử dụng hết sức kỳ đặc.

Một hôm khác, ngài ngồi trong thất thấy có một vệt vôi trắng, hỏi thị giả: “Cái gì đó?” Thị giả đáp: “Vệt vôi trắng.” Ngài cũng nói: “Chúng sanh quên mình theo vật.” Hiện giờ chúng ta thuộc vào loại nào? Quên mình theo vật hết phải không? Trăm người như một! Vậy muốn thoát khỏi lỗi quên mình theo vật, phải thay chú thị giả trả lời thế nào để ngài vừa lòng không chê. Trong kinh Lăng-nghiêm cũng vì trả lời sai về tánh thấy tánh nghe mà ngài A-nan bị Phật quở: “Nhận vật làm mình, bỏ mất tánh chân.”

Ngài Thiệu Long khi đến thiền sư Viên Ngộ, Viên Ngộ dẫn câu trong kinh Lăng-nghiêm: “Kiến kiến chi thời, kiến phi thị kiến...”, rồi đưa nắm tay lên hỏi Thiệu Long: “Thấy không?”

Thiệu Long thưa: “Thấy.”

Viên Ngộ quở: “Đầu lại thêm đầu.”

Viên Ngộ lại hỏi: “Thấy cái gì?”

Thiệu Long thưa: “Trúc mật bất phòng lưu thủy quá.” (Tre dày không ngại nước chảy qua).

Viên Ngộ gật đầu.

Sao lạ vậy, trả lời đúng lẽ thật nắm tay là nắm tay thì Thiền sư không đồng ý, còn trả lời vòng vo lại chấp nhận. Đó là một cách khác để giữ chân tâm.

Như vậy giữ chân tâm theo cách của người chưa nhận ra bản tánh là buông không theo vọng tưởng, lần lần vọng tưởng lặng, chân tâm hiển lộ. Cách giữ chân tâm khác là luôn luôn biết mình có cái chân thật lúc nào cũng sẵn sàng hiển lộ. Cho nên khi đưa nắm tay lên hỏi cái gì, nếu trả lời nắm tay là quên mình theo vật. Như ngài Thiệu Long trả lời “Tre dày không ngại nước chảy qua” thì thiền sư Viên Ngộ gật đầu. Tre dày là chỉ cho cảnh, nước chảy qua là chỉ cái đang thấy, cảnh không ngại được cái đang thấy. Nếu trả lời nắm tay là chỉ biết cảnh bên ngoài mà không biết cái thấy của mình, đó là quên mình theo vật.

Tất cả chúng ta hiện giờ có phải là kẻ quên mình theo vật không? Cho nên muốn giữ được chân tâm phải nhớ mình có tánh thấy, tánh nghe. Có cảnh mà cũng có cái thấy cái nghe của mình, nếu chỉ biết cảnh mà không biết cái hay thấy hay nghe thì quên mình theo vật. Như câu chuyện ngài Cảnh Thanh hỏi thị giả về tiếng nhái kêu, nếu thị giả đáp: “Con nghe tiếng nhái kêu”, như vậy có con và có tiếng thì mới không quên mình. Còn hỏi về tiếng mưa rơi trên mái nhà, nếu đáp: “Con nghe tiếng mưa rơi”, như vậy có cái nghe của mình thì không trật, còn chỉ đáp có tiếng mưa rơi là quên mất mình. Câu chuyện về cái thấy vết voi v.v... cũng giống như vậy.

Người tu nếu nhận ra nơi mình có sẵn chân tâm hiển lộ từ mắt tai mũi lưỡi thân ý thì lúc nào cũng phải nhớ thể tánh đó. Thấy cái gì, nghe cái gì cũng đều biết mình đang thấy đang nghe, chứ không phải chỉ có cảnh bên ngoài. Vậy người tu muốn giữ chân tâm không khó. Vừa thấy cảnh nhớ mình đang thấy mà không nhớ cảnh, vừa nghe tiếng nhớ mình đang nghe mà không chạy theo tiếng, đó là giữ chân tâm. Còn nếu thấy cảnh chỉ biết cảnh mà quên mình, quên cái đang thấy, nghe tiếng chỉ nhớ tiếng mà không nhớ cái hay nghe, đó là quên mất chân tâm. Cách giữ chân tâm biết mình đang thấy đang nghe là của hạng người đã nhận chân bản tánh đang lưu lộ ra sáu căn, không lúc nào thiếu vắng. Mình lúc nào cũng hiện tiền, cảnh đến biết cảnh đến, cảnh đi biết cảnh đi. Như vậy biết cảnh là do mình có mặt hiện tiền, không phải là cái suy nghĩ.

Vừa nghe tiếng liền biết tiếng, vừa thấy sắc liền biết sắc thì cái đó đâu phải suy nghĩ. Cái chân thật của mình lúc nào cũng hiển lộ, không vắng thiếu, chỉ tại mình quên.

Người thế gian chỉ giỏi phân biệt bên ngoài mà quên mất mình, nghe tiếng liền phân biệt hay dở, khen chê... chỉ nhớ tiếng nên không nhớ mình. Chư tổ hằng giữ chân tâm, không quên mình, không dính mắc chuyện bên ngoài, còn chúng sanh chúng ta thì lo giữ sáu trần, không nhớ chân tâm, đến khi ngồi thiền muốn buông cũng không phải dễ. Đó là chỗ quan trọng trên đường tu. Nếu quên chân tâm, vị thầy thân thiết nhất của mình, thì bị tà sư ngoại đạo dẫn đi. Thế nên phải luôn nhớ Bốn sư chính là chân tâm.

Lâu nay sáu căn chúng ta quen chạy theo sáu trần. Mắt dính sắc, tai dính thanh, mũi dính mùi, lưỡi dính vị, thân dính xúc, ý dính pháp. Vì quen dính nên bây giờ tu muốn dừng dính là cả một công phu cay đắng. Nếu biết rõ chúng ta có Bốn sư hiện tiền, không chạy theo cảnh nữa thì ngồi lại tu chắc không có gì là khó.

Chúng ta năm căn đều hướng ra ngoài, mắt đón sắc, tai đón tiếng, mũi đón mùi, lưỡi đón vị, thân đón xúc. Bây giờ bắt xoay lại nhớ cái hiện tiền của mình, chuyện đó không phải dễ. Nếu năm căn hướng vào trong chắc mình tu dễ lắm, nhưng hướng vào trong thì mất hết thấy đường, tai trở thành điếc. Thấy đường, không điếc là nhờ hướng ra ngoài, nhưng chúng ta phải biết xoay lại giữ cái thật của mình, đừng lệ thuộc bên ngoài,

đó là cái khéo, cái khôn ngoan của người tu, nhà thiền gọi là “Phản quan tự tánh”, tức là luôn nhớ tánh thấy tánh nghe... của mình. Nếu hoàn toàn phóng ra ngoài lợm lặt những thứ tạp nhạp thì quên mất mình, cả ngày nói chuyện thị phi. Còn suốt ngày đều phản quan nhớ mình hoài thì không còn tranh cãi với ai, không còn nói chuyện thị phi. Đó là chỗ khác nhau giữa người biết tu và không biết tu.

Quay lại nhớ cái hiện tiền của mình thì chắc chắn lợm lặt với ngoại cảnh. Còn đậm đà với ngoại cảnh thì nhất định quên cái thật của mình. Cũng như ở thế gian nếu mình thương ai nhiều thì quên mình, còn thương mình nhiều thì ít nhớ tới ai, rõ ràng như vậy. Người ta cho đó là ích kỷ, nhưng đối với người tu thì hết sức quan trọng. Khi đi đứng nằm ngồi lúc nào cũng nhớ mình đang thấy, đang nghe, đang nghĩ... nhớ mãi như vậy thì cảnh bị thấy, tiếng bị nghe, hương bị nghĩ... đều vô giá trị, không còn quan trọng. Còn thấy rồi phân biệt đẹp xấu, nghe rồi phân biệt hay dở khen chê, đó là quên mất mình.

Như vậy tu không phải chuyện xa, chuyện trên trời trên mây mà là chuyện thực tế, hiện tại, chỉ một cái phóng ra ngoài, một cái nhớ lại mình. Biết cái bên ngoài là tạm bợ, lợm lặt với nó là khéo tu. Thí dụ thấy ai đi ngang hỏi: “Ai đó?” Nếu đáp chị A hay chị B là quên mình theo vật. Thấy cái hoa hỏi: “Hoa gì?” Nếu nói hoa hường là quên mình theo vật. Chỉ cần hỏi một câu như vậy là đánh giá được sự tu của mỗi người.

Tu không phải là chăm chăm ngó xuống, cứ thấy cứ nghe nhưng đừng quên mình là được, là biết tu, thấy nghe mà quên mình là không biết tu.

Ngũ Tổ chỉ dạy hết sức thật thà, hết sức chân chất, ngài không nói quanh co dài dòng, mà chúng ta tu không được, hiểu không được thì cũng đành thôi. Cho nên giữ chân tâm là nhớ Bốn sự, quên chân tâm là bội bạc với Bốn sự rồi.

Hỏi: Sao nói tâm mình vượt hơn niệm các đức Phật?

Đáp: Thường niệm các đức Phật chẳng khỏi sanh tử, giữ bản tâm mình thì đến bờ kia. Kinh Kim Cang nói: “Nếu do sắc thấy ta, do âm thanh cầu ta, người ấy hành đạo tà, không thể thấy Như Lai.” Cho nên nói: “Giữ chân tâm này vượt hơn niệm các đức Phật.” Vượt hơn chỉ là lời nói nhằm vào sự tu hành và khuyên người, kỳ thật quả thể cứu cánh không hai.

Thường niệm các đức Phật chẳng khỏi sanh tử. Tại sao? Vì các đức Phật ở ngoài, hoặc ở Tây phương như Phật Di-đà, hoặc ở Đông phương như Phật Dược Sư... Niệm Phật là hướng ra ngoài, không thấy được ông chủ của mình nên còn sanh tử, dù được sanh ở Tây phương hay ở Đông phương đều tốt, nhưng cũng là sanh.

Giữ bản tâm mình thì đến bờ kia. Đến bờ kia tức là đến Niết-bàn, Niết-bàn là vô sanh. Vậy giữ chân tâm là đến vô sanh, còn niệm chư Phật là được sanh

chứ không phải vô sanh, có sanh thì có tử, nên nói: Niệm các đức Phật chẳng khỏi sanh tử.

Kinh Kim Cang nói: “Nếu do sắc thấy ta, do âm thanh cầu ta, người ấy hành đạo tà, không thể thấy Như Lai.” Theo sắc theo thanh là quên mình theo vật bên ngoài, đó không phải là chánh, không thể thấy Phật. Muốn thấy Phật đừng cầu sắc cầu thanh, mà phải nhớ lại cái hiện tại hằng hữu của chính mình, đó là giữ Như Lai, giữ chân tâm, giữ Phật của mình, nên nói *giữ chân tâm này vượt hơn niệm các đức Phật*. Nhưng thế thường người ta thích niệm Phật bên ngoài hơn là giữ chân tâm. Vì Phật ở ngoài có ba mươi hai tướng tốt, có thân thông diệu dụng, còn chân tâm mình không thân thông diệu dụng chi cả, làm sao thích!

Vượt hơn chỉ là lời nói nhằm vào sự tu hành và khuyên người, kỳ thật quả thể cứu cánh không hai. Nói vượt hơn chỉ là lời nói để khuyến khích người tu. Người tu hành nếu biết giữ chân tâm thì gần, thì cụ thể, còn niệm Phật ở ngoài thì xa, cho nên nói giữ chân tâm vượt hơn niệm các đức Phật.

Kỳ thật quả thể cứu cánh không hai. Nghĩa là hướng ra ngoài hay hướng vào trong đến khi thành Phật cũng gặp nhau, không có gì khác. Nhưng trên phương diện tu, hướng ra ngoài thì xa, chậm, gọi là tiệm. Hướng vào trong thì gần, mau, gọi là đốn. Nếu không hiểu nghe nói Đại thừa đốn giáo hay Thiên tông thuộc về đốn giáo thì mình không biết đốn chỗ nào và tiệm chỗ nào. Như pháp môn niệm Phật, mới đầu

niệm Phật, sau được nhất tâm, khi mất được Phật đón về Cực lạc, sanh trong hoa sen, rồi tiếp tục tu mới chứng vô sanh pháp nhẫn. Còn tu ở đây chỉ giữ chân tâm, không dính ngoại cảnh không dính sáu trần, ngay đó là Niết-bàn, chỉ một con đường thẳng, nên tổ Đạt-ma nói: “Trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật.” Nhận ra tâm mình, không quên thể tánh sẵn có, tu như vậy sẽ chóng thành Phật, đó là lẽ thật.

Hỏi: Chúng sanh cùng Phật về chân thể đã đồng, tại sao chư Phật không sanh không diệt, thọ vô lượng khoái lạc, tự tại không ngại, chúng sanh chúng ta đọa trong sanh tử chịu các thứ khổ?

Đáp: Chư Phật mười phương ngộ đạt pháp tánh, đều tự nhiên chiếu sáng nơi nguồn tâm, vọng tưởng không sanh, chánh niệm không mất, tâm ngã sở diệt, nên được không thọ sanh tử, không sanh tử nên rốt ráo vắng lặng, cho nên muôn cái vui đầy đủ. Tất cả chúng sanh mê chân tánh, không biết gốc tâm, các thứ vọng duyên, không tu chánh niệm, nên tâm yêu ghét dấy khởi, do yêu ghét nên hồ tâm bị bể chảy, hồ tâm bị bể chảy nên có sanh tử, có sanh tử thì các khổ đều hiện. Kinh Tâm Vương nói: “Chân như Phật tánh lặn trong biển sáu thức thấy biết, chìm đắm sanh tử không được giải thoát.” Cố gắng lãnh hội chỗ ấy, giữ chân tâm thì vọng niệm không sanh, tâm ngã sở diệt, tự nhiên cùng Phật bình đẳng không hai.

Phật có thể tánh, chúng ta cũng đồng có thể tánh đó, cho nên ở đây đặt câu hỏi cùng một thể tánh giống nhau, tại sao chư Phật không sanh không diệt, thọ vô lượng khoái lạc, tự tại không ngại, chúng sanh chúng ta đọa trong đường sanh tử, chịu các thứ khổ?

Tổ đáp: Chư Phật mười phương ngộ đạt pháp tánh, đều tự nhiên chiếu sáng nơi nguồn tâm, vọng tưởng không sanh, chánh niệm không mất, tâm ngã sở diệt, nên được không thọ sanh tử, không sanh tử nên rốt ráo vắng lặng, cho nên muôn cái vui đầy đủ. Chư Phật ngộ đạt pháp tánh, thông thả tự tại vô ngại, khiến chiếu sáng nguồn tâm nên vọng tưởng lặng, chánh niệm không mất, cái chân thật hiện tiền, tâm chấp ngã sở diệt, dòng sanh tử hết, rốt ráo vắng lặng, nên muôn cái vui đầy đủ.

Tất cả chúng sanh mê chân tánh, không biết gốc tâm, các thứ vọng duyên, không tu chánh niệm, nên tâm yêu ghét dấy khởi, do yêu ghét nên hồ tâm bị bể chảy, hồ tâm bị bể chảy nên có sanh tử, có sanh tử thì các khổ đều hiện. Kiểm lại xem hồ tâm chúng ta có bể chảy hay bị rỉ không? Vì có nên các khổ hiện tiền. Cái khổ của chúng sanh là quên chân tâm. Có mà quên cũng như không có. Do quên chân tâm nên không biết tâm là gốc, chạy theo các thứ vọng duyên, không tu chánh niệm, nghĩa là không nhớ lại chân tâm, nên tâm yêu ghét dấy khởi. Xét lại trong nội tâm chúng ta, trăm người như một, đều có cả thương lẫn ghét. Vì theo vọng tưởng ngoại duyên, có thương có ghét,

nên hồ tâm bị bể chảy. Hồ tâm vừa là dụ, vừa là pháp. Tâm là pháp, hồ là dụ. Tâm mình như hồ nước trong yên lặng không sóng, vì dấy niệm yêu ghét, hồ nước trong bị bể chảy nên có sanh tử, các thứ khổ đều hiện.

Chúng ta hiện giờ khổ sở, than thở đủ điều, phiền muộn đủ thứ... đều từ thương ghét mà ra. Người mình thương bị xa lìa thì buồn, người mình ghét phải sống gần bên thì tức. Hay như cha mẹ thương con, ai làm khổ con mình thì giận thì ghét... Tâm thương ghét nặng nề, vọng tưởng tràn trề, nên hồ tâm chúng ta bể chảy hoài không ngừng được. Muốn hồ tâm được hàn gắn đừng chảy thì phải bớt thương bớt ghét. Hồ tâm không chảy thì nước sẽ trong lặng, sanh tử sẽ dừng. Tu là chỗ đó. Lời dạy của Tổ quá thiết yếu, thực tế và rõ ràng.

Chúng ta có khổ đừng than trời trách đất, mà nên trách tại vọng tưởng làm tôi khổ, đó là trách đúng sự thật. Đẹp được vọng tưởng là đẹp được gốc khổ, còn không thì chúng ta tu ngọn ngành. Niệm Phật siêng năng mà tâm thương ghét tràn đầy thì cũng còn khổ. Ngồi thiền ba bốn tiếng đồng hồ mà còn thương ghét là vẫn còn khổ. Dứt vọng tưởng, dứt yêu ghét thì hồ tâm không chảy, nước sẽ trong lặng, đó là trở về cái không sanh tử.

Nếu chúng ta hỏi một vị được đắc quả: “Thưa Thầy, con tu chừng nào được hết sanh tử?” Vị thầy ấy chắc chắn sẽ nói rằng: “Muốn biết hết sanh tử thì nhìn lại

xem tâm yêu ghét của mình còn hay không, nếu còn là còn sanh tử.” Như vậy khỏi cần coi bói, coi đồng bóng gì cả, chỉ nhìn lại tâm mình là đủ. Chính mình là người thấy rõ mình hơn ai hết, người khác nói không trúng, họ chỉ nói cho mình vui thôi. Thầy coi tay, coi tướng, coi bói đều là giỏi nói vuốt người ta, đầu tiên khen mình ngay thẳng, trung trực cho mình vui, rồi lâu lâu nói một hai cái dở cũng không sao. Thuật của người coi tay, coi tướng là biết nắm bắt những cái người ta thích rồi nói vuốt một hồi, trúng trật gì không biết, bao nhiêu tiền cũng móc ra thưởng. Cho nên chúng ta mới là vị thầy coi mình chín chắn hơn ai hết, khỏi hỏi tu bao lâu hết khổ, tu bao lâu được Niết-bàn. Cứ nhìn hồ tâm mình có rỉ chảy không, có rỉ thì lo trét lo bít lại, còn không rỉ chảy thì yên lòng, đó là một lẽ thật. Như vậy người biết tu phải nhìn lẽ thật, đừng lệ thuộc bên ngoài.

Kinh Tâm Vương nói: “Chân như Phật tánh lặn trong biển sáu thức thấy biết, chìm đắm sanh tử không được giải thoát.” Chân như Phật tánh lặn trong biển sáu thức nhãn nhĩ tỷ thiệt thân ý, mà chúng ta không hay không biết, nên bị chìm đắm trong sanh tử, không được giải thoát. Chúng ta chỉ thấy cái nổi mà không thấy cái chìm. Chân như Phật tánh ẩn lặn trong sáu thức mà mình chỉ thấy sáu thức, không thấy chân như Phật tánh. Bởi sáu thức duyên với sáu trần rồi chúng ta cho sáu thức là gốc là mình, còn chân như Phật tánh là ông chủ thật mà mình không biết. Vậy chúng ta là người bội bạc nhất, giống như con ông trưởng giả

bỏ cha bỏ mẹ ra đi, sau khổ quá mới hối hận trở về. Còn chúng ta ngày nay xuống tóc vào chùa tu, đó là chú cùng tử thấy khổ quá rồi thức tỉnh trở về, trở về mà chưa dám nhìn cha, chỉ xin hốt phân làm việc hạ tiện thôi. Hiểu thấu đáo rồi chúng ta mới thấy con đường tu không phải là chuyện xa vời trên trời trên mây đâu đâu, mà nó thực tế vô cùng.

Thử xem một phút chúng ta ngồi chơi thấy trời, thấy mây, thấy cảnh vật mà không một niệm nghĩ suy phân biệt trời mây, cảnh vật, lúc đó có ta hay không? Có ta. Nếu khi không nghĩ gì hết mà vẫn thấy vẫn nghe, khi ấy là thật mình, thì cái suy nghĩ không phải là mình. Không suy nghĩ mà biết, cái biết đó không có nhiều. Còn suy nghĩ mà biết thì có nhiều thứ nhiều loại, cái này sanh cái kia diệt, mới giận đó rồi vui đó, luôn luôn đổi thay như chong chóng, thế mà nhận cái đó là mình! Còn cái thường xuyên không bao giờ vắng mặt lại quên. Bởi vậy câu “chân như Phật tánh lặn trong biển sáu thức” rất là thấm, rất là sâu, mà chúng ta quên chỉ thấy cái nổi. Nổi là gì? Là duyên theo cảnh đẹp xấu, duyên theo người dễ thương khó thương... theo cái nổi đó mà chạy suốt ngày từ sáng đến chiều. Đến khi ngồi thiền muốn dừng lại không cho chạy theo cái nổi đó nữa mà tỉnh thoảng nó cũng lên chạy ra. Như vậy mới thấy chúng ta dở quá, làm chủ chưa được trọn vẹn. Khi nào đi đứng nằm ngồi hoàn toàn nhớ ông chủ không quên, lúc đó khỏi phải ngồi thiền. Tu là trở về cái chân thật của mình, nó sẵn có chứ không phải ở đâu lại, không phải tìm nơi nào,

chúng ta phải thấy cho tường tận, nhận cho rõ ràng, đừng bao giờ mê lầm. Chúng ta ai cũng có một hai phút không suy nghĩ, hoặc lúc ngồi thiền, ngồi chơi hoặc lúc đang đi bỗng dưng không suy nghĩ gì hết, thấy người thấy cảnh cứ thấy vậy thôi mà không nghĩ. Vậy không nghĩ không có nghĩa là thiếu mình. Cái nghĩ là cái nổi, cái không nghĩ là cái chìm, chìm là sẵn có, nổi là sanh diệt.

Chúng ta thấy rõ, biết đúng như thật thì sự tu không khó. Vì chúng ta cứ chạy theo những cái hư dối bên ngoài rồi tự mình chuốc khổ, thấy sự tu hành như khó khăn. Thật ra tu không khó chỉ do quên mà thôi. Mê là quên. Chỉ vì quên mình theo vật mà thành khó, nếu nhớ lại mình thì không có gì khó. Cho nên, ở đây Tổ dẫn kinh dạy chúng ta: *Chân như Phật tánh lặn trong biển sáu thức thấy biết, chìm đắm sanh tử không được giải thoát. Cố gắng lãnh hội chỗ ấy, giữ chân tâm thì vọng niệm không sanh, tâm ngã sở diệt, tự nhiên cùng Phật bình đẳng không hai.* Câu này thật là chí lý. “Giữ chân tâm thì vọng niệm không sanh, tâm ngã sở diệt”, là chấp mình, chấp người, chấp cảnh đã hết, lúc đó tự nhiên cùng Phật bình đẳng không hai. Phật có chân tâm bất sanh bất diệt thì chúng ta cũng có chân tâm bất sanh bất diệt, bình đẳng như Phật đâu có khác, thế nên giữ chân tâm là điều tối thiết yếu. Phật nói: “Ta là Phật đã thành, các ông là Phật sẽ thành.” Ai cũng có khả năng thành Phật, chỉ vì chúng ta không biết giữ chân tâm nên làm chúng sanh.

Hỏi: Chân như pháp tánh đồng một không hai, nếu mê lẽ ra đồng mê, ngộ lẽ ra đồng ngộ, tại sao Phật giác ngộ bản tánh, chúng sanh thì mờ tối, nhân đâu như vậy?

Đáp: Từ đây về trước là vào phần bất tư nghì, không phải chỗ phàm phu đến. Biết tâm nên ngộ, mất tánh nên mê, duyên hiệp liền hiệp, nói không thể định, chỉ tin quả quyết gìn giữ tâm mình. Kinh Duy-ma nói: “Không tự tánh, không tha tánh, pháp xưa không sanh nay cũng không diệt, ngộ pháp này liền lìa hai bên vào trí vô phân biệt.” Nếu người hiểu được nghĩa này, chỉ khi tu biết được pháp yếu giữ tâm là bậc nhất.

Đạo Phật nói chân như bản tánh khác với Ấn giáo, vì Ấn giáo nói tất cả đều có tự ngã, nếu khéo tu trở về với Phạm thiên, lúc đó là đồng không khác, tức là thành một. Vì vậy ở đây hỏi: *Chân như pháp tánh đồng một không hai, nếu mê lẽ ra đồng mê, ngộ lẽ ra đồng ngộ, tại sao Phật giác ngộ bản tánh, chúng sanh thì mờ tối, nhân đâu như vậy?* Tại sao đồng một chân như pháp tánh mà Phật thì giác ngộ, chúng sanh thì mê?

Đáp: Từ đây về trước là vào phần bất tư nghì, không phải chỗ phàm phu đến. Bất tư nghì là không thể nghĩ bàn, vì chỗ đó là chỗ siêu thoát, không phải dùng tâm phàm phu biết được.

Biết tâm nên ngộ, mất tánh nên mê, duyên hiệp liền hiệp, nói không thể định, chỉ tin quả quyết, gìn giữ

tâm mình. Tổ giải thích, chỗ đó dùng trí phàm mà hiểu mà nhận thì không được. Nếu người biết tâm thì ngộ, người mất tâm, quên mất bản tánh thì mê. Nếu duyên hiệp liền hiệp, tức là chạy theo duyên với sáu trần thì liền hiệp. Nói không thể định, vì tùy theo duyên mà hiệp, mỗi cái hiệp khác nhau, hiệp với lành sanh cõi lành, hiệp với dữ sanh cõi ác, không thể nào quyết định. Chỉ tin quả quyết, gìn giữ tâm mình, gìn giữ tâm mình là trên hết không có gì bì được, biết gìn giữ tâm mình thì không đi theo con đường sanh tử nữa.

Kinh Duy-ma nói: “Không tự tánh, không tha tánh, pháp xưa không sanh nay cũng không diệt, ngộ pháp này liền lìa hai bên vào trí vô phân biệt.” Chân tâm không có tự tánh, không có tha tánh, tức là không có tánh mình không có tánh người. Pháp xưa không sanh là thời gian trước không sanh, nay cũng không diệt là hiện giờ cũng không mất, ngộ được pháp này liền lìa hai bên, đi vào trí vô phân biệt, tức là đi vào chân tâm.

Trí vô phân biệt không phải là không biết gì hết, vì không biết gì hết sao gọi là trí? Trí vô phân biệt và trí thế gian khác nhau như thế nào? Trí thế gian là biết phân tích mạch lạc, biết rành rẽ các thứ. Còn trí vô phân biệt là biết mà không phân biệt. Không phân biệt sao gọi là trí? Thế gian lấy cái giới phân biệt cho là trí, ai biết giảo trạch phân biệt rành rẽ thì cho người đó có trí khôn ngoan, còn lù khù cho là người ngu,

mà thật có ngu không? Chư tổ nói người tu sống với trí vô phân biệt như ngây như ngu. Vậy là trí hay ngu?

Có một câu chuyện: Một Hòa thượng đạo đức ở Quảng Ngãi, tu đã được định, rất thanh tịnh, nhưng ngài quên hết mọi việc. Một hôm đi đấm với chú thị giả, đi ngang suối nước sâu tới ngực, ngài cởi quần áo để lộ qua, qua suối rồi ngài đi tự nhiên quên mặc lại đồ. Thị giả nhắc: “Bạch Hòa thượng mặc đồ vào”, ngài đứng lại mặc đồ. Như vậy có như ngây như ngu không? Người ngoài đời nói là ngu quá!

Sắp tới mùa an cư, chư tăng lập chỗ an cư kiết hạ dưới chân núi, thỉnh Hòa thượng tới dự, và hỏi: “Bạch Hòa thượng, mùa an cư năm nay, ở vùng này có gì trở ngại không?” Ngài ngồi xuống tọa thiền, một lúc sau xả thiền ra bảo: “Sắp có lũ lớn, các ông muốn yên phải đắp bờ lên mấy tấc chung quanh thì mới không bị ngập.” Chư tăng lúc đó thấy đang mùa nắng, trời khô, không có dấu hiệu gì hết nên dễ người, không tin lời thầy. Không ngờ qua tháng năm trời mưa, tràn ngập khắp nơi. Như vậy Hòa thượng này là trí hay ngu?

Trí thế gian chỉ giỏi phân biệt cái hiện có trước mắt, còn trí của người xuất thế biết cái gì sắp tới và cái gì đã qua, nên gọi là trí. Các ngài biết những cái người thế gian không biết, người thế gian biết những cái các ngài không cần biết.

Ngày xưa khi đức Phật thành bậc Chánh giác, ngồi dưới cội bồ-đề bảy ngày đầu không thuyết pháp.

Đến khi trời Phạm thiên thỉnh cầu, ngài mới thuyết pháp độ sanh. Sở dĩ Phật không muốn thuyết pháp liền là vì cái thấy của ngài siêu thoát, vượt hẳn thế gian, nói ra người ta không hiểu, nên ngài không muốn nói. Khi trời Phạm thiên cầu khẩn, Phật lập phương tiện mà nói, chứ thật ra không nói được cái gì ngài thấy biết. Phật thuyết pháp bốn mươi chín năm mà cuối cùng ngài tuyên bố: “Chưa từng nói một lời.” Điều đó chứng minh rằng những gì ngài nói là phương tiện độ sanh, chứ không nói đến lẽ thật.

Thí dụ Phật nhìn con người chúng ta giống như đây da hôi thúi, mà thế gian muốn mình đẹp, mình sạch, mình được quý trọng... nên người ta nói Phật bi quan. Người thế gian ai cũng muốn sống lâu, mà Phật nói coi chừng ác thần đang chực sẵn một bên để giết mình. Ác thần là vô thường. Như có người đang vui cười chợt ngã ra chết. Thế mà chúng ta cứ tưởng mình sống dai, cái nghĩ đó là ảo tưởng không thật. Chết là vô thường, không cố định sớm muộn, là một lẽ thật.

Tất cả cái thấy của Phật đem ra trình bày, người đời thấy như lạ lẫm, nên ngài phải nói cách này cách kia. Thí dụ ai tu mà sợ nhập Niết-bàn không còn gì hết rồi buồn, thì Phật nói về Cực lạc sẽ vui lắm, sanh ra có hoa sen, chim hót... Đó là nguồn an ủi để người ta tu. Những điều Phật nói là phương tiện độ sanh, chứ không phải là chân lý cứu cánh do ngài thấy.

Hiểu thấu đáo rồi thì điều quan trọng là chúng ta phải làm sao thấy được sự thật để tu. Thế nên trí vô phân biệt là trí siêu thoát hơn tất cả trí thế gian, không suy lý phân biệt mà tự thấy biết rõ ràng. Còn trí phân biệt thế gian phải suy lý phân biệt mới thấy biết.

Như Phật thấy chúng sanh bị nghiệp dẫn đi trong luân hồi, giống như con bò bị xỏ mũi dẫn đi, thấy rõ ràng không cần suy lý. Còn người thế gian suy lý phân biệt thế này thế kia, chưa phải cứu cánh. Cái thấy của đức Phật, trình độ người phàm không thể hiểu nổi, nên ngài chần chờ không muốn nói. Theo hệ A-hàm khi Phạm thiên khẩn cầu Phật mới phương tiện thuyết pháp độ sanh, còn kinh Hoa Nghiêm nói trong hai mươi một ngày đầu Phật lên cung trời Đao-lợi thuyết pháp.

Trí phân biệt của thế gian và trí vô phân biệt của Phật, Bồ-tát khác nhau, một cái phân biệt rành rẽ thế gian gọi là “trí phân biệt”, còn một cái biết rõ tất cả pháp đúng như thật mà không phân biệt gọi là “trí vô phân biệt”.

Nếu người hiểu được nghĩa này, chỉ khi tu biết được pháp yếu giữ tâm là bậc nhất. Tổ nhắc “giữ tâm” rất nhiều lần, nếu chúng ta biết được nghĩa này thì pháp yếu giữ tâm là hơn hết.

Ở đây nói giữ tâm là cội gốc của Niết-bàn, là yếu môn vào đạo, là tông của mười hai bộ kinh, là Tổ của chư Phật ba đời.

Như vậy giữ tâm là đủ:

1. Giữ tâm là cội gốc Niết-bàn.
2. Giữ tâm là yếu môn vào đạo.
3. Giữ tâm là tông của mười hai bộ kinh.
4. Giữ tâm là Tổ của chư Phật ba đời.

Vậy giữ tâm là gốc của tất cả pháp, của tất cả lối tu.

Hỏi: Sao biết giữ chân tâm là cội gốc Niết-bàn?

Đáp: Thể của Niết-bàn là vắng lặng vô vi an lạc. Tâm ta đã là chân như, vọng tưởng thì đoạn, vì đoạn vọng tưởng nên đủ chánh niệm, vì đủ chánh niệm nên trí tịch chiếu sanh, vì trí tịch chiếu sanh nên đạt tột pháp tánh, vì đạt tột pháp tánh nên được Niết-bàn. Cho nên biết giữ chân tâm mình là cội gốc Niết-bàn.

Sao biết giữ chân tâm là cội gốc Niết-bàn? Vì Niết-bàn là vắng lặng, tịch tịnh, vô vi, an lạc, không sanh không diệt.

Tâm ta đã là chân như. Vọng tưởng thì đoạn, vì đoạn vọng tưởng nên đủ chánh niệm. Tâm ta chân thật như như, sẵn sàng biết tất cả mà không động. Niệm khởi chúng ta buông xả, gọi là đoạn. Nếu vọng tưởng lặng thì chánh niệm hiện tiền.

Vì đủ chánh niệm nên trí tịch chiếu sanh. Chánh niệm là tâm không dấy động không loạn tưởng.

Nếu không dấy tâm không loạn tưởng thì trí tịch chiếu sanh, tịch là lặng lẽ, chiếu là sáng soi. Khi ngồi thiền tâm yên tịnh, trí tịch chiếu hiện tiền, vừa yên lặng vừa sáng suốt, chứ không phải lặng mà không biết gì.

Vì trí tịch chiếu sanh nên đạt tột pháp tánh, vì đạt tột pháp tánh nên được Niết-bàn. Cho nên biết giữ chân tâm mình là cội gốc Niết-bàn. Đạt tột pháp tánh là sao? Như trong Tâm Kinh Bát-nhã, ngay nơi sắc mà thấy tột tánh không của các pháp, đó là thấy bằng trí tuệ Bát-nhã. Trong Trung Quán Luận, ngài Long Thọ dẫn bài kệ từ kinh A-hàm:

*Nhân duyên sở sanh pháp,
Ngã thuyết tức thị không,
Diệc danh vi giả danh,
Diệc danh trung đạo nghĩa.*

Các pháp do nhân duyên sanh, ta nói nó là không, không đây là tánh không, hiện có là giả danh chứ không thật, thấy được như vậy là nghĩa trung đạo. Các pháp không thật có vì tánh nó không, không thật không vì duyên hợp giả có, ngay nơi sắc mà thấy được tánh không, đó là lý trung đạo, là lý chân thật.

Trí Bát-nhã là cây kiếm chặt hết mọi kiến chấp, là ngọn đuốc soi đường cho những người đi trong đêm tối. Người tu muốn được tâm an, giữ được chân tâm thì phải có trí tuệ Bát-nhã nắm vững tánh không của các pháp.

Hỏi: Sao biết giữ chân tâm là yếu môn vào đạo?

Đáp: Cho đến đưa một tay lên, lấy móng tay vẽ hình tượng Phật, hoặc tạo công đức như cát sông Hằng, chỉ là Phật vì giáo hóa chúng sanh không trí tuệ, tạo nghiệp được quả báo thù thắng ở đời sau và gây nhân thấy Phật. Nếu người mong sớm thành Phật, nên giữ chân tâm. Trong ba đời, chư Phật nhiều vô lượng vô biên, nếu có một vị không giữ chân tâm mà thành Phật, hoàn toàn vô lý. Cho nên Kinh nói: “Cột tâm một chỗ, không việc gì chẳng xong.” Thế nên biết giữ chân tâm là yếu môn vào đạo.

Trong kinh Pháp Hoa, Phật nói giả sử có người đưa tay lên, hoặc có người lấy móng tay vẽ tượng Phật v.v... tất cả những công đức ấy sau này đều được gặp Phật. Sở dĩ Phật nói nhiều cách thức tu hành để được quả báo tốt đẹp, đều là phương tiện giúp cho người kém trí tuệ nhớ nghĩ đến quả báo tốt đẹp đó mà gieo nhân thấy Phật sau này, chứ không phải là cứu cánh.

Nếu người mong sớm thành Phật, nên giữ chân tâm. *Trong ba đời, chư Phật nhiều vô lượng vô biên, nếu có một vị không giữ chân tâm mà thành Phật, hoàn toàn vô lý.* Chỗ cứu cánh tu để thành Phật là phải khéo giữ chân tâm. Tại sao? Vì ba đời chư Phật nhiều vô lượng vô biên đều do giữ chân tâm mà thành, nếu không giữ chân tâm mà thành Phật là hoàn toàn vô lý.

Cho nên Kinh nói: “Cột tâm một chỗ, không việc gì chẳng xong.” Kinh này là kinh Di Giáo. Cột tâm một chỗ tức là giữ chân tâm. Nếu khéo cột tâm lăng xăng, loạn tưởng ở một chỗ thì chân tâm hiện ra, gọi là không việc gì chẳng xong.

Thế nên biết giữ chân tâm là yếu môn vào đạo. Muốn tu để đến Phật quả, để được giác ngộ hoàn toàn, không cách nào hơn là khéo giữ chân tâm, không cho loạn tưởng che phủ. Đó là gốc, là yếu môn vào đạo.

Hỏi: Sao biết giữ chân tâm là tông của mười hai bộ kinh?

Đáp: Ở trong tất cả kinh, Như Lai nói tất cả tội phước, tất cả nhân duyên quả báo, dẫn tất cả núi sông, quả đất, cỏ cây v.v... các thứ tạp vật, đề ra thí dụ nhiều vô lượng vô biên, hoặc hiện thân thông vô lượng các thứ biến hóa, chỉ là Phật vì giáo hóa chúng sanh không trí tuệ, các thứ tâm dục, tâm hành muôn vàn sai khác.

Đức Phật nói ra tất cả kinh, nào tội phước, nào nhân duyên quả báo, tất cả cảnh, nào thí dụ vô lượng vô biên, hoặc hiện thân thông biến hóa, rốt cuộc *chỉ là Phật vì giáo hóa chúng sanh không trí tuệ. Vì các thứ tâm dục, tâm hành muôn ngàn sai khác.* Tâm dục là tâm tham muốn đủ thứ, tâm hành là tâm chạy ngược chạy xuôi theo nghĩ tưởng của mình, gọi là chạy theo nghiệp. Bởi tâm chúng sanh nhiều thứ nên Phật nói nhiều pháp môn, dẫn nhiều phương tiện để người nghe,

người học thức tỉnh. Vì chúng sanh thiếu trí tuệ nên Phật dùng nhiều phương tiện, chứ không phải Phật pháp có nhiều.

Lục Tổ nói: “Phật dạy tất cả pháp để độ tất cả tâm, ta không tất cả tâm đâu cần tất cả pháp.” Pháp Phật dạy là phương thuốc trị tâm bệnh chúng sanh, tâm chúng sanh có ngàn muôn ức bệnh thì pháp Phật cũng có ngàn muôn ức pháp, nói theo danh từ chuyên môn là tám muôn bốn ngàn pháp môn. Nên nhà Phật dùng từ “tùy bệnh dữ dước”, chúng sanh có bệnh nào thì Phật có thuốc ấy để trị. Như trong nhà thuốc tây có bán đầy đủ các thứ thuốc. Ai nhức đầu thì mua thuốc trị nhức đầu, đau bụng thì mua thuốc trị đau bụng. Đau bệnh nào thì mua thuốc ấy để trị. Nếu không ai bệnh thì nhà thuốc phải đóng cửa. Vậy bệnh có trước hay là thuốc có trước? Vì chúng ta bệnh nên thầy thuốc mới nghiên cứu tìm thuốc để trị, đó là theo bệnh cho thuốc.

Phật cũng vậy, nếu chúng ta chỉ có một bệnh thì chắc Phật dạy chỉ một pháp môn thôi, nhưng chúng sanh có trăm ngàn thứ bệnh nên Phật có trăm ngàn pháp môn đối trị. Ngày nào chúng ta hết bệnh thì thuốc của Phật cũng phải bỏ, sự thật là như vậy.

Nếu tâm chúng ta luôn thanh tịnh an nhiên, không buồn không giận, không vui không ghét thì lúc đó không cần dùng phương pháp tu nào nữa. Sở dĩ chúng ta mượn pháp này tu, mượn pháp kia tu là vì chúng ta có trăm ngàn thứ bệnh. Thí dụ chúng ta dùng pháp nhẫn để trị bệnh sân giận, dùng pháp quán vô thường

để trị bệnh vui buồn được mất... Người biết tu là khéo biết bệnh mình rồi chọn thuốc nào thích hợp để điều trị, đúng thuốc thì bệnh sẽ hết.

Thế nên biết, Như Lai tùy cửa tâm kia dẫn vào Nhất thừa. Chúng ta đã thể nhận Phật tánh của chúng sanh xưa nay thanh tịnh, như mặt trời bị mây che. Chỉ cốt rõ ràng giữ chân tâm, mây vọng niệm hết, mặt trời trí tuệ liền hiện.

Thật đơn giản làm sao! Học kinh phải học tam tạng giáo điển mấy ngàn cuốn, còn khéo *giữ chân tâm, mây vọng niệm hết, mặt trời trí tuệ liền hiện*, không có gì khó!

Chúng ta nghe nói giữ chân tâm liền ngồi nhắm mắt kìm không cho cục cựa. Như chặn con bò, con trâu hoang, phải cột dây kéo đầu nó xuống cây cọc cột cho cứng. Nếu giữ chân tâm như vậy sẽ phát cuồng chứ không lợi ích gì. Thật ra, giữ chân tâm là biết tâm tánh của mình sẵn có đủ, vừa có một niệm dấy lên liền che khuất tâm tánh đó, như mặt trời đang sáng trong hư không, vừa có một áng mây đen kéo ngang liền che khuất ánh sáng mặt trời.

Làm sao để mặt trời sáng? Chỉ chờ mây bay qua mặt trời sáng lại, đó là đứng về hiện tượng thiên nhiên. Còn với nội tâm chúng ta, nếu để vọng tưởng dấy lên rồi chờ cho nó hết, mình không can thiệp để nó tự do dấy khởi, thì hết vọng tưởng này đến vọng tưởng kia, chờ hoài biết chừng nào mới hết! Nếu vọng tưởng

không hết mình nổi giận, tìm cách ngăn chặn, la cự để nó tan, can thiệp một cách mạnh bạo như vậy là không đúng, tuy vọng tưởng hết mà thành bệnh. Cũng như thí dụ cột dây mũi trâu bò, cột cứng neo đầu xuống cây cọc, không ngửa cổ, không ăn uống được thì nó chết. Vậy hai thái độ, một là thả trôi mặc tình vọng tưởng dấy động, hai là kìm chế quá mức sanh ra những phản ứng bên trong, đều không đúng, đều là bệnh.

Cách tu khôn ngoan nhất là khi vọng tưởng dấy lên biết nó giả dối, không chặn không kìm cũng không thả trôi, nó sẽ tự mất. Cũng như thấy ăn trộm vào nhà lấy cửa, mình liền chặn cửa nắm cổ nó lại, nó sẽ phản ứng hành hung mình, nguy hiểm tánh mạng; còn nếu thông thả mặc kệ cho nó lấy thì chắc mất hết cửa. Khôn ngoan nhất là khi thấy trộm vào nhà, mình không thả lỏng, cũng không làm dữ chặn đường chặn ngõ, chỉ la lên “ăn trộm!”, nó nghe thì chạy mất. Như vậy không mất cửa cũng không nguy hiểm cho mình. Tu cũng phải khôn ngoan như thế, không cho phép mình thả lỏng, cũng không cho phép mình quá kìm chế, vì cả hai đều là bệnh, chỉ khi vọng tưởng dấy lên biết là giả dối thì nó tự mất.

Tổ nói, *chỉ cốt rõ ràng giữ chân tâm*, tức là không theo vọng tưởng, biết nó hư dối thì *mây vọng niệm hết, mặt trời trí tuệ liền hiện*.

Đâu cần học nhiều những cái thấy biết bị khổ sanh tử, tất cả nghĩa lý và việc trong ba đời.

Ví như lau gương, bụi hết ánh sáng tự nhiên hiện. Nay ở trong tâm vô minh mà học được, trọn không kham. Nếu hay rõ ràng không mất chánh niệm, trong tâm vô vi học được, ấy là chân học. Tuy nói chân học trọn không có chỗ học. Vì cố sao? Vì ta và Niết-bàn cả hai đều không. Lại không hai không một nên không có chỗ học. Pháp tánh tuy không, cần phải rõ ràng giữ chân tâm, vì để vọng niệm không sanh, tâm ngã sở diệt. Kinh Niết-bàn nói: “Người biết Phật không nói pháp, ấy gọi là đa văn đầy đủ.” Nên biết, giữ chân tâm là Tông của mười hai bộ kinh.

Đâu cần học nhiều những cái thấy biết bị khổ sanh tử, tất cả nghĩa lý và việc trong ba đời. Ví như lau gương bụi hết, ánh sáng tự nhiên hiện. Những cái thấy biết bị khổ sanh tử là sao? Như chư tăng chư ni ở đây ứng dụng tu theo Phật tổ dạy mà tại sao càng tu thấy mình càng khờ? Có những huynh đệ ở thành phố ngày xưa không biết nói tiếng Anh, bây giờ họ giỏi có thể nói chuyện tiếng Anh với khách ngoại quốc, còn mình ở Thiền viện tu mất bao nhiêu năm sao khờ quá, có tội không? Tội, rồi cũng muốn học cho nhiều như người ta. Cái học nhiều đó là cái khổ sanh tử chứ không lợi ích gì. Sau này hết duyên, chết xuống âm phủ đâu thể dùng tiếng Anh lý luận với Diêm vương! Khi ấy tội gì hiện ra tội nấy, rồi Diêm vương sẽ xử tội. Dù học nhiều biết rộng chỉ là nhân sanh tử thôi, đâu phải là pháp thoát ly sanh tử.

Thế nên, chỉ khéo giữ chân tâm đừng để mây vọng tưởng che lấp thì trí tuệ chân thật hiện ra, đó mới là thoát ly sanh tử. Con đường thoát ly sanh tử không khó, không xa, nhưng chúng ta cho rằng giữ chân tâm đơn giản quá tầm thường quá, cái gì có vẻ rắc rối mới thích. Như có ai nói tu thiền cách này mai mốt chứng được thiên nhãn, tu cách kia chứng thiên nhĩ... nghe mầu nhiệm hấp dẫn quá, còn cứ bỏ mây vọng tưởng, tâm lặng lẽ, trí tuệ tự sáng, hết sức đơn giản, cũng không có gì hấp dẫn. Không ngờ chính cái tầm thường là cái chân thật cứu cánh, còn tất cả cái hấp dẫn chỉ là cái bên ngoài.

Trong kinh A-hàm, đức Phật nói: “Ngoại đạo trọng ngũ thông, còn ta chỉ trọng đạo thông.” Đạo thông là thấu suốt lý đạo, là trọng tâm của Phật. Còn thần thông mà ngoại đạo thích thì không cứu được ai. Nếu thần thông có khả năng siêu thoát tuyệt vời, có đủ sức che chở cho mình thì người được thần thông có thoát khỏi luật nhân quả hay không? Phật chỉ thẳng chỗ chân thật, giải thoát là cứu cánh, không bị mây vọng tưởng tạo nghiệp thì sanh tử không còn. Đó là con đường giải thoát cụ thể.

Từ sáng tới chiều nếu chúng ta không nghĩ gì hết thì có tạo nghiệp chăng? Nghĩ tốt là tạo nghiệp lành, nghĩ xấu là tạo nghiệp ác, tâm chúng ta nghĩ liên miên thì tạo cả trăm mối nghiệp, chùng nào gỡ cho ra? Cho nên Phật dạy tu để giải thoát sanh tử thì gốc là đừng tạo nghiệp, ý không dấy động. Tâm lặng lẽ thanh tịnh thì nghiệp hết, trí tuệ giác ngộ hiện tiền.

Ví như lau gương, bụi hết ánh sáng tự nhiên hiện. Nói lau gương chứ thật ra gương sáng sẵn do bụi phủ lấp, lau sạch bụi thì gương tự sáng. Cũng vậy, tâm trí tuệ của mình sẵn có đủ, do vọng tưởng dấy lên liên tục nên bị che khuất, nếu dẹp hết vọng tưởng thì trí tuệ tự hiện. Công phu tu là bỏ những nghiệp vọng tưởng, chứ không phải tạo trí tuệ vì trí tuệ sẵn có. Trí do học mà được là trí hữu sư, là trí sanh tử, trí đó không cứu được mình. Còn trí vô sư là trí tuệ sẵn có, trí đó mới cứu được mình. Cho nên Phật nói: “Ta là Phật đã thành, các người là Phật sẽ thành.”

Chúng ta nghĩ Phật tu nhiều kiếp nên đời này ngài tu có mười mấy năm thì thành Phật, còn mình trôi lăn vô số kiếp tu biết chừng nào thành Phật, nên chỉ dám nguyện làm tôi Phật. Có các bà lớn tuổi, nghĩ chuyện thành Phật là chuyện của ai chứ không phải của mình, mình chỉ ráng tu đến khi chết được làm tôi tớ trong nhà Phật là mãn nguyện. Nói những lời khiêm nhường như thế là tốt, nhưng đứng về mặt tu hành là không tốt, là dở.

Lịch sử nói đức Phật sanh ra ở hông, đi bảy bước, mỗi bước nở hoa sen, tay chỉ trời tay chỉ đất nói: “Thiên thượng thiên hạ, duy ngã độc tôn v.v...” là một hiện tượng trên thế gian chỉ có Phật không có người thứ hai, tức là từ lúc mới sanh ngài đã là thánh rồi, khác hẳn người phàm; còn chúng ta được sanh từ bụng mẹ, không đi được, khóc oa oa, như vậy làm sao thành Phật được! Vậy chuyện thành Phật là chuyện của Phật chứ không phải chuyện của mình.

Tuy nhiên xem lại cuộc đời của đức Phật trước khi xuất gia vẫn có gia đình, có cung phi mỹ nữ, sống trong cảnh nhiễm ngũ dục đầy đủ. Đức Phật cũng nói ngài với tất cả chúng sanh không có khác. Kinh Du Hành trong Trường A-hàm có đoạn: Một hôm Phật ngồi bên hồ sen, thấy sen mọc lên rồi nở hoa, ngài mới nói: “Không một hoa sen nào tự nhiên nở được, mà phải từ bùn chui ra, tới nước, rồi lên khỏi nước mới nở hoa. Ta cũng như vậy.” Bùn là chỉ cho ngũ dục, ai ở trên thế gian cũng sống trong ngũ dục như nhớp, nhưng Phật thức tỉnh thì xa lìa ngũ dục, tìm ra chân lý. Hình tượng Phật ngồi trên tòa sen là biểu tượng ý đó.

Phật ra đời để hóa độ chúng sanh thì phải giống chúng sanh mới độ được. Như vậy chúng ta được gần gũi Phật thì mới có thể tu. Phật đi tu thành Phật, chúng ta đi tu cũng sẽ thành Phật, nên ngài nói: “Ta là Phật đã thành, chúng sanh là Phật sẽ thành.” Đó là một lẽ thật.

Thế nên Tổ nói ai cũng có gương sáng, vì bụi phủ nên tối, nếu biết lau bụi thì gương sáng trở lại, không biết lau thì gương càng tối thêm.

Nay ở trong tâm vô minh mà học được, trọn không kham. Nếu hay rõ ràng không mất chánh niệm, trong tâm vô vi học được, ấy là chân học. Tâm vô minh là tâm tham cầu, tâm mong mỗi muốn chứng đắc, muốn thành đạt..., tức là tâm đang đuổi theo những vọng tưởng hão huyền. Mang tâm vô minh học đạo mà muốn giác ngộ thì không thể nào được.

Nếu hay rõ ràng không mất chánh niệm, trong tâm vô vi học được, ấy là chân học. Chánh niệm có nhiều lối giải: Như giáo lý Nguyên thủy giải chánh niệm là chuyên nhớ pháp Tứ niệm xứ. Tịnh độ giải chánh niệm là luôn luôn niệm Phật không quên. Với tinh thần thiền, Lục Tổ nói trong kinh Pháp Bảo Đàn “Vô niệm, niệm tức chánh. Hữu niệm, niệm thành tà”, vậy chánh niệm là vô niệm, còn có niệm là tà. Cách giải này khác những pháp tu khác. Như Tứ niệm xứ quán thân bất tịnh, thọ là khổ, tâm vô thường, pháp vô ngã, quán như vậy là còn niệm, là còn sanh diệt, không thể đạt quả vô sanh, nên chưa phải chánh. Chánh là chỗ không còn niệm, chỉ một tâm thanh tịnh sáng suốt mới thật là chánh, vì nó không còn nhân sanh diệt.

Về Tịnh độ, niệm Phật đến vô niệm mới là cứu cánh, nếu còn niệm đó chỉ là chuyên niệm, chưa phải cứu cánh.

Tu Tứ thiền cũng vậy: Sơ thiền Ly sanh hỷ lạc, lìa ngũ dục thế gian được vui vẻ. Vượt qua Sơ thiền đến Nhị thiền Định sanh hỷ lạc, do định sanh vui mừng. Rồi bỏ Nhị thiền qua Tam thiền Ly hỷ diệu lạc, lìa cái hỷ thô được cái vui tế. Vượt Tam thiền lên Tứ thiền Xả niệm thanh tịnh, tất cả cái vui thô tế đều xả. Từ Tứ thiền mới qua các quả Thanh văn.

Vậy còn cái được là còn tướng sanh diệt, muốn vượt qua cái sanh diệt phải đến chỗ không còn dấy niệm vui mừng nữa. Còn chúng ta tu bây giờ vui mới thích, lặng quá hơi buồn. Thế nên khi tu không được giữ

mà phải vượt qua những biến chuyển, đến lúc chỉ còn tâm vô niệm, vô niệm gọi là chánh niệm, là tâm vô vi.

Nên Tổ nói *trong tâm vô vi học được, ấy là chân học*. Vô vi là danh từ của đạo Lão, đạo Phật gọi là tâm vô sanh. Vô vi là đối với hữu vi. Phàm cái gì có sanh trụ dị diệt đều là hữu vi, cái không sanh trụ dị diệt là vô vi. Vô vi là vô sanh, vô sanh là vô niệm. Vậy trong tâm vô vi học ấy là chân học, là trong tâm vô niệm mà học, là cái học chân thật.

Tuy nói chân học trọn không có chỗ học. Tổ nói chân học là không còn chỗ học. Thiền sư Huyền Giác nói: “Tuyệt học vô vi nhàn đạo nhân.” Vậy chân học là tuyệt học chứ không phải học thật, học cẩn thận.

Vì có sao? Vì ta và Niết-bàn cả hai đều không. Người tu nghe nói ngã không thì chấp nhận được, Niết-bàn không thì chấp nhận không nổi. Tu cốt nhập Niết-bàn, ngã không Niết-bàn cũng không thì đâu còn chỗ nào! Niết-bàn là tiếng Phạn, Trung Hoa dịch là vô sanh, không sanh. Không sanh thì đâu còn ta (ngã) để mà sanh, cái ta không còn thì cái vô sanh (Niết-bàn) cũng không, ta và Niết-bàn hai cái theo nhau. Niết-bàn đối với sanh tử, sanh tử là hữu sanh, Niết-bàn là vô sanh. Khi hết sanh tử rồi thì Niết-bàn cũng không.

Người thế gian ai cũng thích sống dai sống hoài, nên thích thuốc trường sanh. Nếu nay dạy tu tới vô sanh, không còn sanh nữa thì có buồn không? Ngày xưa ở Trung Quốc có nhiều vị tu tiên uống thuốc trường sanh,

mà đến nay tìm lại không còn vị nào. Trường sanh là sống lâu hơn người thường chứ không phải sống mãi. Vì chúng sanh có bệnh chấp ngã, muốn cái ngã này còn hoài, được sống lâu, tăng tuổi nào mừng tuổi ấy. Nếu nói vô sanh không còn ngã thì buồn, không biết rồi sẽ ra sao?

Cái ngã này do nghiệp tạo thành, khi chúng ta dấy niệm thiện là tạo nghiệp lành, dấy niệm ác là tạo nghiệp dữ, không dấy niệm thiện ác thì lúc đó tâm mình còn không? Chúng ta cứ lầm tâm là cái nghĩ, chứ không ngờ tâm là cái biết. Khi không nghĩ thiện nghĩ ác chúng ta vẫn thấy, vẫn nghe, vẫn biết như thường. Vậy tâm nghĩ thiện ác là tâm tạo nghiệp nên có thân lành thân dữ, còn tâm không nghĩ thiện ác là tâm không tạo nghiệp, làm gì có sanh tử, nên gọi là vô sanh. Vô sanh không phải là không có tâm, chỉ không theo nghiệp sanh tử gọi là giác ngộ, là Niết-bàn, là Phật tánh v.v...

Nếu vô sanh không còn thân này, không còn trở lại thì sẽ đi đâu? Nên có người đặt câu hỏi: Tu Tịnh độ niệm Phật khi chết được Phật đón về Cực lạc, còn tu Thiền khi chết đi đâu? Ai tu cũng muốn đạt đến cứu cánh Niết-bàn, tu Thiền đến hết nghiệp thì thể nhập Niết-bàn, đó là vô sanh, không còn đi đâu nữa. Vậy chúng ta tu đến chỗ vô sanh hay còn sanh, cái nào hơn? Ngay nội tâm mình có hai mặt chân tâm và vọng tâm, vọng tâm thì tạo nghiệp sanh tử, chân tâm thì Niết-bàn vô sanh.

Khi chúng ta có những phút giây yên lặng, tĩnh táo, sáng suốt, biết tất cả mà không nghĩ, đó là tâm Niết-bàn. Các vị chứng A-la-hán trong hiện tại cũng đi, cũng đứng, cũng làm tất cả việc mà các ngài thường ở Niết-bàn. Đức Phật cũng vậy, khi giác ngộ đã được Niết-bàn, mấy mươi năm giáo hóa ngài cũng ở ngay trong tâm đó, là tâm Niết-bàn hiện tiền, chứ không phải chuyện tưởng tượng. Chúng ta cứ tưởng có một cảnh để sanh về là vinh dự, chứ không ngờ mình có một tâm thể chân thật, vô sanh, hiện tiền, đó là Niết-bàn.

Niết-bàn có hai: hữu dư y và vô dư y. Hữu dư y là còn thân này mà thường ở trong Niết-bàn. Vô dư y là chết rồi nhập Niết-bàn. Đức Phật và chư vị A-la-hán khi đạt đạo rồi, các ngài đang ở trong Niết-bàn mà giáo hóa chúng sanh, đó gọi là hữu dư y Niết-bàn. Như vậy rõ ràng chúng ta có Niết-bàn hiện tại mà quên. Nhân Niết-bàn là tâm không dấy niệm, nhân sanh tử là các niệm. Muốn giải thoát sanh tử, dừng niệm là gốc, không có cách nào khác hơn.

Danh từ Niết-bàn để đối với sanh tử, khi hết sanh tử rồi, từ Niết-bàn cũng bỏ luôn, nên cả hai đều không.

Lại không hai không một nên không có chỗ học. Không hai, không một, vì một đối với hai, mà hai không còn thì một cũng không. Vì vậy mà nói không có chỗ nào để học.

Pháp tánh tuy không, cần phải rõ ràng giữ chân tâm. Pháp tánh tuy không, không phải hai, không phải một, nhưng phải giữ chân tâm thì pháp tánh mới hiện. Giữ chân tâm là gì? Tức là tu, tu trong mọi thời khắc, không phải chỉ tu trong ba thời tọa thiền, mà còn phải tu ngoài ba thời, gọi là chần trâu miên mật. Tọa thiền là những giờ chần nghiêm ngặt nhất, ngồi một mình ngó xuống, buông hết mọi việc. Thế mà nhiều lúc cũng còn chạy theo vọng tưởng, nhớ chuyện vui, nghĩ chuyện buồn, không buông được, không chần nổi. Huống nữa là ngoài giờ tọa thiền, tiếp xúc ngoại cảnh, mắt đối sắc, tai đối thanh, mũi đối hương... càng không dễ chần. Người nào giờ ngồi thiền biết chần, ra ngoài cũng biết chần, người đó tu một năm bằng những người thả lỏng tu nhiều năm. Vậy công phu tu không phải tính thời gian mà phải tính biết khéo chần hơn là thả lỏng. Thả lỏng thì một đời tu cũng không đi tới đâu, còn nếu khéo chần thì kết quả rõ ràng. Thế nên ngồi thiền là chần kỹ, lúc lao động cũng phải chần mà chần lơ. Nhưng thói quen của người ta là vừa làm vừa kể chuyện năm trên năm dưới, nên thấy khó tu. Nếu biết chần thì giờ làm việc không phải là giờ bỏ trống vô ích. Người khéo tu thì trong tất cả thời đều tu, người không khéo tu, chỉ tu giờ ngồi thiền. Chúng ta tu phải làm sao cho xứng đáng, chứ đừng lười thôi.

Vì để vọng niệm không sanh, tâm ngã sở diệt. Niệm vừa dấy lên thì có ngã, ngã sở. Nghĩ cái gì, nghĩ về ai là ngã sở, làm cho mình, được cho mình là ngã.

Tại sao phải giữ chân tâm? Vì để vọng niệm không sanh thì tâm ngã sở phải diệt.

Kinh Niết-bàn nói: “Người biết Phật không nói pháp, ấy gọi là đa văn đầy đủ.” Nếu Phật không nói pháp sao gọi là đa văn? Chúng ta cứ ngỡ Phật có hình tướng thuyết pháp là đa văn. Không ngờ chính Phật sẵn trong tâm mình, không nói một câu pháp nào mà hằng tri hằng giác, Phật đó mới đầy đủ đa văn, đó là chỗ tích lũy sẵn của mình. Ngộ được Phật đó thì biết tất cả thế gian. Kinh Hoa Nghiêm có một thí dụ “Phá vi trần xuất kinh quyển”: Một hạt bụi tí ti chứa một bộ kinh đầy đủ chân lý của tam thiên đại thiên thế giới. Quyển kinh này vò nhỏ nhét trong hạt bụi, khi đập hạt bụi lấy quyển kinh thì tất cả chân lý trong tam thiên đại thiên thế giới hiện ra rõ ràng. Thí dụ này thật là khó hiểu!

Phật dụ hạt bụi tí ti là thân này, quyển kinh chép rõ sự thật của tam thiên đại thiên thế giới là tâm không sanh không diệt của mình. Vì tâm này không hình tướng nên nhét trong thân không có trở ngại gì cả. Ngay nơi hạt bụi (thân này), nếu khéo đập vỡ nó ra để lấy quyển kinh thì biết tất cả tam thiên đại thiên thế giới.

Như đức Phật ngồi tu dưới cội bồ-đề bốn mươi chín ngày đêm, ngài có ôn lại sách vở đã học từ thời thơ ấu không? Hay ngài buông hết để nhập định? Khi sáng đạo rồi việc gì ngài cũng biết, thấy tất cả những chân lý trong vũ trụ, lớn như hành tinh, nhỏ như vi trùng,

ngài đều biết rõ. Ngay trong quyển kinh sẵn có của mình (tâm không sanh không diệt), nhét ở trong thân này, chúng ta phăng nó ra được thì biết tất cả.

Khi Phật vào rừng nắm một nắm lá cây hỏi chư Tỳ-kheo: “Lá cây trong nắm tay ta nhiều hay lá cây trong rừng nhiều?” Chư Tỳ-kheo thưa: “Lá cây trong tay Thế Tôn rất ít không thắm vào đâu so với lá cây trong rừng.” Phật bảo: “Cũng vậy, cái ta biết mà đem dạy các người ít như lá cây trong nắm tay, cái ta biết mà chưa dạy các người nhiều như lá cây trong rừng.” Vậy không phải là một quyển kinh sẵn có chứa tam thiên đại thiên thế giới hay sao?

Đức Phật trong khi tu hành để giác ngộ, ngài đều gác qua hết mọi việc, không truy tìm không khảo cứu, chỉ làm một việc là phủi sạch những tâm vọng tưởng để cho gương trí tuệ của ngài sáng ra, biết tất cả không sót một điều gì.

Ngày nay dù chúng ta học nhiều đến đâu, khá đến đâu cũng chỉ biết một phần nhỏ tí ti, chứ không phải biết tất cả. Nếu bây giờ chúng ta tu gặt bỏ tất cả, mai kia sẽ biết được tất cả. Như vậy học mà không biết gì, còn không học mà biết đầy đủ. Cái biết đó là cái biết đúng như thật, không phải cái biết suy lý, cái biết mò mẫm. Cho nên gọi Phật là bậc Đại giác ngộ. Vì thế Tổ mới nói: Càng biết nhiều ở thế gian, đó là cái khổ sanh tử, chứ không phải là cái giải thoát. Phật sẵn của mình không nói pháp, gọi là đa văn, là người học giỏi nhất, hiểu nhiều nhất.

Nên biết giữ chân tâm là Tông của mười hai bộ kinh. Học mười hai bộ kinh không bằng giữ chân tâm, vì giữ chân tâm là gốc. Ai cả ngày không cho vọng tưởng lôi kéo, để tâm được lặng lẽ thanh tịnh, người đó thấy như dốt như khờ, nhưng sau sẽ là người biết tất cả. Còn ai lan lẹ học nhiều, lúc hấp hối sắp tắt thở thì lúc đó sẽ theo nghiệp mà đi.

Hỏi: Sao biết giữ chân tâm là Tổ của chư Phật ba đời?

Đáp: Chư Phật ba đời đều từ trong tâm tánh sanh. Trước do giữ chân tâm, vọng niệm không sanh, tâm ngã sở diệt, sau mới được thành Phật. Cho nên biết giữ chân tâm là Tổ của chư Phật ba đời.

Sao biết giữ chân tâm là Tổ của chư Phật? Vì chư Phật ba đời đều từ giữ chân tâm mà thành. Ngày nay chúng ta tu khéo giữ chân tâm là trở về với ông Tổ mà chư Phật ba đời đều học.

Trước do giữ chân tâm, vọng niệm không sanh, tâm ngã sở diệt, sau mới được thành Phật. Muốn thành Phật phải qua ba chặng đường:

1. Giữ chân tâm.
2. Vọng niệm không sanh.
3. Tâm ngã sở diệt.

Chư Phật ba đời đều đi con đường này, không có con đường nào khác.

Từ đây trở lên bốn câu vấn đáp, nếu muốn nói rộng thì vô cùng. Nay tôi mong ông được tự biết bản tâm là Phật, nên ân cần khuyên ông ngàn kinh muôn luận không hơn giữ chân tâm, đó là pháp yếu vậy.

Đến đây Tổ nói thẳng rằng ngàn kinh muôn luận không hơn giữ chân tâm, giữ chân tâm là pháp yếu vậy.

Tôi cố gắng đem kinh Pháp Hoa chỉ cho ông, những vật đại xa, bảo tạng, minh châu, diệu dược..., ông tự không nhận, không uống thì nghèo khổ làm sao hội được.

Trong kinh Pháp Hoa Phật nói các thí dụ như đại xa, bảo tạng, minh châu, diệu dược v.v..., những cái ấy chúng ta phải tự nhận, tự ứng dụng, tự tu, nếu không nhận, không tu thì làm sao hết khổ!

Vọng niệm không sanh, tâm ngã sở diệt thì tất cả công đức tự nhiên viên mãn. Không nhờ cầu bên ngoài mà vào biển khổ sanh tử.

Công đức duy nhất viên mãn là vọng niệm không sanh, tâm ngã sở diệt. Nếu tìm cầu cái gì bên ngoài, đó là đi vào biển khổ sanh tử.

Ở tất cả chỗ chánh niệm xét tâm, chớ thích cái vui hiện tại mà gieo giống khổ đời sau, đối mình đối người, không thoát khỏi sanh tử. Cố gắng! Cố gắng!

Chúng ta tu phải cố gắng, đừng để bị gạt, rồi gạt người. Nếu chạy ra bên ngoài, thích theo cái hiện tại, sẽ gieo giống khổ cho mình, rồi đổi gạt người, như vậy là đi trong sanh tử, nên Tổ dạy phải cố gắng, cố gắng!

Nay tuy vô thường, chung gieo cái nhân thành Phật ở đời sau. Chớ để ba thời qua sông luống mất công phu. Kinh nói: “Thường ở trong địa ngục như dạo hoa viên, tại các đường ác như nhà cửa của mình.” Chúng sanh chúng ta ngày nay như thế, không biết kinh sợ kẻ giết người (vô thường), trọn không có tâm vượt ra. Lạ thay! Khổ thay!

Nay tuy thân chúng ta là vô thường nhưng phải khéo rắng gieo nhân thành Phật ở đời sau.

Tổ nói những lời tha thiết, nếu chúng ta không chịu tu, không gieo giống thành Phật ở đời sau, để cho ba thời luống trôi qua mất, như trong kinh nói: *Ở trong địa ngục mà như dạo hoa viên, tại các đường ác như nhà cửa của mình.* Đó là không phải nói bi nguyện của Bồ-tát mà là nói cái mê của chúng sanh.

Trên cõi đời này, chúng ta chỉ cần lắng tâm nhìn lại, thấy rõ thân mình là một mớ xương, thịt, da, gân rằn buộc, lăn lóc một thời gian rồi tan hoại. Chịu đủ thứ khổ, lo ăn, lo mặc, lo những cái chung quanh, lo mãi rồi ngã lăn ra chết, như vậy có giống như ở địa ngục hay không? Đói thiếu nghèo nàn cũng khổ, dư dả giàu có cũng khổ. Ai cũng than khổ, người nhiều tiền của thì con xài phung phí nghiệm ngập rồi khổ,

người thiếu tiền của thì chạy cơm bữa sáng bữa chiều không đủ cũng khổ, có ai dám nói đời tôi vui vẻ bao giờ! Chúng ta cười nói vui vẻ như dạo trong hoa viên, thật ra mình đang sống trong địa ngục mà không hay.

Mỗi ngày qua vô thường tiêu mòn lần lần, thân này từ khỏe tới bệnh, già rồi hoại. Tủi nhất là khi tắt thở chừng năm ba hôm, mà không kịp chôn cất thì bà con không ai dám lại gần. Thân đó có còn quý không? Hiện giờ còn đi lại, còn hơi ấm cho là quý, là đẹp, toàn là ảo tưởng thôi! Chúng ta sống trong cảnh khổ mà không biết khổ, nên kinh nói “Thường ở trong địa ngục mà như dạo hoa viên, tại các đường ác như nhà cửa của mình”. Đường này là ác mà thấy là chỗ nên ở, ở lâu chừng nào tốt chừng ấy. Già bệnh không con cháu nuôi, sống lang thang, mà sống thêm một ngày cũng mừng một ngày, đó mới thấy cái mê lầm của kiếp người!

Tổ đem hết những lời tâm huyết nhắc nhở, đánh thức chúng ta, mà chúng ta không tỉnh, thật là quá dở!

Chúng sanh chúng ta ngày nay như thế không biết kinh sợ kẻ giết người. Kẻ giết người là quỷ vô thường. Cho nên chiều nào ở thiền viện cũng đánh trống nhắc nhở chúng ta ngày nay đã qua, quỷ vô thường chực sẵn. Thế mà chúng ta trọn không có tâm vượt ra, lạ thay! khổ thay!

Nếu có kẻ mới học tọa thiền y kinh Quán Vô Lượng Thọ ngồi ngay thẳng chánh niệm, nhắm mắt ngậm miệng, tâm nhìn thẳng đến trước tùy ý

xa gần, một ngày tưởng giữ chân tâm, niệm niệm chớ trụ. Khéo điều hòa hơi thở, chớ để chột thô chột tế dễ khiến người thành bệnh. Ban đêm giờ ngồi thiền, hoặc thấy tất cả cảnh giới thiện ác, hoặc nhập các tam-muội xanh, vàng, đỏ, trắng... hoặc thấy thân phát ra hào quang sáng lớn, hoặc thấy thân tướng Phật, hoặc thấy các thứ biến hóa, chỉ biết nhiếp tâm chớ nên đắm trước, thấy đều là không, do vọng tưởng mà thấy vậy.

Ban đầu mới tập tu thiền, chúng ta dùng phương pháp quán hơi thở, hoặc dùng Mười sáu pháp quán của kinh Quán Vô Lượng Thọ (Thập lục quán) để có hình tướng dễ tìm tâm. Ở đây Tổ dạy ngồi thiền *tâm nhìn thẳng đến trước, tùy ý xa gần, một ngày tưởng giữ chân tâm, niệm niệm chớ trụ*, nghĩa là luôn luôn từ sáng đến chiều giữ chân tâm, chớ dính kẹt các niệm, đó là mượn hình ảnh quán của kinh Quán Vô Lượng Thọ.

Tổ dạy thêm: *Khéo điều hòa hơi thở, chớ để chột thô chột tế dễ khiến người thành bệnh*. Ngồi thiền nếu hơi thở chưa điều hòa, khi yếu khi mạnh thì tâm không an được, phải giữ hơi thở điều hòa, nhẹ, dài, êm ái thì tốt.

Ban đêm giờ ngồi thiền hoặc thấy tất cả cảnh giới thiện ác hoặc nhập các tam-muội xanh, vàng, đỏ, trắng... Khi ngồi thiền thấy cảnh giới thiện như thấy Phật rờ đầu, thấy Bồ-tát thuyết pháp v.v..., không nên mừng, hoặc thấy cảnh ác như thấy ma quái, thấy những hình ảnh khủng khiếp cộp, sói v.v..., cũng không nên sợ.

Khi ngồi thiền tâm yên thấy tất cả chung quanh toàn màu xanh, hoặc màu vàng, màu đỏ, màu trắng..., gọi là tam-muội, là chánh định. Thấy những màu như thế không phải là lỗi, lỗi tại mình chấp.

Hoặc thấy thân phát ra hào quang sáng lớn, hoặc thấy thân tướng Phật, hoặc thấy các thứ biến hóa, chỉ biết nhiếp tâm chớ nên đắm trước, thấy đều là không, do vọng tưởng mà thấy vậy. Thấy tất cả cảnh phải nhiếp tâm, giữ tâm cho yên định, không nên mừng, thích, không nên dính mắc, biết thấy đều là không, là giả tướng không thật, chỉ do vọng tưởng mà thấy vậy. Dụng công nhiều, tu có đạo lực thì những cảnh lạ dễ hiện, nếu cho mình chứng đắc mà đắm trước thì kẹt.

Tại sao thấy Phật là điều mình mong ước mà lại không chịu? Chúng ta phải thâm nhập chỗ này. Tu thiền là để trở lại bản tâm thanh tịnh của mình, chứ không cầu một cái gì ở ngoài, tất cả cái bên ngoài đều không phải là thật, không phải là của mình. Nhà thiền nói: “Từ ngoài mà vào không phải của báu trong nhà.” Cửa báu trong nhà là tự trong mình nhận thấy, còn cái gì ở ngoài không phải là của báu của mình. Nếu thích cái lạ, cái mâu nhiệm ở ngoài thì tu dễ lạc đường tà. Chúng ta phải nhớ cho kỹ để khi tu mình không lầm, dạy người khác tu cũng không lầm. Nếu ngồi thiền thấy chung quanh mình một màu vàng sáng rực như hào quang sáng khắp bầu trời, đó là vì tâm mình hơi yên định, gọi là tam-muội hiện ra tướng đó, chứ không phải là cái mình nhắm đến. Cái nhắm đến là tâm thanh tịnh hằng giác, hằng tri của mình.

Kinh nói: “Cõi nước mười phương đều như hư không, ba cõi hư dối chỉ là một tâm làm ra.”

Kinh dạy mười phương cõi nước đều là rỗng, không thật, ba cõi tam giới đều hư dối, chỉ có một tâm chân thật làm chủ. Chúng ta tu là để trở về ông chủ đó, chứ không phải để được cái bên ngoài. Tu như vậy sẽ được an ổn, không sai lầm, không lạc vào đường tà.

Nếu không được định, không thấy tất cả cảnh giới, cũng không nên lấy làm lạ, chỉ nên trong đi đứng ngồi nằm thường rõ ràng giữ chân tâm.

Nếu ngồi thiền mà không được định, không thấy tất cả cảnh giới lạ cũng không nên lấy làm lạ tại sao mình tu thiền không có kết quả. Có người tu cố dẹp vọng tưởng, không dính mắc bên ngoài, tu năm bảy năm mà sao không thấy gì lạ hết? Còn người tu mới ba bốn tháng, sao phát hào quang thấy cảnh lạ? Sự thật những tướng lạ đó không phải là cái đáng nghĩ đáng cầu, *chỉ nên trong đi đứng ngồi nằm thường rõ ràng giữ chân tâm*, đó là trọng yếu. Giữ chân tâm là có quyền thấy, có quyền nghe tất cả ngoại cảnh mà không chạy theo, không dính mắc với cảnh mình thấy, với âm thanh mình nghe. Nếu giữ chân tâm mà kìm dè đến đau phổi, đau tim, đó là lầm lẫn, không hiểu cách tu. Giữ chân tâm là đừng để tâm dính mắc sáu trần.

Hội được thì vọng niệm không sanh, tâm ngã sở diệt, tất cả muôn pháp không ra ngoài tâm mình.

Tại sao *tất cả muôn pháp không ra ngoài tâm mình?* Thí dụ ngày xưa khu này là rừng rậm hoang vu, nay là thiền viện kang trang, do đâu được như vậy? Chính nhờ quyết tâm thực hành mà ra, kiến trúc sư thiết kế cũng từ tâm, thấy như cảnh ngoài tâm, nhưng thật ra là tâm dẫn đầu, tâm tạo nên, mà người đời quên nó, chỉ nhớ cảnh bị tạo ra thôi, không nhớ cái hay tạo ra cảnh.

Từ cái nhỏ suy ra cái lớn, có câu “Tam giới duy tâm, vạn pháp duy thức”. Đó là cách nhìn theo Duy tâm học hay triết lý duy tâm. Tất cả nghiệp từ tâm ra, tâm đó là tâm vọng tưởng. Do vọng tưởng tạo nghiệp đi trong tam giới Dục giới, Sắc giới, Vô sắc giới. Người nào tâm nhiễm dục lạc thế gian đậm, mạnh thì khi nhắm mắt đến cõi Dục, người tâm chuyên trong định nhưng còn vướng mắc hình tướng thì đến cõi Sắc giới, người chuyên tâm quán “không”, thì vào cõi Không giới, tức Vô sắc giới. Tâm hướng về đâu thì đến cõi đó, nên nói là tam giới duy tâm.

Còn vạn pháp duy thức là gì? Ai đặt tên cho các pháp như đồng hồ, cái bàn, bình hoa...? Muôn ngàn triệu ức tên đều do thức phân biệt đặt ra. Vậy rõ ràng tam giới duy tâm, vạn pháp duy thức. Vì không hiểu nên tưởng tâm mình tạo ra tam giới, nhưng không ngờ tâm hướng dẫn mình đến trong tam giới. Thí dụ, nay sở dĩ tôi cất chùa trên núi là vì tâm tôi thích về núi, nếu tâm tôi thích thành thị tôi sẽ cất chùa ở thành thị. Sở thích đó là tâm, là nghiệp, là nghiệp của tự tâm. Vậy mới biết muôn pháp không ngoài tâm mình.

Chư Phật sở dĩ nói rộng như thế, nhiều lời dạy bảo, thí dụ, chỉ vì chúng sanh hạnh hạnh không đồng nên khiến có giáo môn sai biệt.

Tại sao đức Phật dạy đến tám muôn bốn ngàn pháp môn, dạy nhiều nói rộng như vậy? Vì tâm hạnh chúng sanh không đều, nên Phật phải dùng trăm ngàn thí dụ để chúng ta hiểu, nên có trăm ngàn quyển kinh để chúng ta học. Như kinh Pháp Hoa Phật cho rất nhiều thí dụ. Phật nói pháp tùy theo tâm hạnh riêng biệt của chúng sanh mà phương tiện giải cho họ hiểu. Pháp tuy có rộng, có nhiều, nhưng chung quy đều bảo phải bỏ những dính mắc bên ngoài, trở về chân tâm. Trở về hay gìn giữ chân tâm là nói thẳng, còn bỏ những dính mắc bên ngoài là nói rộng, là pháp phương tiện. Cho nên câu hỏi “Sao biết giữ chân tâm là Tổ của chư Phật ba đời?” Câu trả lời đầy đủ là: “Vì chân tâm là gốc để chúng ta tu thành Phật.”

Kỳ thật tám muôn bốn ngàn pháp môn, vị thể của hàng Tam thừa vào đạo, hạnh tông của bảy mươi hai vị Hiền, chẳng qua tâm mình là gốc.

Tám muôn bốn ngàn pháp môn, tất cả thứ bậc của hàng Tam thừa Thanh văn Duyên giác Bồ-tát, hạnh tông của bảy mươi hai vị Hiền, chẳng qua tâm mình là gốc.

Thí dụ một đứa bé vào trường, học từ lớp một tiến lên trung học, đại học, tiến sĩ, tất cả cấp bậc đó đều đánh giá từ cái tâm nó mở rộng, hiểu rộng lần lần,

nếu không từ tâm thì làm sao nó hiểu, nó biết? Nhờ nó hiểu biết ngày càng rộng nên cấp bậc ngày càng cao, đó là đánh giá trên cái tâm của nó. Vậy cấp bậc ngoài đời căn cứ vào tâm, cấp bậc trong đạo cũng căn cứ vào tâm. Tâm là trọng yếu cho mình tu, mình sửa, đầy đủ hết các cấp bậc. Cho nên quy về tâm thì có một nhưng chia cấp bậc thì có nhiều. Như đứa bé mới ôm sách vào trường khi trước và vị học được bằng tiến sĩ ngày nay là một hay là hai? Là một thôi, nhưng vì tâm nó mở rộng từ từ mà có những cấp bậc khác nhau.

Người tu chúng ta cũng vậy, khi bước chân vào đạo, từ một người chưa biết đạo, từ từ biết đạo, biết pháp, hạnh thấp lần lần lên cao, đến bao giờ cái biết, cái thấy, cái nhận định của mình trọn vẹn như Phật thì thành Phật. Thành Phật cũng là tâm mình thành. Vậy tất cả đều gốc từ tâm mà có thiên sai vạn biệt, nếu tu khéo trở về cái gốc thì tự nhiên nắm được nguồn cội ban đầu, không sai không lệch.

Nếu người hay tự biết bản tâm, niệm niệm mài luyện chớ trụ, tức tự thấy Phật tánh.

Người nào tự biết bản tâm, nhận ra mình có bản tâm, luôn luôn nhớ để mài giũa, để luyện tập, không cho dính mắc, tức là không trụ, thì có ngày tự nhận ra Phật tánh của mình.

Trong mỗi niệm thường cúng dường chư Phật nhiều như số cát sông Hằng ở khắp mười phương, mỗi niệm thường chuyển mười hai bộ kinh.

Nếu người rõ được nguồn tâm này thì tất cả tâm nghĩa tự hiện, tất cả nguyện đầy đủ, tất cả hạnh viên mãn, tất cả đều xong, không còn thọ thân sau.

Tự thấy Phật tánh tức là *trong mỗi niệm thường cúng dường chư Phật nhiều như số cát sông Hằng ở khắp mười phương, mỗi niệm thường tụng mười hai bộ kinh* (chuyển là tụng). Tại sao? Vì tâm mình là gốc của mười hai bộ kinh, tâm mình là gốc của mười phương chư Phật, nên trở về đó thì đủ cúng dường, đủ tụng kinh rồi. Còn cúng dường chư Phật khắp mười phương thì bao nhiêu đời, bao nhiêu kiếp đi cho giáp? Con đường tắt nhất là trở về tâm mình. Mười hai bộ kinh tụng chừng nào cho thuộc, tụng thuộc chắc hết cả đời, mà không bằng trở về tâm mình. Tâm mình là nguồn của mười hai bộ kinh, là gốc của mười phương chư Phật. Thương Phật, kính Phật, muốn cho đầy đủ công đức tu hành thì chỉ trở về nguồn tâm. Trên đường tu, công hạnh nằm ngay nơi mình chứ không đâu xa, nên Tổ nói *tất cả nguyện đầy đủ, tất cả hạnh viên mãn*. Trở về bản tâm là đủ tất cả, *không còn thọ thân sau*. Nếu thọ thân sau là do bản nguyện của mình muốn độ chúng sanh.

Hội được thì vọng niệm không sanh, tâm ngã sở diệt, bỏ thân này rồi nhất định được vô sanh không thể nghĩ bàn. Cố gắng! Không gì lớn bằng!

Người hiểu được rồi thì *vọng niệm không sanh, tâm chấp ngã và ngã sở diệt, bỏ thân này nhất định được vô sanh không thể nghĩ bàn*. Tổ dạy: *Cố gắng! Cố gắng*

làm cái gì? Giữ chân tâm. Đó là câu then chốt, chứ không phải cố gắng làm Phật sự. Giữ chân tâm là đang tụng mười hai bộ kinh, là cúng dường mười phương chư Phật, chỉ làm một việc giữ chân tâm mà đủ vô lượng công đức. Còn chúng ta bây giờ muốn tạo công đức thì cố gắng làm Phật sự, cúng dường các chùa, dù có làm bao nhiêu cũng không đầy đủ.

Giữ chân tâm thì trong vọng niệm không sanh, ngoài đối với thân với cảnh tâm ngã sở diệt. Được hai điều kiện đó rồi, khi bỏ thân này nhất định được vô sanh, vô sanh là Niết-bàn. Trở về được vô sanh thì không gì lớn bằng!

Lời nói chân thật không dối như thế rất khó được nghe.

Tổ bảo lời nói chân thật của ngài không dối gạt ai, nhưng rất khó được nghe. Bây giờ nhiều người nói phải làm việc này việc kia mới có phước đức vô lượng vô biên, còn ngời tu giữ chân tâm là tiêu cực, là yếm thế.

Trong số chúng nhiều bằng cát sông Hằng, đâu bằng có một người nghe mà hay thực hành. Trong số kiếp ức xoa ít có được một người thực hành đến cứu cánh.

Số người nghe kinh nhiều bằng số cát sông Hằng không bằng một người nghe mà hay thực hành, nghĩa là nghe mà thực hành được thì quý hơn triệu ức người nghe mà chưa thực hành.

Trong số kiếp ức xoa, kiếp ức xoa là một ức kiếp, ít có được một người thực hành đến cứu cánh. Nghe mà thực hành thì tốt, nhưng trong muôn ức kiếp chưa có một người thực hành đến cứu cánh.

Khéo khéo tự an tự tịnh, khéo điều các căn, xem thấu nguồn tâm hằng khiến soi sáng thanh tịnh, chớ để tâm vô ký sanh.

Tổ bảo phải thấu được nguồn tâm, sáng suốt thanh tịnh, đừng để tâm vô ký sanh.

Ngài đem hết tâm tư chân thành chỉ dạy chúng ta cái gì là nguồn cội trên đường tu hành. Giữ chân tâm là đầy đủ ba đời chư Phật sẵn nơi tâm mình, tất cả muôn pháp cũng sẵn nơi tâm mình. Cho nên nói giữ chân tâm là Tổ của chư Phật ba đời.

Hỏi: Sao gọi là tâm vô ký?

Đáp: Những người nhiếp tâm vì không duyên cảnh bên ngoài nên tâm thô tạm dừng chút ít. Bên trong khi luyện chân tâm, tâm chưa được thanh tịnh, trong đi đứng ngồi nằm thường để ý xem tâm, vẫn chưa có thể rõ ràng thanh tịnh, riêng soi nguồn tâm, ấy gọi là tâm vô ký. Cũng là tâm lậu, vẫn không thoát khỏi bệnh lớn sanh tử.

Tâm vô ký này là chưa đến chỗ hoàn toàn thanh tịnh trong sáng, khác với nghĩa vô ký mơ mơ lửng lửng sắp gục.

Những người nhiếp tâm vì không duyên cảnh bên ngoài nên tâm thô tạm dừng chút ít. Bên trong khi

luyện chân tâm, tâm chưa được thanh tịnh, trong đi đứng ngồi nằm thường để ý xem tâm, vẫn chưa có thể rõ ràng thanh tịnh riêng soi nguồn tâm, ấy gọi là tâm vô ký. Tâm vô ký cũng gọi là tâm hữu lậu vì còn sanh tử, tâm chưa được trọn vẹn trong sáng, lạng lẽ. Có hai thứ vô ký, vô ký bên Duy thức học là lơ lơ lửng lửng muốn buồn ngủ. Vô ký ở đây là tu mà chưa đến tột gốc cuối cùng, chưa có thể rõ ràng thanh tịnh. Là phàm tăng thì đang còn ở trong vô ký, chỉ cạn hay sâu khác nhau chút ít thôi.

Hướng là người trọn không giữ tâm, người ấy chìm đắm trong biển khổ sanh tử, biết ngày nào được ra? Thật đáng thương! Cố gắng! Cố gắng!

Người biết nhiếp tâm không chạy theo cảnh ngoài, tâm thô tạm dừng, tâm tế chưa sạch, gọi là tâm vô ký. Tu như vậy mà còn phải sanh tử, hướng là người trọn không giữ tâm, người ấy chìm đắm trong biển khổ biết ngày nào được ra. Thật đáng thương! Cố gắng! Cố gắng! Vậy người biết tu sửa như chúng ta ngày nay còn phải sanh tử hơi mỏng một chút, hướng là người chưa từng biết hướng về sự giữ chân tâm thì những người đó chìm đắm trong sanh tử không biết ngày nào ra khỏi. Đó là những người đáng thương, khuyên họ phải nỗ lực cố gắng đừng để chìm đắm như vậy.

Đạo Phật là đạo từ bi thương người trôi lăn trong sanh tử nhiều hơn là thương người đang đói rách. Vì lòng từ bi đó quá xa nên người đời nhìn thấy như là thương lơ là.

Như Thiên viện dạy chư tăng ni bao nhiêu năm rồi, không dạy ai đi làm từ thiện phát cơm phát gạo, mà dạy đi giảng giải Phật pháp suông thôi. Như vậy có phải tiêu cực không? Dưới con mắt cạn cợt thì đó là tiêu cực, nhưng nhìn với con mắt của người đạt đạo thấy đó mới là hướng thượng chân thật. Tại sao? Vì chúng ta cho họ cơm no áo ấm, họ sống thêm được năm mười năm mà họ có khỏi chết không? Chết rồi phải trở lại nữa, rồi đói khổ liên miên không có ngày cùng. Bây giờ làm sao đánh thức cho họ biết rằng đường sanh tử là đau khổ, họ phải thấy, phải hiểu để chuẩn bị rời được con đường đó mới thật là cứu họ. Cái nhìn như thế chỉ có mắt Phật thấy, còn mắt phàm làm sao thấy được? Nếu chúng ta làm theo hướng Phật dạy thì người phàm nhất định sẽ chê mình sao cứ nói pháp mãi, không cho cơm cho gạo giúp người. Nhưng chính pháp Phật mới cứu họ được, ai thức tỉnh rồi thì mới dừng nghiệp sanh tử khổ đau. Có giúp bao nhiêu mà họ cứ ở trong mê thì hết đau khổ này tạo đau khổ khác, không có ngày ra khỏi.

Dưới con mắt Phật thì việc từ thiện là việc tạm giải quyết, khi đói cho họ cơm rồi thuyết pháp cho họ nghe, chứ họ đói quá không có cơm ăn mà thuyết pháp họ đâu có chịu nghe, cho cơm trước rồi thuyết pháp sau. Vì vậy chúng ta phải hiểu cho tường tận, muốn cứu họ khỏi cái khổ muôn đời trong sanh tử thì phải đem chánh pháp của Phật mà đánh thức họ. Còn giúp họ bớt khổ trong hiện tại, đó chỉ là phương tiện tạm thời, việc quan trọng là phải cố gắng đánh thức họ.

Tổ nhìn tường tận nên nói: *Hướng là người trọn không giữ tâm, người ấy chìm đắm trong biển khổ sanh tử, biết ngày nào được ra? Thật đáng thương! Cố gắng! Cố gắng!* Giả sử có người đang làm điều tàn ác hại người, chúng ta có thương không? Hay chỉ thương người nghèo đói thôi? Đây là thương cái nghiệp sanh tử, dù ở hoàn cảnh nào mà họ chưa thức tỉnh, chúng ta đều thương, đó là tâm từ bi bình đẳng. Thường chúng ta thương người đói thiếu, còn người dư dả chúng ta có thương không? Dư dả mà ăn xài phung phí thì mình ghét. Thật ra những ai còn mê muội đắm trong sanh tử thì chúng ta đều thương.

Như đức Phật đã thoát ly sanh tử rồi thì chúng ta phải kính, Phật có khổ đâu mà thương! Thương chúng sanh mà kính Phật. Kính người đã đi trước vạch cho mình một lối đi trên con đường cao cả, nên mình kính trọng mình lễ. Còn chúng sanh là người mê muội mới đáng thương, thương tất cả chứ không phải thương người thiếu, ghét người dư.

Hiểu như vậy mới nắm vững đạo lý của Phật, còn không hiểu vậy thì chúng ta nói làm Phật sự, mà rốt cuộc chưa biết Phật sự là gì? Làm Phật sự là chỉ cho người hướng đi để thoát ly sanh tử, còn những việc khác là phương tiện tạm thời thôi.

Kinh nói: “Chúng sanh nếu trong không phát lòng thành, nơi ba đời, dù có gặp chư Phật như số cát sông Hằng cũng không làm được gì.”

Nếu chúng sanh không phát tâm chí thành muốn thoát ly sanh tử thì ở trong ba đời dù có gặp Phật nhiều như số cát sông Hằng, Phật cũng không làm gì được.

Kinh nói: “Chúng sanh biết tâm tự độ, Phật không thể độ chúng sanh.”

Chúng sanh biết mình có tâm thể trong sạch sáng suốt, hằng giác hằng tri, biết vậy là tự độ. Còn Phật thương chỉ cho mình đường đi nước bước, nhưng chính mình tự độ, chứ Phật không độ được mình. Thế mà chúng ta cứ cầu Phật độ, khi phiền não quá lạy Phật gia hộ cho con bớt phiền não, xin ngài rưới nước cam lồ cho nóng giận của con tiêu trừ, tinh thần được mát mẻ... Như vậy có được không? Thật ra đó là tưởng tượng chứ không có thực tế. Nước cam lồ là lòng từ bi thương chúng sanh mê muội tạo nghiệp đi trong sanh tử khổ não, không có ngày cùng. Cho nên Phật dạy người tu thương chúng sanh phải ráng tu ráng học để tự mình thấm nhuần đạo lý, rồi đem ra chỉ dạy nhắc nhở chúng sanh để họ thức tỉnh trở về con đường tâm, thoát ly sanh tử khổ đau. Đó là trọng tâm của người tu chúng ta. Mọi phương tiện đều nhắm vào mục tiêu đó, không có mục tiêu nào khác.

Nếu Phật hay độ, thời quá khứ chư Phật nhiều như số cát sông Hằng, cơ sao chúng ta không thành Phật?

Nếu Phật hay độ được chúng sanh thì quá khứ đến nay vô số Phật ra đời rồi, sao mình còn lang thang ở đây?

Thí dụ tôi có khả năng giúp quý vị hết khổ được an lạc thì tôi sẽ làm cho tất cả được an lạc. Cũng vậy, nếu Phật độ được chúng sanh thì dù một đức Phật độ chưa hết, mười đức Phật hai ba trăm đức Phật nhất định sẽ độ được hết, chúng ta đều sẽ ngồi tòa sen chứ đâu còn lang thang ở đây! Vậy Phật độ là chỉ đường cho chúng ta đi, chứ không phải dắt chúng ta lên Niết-bàn, đừng hiểu sai lầm như vậy. Chúng ta học kinh, học đạo, ngồi thiền... đó là chúng ta tự độ, là độ những vọng tưởng điên đảo, đuổi nó đi, đừng cho nó gây nhân phiền não.

Chỉ vì ở trong không tự phát lòng thành, nên phải đắm chìm trong biển khổ. Cố gắng! Cố gắng! Cấp thiết cầu bản tâm, chớ để vọng lậu.

Tổ đã thiết tha chỉ dạy, nhưng vì chúng ta không phát lòng chân thành hướng về Phật, trở về nội tâm, dẹp vọng tưởng, nên phải đắm chìm trong biển khổ sanh tử. Bây giờ phải cố gắng, phải nỗ lực, cấp thiết cầu bản tâm, chớ để vọng lậu. Vọng là vọng tưởng, lậu là tiếp tục sanh tử, rơi trong tam giới. Tổ khuyên bảo chúng ta cố gắng gìn giữ bản tâm, đừng để vọng tưởng lôi kéo khiến rơi vào sanh tử.

Quá khứ không biết, đã qua cũng chẳng làm gì kịp. Nay thân hiện tại được nghe diệu pháp, khuyên nhau rành rẽ hiểu rõ lời này, rõ biết giữ tâm là đạo thứ nhất, mà không chịu phát tâm chí thành cầu nguyện thành Phật thọ vô lượng tự tại khoái lạc, cứ mãi chạy theo thế tục tham cầu

đanh lợi, đời sau đọa trong địa ngục lớn chịu các thứ khổ não, đem cái gì thay thế? Làm sao? Làm sao? Cố gắng! Cố gắng!

Quá khứ đã qua rồi không làm gì kịp, ngay trong thân hiện tại này được nghe pháp mầu nhiệm của Phật thì nên khuyên nhau hiểu rõ lời dạy của Tổ giữ chân tâm là đạo thứ nhất. Nếu biết mà không chịu phát tâm cầu nguyện thành Phật để được an lạc, cứ mãi chạy theo thế tục cầu danh cầu lợi thì đời sau đọa trong địa ngục lớn chịu các thứ khổ não.

Danh lợi thế tục không bền, dù ai khôn ngoan, tài giỏi, làm chức vụ cao lớn đến đâu (như làm tổng thống) cũng chỉ được năm bảy năm thôi, trong thời gian ngắn ngủi đó còn đau đầu mệt óc, phải làm sao cho quần chúng tin tưởng, chứ đâu phải chỉ ngồi chơi hưởng thụ suông. Thế mà chạy ngược chạy xuôi tranh giành lẫn nhau để làm gì? Đến khi xong trách nhiệm nhìn lại mình cũng như xưa, có gì khác đâu mà phải chịu lao tâm khổ nhọc như thế.

Còn tu giữ chân tâm là điều tối thượng lại không tốn kém gì, không tranh giành với ai, chỉ cặm cụi làm một mình mà được an lạc vô lượng kiếp. Vậy mà không chịu cố gắng tu, lại lo chạy theo đục lạt thế gian, như đứa bé tiếc một chút đường dính trên lưỡi dao, lấy lưỡi liếm. Vì một chút đường không thấm vào đâu mà phải chịu cái họa đứt lưỡi, thật là quá ngu! Chúng ta cũng vậy, danh lợi có thấm vào đâu mà giành giật nhau

để lăn lộn chết sống trong đau khổ. Phật thấy được muôn kiếp nên cái nhìn của ngài siêu xuất, không phải tầm thường, còn chúng ta chỉ thấy được một đời sang hèn vui khổ rồi giành giết nhau, mà không thấy đời vị lai, như đứa bé thấy đường ngọt cứ liếm mà không thấy cái họa đứt lưỡi kề cận một bên.

Các vị đã giác ngộ thấy chúng sanh ngu si nên thương vô cùng. Chúng ta tu phải ráng làm sao tự mình tỉnh, rồi làm cho người khác tỉnh. Mặc ai chê mình khờ dại, tiêu cực ích kỷ, miễn sao mình độ được mình, rồi làm lợi cho chúng sanh nhiều đời nhiều kiếp là tốt. Nếu không được vậy đời sau đọa địa ngục đem cái gì thay thế? Chúc vạ, bằng cấp đâu thể thay tội cho mình, đâu thể cứu mình được! Nghiệp ai làm nấy chịu, tội ai làm nấy mang, không ai thay thế được. Thế nên phải hiểu chỗ cứu cánh là chúng ta phải tự tu, tự giải thoát, đừng chạy theo danh lợi ở đời, danh lợi không thể thay thế được cái khổ cho mình. Phải làm sao? Phải cố gắng! Cố gắng làm sao tu thoát khỏi khổ sanh tử.

Chỉ hay mặc áo rách, ăn cơm hẩm, rõ ràng giữ chân tâm, giả vờ người ngu không hiểu lời nói, ít tổn khí lực mà được hiệu dụng, ấy là người đại tinh tấn.

Mặc áo rách, ăn cơm hẩm, đi đứng nằm ngồi nhớ giữ chân tâm, giả vờ làm người như ngu như khờ, không hiểu lời nói, nghe khen chê cũng mặc như không hiểu không biết thì ít tổn khí lực mà được hiệu dụng.

Còn tụ họp dùm ba dùm bảy nói chuyện năm trên năm dưới, việc này việc kia toàn chuyện thị phi thì vừa làm phiền người chung quanh vừa phí khí lực của mình. Phải biết tiết kiệm khí lực để dùng khi cần thiết. Tu như vậy là đại tinh tấn.

Người thế gian mê lầm không hiểu lý này, trong tâm vô minh làm nhiều việc gian khổ tu các tướng lành, mong được giải thoát mà trở lại sanh tử.

Người đời mê lầm không hiểu được lý giữ chân tâm này, nên trong tâm vô minh làm những việc cực khổ như tu khổ hạnh..., tu các tướng thấy như tốt như lành để mong được giải thoát, mà trái lại phải trở vào sanh tử.

Nếu người rõ ràng không mất chánh niệm mà cứu độ chúng sanh, ấy là Bồ-tát hữu lực.

Không mất chánh niệm là biết sống trở lại với chân tâm mà cứu độ chúng sanh, đó là Bồ-tát hữu lực, tức Bồ-tát có sức mạnh.

Nói tha thiết với các ông: “Giữ tâm là bậc nhất”, nếu không siêng năng giữ tâm, thật là người quá ngu. Chẳng những một đời hiện tại chịu khổ, mà còn muôn kiếp sau này mang họa.

Tổ đã nói hết tình hết nghĩa, nói tha thiết với chúng ta *giữ tâm là bậc nhất, nếu không siêng năng giữ tâm thật là người quá ngu*. Bởi không khéo giữ

chân tâm, cứ lao mình trong đau khổ, không phải quá ngu là gì? Chẳng những một đời hiện tại chịu khổ mà sau này mang họa nhiều đời.

Không biết lời gì để dặn dò ông, này: Bát phong thổi chẳng động, thật là núi trân bảo vậy.

Tám gió thổi không động là núi trân bảo. Chúng ta chịu giữ núi trân bảo hay chịu hốt bùn hốt đất? Nếu nghe người mắng chửi mà vẫn thản nhiên tự tại là núi trân bảo, còn nổi giận mắng lại là hốt bùn hốt đất. Mỗi ngày chỉ cần nhớ bao nhiêu đó là đủ tu. Pháp Phật rất nhiều mà trọng tâm ở chỗ tám gió thổi không động. Như chúng ta đang tu ở thiền viện mà cứ nghĩ mai kia được người ủng hộ ra cất chùa, làm Phật sự, biết có được không? Toàn nghĩ chuyện xa vời được mất. Chuyện thực tế nhất là ngày nay được thông thả tu thì cứ lo tu, chuyện của ngày mai để ngày mai giải quyết, đó mới là khôn ngoan. Tất cả được mất không có gì quan trọng, có chùa thì làm Phật sự, không chùa thì cất cái chòi ở tu cũng được, quan trọng là biết giữ chân tâm, tức là có núi trân bảo vậy.

Núi trân bảo là bát phong thổi không động. Bát phong gồm lợi, suy, hủy, dự, xung, cơ, khổ, lạc. Thấy lợi không mừng, bị mất mát không buồn, bị hủy nhục không giận, được đề cao giữa quần chúng vẫn thản nhiên, được khen cũng tự tại, bị chê cũng cười hoài, gặp khổ cũng cười, gặp vui cũng thản nhiên, đó là núi trân bảo.

Còn dính mắc một gió nào là còn chen bùn chen đất. Chúng ta chịu giữ núi trên bảo hay muốn có bùn đất trồng cây trồng cỏ? Tổ đã giảng trạch quá rõ ràng, chúng ta không còn gì nghi ngờ nữa, nếu không chịu biết để tránh, biết để tu thì quá dở.

Nếu người biết quả thể, đối với vạn cảnh khởi tác dụng như hằng sa, biện luận như lưu, hợp bệnh cho thuốc, mà hay vọng niệm không sanh, tâm ngã sở diệt, thật là bậc đại trượng phu xuất thế. Khi Như Lai còn tại thế khen ngợi không dứt. Tôi nói lời này là chí tâm khuyên ông: “Không sanh vọng niệm, tâm ngã sở diệt”, ấy là kẻ xuất thế vậy.

Nếu người biết quả thể, đối với vạn cảnh khởi tác dụng như hằng sa, biện luận như lưu, hợp bệnh cho thuốc. Nếu người biết thể của các quả trong đời này và những đời sau, tùy hoàn cảnh mà có những linh hoạt, những diệu dụng thích hợp, nói năng lưu loát như dòng nước chảy, biết người bệnh gì cho thuốc nấy.

Mà hay vọng niệm không sanh, tâm ngã sở diệt, thật là bậc đại trượng phu xuất thế. Khi Như Lai còn tại thế khen ngợi không dứt. Làm được như vậy mà tâm không có vọng niệm, ngã và ngã sở không còn, đó gọi là bậc đại trượng phu xuất thế. Người như vậy được Như Lai khen ngợi không cùng tột.

Tôi nói lời này là chí tâm khuyên ông: “Không sanh vọng niệm, tâm ngã sở diệt”, ấy là kẻ xuất thế vậy.

Không sanh vọng niệm, tâm chấp ngã và ngã sở không còn, ấy là kẻ xuất thế.

Lời dạy của Ngũ Tổ rất đơn giản mà thiết tha, nhắc từng câu từng lời để chúng ta thức tỉnh. Nếu chúng ta tu không khéo nhận được ý này, rồi giông ruổi chạy tìm những cái tạm bợ bên ngoài thì thật uổng phí một đời.

Hỏi: Thế nào là tâm ngã sở diệt?

Đáp: Là có một chút tâm cho ta hơn người, tự nghĩ ta hay như thế, tâm ngã sở ấy là bệnh trong Niết-bàn. Kinh Niết-bàn nói: “Thí như hư không hay dung vạn vật, mà hư không này không tự nghĩ ta hay hàm dung như thế.” Thí dụ này để nói tâm ngã sở diệt tiến vào Kim cang tam-muội.

Tâm ngã sở theo định nghĩa là ngã và ngã sở, ngã là chấp ta, ngã sở là chấp cảnh chấp người.

Tổ trả lời hết sức đơn giản và đầy đủ ý nghĩa: *Có một chút tâm cho ta hơn người, tự nghĩ ta hay như thế, tâm ngã sở ấy là bệnh trong Niết-bàn.* Thấy mình hơn người là ngã, người bị mình hơn là sở. Tâm ngã sở là tâm thấy ta hơn người, nếu có tâm ngã sở này đó là bệnh, không thể đạt được Niết-bàn. Người tu mong đạt Niết-bàn, mà nếu còn thấy một chút ngã, một chút cái ta hơn người, đó là chướng ngại không đạt được Niết-bàn. Hiện nay cái ngã của người tu chúng ta bao lớn? Bằng ngón tay ngón chân cũng là bệnh rồi, huống là to bằng cái sân cái chùa, tâm ngã sở của mình

quá sức lượng, đó là đại bệnh, nên mình tu càng ngày càng xa Niết-bàn.

Kinh Niết-bàn nói: “Thí như hư không hay dung vạn vật, mà hư không này không tự nghĩ ta hay hàm dung như thế.” Hư không thênh thang, mênh mông, dung chứa tất cả vạn vật mà không một niệm nghĩ ta dung chứa tất cả. Nếu còn niệm dung chứa thì không phải hư không. Cũng vậy, tâm chúng ta là nguồn cội Niết-bàn, không một niệm, không một nghĩ riêng tư ta thế này ta thế kia, mà lúc nào cũng bao trùm tất cả, đó gọi là tâm Niết-bàn. Nếu còn một chút nghĩ về ta là đã chướng ngại Niết-bàn.

Tâm ngã sở diệt tiến vào Kim cang tam-muội. Kim cang tam-muội là chánh định như kim cang. Người dứt được tâm ngã sở, không còn bám chấp về mình thì người đó đang ở trong chánh định kim cang, không gì phá hoại được. Nếu còn một chút ngã thì chưa phải định kim cang, động tới thì tan vỡ không còn. Dẹp ngã sở là cái quan trọng thiết yếu trên đường tu của chúng ta, phải làm sao đập cho nó tan nát, đừng để nó còn hình tướng. Ngã sở dù lớn dù nhỏ cũng đều chướng ngại đường tu.

Hỏi: Các người tu cầu chân thường vắng lặng, chỉ ưa cái thiện thô vô thường thế gian, không ưa nghĩa đế thứ nhất. Chân thường thiện diệu, lý này chưa thấy. Chỉ muốn phát tâm duyên nghĩa, bèn nghĩ biết tâm khởi lên là tâm lậu; muốn quên tâm thì trụ nơi mờ mịt vô minh, lại không hợp lý;

chỉ muốn không dừng tâm, không duyên nghĩa, tức là ác thủ không, tuy thọ thân người mà làm hạnh súc sanh. Khi ấy không có phương tiện định tuệ, không thể hiểu rõ thấy được Phật tánh, chính là chỗ người tu chìm đắm. Nếu vì chỉ dạy vượt đến vô dư Niết-bàn, xin chỉ dạy cho chân tâm.

Câu hỏi này mang hai ý nghĩa: Ý nghĩa thứ nhất là không có người tu nào cầu chân thường vắng lặng mà chỉ thích cái thiện thô, không ưa cái thiện diệu, người như vậy không có.

Ý nghĩa thứ hai là: Chỉ lo người phát tâm duyên theo nghĩa mà sợ tâm dấy khởi thành tâm thô lậu rồi chìm trong sanh tử. Muốn bỏ tâm nghĩ lăng xăng (là cái tâm đi trong sanh tử) thì lại mờ mịt vô minh. Vậy nghĩ là xao động, là sanh tử, không nghĩ là vô minh, cả hai đều bệnh. Muốn không dừng tâm, không duyên theo nghĩa thì sợ rơi vào ác thủ không, tức là chấp không. Nếu chấp không thì tuy thọ thân người mà làm hạnh súc sanh.

Khi ấy không có phương tiện định tuệ, không thể hiểu rõ thấy được Phật tánh, chính là chỗ người tu chìm đắm. Người tu hay mắc kẹt chỗ này.

Câu hỏi này có ba điểm thiết yếu đối với chúng ta:

1. Về mặt vọng tưởng, tâm duyên nghĩa là tâm lậu bị chìm trong sanh tử.

2. Tâm dừng, yên yên mà mờ mịt thì kẹt trong vô minh.

3. Buông hết không dừng tâm, không duyên nghĩa thì sợ bị chấp không.

Đây là ba thứ bệnh, chỗ thiết yếu là tu làm sao để có phương tiện được định tuệ đầy đủ, thấy rõ Phật tánh.

Xin Tổ chỉ cho chân tâm. Cuối cùng là yêu cầu Tổ chỉ cho chân tâm.

Đáp: Hội thì lòng tin đầy đủ, chí nguyện thành tựu, tâm an ổn yên lặng. Lại một lần nữa dạy ông khéo tự thân tâm yên lặng, tất cả không duyên theo cái gì, ngồi ngay thẳng chánh niệm, khéo điều hòa hơi thở, xét lại tâm này không ở trong, không ở ngoài, không ở khoảng giữa, an ổn như như, quán được yên lặng thuần thực thì thấy rõ dòng tâm thức này trôi chảy như dòng nước, sóng nắng liên tục chẳng dừng. Khi thấy thức này chỉ là không ở trong, không ở ngoài, an ổn như như, quán được yên lặng thuần thực thì xoay lại tiêu dung lóng đứng rỗng lặng, thức trôi chảy này nhẹ nhàng tự diệt. Diệt được thức này rồi là diệt được cái chướng hoặc trong chúng Bồ-tát bậc Thập địa. Thức này diệt rồi tâm kia liền lóng lặng trong sạch sáng sủa an lành, tôi không thể nói hết tình trạng của nó.

Trên đường tu chúng ta phải lưu tâm nhiều dừng để mắc kẹt ba chỗ: Một là vọng tưởng, hai là tìm cho yên rồi ngủ gục, ba là chấp không.

Muốn thoát khỏi ba bệnh này, Tổ dạy chúng ta phải đầy đủ lòng tin, chí nguyện mạnh mẽ được thành tựu, tức là tu phải đủ lòng tin với Tam bảo, với pháp mình tu rồi phát nguyện mạnh mẽ, tâm được an ổn yên lặng.

Tổ lại dạy: Khéo tự thân tâm yên lặng, không duyên theo tất cả cảnh, ngồi ngay thẳng chánh niệm, khéo điều hòa hơi thở, xét lại tâm này biết nó không ở trong, không ở ngoài, không ở khoảng giữa, an ổn như như. Quán được yên lặng thuần thực rồi, thấy rõ dòng tâm thức này trôi chảy như dòng nước, sóng năng liên tục chẳng dừng.

Đây là một chặng đường mà một số người đã đạt tới rồi thắc mắc: Khi tâm thô lặng rồi thì thấy một dòng tâm thức cứ liên tục một cách nhẹ nhàng, lăn tăn mà không dứt, như vậy phải làm sao?

Tổ dạy: *Khi thấy thức này chỉ là không ở trong, không ở ngoài, an ổn như như, quán được yên lặng thuần thực thì xoay lại tiêu dung lỏng đứng rỗng lặng, thức trôi chảy này nhẹ nhàng tự diệt.* Dòng tâm thức này là tướng giả không thật, lần lần nó tiêu, gọi là tiêu dung được nó.

Diệt được thức này rồi là diệt được cái chướng hoặc trong chúng Bồ-tát bậc Thập địa. Diệt được dòng tâm thức này rồi là diệt được cái hoặc của hạng Bồ-tát Thập địa.

Chúng ta tu tới chặng nào biết rõ chặng ấy thì sự tu không bị chướng ngại. Khi cái thô không còn mà cái tế liên tục, phải làm sao? Tới chặng đó phải tiêu dung nó, biết cái tế đó cũng không thật thì tự nó lặng dần, khi nó lặng rồi là bước chân vào địa vị Bồ-tát từ Sơ địa tới Thập địa, chứ không phải thường.

Cho nên Tổ nói: *Thức này diệt rồi tâm kia liền lóng lặng trong sạch sáng suốt an lành, tôi không thể nói hết hình trạng của nó.*

Ông muốn biết rõ lấy kinh Niết-bàn trong quyển thứ ba phẩm Kim Cang Thân và kinh Duy-ma quyển thứ ba phẩm Kiến A-súc Phật, tâm chín chắn thông thả xem xét thật kỹ sẽ thấy.

Kinh Niết-bàn quyển thứ ba phẩm Kim Cang Thân và kinh Duy-ma-cật quyển thứ ba phẩm Kiến A-súc Phật diễn tả khi dòng tâm thức lóng lặng chỉ còn một tâm thể thanh tịnh trong sạch sáng suốt an lành. Hiệu nghiệm và kết quả của nó trong kinh kể đủ, Tổ không thể nói hết, ai muốn biết rõ thì xem thêm.

Nếu người này trải lâu thật được thuần thực hay khi đi đứng ngồi nằm và đối với ngũ dục, bát phong không mất tâm ấy, người đó hạnh thanh bạch đã lập, việc làm đã xong, cứu cánh không thọ thân sanh tử. Đây là người tu mài luyện Phật tánh. Chớ lấy làm lạ, thân này sao không được tự tại.

Nếu ai hỏi chúng ta: Tu chừng nào được giải thoát sanh tử? Trả lời rằng: Khi tâm thanh tịnh thuần thực, đi đứng nằm ngồi cũng vẫn thanh tịnh, đối với ngũ dục, bát phong mà tâm thanh tịnh không mất thì người đó hạnh thanh bạch đã lập, việc làm đã xong, không còn thọ thân sau.

Không còn thọ thân sau, theo Thanh văn là chứng A-la-hán không còn tái sanh nữa, theo Bồ-tát là bước vào cảnh giới Thập địa. Tu có kết quả thật rõ ràng như vậy, không ai nói cho mình được, chỉ mình biết mình thôi. Khi nào tâm chúng ta thanh tịnh, không dấy động trước ngũ dục bên ngoài, tự tại thanh tịnh với bát phong thì thâm biết mình đã tiến đến chỗ rất thanh tịnh, đó là nhân giải thoát sanh tử, không còn nghi ngờ.

Đây là người tu mài luyện Phật tánh. Chúng ta cố gắng gìn giữ, dẹp bỏ những dấy động theo cảnh, theo bát phong để tâm mình được thanh tịnh đó là tu luyện, là mài giũa để Phật tánh được sáng. *Chớ lấy làm lạ, thân này sao không được tự tại*.

Kinh nói: “Thế gian chỗ không có Phật trụ, Bồ-tát không được hiệu dụng, cốt thoát khỏi báo thân này. Chúng sanh đời quá khứ căn cơ có lợi độn không thể phán xét. Bạc thượng thì trong khoảng một niệm. Bạc hạ thì vô lượng kiếp. Nếu khi có lực, tùy tánh chúng sanh khởi thiện căn Bồ-tát tự lợi lợi tha trang nghiêm cõi Phật.

Cần phải hiểu rõ tứ y mới cùng tột tướng thật. Nếu y văn chấp thì mất chân tông. Các Tỳ-kheo! Các ông học xuất gia tu hành, xuất gia là ra khỏi ngục sanh tử, ấy gọi là xuất gia. Chánh niệm đầy đủ tu hành được thành, cho đến cắt từng mảnh thân này, khi mạng sắp chết cũng không mất chánh niệm, liền được thành Phật.”

Kinh nói: Thế gian chỗ không có Phật trụ, Bồ-tát không được hiệu dụng, cốt thoát khỏi báo thân này. Ở thế gian chỗ không có Phật ra đời, không an trụ trong hiện tại thì Bồ-tát dù được đến chỗ này cũng không được hiệu dụng, sau khi thoát khỏi báo thân mới được hiệu dụng.

Chúng sanh đời quá khứ căn cơ có lợi độn không thể phán xét. Bậc thượng thì trong khoảng một niệm. Bậc hạ thì vô lượng kiếp. Nếu khi có lực, tùy tánh chúng sanh khởi thiện căn Bồ-tát tự lợi lợi tha trang nghiêm cõi Phật. Cần phải hiểu rõ tứ y mới cùng tột tướng thật. Chúng ta tu tùy theo trình độ, tùy theo căn cơ. Căn cơ bậc thượng thì trong chốc lát liền ngộ, còn bậc hạ thì vô lượng kiếp mới nhận được. Chúng ta tu đến khi thấy đủ sức thắng được ngũ dục bát phong thì mới khởi thiện căn của Bồ-tát tự lợi lợi tha, trang nghiêm cõi Phật. Nhưng khi làm những việc đó phải hiểu rõ nghĩa tứ y. Tứ y là y pháp bất y nhân, y nghĩa bất y ngữ, y trí bất y thức, y liễu nghĩa bất y bất liễu nghĩa, phải nắm cho vững, cho cùng tột tứ y thì mới hiểu thấu được tướng thật.

Nghĩa tứ y là:

1. Y pháp bất y nhân: Chúng ta tu nếu không gặp Phật, không gặp thánh chúng mà có những vị thiện tri thức hiểu đạo, thấy đạo giảng cho chúng ta nghe. Những vị đó tuy hiểu, tuy thấy đạo nhưng còn chướng thế gian, lâu lâu cũng nổi sân, cũng phiền não chút ít. Chúng ta học những gì Phật tổ dạy qua lời giảng của chư vị đó, chứ đừng học cái sân, cái phiền não của các vị, cho nên y pháp mà không y nhân. Đây là dạy chúng ta tu trong thời mạt pháp, người vừa thấy đạo vừa đạt đạo thì ít, còn thấy đạo mà chưa đạt đạo thì khá nhiều, nên phải dè dặt.

2. Y nghĩa bất y ngữ: Lời nói để diễn đạt một nghĩa gì cho mình hiểu để mình nắm được nghĩa, chứ không nên mắc kẹt ở lời.

3. Y trí bất y thức: Kinh Lăng-già giải: Thức là cái phân biệt hay dở, tốt xấu, lành dữ v.v... Trí là cái biết, biết tất cả mà không phân biệt, không chia chẻ, không phân tích. Trí khác thức, tuy cả hai đều biết, mà một bên biết phân biệt chia chẻ, còn một bên biết như thật, không phân biệt chia chẻ.

4. Y liễu nghĩa bất y bất liễu nghĩa: Kinh Phật chia hai phần liễu nghĩa và bất liễu nghĩa. Liễu nghĩa là nghĩa đầy đủ sáng tỏ đến chỗ tột cùng. Bất liễu nghĩa là vì phương tiện, tùy theo trình độ căn cơ của người mà Phật nói để độ họ, chưa đến chỗ nghĩa tột cùng, rốt ráo.

Nếu y văn chấp thì mất chân tông. Kinh Niết-bàn nói nếu chúng ta y văn chấp nghĩa là mất chân tông, vì chân tông không nằm ở văn nghĩa.

Các Tỳ-kheo! Các ông học xuất gia tu hành, xuất gia là ra khỏi ngục sanh tử, ấy gọi là xuất gia. Chánh niệm đầy đủ, tu hành được thành, cho đến cắt từng mảnh thân này, khi mạng sắp chết cũng không mất chánh niệm, liền được thành Phật. Thân này dù bị cắt ra từng mảnh vẫn không động, không nghĩ quấy, đến khi sắp tắt thở cũng không có niệm oán hờn, giận ghét v.v..., đó là chúng ta đi tới nhân thành Phật.

Đệ tử (Luận chủ tự xưng) từ trước đến đây biên tập luận này thẳng do tín tâm y văn nhận nghĩa nói như thế, thật không phải rõ ràng chứng biết. Nếu có trái thánh lý xin sám hối trừ diệt. Nếu hợp với Phật đạo, hồi hướng cho chúng sanh nguyện đều biết bản tâm nhất thời thành Phật. Người nghe cố gắng sau này sẽ thành Phật, nguyện hiện tiền độ môn đồ của tôi.

Đệ tử là Ngũ tổ Hoàng Nhãn, ngài tự xưng là đệ tử, thật khiêm nhượng vô cùng!

Đệ tử từ trước đến đây biên tập luận này thẳng do tín tâm y văn nhận nghĩa nói như thế, thật không phải rõ ràng chứng biết. Do lòng tin, do y văn nhận nghĩa mà ngài nói chứ không phải rõ ràng chứng biết, đừng tưởng ngài tới Thập địa rồi. Người xưa hết sức

cẩn thận, đã là Tổ mà còn nói khiêm nhường như vậy. Thế mà ngày nay có nhiều phàm tăng mới tu được chút ít dám xưng là thánh, đó là tội đại vọng ngữ, là nhân đọa địa ngục. Nếu có một chút niệm hơn người là chướng ngại Niết-bàn. Tu là phải bòn mót công đức, đừng sanh tâm ngạo mạn làm tổn đức đi, rồi sau phải đọa. Ở đây Tổ nói rất thật thà, khiêm nhường, chỉ nói *biên tập* chứ không dám nói mình viết. Do lòng tin, theo văn nhận nghĩa mà nói như thế, chứ không phải do ngài chứng biết. Đây là lòng chân thành, đức hạnh của người xưa, chúng ta kính phục vô cùng.

Nếu có trái thánh lý xin sám hối trừ diệt. Nếu tôi nói trái lý, trái lời Phật dạy thì xin thành tâm sám hối.

Nếu hợp với Phật đạo thì hồi hướng cho chúng sanh nguyện đều biết bản tâm, nhất thời thành Phật. Nếu hợp với đạo thì nguyện cho tất cả chúng sanh đều nhận được bản tâm, đều được thành Phật.

Người nghe cố gắng sau này sẽ thành Phật. Nguyện hiện tiền độ môn đồ của tôi. Ai nghe mà cố gắng tu thì sẽ thành Phật, còn hiện tiền tôi chỉ vì các môn đồ của tôi, mong môn đồ chịu nghe, chịu học, chịu tu.

Tâm lượng người xưa thật chân thành, khiêm nhường, chứ không dám võ ngực xưng ta để làm cho thiên hạ kính phục.

Hỏi: Luận này từ đầu đến cuối đều hiển bày tâm mình là đạo, chưa hiểu trong hai môn quả hạnh nhiếp thuộc môn nào?

Đáp: Luận này hiển bày Nhất thừa làm tông, nhưng chí ý nó là tại đường mê, hiểu thì tự khỏi sanh tử, mới hay độ người, nói thẳng tự lợi không nói lợi tha, nhiếp thuộc về hạnh môn.

Trong quyển luận này ngài lấy Nhất thừa làm tông, tức là Phật thừa hay Tối thượng thừa làm tông chỉ. Nhưng chí ý của nó nằm tại đường mê, nghĩa là đứng trên lập trường của chúng sanh còn mê mà ngài chỉ cho họ biết để họ tu, nên thuộc về hạnh môn. Nếu nói về quả môn là chỉ cho người tu đạt được quả cứu cánh. Còn ở đây Tổ giải cho người mê được thấy, được biết rồi nhắm thẳng vào đó để tu, cho nên nói là hạnh môn.

Nếu có người y văn tu hành thì hiện đời thành Phật. Nếu tôi nói dối ông thì đời sau sẽ đọa trong mười tám địa ngục, chỉ trời đất mà thôi vậy. Nếu không tin tôi thì đời đời bị hổ lang ăn.

Ngài thệ nguyện nếu ngài chỉ dạy sai thì nguyện đọa trong mười tám cửa địa ngục, còn nếu ngài chỉ đúng mà chúng ta không chịu tin, không chịu tu thì đời đời bị cọp sói ăn. Thế nên chúng ta biết đạo hiểu đạo rồi thì phải cố gắng tu hành.

Quyển luận này không dài nhưng chúng ta học qua rồi mới thấy Tổ đem hết lòng chân thành,

tha thiết chỉ dạy người sau và cho môn đồ của ngài. Nếu ngày nay chúng ta chấp nhận con đường tu y theo Phật thừa mà tiến thì cũng là môn đồ của Tổ.

Ngũ Tổ được Tứ tổ Đạo Tín truyền y bát chứ không phải người thường, mà những lời kết rất thật thà, ngài không võ ngực xung Tổ, chỉ xung đệ tử, thấy biết tới đâu biên tập tới đó chứ không nói là thật chứng. *Nếu tôi nói sai thì xin đọa địa ngục*, ngài thề quyết như vậy tất nhiên ngài không còn ngờ vực gì nữa. Lại răn chúng ta nghe hiểu mà không chịu tin, không chịu tu thì đời đời phải bị cọp sói ăn. Đó là điều hết sức rõ ràng, hết sức cụ thể.

