

ĐỂ NGỘ  
TÔNG CHỈ PHẬT

NGUYỄN GIÁC

NHÀ XUẤT BẢN ANANDA VIET FOUNDATION

Copyright © 2020 Nguyễn Giác

All rights reserved.

ISBN: 9781651368855



# MỤC LỤC

Lời Giới Thiệu	i
1 Hương Hoa Cúng Đường Chư Phật	1
2 Vượt Trên Cả Chư Thiên	8
3 Chánh Niệm Trong Thiền Việt Nam	18
4 Đoạn Tận Lưu Hoặc Lập Tức	29
5 Chỉ Một Phút Thời	37
6 Đức Phật Dạy Pháp Niết Bàn Tức Khắc	41
7 Tâm Từ: Đọc Trong Mùa Vu Lan	48
8 Ai Bỏ Thí Qua Bờ Bên Kia	69
9 Giữa Các Ngã Rẽ Phân Hóa	79
10 Để Ngộ Tông Chỉ Phật	89
11 Chánh Ngữ Trong Đời và Đạo	108
12 Thiền Tông Như Bè Pháp Qua Sông	120
13 Như Tranh Vẽ Trên Hư Không	133
14 Không Cửa Để Vào, Không Lời Để Nói	141
15 Huệ Khả Cầu Pháp: Đọc Từ Tạng Pali	153
16 Tin Phật, Tin Pháp, Tin Tăng	164
17 Phụ Nữ Trong Chánh Pháp	170
18 Khi Thiền Ni Chiyono Chứng Ngộ	177
19 Tỉnh Thức Rực Rỡ: Đọc Sách "Vivid Awareness"	187
20 Kinh Phật Nói Gì Về Vong Linh	203
21 Sống, Chết, Tái Sinh, Trung Âm	214
22 Nghiệp Và Giải Nghiệp	236
23 Xây Chùa Và Xây Đạo Tràng	246
24 Vượt Qua Mười Hai Xứ	252
25 Đọc Sách "Essence of the Heart Sutra"	258
26 Đọc Thơ Cụ Mộc Đạc, Nghĩ Về Phật Giáo Dân Gian	266



# LỜI GIỚI THIỆU

Trong Phật giáo, chúng ta thường nghe nói có tới 84 ngàn pháp môn (\*) để chỉ các truyền thống tu tập, các phương tiện khác nhau trong đạo Phật, và cho rằng bất kỳ pháp môn nào, bất kỳ truyền thống nào hay bất kỳ phương tiện nào cũng đưa đến mục đích cuối cùng là giác ngộ giải thoát. Có thể nói tám mươi tư ngàn pháp môn, thích ứng với tất cả nghiệp lực của chúng sanh từ địa ngục A tỳ đến các địa Bồ-tát, ai tu cũng được và tu hình thức nào đầy đủ công đức đều được giải thoát thành Phật, không thể thành gì khác ngoài Phật.

Cư sĩ Nguyên Giác đã dày công đọc nhiều kinh, nhiều sách cả tiếng Việt lẫn tiếng Anh của các truyền thống tu tập gom góp lại thành 26 bài, rút ra từ những đoạn văn về giáo pháp ngắn và dài của Đức Phật dạy khi ngài còn tại thế đến những lời giảng ngắn gọn của Chư Tổ thời xưa và cận đại. Tác giả đã khéo léo lấy kinh chứng kinh nhằm chỉ bày giáo nghĩa giải thoát của Đức Thế Tôn xuyên qua thời gian và không gian luôn luôn xuyên suốt.

Tập sách dày 276 trang, được viết bằng ngôn ngữ đời thường nhằm giúp độc giả có được hiểu biết một cách tương đối đầy đủ và chính xác về các pháp tu của Đức Phật và của chư Tổ nằm rải rác ở các kinh sách Nam Truyền (*Pali*), Bắc Truyền

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

(*Sanskrit*), và Tạng Truyền để có thể ứng dụng trong đời sống hàng ngày.

Lật giở từng trang sách, ngoài những bài học về Thiền tập và niệm Phật độc giả có thể cùng chiêm nghiệm nhiều vấn đề mà tác giả trình bày như: “beyond the gods” nói về chư thiên, về thượng đế sáng tạo; về vong linh; sống, chết, tái sinh, trung âm; về nghiệp và giải nghiệp; về xây chùa và xây đạo tràng; về Phật giáo dân gian và về một câu hỏi khá lý thú là làm sao để ngộ, liệu chỉ có tuệ, không có định có thể giải thoát thành Phật được không?...

Quan trọng hơn hết vẫn là các pháp hành đề cập đến trong tập sách này mà chúng ta có thể dễ dàng thực hành và có thể giải thoát ngay trong kiếp sống hiện tại (*theo như kinh nói*). Đó là phương cách đoạn trừ phiền não trong tâm (*tức diệt các lậu hoặc – thuật ngữ nhà Phật*) mà không cần tu Tứ niệm xứ hay Tứ thiền bát định. Phương cách đó được Đức Phật đưa ra là phải thấy các pháp là “vô thường, hữu vi, do duyên sanh” – (*Kinh SN 22.81 Kinh Tất Cả Lậu Hoặc*).

Đoạn trừ các phiền não trong tâm để tâm không còn dính mắc, bám víu vào bất cứ cái gì, tâm không còn trụ vào bất kỳ pháp nào, cụ thể là không trụ vào sắc thọ tưởng hành thức, điều mà *kinh Kim Cang* nói: “*Ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm*” là hoàn toàn giải thoát khỏi các lậu hoặc.

Ngay nơi bài đầu tiên, tác giả đã đưa chúng ta về thời bình minh của đạo Phật với những câu kinh ngắn mà chư tăng thời đó dùng làm nhật tụng trong việc tu tập hàng ngày. Đó là: *Hãy giữ tâm “vô sở trụ” hãy “như giọt nước trên lá sen, như nước không dính vào bông sen; những gì được thấy, nghe, nhận biết không dính mắc gì vào người trí.”*

Tác giả cho rằng đây cũng là pháp tu “*Đối cảnh vô tâm*” của Thiền Tông Việt Nam. Bởi vì “không khởi niệm”. Ngài Trần Nhân Tông gọi đó là “*Đối cảnh vô tâm mạc vấn Thiền*”. Ngài Lục Tổ Huệ Năng cũng gọi đó là *Thiền Vô niệm*, và Kinh Kim Cang gọi đó là “*Ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm*”. Giống hệt như Kinh Bahiya khi đối cảnh, thì chỉ có cái được thấy và cái được nghe, và không hề có ai thấy, không hề có ai nghe. “*Đối cảnh vô tâm*” cũng có nghĩa là *sống với cái hiện tiền, tức là sống với dòng vô thường lưu chảy qua thân tâm mình, cũng là buông hết cả quá khứ (cái đã qua), không mơ tưởng gì tương lai (cái chưa tới) và không níu giữ gì hiện tại (vì cái hiện tại tức khắc liền trở thành quá khứ) -- nơi đó dứt bật tất cả các lao xao suy nghĩ, vì các lao xao suy nghĩ chỉ là sản phẩm của ngũ uẩn quá khứ.*” tác giả giải thích thêm. [2]

Nơi bài khác, cũng trong thời kỳ đầu hoàng pháp, “*Đức Phật đã dạy về pháp Niết Bàn tức khắc ngay trong hiện tại, giải thoát ngay ở đây và bây giờ. Đức Phật dạy rằng theo thứ tự trước tiên là tâm phải ly tham, rồi phải ly sân, rồi phải tập hơi thở để ly niệm, và tận cùng là quán vô thường. Tuy bài pháp này nói riêng cho ngài thị giả Meghayi, nhưng sẽ thích nghi với nhiều người chúng ta. Rằng không nhất thiết phải tu tứ thiền bất định. Rằng niệm hơi thở không cần phức tạp, chỉ cần niệm hơi thở ra và vào để tới mức ly niệm (không nên hiểu là xóa sổ niệm, chỉ nên hiểu tương đối là khi thở, để tâm phẳng lặng như mặt hồ là đủ). Và quán vô thường là sẽ thấy vô ngã, là Niết bàn tức khắc.*” (Bài Đức Phật dạy pháp Niết Bàn tức khắc)

Cũng cần chú thích thêm ở đây ly niệm là giữ tâm trong chánh niệm như những nhà khoa học, nhìn sự vật như nó là, mà không phán xét (*see things as they are*).

Chưa hết, tác giả còn đưa chúng ta về với chư Tổ xưa của Việt Nam để tham học các ngài về đường đi giới-định-tuệ để



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

giải thoát... trong đó, chìa khóa là chánh niệm tỉnh giác, vì trí tuệ là “*chiếc gương bằng đồng trước phải nhờ mài giữa, sau mới trong sạch soi sáng.*” (*Khóa Hư Lục*). Tất cả các ngài đều dạy Thiền tập để xa lìa tham sân si.

Và còn nhiều bài khác nữa, mỗi bài là một pháp tu, mỗi bài là một đóa thanh lương để chờ quý độc giả ngắm nhìn, thưởng thức và đem về nhà ôm ấp, tưới tắm, thực hành.

Nếu quý độc giả ưa thích đọc kinh Phật mà không có nhiều thì giờ, ưa thích những đối chiếu về giáo điển bằng các ngôn ngữ khác nhau, tiếng Anh, tiếng Việt hay muốn tìm kiếm một phương pháp tu tập thích hợp với sở thích và hoàn cảnh riêng của mình; hiển nhiên đây là một tác phẩm không thể bỏ qua, gần như tất cả những gì Cư sĩ Nguyên Giác viết xuống đều rất mực trân trọng, có sức thuyết phục cao qua việc lấy kinh chứng kinh và sử dụng nhiều nguồn tư liệu khả tín khác nhau.

Trân trọng kính giới thiệu.

Nhà xuất bản Ananda Viet Foundation | Tâm Diệu

---

Chú thích:

[\*] Tám vạn bốn ngàn pháp môn cũng có nghĩa là 84 ngàn đoạn văn về giáo pháp, 84 ngàn phương tiện đối trị 84 ngàn phiền não (trần lao).

[2] Kinh Tập, với Kinh Sn 4.15, trong đó có bài Kệ 949: *Hãy để lại tàn những gì đã qua, hãy để mặc kệ những gì chưa tới, không dính mắc tới những gì hiện tại, người sẽ sống trong an tĩnh hòa bình.*

# NGUYỄN GIÁC

# HƯƠNG HOA CÚNG DƯỜNG CHƯ PHẬT

Dâng hoa cúng Phật sẽ là cao tột cùng trong các pháp, nếu đó là hoa của Giới, của Định và của Tuệ.

Truyền thống cúng dường Tam Bảo đã có từ thời các vị cô Phật. Trong thời Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, vị nổi bật trong hạnh cúng dường là Trưởng giả Cấp Cô Độc, được gọi là người thực hành đại bố thí nhất, từng cúng đến nhiều ức ngàn vàng. Không có nhiều phương tiện và cơ duyên như ngài Cấp Cô Độc, người cư sĩ thường giữ hạnh cúng dường tứ sự để duy trì Chánh pháp và để chư tôn đức Tăng già có phương tiện tu hành và hoằng pháp. Tuy nhiên, để cúng dường Đức Phật, có một kinh cho biết rằng cúng dường hương hoa là thích nghi nhất. Có phải hương hoa là một ân nghĩa?

Cũng có thể vì Đức Phật từng tự ví như hoa sen.... Kinh SN 22.94, bản dịch của Thầy Minh Châu ghi lời Đức Phật:

*“Ví như, này các Tỷ-kheo, bông sen xanh, hay bông sen hồng,*

## NGUYỄN GIÁC

*hay bông sen trắng sanh ra trong nước, lớn lên trong nước, vươn lên khỏi nước, và đứng thẳng không bị nước nhiễm ướt. Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, Như Lai sanh ra ở trong đời, lớn lên trong đời, vươn lên khỏi đời, và sống không bị đời ô nhiễm.”(1)*

Trong Tăng Nhất A Hàm, có Kinh EA-20.3, bản dịch của Thầy Tuệ Sỹ và Thầy Đức Thắng, có đoạn viết là khi nói về cúng dường, ghi rằng nên cúng Đức Phật hương hoa thay vì vàng bạc trân bảo. Kinh này trích như sau:

*“...Ông lại nghĩ như vậy: ‘Trong sách có ghi, Như Lai không nhận vàng bạc trân bảo, ta có thể đem năm trăm lạng vàng này, dùng mua hoa hương rải lên Như Lai.’ Lúc đó, bà-la-môn liền vào trong thành tìm mua hương hoa.” (2)*

Khi nói nên cúng hương hoa thay vì vàng bạc trân bảo, có thể vì hương hoa mang ẩn nghĩa là hoa của giới, hoa của định, hoa của tuệ? Cũng có thể có ẩn nghĩa đó.

Bởi vì Kinh AN 5.175, bản dịch của Thầy Minh Châu, ghi lời Đức Phật rằng hoa sen còn tượng trưng Chánh tín của người cư sĩ. Kinh này trích như sau:

*“Thành tựu năm pháp, này các Tỷ-kheo, một nam cư sĩ là hòn ngọc trong giới nam cư sĩ, là hoa sen hồng trong giới nam cư sĩ, là hoa sen trắng trong giới nam cư sĩ. Thế nào là năm? Có lòng tin; có giới; không đoán tương lai với những nghi lễ đặc biệt; không tin tưởng điềm lành; tin tưởng ở hành động; không tìm kiếm ngoài Tăng chúng người xứng đáng tôn trọng và tại đây phục vụ trước. Thành tựu năm pháp, này các Tỷ-kheo, một nam cư sĩ là hòn ngọc trong giới nam cư sĩ, là hoa sen hồng trong giới nam cư sĩ, là hoa sen trắng trong giới*

## ĐỀ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*nam cư sĩ.” (3)*

Trong khi chúng ta đọc Thánh Nhân Ký Sự, bản dịch của Tỳ khuru Indacanda (4), ghi về các cơ duyên tiền kiếp của các Trưởng lão A La Hán nổi vật, sẽ thấy trong những kiếp lâu xa về trước, các vị đó khi còn là cư sĩ, hoặc khi còn là một chúng sanh trong loài thú, rất nhiều trường hợp đã dâng hoa cúng dường cho các vị cổ Phật.

Như trường hợp của Trưởng Lão Pāṭalipupphiya, trong một kiếp xa xưa, khi là con trai của một nhà triệu phú đã cầm một bông hoa tới dâng cúng Đức Phật Tissa. Đọc tích này, chúng ta có thể nhận ra rằng con trai của nhà triệu phú tất nhiên có rất nhiều vàng bạc trân bảo, nhưng trong mắt của chàng trai này, quý giá nhất lúc đó là bông hoa pāṭali và cậu đã dâng cúng hoa này.

Trích Thánh Nhân Ký Sự, bản dịch của Tỳ khuru Indacanda, về ngài Pāṭalipupphiya như sau:

*“78. Ký Sự về Trưởng Lão Pāṭalipupphiya*

*1458. Lúc bấy giờ, tôi đã là con trai nhà triệu phú, mảnh mai, khéo được nuôi dưỡng. Tôi đã đặt bông hoa pāṭali vào lòng và đã mang theo bông hoa ấy.*

*1459. Bạc Toàn Giác có màu da vàng chói đang đi ở khu phố chợ. Ngài có ba mươi hai hảo tướng, tựa như cây cột trụ bằng vàng.*

*1460. Tôi đã trở nên mừng rỡ, với tâm mừng rỡ tôi đã cúng dường bông hoa. Tôi đã lễ bái Đấng Hiểu Biết Thế Gian Tissa, đấng Bảo Hộ, vị Trời của nhân loại.*

## NGUYỄN GIÁC

*1461. Kể từ khi tôi đã thực hiện việc làm ấy trước đây chín mươi hai kiếp, tôi không còn biết đến khổ cảnh; điều này là quả báu của việc cúng dường bông hoa.*

*1462. Trước đây sáu mươi ba kiếp, (tôi đã là) vị có tên Abhisammata, là đấng Chuyển Luân Vương được thành tựu bảy loại báu vật, có oai lực lớn lao.*

*1463. Bốn (tuệ) phân tích, —(như trên)— tôi đã thực hành lời dạy của đức Phật.” (4)*

Nếu chỉ cúng hoa, hẳn là không cần phải giàu như con của một nhà triệu phú như tiền kiếp của Trưởng Lão Pāṭalipupphiya. Vì cũng trong Thánh Nhân Ký Sự, trong “162. Ký Sự về Trưởng Lão Kaṇaverapupphiya” kể rằng tiền kiếp lâu xa của Trưởng Lão này chỉ là một người canh gác ở hậu cung đức vua. Đó là thời của Đức Phật có tên là Siddhattha.

Người lính gác này lúc đó đã dâng cúng bằng cách “cầm lấy bông hoa kaṇavera và đã rải rắc ở Hội Chúng tỳ khuru. Tôi đã thực hiện nhiều lần ở đức Phật, sau đó đã rải rắc nhiều hơn nữa. (Kể từ khi) tôi đã dâng lên bông hoa trước đây chín mươi bốn kiếp, tôi không còn biết đến khổ cảnh; điều này là quả báu của việc cúng dường bông hoa...”

Trong khi đó, một nghệ nhân bình thường cũng có thể cúng hoa (đúng ra, nghèo cỡ nào, cũng cúng hoa được). Như trường hợp ghi trong Thánh Nhân Ký Sự, nơi “417. Ký Sự về Trưởng Lão Ucchaṅgapupphiya,” khi tiền kiếp lâu xa của Trưởng Lão này là “người làm tràng hoa ở thành phố Bandhumatī” trong thời Đức Phật có tên là Vipassī.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Nên ghi nhận rằng Trưởng Lão nói rằng cúng hoa đã dẫn tới cơ duyên thoát khổ (hưởng phước) và tới cơ duyên hoàn toàn giải thoát (đoạn tận lậu hoặc, có nghĩa rằng cúng hoa mang ân nghĩa là hoa của Giới Đình Huệ). Trích lời ngài như sau:

*“4412. (Kể từ khi) tôi đã cúng dường bông hoa trước đây chín mươi một kiếp, tôi không còn biết đến khổ cảnh; điều này là quả báu của việc cúng dường đức Phật.*

*4413. Các phiền não của tôi đã được thiêu đốt, tất cả các hữu đã được xóa sạch. Sau khi cắt đứt sự trói buộc như là con voi đực (đã được cởi trói), tôi sống không còn lậu hoặc.”*

Thậm chí, loài chim cúng hoa cũng được hưởng phước. Đó là trường hợp Thánh Nhân Ký Sự ghi trong sự tích “370. Ký Sự về Trưởng Lão Salalapupphiya” – lúc đó ngài là “loài kim-si-điều” trong thời Đức Phật Vipassī, và kết quả từ khi “tôi đã cúng dường bông hoa trước đây chín mươi một kiếp, tôi không còn biết đến khổ cảnh; điều này là quả báu của việc cúng dường đức Phật.”

Nếu không có cơ duyên gặp Đức Phật, chúng ta có thể dâng cúng các bậc Thánh Tăng cũng được nhiều phước duyên thiện lành. Thánh Nhân Ký Sự trong “190. Ký Sự về Trưởng Lão Tivaṇṭipupphiya” kể rằng một tiền kiếp Trưởng Lão này dâng cúng hoa cho nhà sư “có tên Sunanda, Thịnh Văn của đức Phật bậc Hiền Trí Dhammadassī.” Kết quả ghi là “Tôi đã không đi đến đọa xứ trong một ngàn tám trăm kiếp.”

Trong Kinh Pháp Cú Nam Truyền, có một phẩm tên là Hoa. Bài kệ 54 và 55 do Thầy Minh Châu dịch như sau:

*“54. Hương các loại hoa thơm, không ngược bay chiều gió.*

## NGUYỄN GIÁC

*Nhưng hương người đức hạnh, ngược gió khắp tung bay. Chỉ có bậc chân nhân, tỏa khắp mọi phương trời.*

*55. Hoa chiên đàn, già la, hoa sen, hoa vũ quý, giữa những hương hoa ấy, Gió hương là vô thượng.” (5)*

Trong khi đó, Đức Phật cũng từng dạy rằng hãy giữ tâm “vô sở trụ” y hệt như nước bùn không dính vào hoa sen được. Lời dạy đó nằm trong nhóm Kinh Nhật Tụng Sơ Thời, các kinh chư tăng dùng làm nhật tụng trong những năm đầu Đức Phật hoàng pháp. Đó là Kinh Sn 4.6 (Jara Sutta). Bản dịch của Nguyễn Giác trích như sau:

*“811. Người trí không nương tựa vào bất kỳ gì, không thấy gì để trân quý hay ghét bỏ. Sầu khổ và tham đắm không dính vào người này, hệt như nước không dính vào chiếc lá.*

*812. Như giọt nước trên lá sen, như nước không dính vào bông sen; những gì được thấy, nghe, nhận biết không dính mắc gì vào người trí.*

*813. Người thanh tịnh không khởi niệm tư lường về những gì được thấy, nghe, nhận biết, cũng không muốn tìm thanh tịnh qua bất kỳ cách nào vì đã không còn gì để tham đắm hay ghét bỏ.” (6)*

Đọc kỹ bài kinh vừa dẫn, sẽ thấy đó là pháp tu “không có gì để tu hết” của Thiên Tông, cũng là Thiên Trúc Lâm của Việt Nam. Bởi vì “không khởi niệm” và “không muốn tìm thanh tịnh qua bất kỳ cách nào” cũng có nghĩa là, buông hết cả ba thời, và là xa lìa ngũ uẩn của ba thời quá, hiện, vị lai.

Ngài Trần Nhân Tông gọi đó là “Đối cảnh vô tâm mạc vấn Thiên” – là đối trước cảnh, tâm không dao động, thì chớ hỏi



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Thiền làm chi. Lục Tổ Huệ Năng cũng gọi đó là “Chớ nghĩ thiện, chớ nghĩ ác...” và Kinh Kim Cang gọi đó là “ung vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm”...

Bất kỳ ai cũng có thể nhìn lại tâm mình, và chớ nghĩ gì tới thiện/ác, lành/dữ, và chớ nghĩ gì tới quá/hiện/vị lai... ngay khi đó, chính là một cái nhìn của tỉnh thức, của tịch lặng, của xa lìa tham sân si. Ngay đó là Niết Bàn, ngay trước mắt. Và đó chính là hương hoa cúng dường chư Phật.

### **GHI CHÚ:**

(1) Kinh SN 22.94:

[https://suttacentral.net/sn22.94/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn22.94/vi/minh_chau)

(2) Tăng Nhất A Hàm, Kinh EA-20.3:

[https://suttacentral.net/ea20.3/vi/tue\\_sy-thang](https://suttacentral.net/ea20.3/vi/tue_sy-thang)

(3) Kinh AN 5.175:

[https://suttacentral.net/an5.175/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an5.175/vi/minh_chau)

(4) Thánh Nhân Ký Sự, bản dịch Tỳ khưu Indacanda:

[https://www.tamtangpaliviet.net/VHoc/39/Ap\\_00.htm](https://www.tamtangpaliviet.net/VHoc/39/Ap_00.htm)

và [https://www.tamtangpaliviet.net/VHoc/40/Ap\\_00b.htm](https://www.tamtangpaliviet.net/VHoc/40/Ap_00b.htm)

(5) Kinh Pháp Cú: <https://thuvienhoasen.org/p15a7961/pham-01-10>

(6) Kinh Sn 4.6: <https://thuvienhoasen.org/p15a30599/sn-4-6-jara-sutta-kinh-ve-tuoi-gia>

# VƯỢT TRÊN CẢ CHỮ THIÊN

Tác giả: Bhikkhu Bodhi

Việt dịch: Nguyên Giác

**Lời Người Dịch:** Bản dịch đầu tiên phổ biến sử dụng bút hiệu Nguyễn Thường Tâm, nay in sách xin dùng bút hiệu Nguyên Giác.

Phật giáo không công nhận có một Đấng Thượng Đế Sáng Tạo, tiếng Anh là The Creator God và thường gọi tắt là God. Các tôn giáo độc thần tin rằng vũ trụ và nhân loại sinh ra từ một Đấng Sáng Tạo, một thời xưa cổ được hình dung như là một ông già tóc bạc râu dài đã sanh ra con người theo mô hình Thượng Đế. Khi khoa học cho biết không thể có một vị như thế, các lý thuyết gia độc thần mới xóa hình ảnh râu dài tóc bạc và diễn giải Thượng Đế Sáng Tạo như một định luật đã sanh ra loài người và quan phòng cho khắp thế giới. Một số tôn giáo Tây phương còn đồng nhất khái niệm Phật tánh (Buddha-nature) với Đấng Sáng Tạo trong khi chiêu dụ Phật tử cải đạo. Thực ra, **Phật Tánh không hề sanh ra gì hết**, vì không hề có một nguyên lý duy nhất bao giờ, và tất cả những gì chúng ta nhìn thấy chỉ là các pháp sanh khởi theo luật Duyên Khởi; hết duyên thì sanh, hết duyên thì biến mất. Bởi vậy, mới nói Phật Tánh vốn thực là Vô Tự Tánh.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Cũng như chúng ta nói gạo sanh ra cơm. Nói thế là theo thói quen. Vì phải có đủ duyên, mới nấu được gạo thành cơm. Nếu không củi, không lửa, không nước, gạo sẽ không thành cơm được. Hay nếu không đủ củi, không đủ lửa, không đủ nước, gạo cũng sẽ không thành cơm. Do vậy, không thể nói rằng gạo sanh ra cơm. Các pháp sẽ theo nghiệp dẫn tới, hễ đủ duyên là sanh ra, trưởng dưỡng, biến dị rồi đoạn diệt.

Phật Tánh còn được dụ như tấm gương tròn sáng của tâm: cảnh hiện ra, biến đổi và rồi biến mất. Cũng được ví như nước: bọt sóng hiện ra, trôi nổi và rồi tan vỡ về lại nước. Do vậy, Phật Tánh không sanh ra bất kỳ pháp nào hết, vì trước hết và sau cùng, Phật Tánh vẫn bất động như tánh của gương, như tánh của nước.

Khái niệm Phật Tánh có thể hình dung từ một số kinh Pali.

Như trong Pabhassara Sutta (AN 1.49-52):

*“Chư tăng, chói sáng là tâm này. Và tâm này bị ô nhiễm từ ngoài bám tới. Người không được học chánh pháp không chứng ngộ được rằng tâm này thực sự hiện hữu, đó là lý do tại ta nói với chư tăng rằng -- đối với người không được học chánh pháp, không hề có tăng thượng của tâm.” (1)*

Hay như trong Tăng Chi Bộ. Itivuttaka: The Group of Twos.

Đức Phật nói: *“Chư tăng, có một pháp không hề sanh ra, không hề trở thành, không hề được tạo tác, không hề bị thâu diệt. Nếu không có pháp đó -- bất sanh, bất biến, bất tác, bất nhiễm -- không thể nào đạt được sự giải thoát ra khỏi cái sanh ra, cái trở thành, cái được tạo tác, cái bị thâu diệt.” (2)*

Vấn đề có thể sáng tỏ hơn qua bài viết “Beyond the Gods” của nhà sư Bhikkhu Bodhi đăng trên ấn bản giấy của tạp chí Inquiring Mind, Mùa Thu 2013, số đặc biệt chủ đề “The God Issue,” với nhiều học giả

góp bài. Bài này, khi được dịch ra tiếng Việt, chưa thấy đưa lên mạng tạp chí này (inquiringmind.com).

Theo tạp chí này giới thiệu về tác giả: Nhà sư Bhikkhu Bodhi là một vị sư Theravada từ năm 1971. Là một dịch giả Kinh Tạng Pali sang tiếng Anh, sư cư ngụ và giảng dạy ở Chuang Yen tại Carmel, New York. Sư là nhà sáng lập và là Chủ tịch hội từ thiện Buddhist Global Relief.

Tất cả các ghi chú trong bản Việt dịch này là của dịch giả Nguyễn Giác để giúp các độc giả muốn đọc thêm. Chữ Gods (số nhiều, có s) trong tựa đề “Beyond the Gods” là nói về Chư Thiên, các vị ở cõi trời. Chữ God (không có s), tùy văn phạm trong câu, có khi có nghĩa là một vị cõi trời, có khi có nghĩa là Thượng Đế Sáng Tạo. Bản dịch như sau.

Trong văn học phổ biến về Phật giáo, người ta thường nói rằng Đức Phật không trả lời các câu hỏi về hiện hữu và bản chất của Thượng Đế, bởi vì Đức Phật được suy diễn là những câu hỏi này không thể trả lời, hay không dính dáng gì tới việc thăng tiến cá nhân. Tuy nhiên, trái nghịch với những suy đoán đó, các bài kinh do Đức Phật thuyết đã một cách tuyệt hảo nêu rõ việc **bác bỏ chủ nghĩa nhất thần, bác bỏ lý thuyết rằng vũ trụ được tạo ra và được cai trị bởi một đấng tối cao**. Trong khi các bài kinh xác định chung với chủ nghĩa nhất thần rằng cần có một trật tự đạo đức khách quan, các bài kinh xem khái niệm về một Đấng Sáng Tạo toàn năng và toàn trí là một quan điểm sai lầm, khởi lên từ kiến thức sai lầm.

Đức Phật bác bỏ nhu cầu một đấng thượng đế sáng tạo, bởi vì trong vũ trụ quan của Đức Phật, **vũ trụ không phải là một tạo vật có khởi đầu và có chung kết**. Từ quan điểm của Đức Phật, chúng sinh đã đi từ cõi này tới cõi khác qua dòng thời gian không có khởi

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

đầu, chịu tái sinh theo nghiệp của họ. **Tiến trình này diễn ra một cách tự động, không cần tới một đấng cai trị bên ngoài nào.**

Tuy nhiên, trong khi bác bỏ các đạo nhất thần, vũ trụ dưới quan điểm Phật Giáo bao gồm nhiều chúng sinh siêu đẳng, có những phẩm chất mà chúng ta gọi là thần linh, hay chư thiên. Trên cõi người là cõi chư thiên devas, những chúng sinh có thân ánh sáng, có một mức độ thần lực, vẻ đẹp và hạnh phúc vượt xa cõi người chúng ta. Cao hơn, là cõi chư thiên brahmas, những siêu thần linh cư ngụ ở trạng thái thâm sâu hạnh phúc và bình lặng, được tái sinh nơi đây nhờ kết quả tu thiền khi còn ở cõi người. Thọ mạng của các chúng sinh này vượt xa chúng ta, từ hàng trăm ngàn năm cho tới hàng ngàn chu kỳ thế giới này. Tuy nhiên, hết như tất cả các pháp sanh diệt, ngay cả **các chúng sinh thần linh này cũng vô thường, sẽ chết khi nghiệp của họ đã mãn.**

Vị trí cao nhất trong các thần linh được gọi là Mahabrahma, Đại Phạm Thiên, được vị trí này nhờ các công đức siêu đẳng có từ các kiếp quá khứ, hầu hết là khi còn mang thân người. Đại Phạm Thiên là một hình tượng Phật giáo tương đương như Thượng Đế của các tôn giáo nhất thần, nhưng không phải là đấng sáng tạo toàn năng của vũ trụ. Vì có thọ mạng lâu dài, Đại Phạm Thiên có khuynh hướng tự xưng là kẻ sáng tạo như thế, nhưng theo Phật giáo quan, lời tự xưng đó là hư vọng.

Nhiều bài Kinh Phật có ý lột bỏ hư vọng đó, đôi khi với tính bi hài chỉ trích. Trong kinh Brahmajala Sutta (DN 1) (3), Đức Phật khảo sát 62 quan điểm về nguyên khởi và vận mệnh về thế giới, trong đó có niềm tin về một thượng đế sáng tạo. Theo kinh này, vào lúc khởi đầu một chu kỳ thế giới mới, Đại Phạm Thiên là chúng sanh đầu tiên tái xuất hiện. Thấy mình

## NGUYỄN GIÁC

đứng một mình, và cảm thấy mình tội nghiệp vì cô đơn, Đại Phạm Thiên mới khởi tâm, “Phải chi có những chúng sinh khác tới đây!” Tức khắc, xuyên qua nghiệp đã chín, các chúng sanh khác tái xuất hiện. Phạm Thiên mới tuyên bố: Ta là Đấng Cao Quý, Đấng Sáng Tạo, Đấng Toàn Năng, là Cha của tất cả chúng sanh.”

Và rồi các chúng sanh mới tái sanh, thấy rằng Phạm Thiên có trước họ, mới chấp nhận vị đó là kẻ sáng tạo ra họ. Nhưng Đức Phật, với cái nhìn xuyên vô tận chu kỳ thế giới, biết rằng Phạm Thiên chỉ đơn giản là một chúng sanh chưa giác ngộ -- thọ mạng lâu dài, phước lớn, và nhiều quyền lực, nhưng vẫn còn bị kẹt trong vòng sanh tử.

Đôi khi Đức Phật đích thân thăm một cõi trời để gỡ ảo vọng cho Phạm Thiên. Trong một trường hợp như thế ở Trung Bộ Kinh (MN 49) (4), Phạm Thiên tuyên xưng “quan điểm tai hại” rằng cõi của Phạm Thiên là thường hằng và vĩnh cửu. Biết có chuyện tuyên xưng như thế, Đức Phật mới tới thăm, phân bác quan điểm Phạm Thiên là đã “chìm đắm vào vô minh” và hàng phục Phạm Thiên trong cuộc thi về thần thông.

Trong một trường hợp khác, ở Kinh Tương Ưng (SN 6:5) (5), khi Phạm Thiên khoe khoang về vẻ sáng rực rỡ của cõi vị này, Đức Phật và bốn đệ tử A La Hán tới thăm, và chiếu ra ánh sáng còn rực rỡ hơn ánh sáng Phạm Thiên. Thần thông này buộc Phạm Thiên từ bỏ quan điểm là đáng vĩnh hằng.

Kinh Kevatta Sutta (6) kể về một vị sư, trong khi ngồi thiền, vị sư này suy nghĩ, “Nơi nào tứ đại đi đâu, sau khi biến diệt hoàn toàn?” Sử dụng thần thông, vị sư bay tới những tầng trời cao để tìm câu trả lời, đều không thấy câu trả lời. Tới tận cùng, sư này gặp Phạm Thiên, kẻ tự khoe là “Đấng Sáng Tạo, Đấng Tạo Hóa

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

toàn năng” nhưng Phạm Thiên vẫn tránh né câu hỏi này. Tuy nhiên, nhà sư này nài nỉ cho tới khi Phạm Thiên phải thú nhận là không biết, và yêu cầu nhà sư về lại địa cầu để hỏi người duy nhất có thể trả lời, đó là Đức Phật.

Chức năng sáng thế mà các đạo nhất thần cho là của Đấng Thượng Đế **trở thành dư thừa đối với Phật giáo, vì nguyên tắc duyên khởi xóa bỏ nhu cầu một đấng sáng tạo.** Đức Phật giải thích rằng “nguyên khởi thế giới” như là chuỗi sáng tạo miên viễn nơi trong từng khoảnh khắc chúng ta tự thành tựu chính mình, chứ không phải như một sự kiện xảy ra trong thời gian. Thế giới, sự khai sinh của nó, sự đoạn diệt của nó và cách dẫn tới đoạn diệt xuất hiện không ở đâu hết, mà là trong “*tâm thân 6-feet này với thức và tâm*” (AN 4:45) (7). Vì vô minh và tham ái, chúng ta cứ miên viễn sanh vào thế giới này, và nhờ thắng vượt vô minh và tham ái, chúng ta có thể mang thế giới tới chỗ đoạn diệt.

Đức Phật nhìn thấy các tôn giáo nhất thần, ít nhất trong các hình thức cực đoan của các tôn giáo này, như một **đối nghịch tiềm năng với đạo đức.** Đức Phật cho rằng nếu Thượng Đế là nguyên nhân mọi sáng tạo, đáng đó cũng phải chịu trách nhiệm cho mọi hành vi của nhân loại; do vậy, khi nhân loại giết người, trộm cắp và làm các điều xấu ác khác, trong **tội lỗi tận cùng phải quy về Thượng Đế Sáng Tạo** (AN 3:61) (8). Người ta cầu nguyện Thượng Đế với niềm tin rằng Thượng Đế có thể xóa tội cho họ, và ban tặng họ đời sống thần linh, nhưng nếu chuyện đó có thể xảy ra, đạo đức sẽ không cần thiết.

Đức Phật lý luận rằng nếu có ai làm ác và tin rằng y có thể được cứu rỗi nhờ cầu nguyện, kẻ đó có thể cũng tin rằng lời cầu nguyện có thể nâng một tảng đá lên từ đáy hồ và đưa đá này lên mặt đất. Đức Phật nói rằng những ai muốn đời sống ở cõi trời phải theo con

đường dẫn tới cõi trời: tu hạnh bố thí, sống đời đạo đức và phát triển tâm thức. Những ai sống được như thế sẽ **không cần gì tới cả chư thiên và kinh cầu**, vì họ sẽ tái sinh vào cõi trời chắc chắn như dầu đổ ra hồ nước sẽ nổi trên mặt hồ. (SN 42:6) (9).

Đề bác bỏ ý tưởng về một thượng đế sáng tạo, các bản kinh đôi khi sử dụng tới lời cầu xin thiết tha thay vì lý luận nghiêm túc. Thí dụ, Kinh Tiên Thân Đức Phật, trong Bhuridatta Jataka (10), đã phản bác niềm tin vào một đấng thượng đế sáng tạo, kẻ làm đầy thế giới những thảm họa và đau khổ:

Ai có mắt cũng thấy những cảnh bệnh hoạn;

Tại sao Phạm Thiên không làm công chính cho tạo vật của ông?

Nếu quyền lực toàn năng của Phạm Thiên vô giới hạn,

Tại sao lại hiếm khi thò tay ra ban ân phúc?

Tại sao tất cả tạo vật của Phạm Thiên phải chịu đau khổ?

Tại sao Phạm Thiên không ban hạnh phúc cho tất cả?

Một lý luận mạnh cho niềm tin vào Đấng Sáng Tạo là khát vọng bất tử vượt qua đau khổ và đau đớn. Phật giáo không hứa hẹn sự bất tử cá nhân trên thiên đàng như mục tiêu tối hậu, nhưng có hứa một cõi tạm trên các cõi trời xa khỏi đau khổ cõi người; điều này có thể đạt được nhờ thiên định và hành vi đức hạnh, đặc biệt cộng trú với Phạm Thiên xuyên qua Tứ Vô Lượng Tâm: từ bi hỷ xả vô lượng (MN 99) (11). Tuy nhiên, mục đích tối hậu của Phật giáo không phải là đời sống trên cõi trời, nhưng là để đạt niết bản, một trạng thái giải thoát cao nhất, vượt ra ngoài vòng sanh tử. Điều này một lần nữa đòi nỗ lực của người tu phải thực tập Bát Chánh Đạo với tu học về giới, định và huệ.



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Niềm tin vào Thượng Đế Sáng Tạo một phần thúc đẩy bởi nhu cầu thờ phượng một hữu thể, kẻ biểu tượng phẩm chất cao nhất mà tâm trí chúng ta có thể hình dung tới. Phật giáo cũng khẳng định thúc giục đó, như thấy trong các nghi lễ hàng ngày trong các tự viện và chu kỳ hàng năm của đời sống Phật giáo. Tuy nhiên, Phật giáo không tìm mục tiêu thờ phượng hình ảnh một thượng đế sáng tạo, nhưng chính là tôn kính Đức Phật -- hiện thân tối thượng của thanh tịnh, trí tuệ, yêu thương và từ bi. Như thế, trong khi các bài kinh bác bỏ khái niệm thượng đế sáng tạo, các bản kinh ca ngợi Đức Phật như là "vị đạo sư của các cõi trời và người," như một vị thầy chỉ đường cho ngay cả các vị trời tìm tới sự giải thoát tối hậu và phước trí vô cùng.

### GHI CHÚ CỦA DỊCH GIẢ NGUYÊN GIÁC:

(1) Pabhassara Sutta: *"Luminous, monks, is the mind. And it is defiled by incoming defilements. The uninstructed run-of-the-mill person doesn't discern that as it actually is present, which is why I tell you that...."*  
(<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/an/an01/an01.049.than.html>)

(2) *"There is, monks, an unborn — unbecome — unmade — unfabricated. If there were not that unborn — unbecome — unmade — unfabricated, there would not be the case that emancipation from the born — become — made — fabricated would be discerned."*  
(<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/kn/iti/iti.2.028-049.than.html>)

(3) Bản Anh:  
<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/dn/dn.01.0.bodh.html>

Bản Việt ngữ, Trường Bộ Kinh - Kinh Phạm Võng:  
<http://thuvienhoasen.org/p15a210/1-kinh-pham-vong-brahmajala-sutta>

## NGUYỄN GIÁC

(4) Bản Anh:

<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/mn/mn.049.than.html>

Bản Việt, Trung Bộ Kinh 49, Kinh Phạm Thiên cầu thỉnh: <http://thuvienhoasen.org/p15a868/49-kinh-pham-thien-cau-thinh-brahmanimantanika-sutta>

(5) Bản Anh văn: Aparā Dīthi Sutta --

[http://tipitaka.wikia.com/wiki/Apara\\_Ditthi\\_Sutta](http://tipitaka.wikia.com/wiki/Apara_Ditthi_Sutta)

Bản Việt ngữ: Kinh Tương Ứng, Chương 6 - V. Tà Kiến Khác (S.i.144) -- <http://thuvienhoasen.org/p15a614/06-chuong-vi-tuong-ung-pham-thien>

(6) Bản Anh văn -

<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/dn/dn.11.0.than.html>

Bản Việt ngữ. Kinh Trường Bộ. Kinh Kevaddha (Kiên Cố) - <http://thuvienhoasen.org/a220/11-kinh-kevaddha-kien-co-kevaddha-sutta>

(7) Bản Anh văn. Rohitassa Sutta -

<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/an/an04/an04.045.than.html>

Bản Việt ngữ: Kinh Tăng Chi Bộ, Chương 4 Pháp, (V)

(45) Rohitassa (1) -

<http://thuvienhoasen.org/p15a1235/pham-04-06>

(8) Bản Anh văn. Tīṭha Sutta -

<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/an/an03/an03.061.than.html>

Bản Việt ngữ. Kinh Tăng Chi Bộ. Chương Ba Pháp -

61.- Sở y xứ: <http://thuvienhoasen.org/p15a1067/pham-05-07>

(9) Bản Anh văn. Paccha-bhūmika Sutta -

<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/sn/sn42/sn42.006.than.html>

Bản Việt ngữ. Kinh Tương Ứng. VI. Người Đất Phương Tây hay Người Đã Chết (S.iv,311) --

<http://thuvienhoasen.org/p15a712/42-chuong-viii-tuong-ung-thon-truong>

## ĐỀ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

(10) Bản Anh văn. No. 543.: Bhūridatta-Jātaka -  
<http://www.wisdomlib.org/buddhism/book/the-jataka-volume-vi/d/doc80724.html>

Bản Việt ngữ. Kinh Tiền Thân Đức Phật. 543. Chuyện  
Bậc Đại Trí Bhūridatta --

<http://thuvienhoasen.org/a6654/chuong-xxii-dai-pham-tt>

(11) Bản Anh văn. Subha Sutta -

[http://tipitaka.wikia.com/wiki/Subha\\_Sutta\\_%28Majjhima\\_Nikaya%29](http://tipitaka.wikia.com/wiki/Subha_Sutta_%28Majjhima_Nikaya%29)

Bản Việt ngữ. Kinh Trung Bộ 99. Kinh Subha -

<http://thuvienhoasen.org/a919/99-kinh-subha-subha-sutta>

# CHÁNH NIỆM TRONG THIỀN VIỆT NAM

Bài này sẽ trình bày sơ lược về cách quý ngài Thiền sư Việt Nam thời cổ đã truyền dạy Phật pháp – trong đó, chánh niệm, tức tỉnh thức với tuệ quán, giữ một phần quan trọng trên đường đạo. Thứ tự thường được quý Thầy dạy là: cần tin sâu nhân quả, mới biết sợ sinh tử luân hồi để tu; khuyến tu tinh tấn, vì thời gian không chờ ai; nhận rõ Tứ Thánh Đế, để thấy cõi này không có gì vui, sơ suất là kiếp sau mịt mờ ba cõi sáu đường, và để nhận ra đường giải thoát; khuyến tấn giữ giới, vì đây là căn bản để không rơi vào ác đạo; sám hối, để ăn năn lỗi cũ và tránh lỗi mới; và nhận rõ đường đi giới-định-tuệ để giải thoát... trong đó, chìa khóa là chánh niệm tỉnh giác, vì trí tuệ là “chiếc gương bằng đồng trước phải nhờ mài giữa, sau mới trong sạch soi sáng.”

**Tin sâu nhân quả.** Trước tiên, phải thấy tin và sợ nhân quả mới ra sức tu hành. Sách Khóa Hư Lục (KHL) của ngài Trần Thái Tông, bản dịch của HT Thanh Từ, trong chương “Bốn Núi” cảnh giác rằng tranh đua gì trong thế gian này, dù tài văn hay tài võ kinh người, dù trai tài gái sắc cỡ nào, rồi cũng sẽ rơi vào luân hồi. Đó là lý do phải tìm pháp xuất thế gian. Trích lời KHL như sau:

*“Văn chương quét sạch ngàn quân, võ lược chiến thắng trăm*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*trận. Trai cây phong tư ném quả, gái khoe sắc đẹp nghiêng thành. Một trận cười nghiêng nước, hai trận cười đổ thành. Đua danh khoe đẹp, tranh lạ đấu trân, xem ra thấy đều luân hồi, đáo để khó trốn sanh hóa.” (1)*

**Khuyến Tu Tinh Tấn.** Cũng trong Khóa Hư Lục, trong chương Tựa Khoa Nghi Sáu Thời Sám Hối” cho biết vua Trần Thái Tông rất mực tinh tấn, trong lòng thương cảm nhiều người kém căn lành, nên ngài ra sức “quên ăn mất ngủ” để đọc Kinh Luận, tuyển chọn pháp dạy người qua bờ kia. Ngài vừa là một tấm gương khuyến tu tinh tấn, vừa đưa ra những lời sách tấn. Trích sách KHL nêu trên:

*“Trẫm nhờ quyền thuộc nhà trời, ở ngôi chí tôn, nên việc dân gian, quốc chánh phiền rộn. Phồn hoa dụ dỗ bên ngoài, thị dục mê hoặc ở trong. Miệng thì chán ngán vị ngon, thân phải đeo mang vàng ngọc. Thấy nghe đuổi theo thanh sắc, ở ăn toàn chốn gác đài. Lại nữa, thói đời khinh bạc, nhân pháp suy vi, học giả mù độn, căn lành kém mỏng. Ngày thì căn trần va chạm, lưới nghiệp kéo lôi; đêm thì mê ngủ che đậy, dây lười trói buộc. Ngày đêm dính mắc, đâu không phải là lỗi chuốc họa gây thù. Trẫm vì lẽ đó, ôm ấp trong lòng, thương cảm xen lẫn, quên ăn mất ngủ. Nhân khi việc triều rảnh rỗi, xem khắp Kinh, Luận và các văn nghi lễ, tuyển chọn pháp có được tự lợi lợi tha, dùng để chỉ dạy cho người. Trăn trở suy đi nghĩ lại, xua tạo nghiệp trợn do sáu căn.”*

**Nhận rõ Khổ Đế.** Là thấy cõi dục như nhà lửa cần phải rời bỏ. Nếu không thấy Khổ Đế, sẽ không thấy hết Tứ Thánh Đế -- và như thế sẽ không nhận ra Tập Đế, Diệt Đế và Đạo Đế. Khổ là đau đớn, là bất như ý, là ngay cả các niềm vui có được cũng rất ngắn, là thấy ba cõi sáu đường đều là lửa cháy trùng

trùng. Trong chương “Nói Rộng Sắc Thân” trong sách KHL nêu trên, chỉ rằng lối vào địa ngục cũng từ mắt, tai cũng mình dẫn đi:

*“Dầu cho vẫn chương cái thế, giả sử tài sắc nghiêng thành, chung cuộc đâu có đường khác, cuối cùng cũng chỉ một lối đi. Mắt bị sắc dẫn trèo lên cây kiếm; tai theo tiếng lôi tiến lên núi đao; lỗ mũi ngửi toàn mùi hôi hám; trong lưỡi ăn sắt nóng nuốt hoai; thân khiếp sợ nước đồng sôi nóng giội; ý chua cay vạc dầu sôi nung nấu. Nhân gian trọn một trăm năm, trong địa ngục mới là sáng tối. Nếu người tác gia đủ mắt, cần phải sớm gấp hồi quan chuyển thân nhảy khỏi vòng sanh tử, khoảng khảy tay cắt đứt lưới ái ân. Dù là nam hay nữ thấy đều tu được; dầu rằng trí hay ngu trọn đều có phần. Nếu chưa đạt được Phật tâm, Tổ ý hãy trước nương trì giới tụng kinh.”*

Cũng nên thấy, Khô luôn luôn nằm sát với chúng ta, bất kể là mình đang ở trong hoàn cảnh nào. Thí dụ, một cô Hoa Hậu Thế Giới, có nhan sắc được ca ngợi đẹp nhất thế giới, có thể kiếm tiền hơn nhiều người, nhưng nội tâm cô tự biết các bất như ý mà người khác không thấy. Trên bàn điểm trang, cô nhìn vài chục thỏi son, và tự bản khoản là nên chọn màu son nào (khởi tâm như thế, cũng là nhận ra các bất như ý, vì sợ mình nhạt màu môi); cô nhìn vài chục bộ áo dự tiệc, thắc mắc nên chọn áo nào (cũng là nhận ra các bất như ý, vì sợ bị chỉ trích kiêu này, kiêu kia); cô phải đối phó với rất nhiều cạm bẫy, lo sợ các ly rượu mời có thể có thuốc ngủ, và đủ thứ lo sợ khác. Đó là lý do chúng ta thỉnh thoảng đọc tin rằng ca sĩ Hàn quốc này, nữ tài tử Hoa Kỳ kia đột tử hay tự sát... Một Hoàng Đế, hay một Tổng Thống, cũng đầy những bất như ý.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Hướng gì là trong đời thường chúng ta, người tu cũng đầy bất như ý, thí dụ: xe hư, nhà dột, kẹt tiền, mất lửa, tai điếc, nhức răng, chân đau, khớp mỏi, hơi thở khó vào định, không đủ tiếng Anh hay tiếng Hán để đọc thêm kinh điển, trí nhớ kém dần, và vân vân. Tất cả các khổ trong cõi này là: sinh, già, bệnh, chết, oán thù gặp nhau, người thương xa nhau, muốn không được là khổ (Đức Phật nói gọn về Khổ Thánh Đế: dính vào, níu kéo năm uẩn là khổ). Trong khi Tập Thánh Đế là nguyên nhân khổ: chỉ vì dục tham ái. Như vậy, ly tham là Diệt Thánh Đế. Và Đạo Thánh Đế là con đường giải thoát, gồm Bát Chánh Đạo: Chánh kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mệnh, Chánh tinh tiến, Chánh niệm, Chánh định.

**Khuyến tấn giữ giới.** Vì giới chính là thuyền bè để vượt qua dòng sông sinh tử. Giới cho cư sĩ có 5 điều: không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối hay lời gây hại, không uống rượu và các chất say. Có thể nhớ bằng nhóm chữ: tránh phạm sát dâm đạo vọng tửu. Vua Trần Thái Tông viết trong chương “Luận về thọ giới” của sách Khóa Hư Lục nêu trên, trích: *“Thờ Phật làm thầy, trước phải y theo giới luật. Cổ đức nói: “Qua sông phải dùng bè, đến bờ chẳng cần thuyền.” Đây là cổ nhân dùng giới luật làm thuyền bè.”*

**Sáu thời sám hối.** Vua Trần Thái Tông khuyên học nhân nên sáu thời, tức là suốt ngày (lịch xưa chia một ngày làm sáu thời) hãy sám hối. Tức là, ăn năn lỗi trước, tránh phạm lỗi sau. Chương “Tựa Khoa Nghi Sáu Thời Sám Hối” trong Khóa Hư Lục viết: *“Muốn tẩy sạch thân tâm mà không dùng sám hối, khác nào muốn tiện lợi qua lại mà chẳng dùng xe, thuyền. Thế mới biết công dụng sám hối rất là to... Đức Phật chúng ta trí nguyện rộng lớn, mở cửa phương tiện, tùy lối chỉ*

## NGUYỄN GIÁC

*đường về, đúng bệnh cho thuốc. Biết huyễn cấu của chúng sanh từ vọng mà sanh, khuyên họ một niệm kính thành qui y sám hối, khiến thân tâm thanh tịnh, trong sạch như xưa. Gió yên thì sóng lặng, bụi sạch thì gương sáng. Sao thế? Vì trước khởi tâm ác, như mây che mặt trăng, sau sanh tâm thiện, như đuốc sáng tan bóng tối. Ôi! công dụng sám hối lớn lao há chẳng vậy sao?”*

**Sám hối sáu căn.** Cụ thể, Vua Trần Thái Tông dạy pháp sám hối sáu căn, vì thế giới này tập khởi là từ sáu căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý), và nhiễm hay tịnh cũng từ sáu căn.

Khóa Hư Lục viết về tội căn mắt, trích: *“Yêu ghét nổi dậy, đẹp xấu tranh giành... Gặp người sắc đẹp, liếc trộm nhìn ngang... Gặp kẻ bần cùng, lờ đi chẳng đoái...”*

Khóa Hư Lục viết về tội căn tai, trích: *“Những điều hiếu trung, che tai bỏ mặc. Hoặc nghe tiếng xuyên, bỗng nảy lòng dâm; Nghe nửa câu kinh, liền như tai ngựa...”*

Khóa Hư Lục viết về tội căn mũi, trích: *“Theo dõi hương trần, Long thần chẳng nể; Chỉ thích mùi xăng, trợn không chán mồi. Mặt đào má hạnh, lôi kéo chẳng lia...”*

Khóa Hư Lục viết về tội căn lưỡi, trích: *“Giết hại chúng sanh, vì ba tác lưỡi. Nói dối bày điều, thêu dệt bịa thêm; Hai lưỡi bỗng sanh, ác khẩu dấy khởi. Chửi mắng Tam Bảo, nguyên rửa mẹ cha...”*

Khóa Hư Lục viết về tội căn thân, trích: *“Chấp cho là thật, quên mất Pháp thân; Sanh dâm, sát, trộm, bèn thành ba nghiệp...”*

Khóa Hư Lục viết về tội căn ý, trích: *“Hôn mê chẳng tỉnh,*



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*điên đảo dối sanh; Nảo loạn tâm thân, đều do ba độc...”*

**Khuyến tu giới định tuệ.** Vua Trần Thái Tông nói rằng cả ba chi giới định tuệ đều quan trọng, vì có giới mới lìa cõi dữ và giữ được sức định, từ đây mới có tuệ. Trong hai chương “Luận về giới định tuệ” và “Luận gương tuệ giáo” trong sách Khóa Hư Lục viết, trích:

*“Noi theo đường tắt của chư Phật, chỉ có kinh mà thôi. Song trong kinh nói ra không ngoài giới, định, tuệ... Vì thế dùng giới trừ ác thú, dùng định trừ dục giới, dùng tuệ trừ tất cả cõi. Nương theo giới định tuệ này mà tu, tức là đường tắt của chư Phật, chẳng phải xa vậy.”* (chương “Luận về giới định tuệ”)

*“Tuệ sanh từ sức định. Nếu tâm định thì gương tuệ sanh, nếu tâm loạn thì gương tuệ diệt. Cũng như chiếc gương bằng đồng trước phải nhờ mài giữa, sau mới trong sạch soi sáng. Nếu chẳng mài giữa thì tỳ vết bụi như phủ tối. Đã bị bụi như phủ thì ánh sáng làm sao mà sanh? Cho nên trí tuệ do định hiện, định tuệ nương nhau không thể thiếu một.”* (chương “Luận gương tuệ giáo”)

**Khuyến tấn Niệm Phật.** Trong chương “Luận về Niệm Phật” trong sách Khóa Hư Lục, vua Trần Thái Tông không hề nhắc tới danh hiệu bất kỳ vị Phật nào (dù là Phật Thích Ca hay Phật A Di Đà). Bản văn cũng không hề nói tới phương pháp Tín-Hạnh-Nguyện thường nói trong nhiều pháp Niệm Phật. Có nghĩa là, Niệm Phật trong Thiền Trúc Lâm không phải là pháp của Tịnh Độ. Khóa Hư Lục viết, trích:

*“Bậc thượng trí thì tâm tức là Phật, chẳng nhờ tu thêm. Niệm tức là trần, chẳng cho một điểm. Niệm trần vốn tịnh, nên gọi*

## NGUYỄN GIÁC

*như như bất động, tức là thân Phật. Thân Phật tức là thân ta, không có hai tướng. Tướng tướng không hai, lặng lẽ thường còn, còn mà chẳng biết, đó là Phật sống.*

*Bậc trung trí ắt nương niệm Phật. Chú ý chuyên cần, niệm niệm chẳng quên, tự tâm thuần thiện. Niệm thiện đã hiện, niệm ác liền tiêu. Niệm ác đã tiêu, chỉ còn niệm thiện. Do niệm là ý niệm, nên niệm niệm diệt đó. Khi niệm diệt ắt về chánh đạo. Lúc mạng chung được vui Niết-bàn - thường lạc ngã tịnh - là Phật đạo vậy.*

*Bậc hạ trí thì miệng siêng niệm lời Phật, tâm muốn thấy tướng Phật, thân nguyện sanh về nước Phật. Ngày đêm siêng năng tu hành, không có thói chuyễn. Sau khi mạng chung, tùy niệm thiện đó được sanh về nước Phật. Sau được chư Phật dạy bảo chánh pháp, chứng được bồ-đề, cũng vào quả Phật.”*

**Thiền tập.** Tất cả các Thiền sư tại Việt Nam đều dạy Thiền tập. Phương pháp có khi dị biệt nhau, nhưng đều nhằm xa lìa tham sân si.

Thiền sư xưa nhất được ghi trong lịch sử Việt Nam là ngài Khương Tăng Hội (? - 280). Ngài sinh tại Giao Chỉ và được xem là thiền sư đầu tiên được ghi nhận trong lịch sử Phật giáo Việt Nam.

Trong pháp An Ban Thủ Ý, ngài Khương Tăng Hội nói về pháp niệm hơi thở, theo bản dịch của GS Lê Mạnh Thát, trích: “*Hơi thở ra, hơi thở vào tự hiểu; hơi thở ra, hơi thở vào tự biết. Đương lúc ấy là hiểu, về sau là biết. Hiểu là hiểu hơi thở dài ngắn. Biết là biết hơi thở sinh diệt thô tế chậm nhanh.*”

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Trong khi đó, vị khai sáng dòng Thiền Vô Ngôn Thông có phương pháp dạy như Bồ Đề Đạt Ma: ngồi thiền, hướng mặt vào vách tường, lặng lẽ và giữ tâm vô sở trụ. Thiền sư Việt Nam ghi rằng ngài Vô Ngôn Thông (759 – 826), là một Thiền sư Trung Quốc, đệ tử của Bách Trượng Hoài Hải. Năm 820, sư qua Việt Nam, ở tại chùa Kiến Sơ, huyện Tiên Du, tỉnh Bắc Ninh. Ở đây **mấy năm liền sư chỉ quay mặt vào vách toạ thiền và không ai biết tông tích của Sư**. Vị trụ trì nơi đây là Cảm Thành thàm biết sư là cao tăng đặc đạo nên hết sức kính trọng. Sắp sửa tịch, sư gọi Cảm Thành đến nói kệ:

*“Nhất thiết chư pháp giai tông tâm sinh; Tâm vô sở sinh pháp vô sở trụ...”* (dịch: Tất cả các pháp đều từ tâm sinh khởi ra; [nếu khi] tâm không chỗ sinh, [thì] pháp không chỗ trụ...)”

Khi đối chiếu tạng Pali, sẽ thấy câu đầu là Kinh SN 35.23 (Sabba Sutta: The All), Đức Phật dạy, theo bản dịch HT Minh Châu: *“...này các Tỷ-kheo, thế nào là tất cả? Mắt và các sắc; tai và các tiếng; mũi và các hương; lưỡi và các vị; thân và các xúc; ý và các pháp. Như vậy, này các Tỷ-kheo, gọi là tất cả.”* Trong khi nói “tâm không chỗ sinh” là ý trong Trường Bộ DN 11 (Kinh Kevaddha) khi (...here’s where name and form cease with nothing left over—with the cessation of consciousness) (HT Minh Châu dịch: *Ở đây danh và sắc tiêu diệt hoàn toàn -- Khi thức diệt, ở đây mọi thứ đều diệt tận.*) (2)

Có một cách nói gọn hơn, từ Kinh Kim Cương là *“Ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm”* (không để tâm trụ vào bất kỳ nơi nào [dù là 5 uẩn, 12 xứ, 18 giới] thì Niết bàn diệu tâm sẽ hiển lộ). Vua Trần Thái Tông khi đọc kinh Kim Cương đến câu đó thì ngộ đạo. Có hai Kinh trong tạng Pali – Kinh SN 48.9, Kinh SN

## NGUYỄN GIÁC

48.10 -- trong nhóm Kinh Tương Ưng Bộ, ghi rằng vô sở trụ là cách vào sơ thiền, vào nhị thiền, vào tam thiền, vào tứ thiền... nhằm tới chứng quả A La Hán. Tương tự, trong Kinh Sn 3.12 bản Anh dịch của Thanissaro Bhikkhu, viết rằng sau khi Đức Phật giải thích về một số câu hỏi, thì “the minds of 60 monks, **through lack of clinging**, were fully released from fermentation” (*tâm của 60 vị sư, nhờ tâm không trụ vào bất kỳ pháp nào, đã được hoàn toàn giải thoát khỏi các lậu hoặc*). (3)

Như vậy, có cách nào để Thiền tập cụ thể, nói cách đơn giản hơn? Có trình bày đơn giản hơn, là qua bài Phú Cư Trần Lạc Đạo của Phật Hoàng Trần Nhân Tông. Sau đây, chúng ta sẽ trích, tổng hợp từ các bản của Thầy Thích Thanh Từ và Thầy Nhất Hạnh dịch. (4)

Trước tiên, ngài Trần Nhân Tông dạy là phải Thiền tập tới khi, ít nhất là vào sơ Thiền. Hội Thứ Nhất viết, trích:

*“Mình ngồi thành thị; Nét dụng sơn lâm. Muôn nghiệp lặng an nhàn thể tính; Nửa ngày rồi tự tại thân tâm. Tham ái nguồn dòng, chẳng còn nhớ châu yêu ngọc quý; Thị phi tiếng lặng, được dầu nghe yển thốt oanh ngâm...”*

Mấy câu vừa dẫn cho thấy rằng trong tâm không còn niệm tham ái nữa, nghe tịch lặng ngay cả khi tiếng xôn xao (tịch lặng: ngôn ngữ đạo đoạn, có thể suy đoán là đã vào nhị Thiền, khi không còn chữ hay tiếng nào hiện lên trong tâm, bất kể duyên sự nào, rời tâm và tứ).

Trong Hội Thứ Hai, ngài Trần Nhân Tông viết rằng chỉ cần nhận ra lòng (nhận ra bản tâm, tức là tánh không, tánh vô tự tánh của tâm) và như thế, không còn thấy cái gì là mình hay

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

người (vì thực tướng đều là vô tướng). Trích:

*“Biết vậy! Miễn được lòng rồi; Chẳng còn phép khác. Gìn tính sáng tính mới hầu an; Nén niềm vọng, niềm dưng chẳng thác. Dứt trừ nhân ngã, thì ra tướng thực kim cương; Dừng hết tham sân, mới lâu lòng màu viên giác.”*

Hội Thứ Ba trong bài cũng nhấn mạnh nghĩa Không trong tâm, trích: *“Nếu mà cóc, Tội ắt đã không. Phép học lại thông...”* (cóc: chữ cồ, có nghĩa là Không).

Trong Hội Thứ Tư, cũng nhấn mạnh nghĩa Không trong tâm, trích: *“Tin xem: Miễn cóc một lòng; Thì rồi mọi hoặc...”* (hoặc: lậu hoặc, phiền não)

Nhưng tới 2 câu cuối của Cư Trần Lạc Đạo mới là thần chú của Thiền Tông. Ngài Trần Nhân Tông viết:

*“Gia trung hữu bảo hựu tâm mich  
Đối cảnh vô tâm mạc vấn thiên.”*

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

Cũng có thể tóm gọn bằng 4 chữ thôi: **“Đối cảnh vô tâm.”** Đây là cảm nang Thiền Tông VN. **Đối** là gặp, là thấy nghe hay biết... **Cảnh** là cái được thấy, cái được nghe... **Đối** là cơ duyên cho sự kiện và thời gian... **Cảnh** là không gian... **Đối cảnh** là thấy nghe hay biết trong cái **bây giờ và ở đây**. Vô tâm là không khởi tâm lành dữ, không khởi tâm ưa ghét. Có nghĩa là: khi đối cảnh, thì chỉ có cái được thấy và cái được nghe, và không hề có ai thấy, không hề có ai nghe. Đó chính là Kinh Bahiya. Và khi “Đối cảnh vô tâm” cũng có nghĩa là sống với cái hiện tiền, tức là sống với dòng vô thường lưu

## NGUYỄN GIÁC

chảy qua thân tâm mình, cũng là buông hết cả quá khứ (cái đã qua), không mơ tưởng gì tương lai (cái chưa tới) và không níu giữ gì hiện tại (vì cái hiện tại tức khắc liền trở thành quá khứ) -- nơi đó dứt bật tất cả các lao xao suy nghĩ, vì các lao xao suy nghĩ chỉ là sản phẩm của ngũ uẩn quá khứ. Đó chính là nhóm Kinh Tập, với Kinh Sn 4.15, trong đó có bài Kệ 949: *Hãy để lại tàn những gì đã qua, hãy để mặc kệ những gì chưa tới, không dính mắc tới những gì hiện tại, người sẽ sống trong an tĩnh hòa bình.* (5)

Lúc đó là giải thoát. Là phương pháp chánh niệm tỉnh giác của Thiền Tông Việt Nam.

### **GHI CHÚ:**

(1) Khóa Hư Lục: <https://thuvienhoasen.org/p27a6693/muc-luc>

(2) Kinh SN 35.23: [https://suttacentral.net/sn35.23/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn35.23/vi/minh_chau)

Kinh DN 11: [https://suttacentral.net/dn11/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/dn11/vi/minh_chau)

(3) Thiền Tông Như Bè Phấp Qua Sông:

<https://thuvienhoasen.org/a32627/thien-tong-nhu-be-phap-qua-song>

(4) Bản của Thầy Thanh Từ:

<https://thuvienhoasen.org/images/file/OkQepJ1G0QgQAG8-/tamtotruclam.pdf>

Bản của Thầy Nhất Hạnh: <https://thuvienhoasen.org/a18391/hoi-thu-nhat>

(5) Kinh Sn 4.15: <https://thuvienhoasen.org/a30608/sn-4-15-attadanda-sutta-kinh-ve-bao-luc>

## ĐOẠN TẬN LẬU HOẶC LẬP TỨC

Làm thế nào để **các lậu hoặc đoạn tận lập tức**? Nghĩa là, không cần trải qua thời gian. Cũng không cần tu Tứ niệm xứ hay Tứ thiền bát định. Nghĩa là, tức khắc giải thoát, không chờ tới chuyện phải tìm một gốc cây để ngồi.

Một lần, câu hỏi đó được Đức Phật trả lời. Đó là Kinh SN 22.81.

Câu trả lời Đức Phật đưa ra là phải thấy các pháp là “**vô thường, hữu vi, do duyên sanh**” – và ý này Đức Phật lập lại trong Kinh tới 20 lần, và nhóm chữ “**lậu hoặc được đoạn tận lập tức**” được Đức Phật lập lại trong Kinh tới 12 lần.

Trước khi Đức Phật dạy pháp đoạn tận tức khắc này, Đức Phật nói rằng Ngài đã dạy nhiều pháp trước đó, như Tứ niệm xứ, và nhiều pháp khác, mà nhiều vị tăng không đoạn tận lậu hoặc được. Bây giờ trong cơ duyên này, Đức Phật dạy pháp cắt đứt gốc rễ lậu hoặc tức khắc.

Kinh này, trích bản dịch của HT Thích Minh Châu như sau:

*“Lúc bấy giờ, một Tỷ-kheo sanh khởi suy nghĩ như sau: “Biết như thế nào, thấy như thế nào, các lậu hoặc được đoạn tận lập tức?”*”

## NGUYỄN GIÁC

*Thế Tôn với tâm của mình biết được suy nghĩ của Tỳ-kheo ấy, liền nói với các Tỳ-kheo:*

*—Này các Tỳ-kheo, pháp đã được giải thích, thuyết giảng. Bốn niệm xứ đã được giải thích, thuyết giảng. Bốn chánh căn đã được giải thích, thuyết giảng. Bốn như ý túc đã được giải thích, thuyết giảng. Năm căn đã được giải thích, thuyết giảng. Năm lực đã được giải thích, thuyết giảng. Bảy bồ-đề phần đã được giải thích, thuyết giảng. Thánh đạo Tám ngành đã được giải thích, thuyết giảng. Như vậy, này các Tỳ-kheo, pháp được Ta giải thích, thuyết giảng.*

*Dầu cho, này các Tỳ-kheo, các pháp được Ta giải thích, thuyết giảng như vậy, nhưng ở đây có Tỳ-kheo khởi lên suy nghĩ sau đây: “Biết như thế nào, thấy như thế nào, các lậu hoặc được đoạn tận lập tức?”*

*Này các Tỳ-kheo, biết như thế nào, thấy như thế nào, các lậu hoặc được đoạn tận lập tức? Ở đây, này các Tỳ-kheo, kẻ vô văn phàm phu không thấy rõ các bậc Thánh, không thuần thực pháp các bậc Thánh, không tu tập pháp các bậc Thánh, không thấy rõ các bậc Chân nhân, không thuần thực pháp các bậc Chân nhân, quán sắc như là tự ngã, sự quán như vậy là hành. Hành ấy lấy gì làm nhân, lấy gì làm tập khởi, lấy gì sanh, lấy gì làm hiện hữu? Đối với kẻ vô văn phàm phu, này các Tỳ-kheo, cảm xúc bởi thọ sanh ra do xúc chạm với vô minh, khát ái sanh. Từ khát ái ấy, hành ấy sanh. Như vậy, này các Tỳ-kheo, hành ấy là vô thường, hữu vi, do duyên sanh. Khát ái ấy là vô thường, hữu vi, do duyên sanh. Thọ ấy ... xúc ấy là vô thường, hữu vi, do duyên sanh. Vô minh ấy là vô thường, hữu vi, do duyên sanh. Do biết vậy, do thấy vậy, các lậu hoặc được đoạn tận*



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*lập tức.*” (ngưng trích) (1)

Bản Kinh SN 22.81 còn dài, nhưng nơi đây, chúng ta lấy ý chính là:

Bản của HT Thích Minh Châu:

*“Nhu vậy, này các Tỷ-kheo, hành ấy là vô thường, hữu vi, do duyên sanh. Khát ái ấy là vô thường, hữu vi, do duyên sanh. Thọ ấy... xúc ấy là vô thường, hữu vi, do duyên sanh. Vô minh ấy là vô thường, hữu vi, do duyên sanh. Do biết vậy, do thấy vậy, các lậu hoặc được đoạn tận lập tức.”*

Xin tham khảo thêm hai bản Anh dịch của Bodhi và Thanissaro ghi trong nối kết trên ở cuối bài.

Tới đây, chúng ta phân tích về cách để nhìn thấy các pháp là vô thường, hữu vi, do duyên sanh.

Công thức có thể nhận ra ở Kinh SN 22.81 là Đức Phật nói về Ba cửa vào giải thoát: Vô tướng, Vô tác, Không.

Thấy các pháp **vô thường**, các pháp biến đổi và chảy xiết không ngừng => sẽ ngộ được thực tướng giải thoát là vô tướng.

Thấy các pháp là **hữu vi**, là do tạo tác mà nên => sẽ ngộ được thực tướng giải thoát là không hề được tạo tác.

Thấy các pháp do **duyên sanh** => sẽ ngộ được thực tướng giải thoát là rỗng rang, là không tướng.

Nghĩa là, ba đặc tính trên là ba giải thoát môn: Không, Vô tướng, Vô tác. Khi tâm ngộ nhập được, sẽ tức khắc đoạn tận lậu hoặc.

## NGUYỄN GIÁC

Có cách nào ngộ nhập “Không, Vô tướng, Vô tác” hay không?

Xin trả lời là có. Pháp của Đức Phật tu một ngày là an lạc một ngày, tu một giờ là an lạc một giờ, và theo Kinh SN 22.81, hiểu biết và thấy ba đặc tướng như thế, là đoạn tận lậu hoặc tức khắc. Đây là Thiên đốn ngộ.

\*\*\*

Trước tiên, nói về cách ngộ nhập Không Tướng. Tới đây, chúng ta dẫn ra Kinh SN 22.95.

Khi đọc kỹ Kinh SN 22.95, chúng ta sẽ thấy phương pháp nhìn này y **hệt như pháp Tham Thoại Đầu** của các vị thầy Tổ Sư Thiên nhiều thế kỷ sau (khi chú tâm nhìn vào chỗ khi niệm chưa sinh, sẽ thấy niệm khởi là tức khắc diệt, là sẽ nhận ra cái Không Tướng Rỗng Rang của tâm và của tâm hành).

Trong Kinh SN 22.95, Đức Phật dạy cách nhìn thấy “sắc, thọ, tướng, hành, thức” đều là rỗng rang, là không tướng.

Trích bản dịch của HT Thích Minh Châu, cách nhìn này được Đức Phật lập đi, lập lại nhiều lần:

*“Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, phàm có sắc gì thuộc quá khứ, vị lai, hiện tại, hoặc nội hay ngoại, hoặc thô hay tế, hoặc liệt hay thắng, hoặc xa hay gần; vị Tỷ-kheo thấy sắc, chuyên chú, như lý quán sát sắc. Do vị Tỷ-kheo **nhìn chuyên chú, như lý quán sát sắc, sắc ấy hiện rõ ra là trống không, hiện rõ ra là rỗng không**, hiện rõ ra là không có lõi cứng. Làm sao, này các Tỷ-kheo, lại có lõi cứng trong sắc được?” (2)*

Rồi Đức Phật thay chữ sắc trong đoạn trên với thọ, tướng,

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

hành, thức... Ghi nhận rằng, chữ sắc trong đoạn trên là nghĩa bao gồm sắc-thanh-hương-vị-xúc-pháp, tức là “*cái được thấy, cái được nghe, cái được ngửi, cái được nếm, cái được chạm xúc, cái được tư lường suy niệm.*” Tất cả đều rỗng không.

Theo phương pháp nhìn của Kinh SN 22.95 là sẽ đoạn tận lậu hoặc tức khắc (theo Kinh SN 22.81). Cách nhìn như thế cũng là nhìn của Tham Thoại Đầu.

\*\*\*

Tới đây, chúng ta dò tìm bản kinh khác, khi Đức Phật dạy về pháp tu Vô tác.

Kinh đầu tiên thường gặp về **pháp Vô tác là Kinh Bahiya** (Ud 1.10).

Trích lời Đức Phật dạy trong Kinh Bahiya như sau:

*“Thế này, Bahiya, ông nên tu tập thế này: Trong cái được thấy sẽ chỉ là cái được thấy; trong cái được nghe sẽ chỉ là cái được nghe; trong cái được thọ tưởng sẽ chỉ là cái được thọ tưởng; trong cái được thức tri sẽ chỉ là cái được thức tri.’ Cứ thế mà tu tập đi, Bahiya.*

*“Khi với ông, này Bahiya, trong cái được thấy chỉ là cái được thấy... [nhãn tới] ... trong cái được thức tri chỉ là cái được thức tri, thì rồi Bahiya, ông sẽ không là ‘với đó.’ Này Bahiya, khi ông không là ‘với đó,’ thì rồi Bahiya, ông sẽ không là ‘trong đó.’ Này Bahiya, khi ông không ‘trong đó,’ thì rồi Bahiya, ông sẽ không ở nơi này, cũng không ở nơi kia, cũng không ở chặng giữa. Thế này, chỉ thế này, là đoạn tận khổ đau.” (3)*

## NGUYỄN GIÁC

Kinh thứ nhì có thể thấy về Vô tác là Kinh SN 12.40:

*“Nhưng, chur tăng, khi một người không khởi ý định, không lập kế hoạch, và không có ý hướng về bất cứ gì, tất sẽ không có sở duyên cho thức an trú. Khi không có sở duyên, sẽ không có chỗ an trú cho thức. Khi thức không an trú, và [thức] không tăng trưởng, sẽ không có nghiêng về [bất kỳ pháp nào]. Khi không có nghiêng về, sẽ không có tới và không có đi. Khi không có tới và không có đi, sẽ không có chết và không có tái sanh. Khi không có chết và không tái sanh, tất cả những tương lai sanh, già chết, sầu não, than khóc, đau đớn, bất như ý và tuyệt vọng đều kết thúc. Như thế là tịch diệt toàn bộ khối đau khổ này.” (4)*

\*\*\*

Cửa giải thoát thứ ba là nhận ra Vô thường. Có cách nào quán Vô thường để tức khắc xa lìa lậu hoặc?

Nơi đây, xin phép trích lại một đoạn trong bài “Đức Phật Dạy Pháp Niết Bàn Tức Khắc” như sau về quán Vô thường:

*“Như thế nào để quán vô thường? Có thể cảm thọ vô thường qua các chuyển biến thân tâm như sau. Khi bạn từ ngoài nắng bước vào nhà, sẽ cảm thọ, nhận ra thân tâm chuyển biến. Tương tự, khi bạn từ trong nhà bước ra nắng, sẽ cảm thọ thân tâm chuyển biến. Bạn nhấp ngụm nước, sẽ cảm thọ chuyển biến khi nước lan vào người. Khi bạn ngồi thở, sẽ cảm thọ thân tâm chuyển biến theo từng hơi thở. Từng khoảnh khắc tới rồi biến mất tức khắc, đó là cơn gió vô thường trôi chảy nơi thân tâm bạn. Khi cảm thọ vô thường, bạn không níu được cái đã qua, cả ba thời quá-hiện-vị lai đều biến mất trên thân tâm bạn. Từng khoảnh khắc hãy thọ nhận vô thường trôi*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*chảy trên thân tâm. Đó là kinh vô tự, vì chữ nghĩa là cái của quá khứ, mà bạn đã quăng bỏ quá khứ rồi. Khi cảm thọ vô thường, bạn đang sống với cái Tâm Không Biết, với Cái Chưa Từng Biết, với cái The Unknown. Cảm thọ vô thường trên thân tâm hiện tiền như thế, Tổ Sư Thiên còn gọi là “không một pháp trao cho người.” Vì hễ nói có pháp nào để an tâm, đều là chữ nghĩa của quá khứ. Cũng gọi là Vô Tâm, vì hễ khởi tâm gì cũng là mất liền cái cảm thọ vô thường hiện tiền. Còn gọi là Vô Ngôn, vì hễ mở lời cũng là chuyện của quá khứ. Đức Phật nơi đây gọi cảm thọ dòng chảy vô thường là an trú vô ngã, là an trú Niết Bàn ở đây và bây giờ, tiếng Anh còn gọi là Nibbana here and now.” (5)*

Về cách nhìn khoảnh khắc, nhà sư Nguyễn Thế Đăng, trong bài “Mùa Xuân của Hiện Tại” đã viết cực kỳ tinh vi, trích:

*“Trong khoảnh khắc đó không có tư tưởng, không có nhớ về, không có đã, sẽ và đang. Vì một tư tưởng kéo dài qua nhiều khoảnh khắc nên trong một khoảnh khắc thì không có chỗ cho một tư tưởng, một hình ảnh nào cả. Khoảnh khắc là vô niệm, không có tư tưởng, không phân biệt đây kia, không có hôm qua ngày mai.” (6)*

Chính đó là cái khoảnh khắc Đức Phật gọi là khi: **các lậu hoặc đoạn tận lập tức.**

(Bài này trong bản đầu tiên lưu hành trên mạng có nhiều đoạn Anh văn. Khi in sách các đoạn tiếng Anh được cắt bỏ cho gọn.)

### **GHI CHÚ:**

(1). SN 22.81: Bản dịch của HT Thích Minh Châu:  
[http://suttacentral.net/sn22.81/vi/minh\\_chau](http://suttacentral.net/sn22.81/vi/minh_chau)

## NGUYỄN GIÁC

SN 22.81: Bản dịch Bodhi:

<https://suttacentral.net/sn22.81/en/bodhi>

SN 22.81: Bản dịch Thanissaro:

[https://www.dhammadata.org/suttas/SN/SN22\\_81.html](https://www.dhammadata.org/suttas/SN/SN22_81.html)

(2). SN 22.95: Bản dịch của HT Thích Minh Châu:

[https://suttacentral.net/sn22.95/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn22.95/vi/minh_chau)

(3)-- Kinh Bahiya – Ud 1.10, bản dịch Nguyễn Giác:

<https://thuvienhoasen.org/a14273/bai-phap-khan-cap-bahiya-sutta>

Kinh Ud 1.10: bản dịch Thanissaro:

<https://www.accesstoinsight.org/tipitaka/kn/ud/ud.1.10.than.html>

(4). Giải thích về Kinh SN 12.40 (Nguyễn Giác: Không một pháp để làm): <https://thuvienhoasen.org/a27970/khong-mot-phap-de-lam>

(5) Đức Phật Dạy Pháp Niết Bàn Tức Khắc:

<https://thuvienhoasen.org/a31299/duc-phat-day-phap-niet-ban-tuc-khac>

(6) Nguyễn Thế Đăng, Mùa Xuân của Hiện Tại:

<https://thuvienhoasen.org/a31384/mua-xuan-cua-hien-tai>

# CHỈ MỘT PHÚT THÔI

Tác giả: Naomi Baer  
Việt dịch: Nguyễn Giác

Bài viết “Just One Minute” của tác giả Naomi Baer in lần đầu trên tạp chí Inquiring Mind, một tạp chí Phật Giáo tại Hoa Kỳ, trên ấn bản Mùa Thu 2003. Tuyển tập The Best of Inquiring Mind in năm 2008 đã giới thiệu tiểu sử của bà, cho biết Naomi Baer dạy trung học ở thành phố St. Paul, Minnesota. Bà sống và làm việc ở Tanzania trong tám năm, nuôi hai con, và rồi lên chức bà của 2 cháu nhỏ. Bà khởi sự tập thiền Vipassana năm 1991 khi các con của bà ở tuổi teenager, và bà tiếp tục giữ pháp thiền tập này hàng ngày. Bản dịch sau đây hy vọng giúp quý thầy, cô trong và ngoài Việt Nam, cho thấy bất kỳ trẻ em nào cũng tập được, và chỉ một phút một ngày cũng có diệu dụng vô lường. Cô giáo Naomi Baer khởi đầu mỗi tiết học bằng yêu cầu cả lớp giữ 1 phút ngồi yên, vắng lặng. Trường trung học Mỹ tùy học khu, tùy lớp, trung bình mỗi ngày có 4 tới 8 tiết (period) để học hay sinh hoạt, mỗi tiết trung bình 50 phút. Bản dịch như sau.

\*

Trong một trường trung học công lập lớn, ở nội thành, nơi một thị trấn miền Trung Tây, trong lớp của tôi, tôi khởi sự từng tiết học với một phút vắng lặng. Tôi là giáo viên dạy toán.

Việc này khởi sự từ mùa thu 1997 với một lớp quây phá đặc biệt. Không biết cách nào khác để làm mọi thứ im lặng, tôi khởi sự lớp, một hôm nói về cách

## NGUYỄN GIÁC

chúng ta phản ứng đối với những gì diễn biến quanh chúng ta. Chúng ta phản ứng đối với các bạn, với các giáo viên, với lẫn nhau. Chúng ta phản ứng đối với loa phóng thanh, với các lớp kế bên, với những hỗn loạn ồn ào nơi các phòng khác. Chúng ta bị dội bom bởi các sự kiện bên ngoài. Do vậy, tôi mời các em hít thở, ngồi thẳng sống lưng, đặt hai bàn chân phẳng trên sàn, và giữ vắng lặng trong 60 giây đồng hồ. Không để phản ứng với bất cứ gì hết, tôi rung chuông một tiếng, nhắm hai mắt tôi lại và thở. Khi một phút trôi qua, tôi rung chuông lại, thở chậm, cảm ơn các em cho một phút trong đó các em đã cố gắng hết sức, và mời các em cảm ơn những em ngồi quanh. Từ đáp ứng hồn nhiên với lớp học gian nan này, tôi tiếp tục khởi sự tất cả các lớp của tôi trong cùng một cách. Thế là năm thứ 5 rồi.

Lúc ban đầu, tôi bị chần vẩn là cách này có ảnh hưởng trên một lớp quậy phá hay không. Một vài học sinh chế giễu tôi, và một số em khác lờ tôi đi, nhưng trong một phút đó, mức độ ồn ào đã giảm ít nhất một phần, nên tôi cứ tiếp tục. Với thời gian, có thêm học sinh bắt đầu cảm ơn lẫn nhau. Thoạt tiên, các em nói giống với nhau rằng họ sẽ cố gắng tốt hơn cho lần tới, và rồi thực tế thật.

Tôi duy trì tiến độ đó, nhưng không một lần nào nói cái gì về “thiền tập.” Tôi đã có thể làm trong một phút đó những gì tôi chọn [cho tâm tôi] mà không áp đặt bất cứ gì trên học sinh, và nhiều ngày tôi đã thực tập thiền tâm từ (metta meditation). Khoảng một tháng sau đó, vào giữa một bài học, có một tiếng ồn đột khởi từ một học sinh, và tôi phải áp giải em này ra khỏi lớp. Khi chúng tôi trở lại bài học, một học sinh ồn ào khác đòi hỏi, “Thưa cô giáo Baer, em nghĩ là chúng ta cần làm lại cái một phút đó lại!” Tôi thấy mình mong manh, tôi khép mắt lại trong lớp đó.



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Một hôm, khi tôi còn trẻ nãi, một học sinh nói, “Hãy ngồi thư giãn chứ,” và rung chuông. Mọi người cùng làm một phút vắng lặng với cậu này. Từ đó trở đi, các em khác muốn luân phiên rung chuông. Tiếng ồn và hỗn loạn giảm trong phút đó. Tập như thế, cho dù là bất toàn, cũng cho các học sinh quây nhất một công cụ để thân và tâm lắng đọng xuống. Tôi thấy rằng một phút đó không chỉ giúp tôi, nhưng cũng giúp các học sinh nữa.

Trong một vài lớp toán cao cấp của tôi, nơi kỷ luật không thành vấn đề, cũng có phản ứng lẫn lộn. Hầu hết tự nguyện tham gia một phút vắng lặng, nhưng một vài em thấy rõ không thoải mái và lộ ra kinh chống. Tôi luôn luôn cảm ơn các em một cách đặc biệt cho một phút hợp tác đó. Dần dà, ngay cả các em kinh chống đó cũng thoải mái thư giãn, mà không phải cực nhọc kinh chống. Nó chỉ thế. Một phút để làm cái không làm.

Năm nay, một trong các lớp của tôi, hầu hết là các em lớp 10, liên tục yêu cầu kéo dài một phút vắng lặng đó lâu hơn. Do vậy, một hôm, với mọi người trong lớp đồng ý, chúng tôi làm 5 phút tịch lặng. Khi tôi rung chuông kết thúc, sự vắng lặng tiếp tục kéo dài. Tuyệt vời! Hiện tượng tuyệt vời. Các em nói các em thích thế, khi vắng lặng như thế. Các em tiếp tục xin kéo dài thêm, do vậy chúng tôi đồng ý kéo dài trong những ngày Thứ Sáu.

Một phút của chúng tôi đã sinh ra mọi thứ đáp ứng. Một lần, một phụ huynh than phiền lên Hiệu trưởng, và Hiệu trưởng trấn an phụ huynh này rằng chuyện [một phút tịch lặng] đó là thích nghi thế tục [không dính gì tới tôn giáo] nếu thực hiện từ tôi [cô giáo Baer]. Mới mùa xuân vừa qua, khi một học sinh trao bài thi cuối khóa trước khi nghỉ hè, với nước mắt biết ơn trong mắt, cậu này cảm ơn tôi cho giây phút

## NGUYỄN GIÁC

vắng lặng hàng ngày. Cậu nói phút vắng lặng đó giúp nhiều cho cậu. Năm nay, ba học sinh từ một lớp kế bên tới hàng ngày vào lớp của tôi để tham gia một phút đó, sau đó cảm ơn các bạn ngồi quanh trước khi về lại lớp các em. Ba mẹ của các cựu học sinh đã tới gặp tôi khi đi chợ trong siêu thị, nói với tôi rằng các con của họ đã mang ơn phút tịch lặng đó. Họ cảm ơn tôi.

Nếu không kể gì khác, chính 60 giây đồng hồ đó đã cho tôi một mức độ bình lặng để khởi đầu lớp học. Đó đủ là lý do để tiếp tục. Đúng là sự thách thức lớn khi đón nhận sự hỗn loạn trong lớp đầu tiên ồn ào và ưa quậy kia. Nhưng trong một phút kia, tôi tự nhủ mình buông bỏ hết mọi phán đoán – tôi là một giáo viên có trách nhiệm, tôi phải giữ trật tự, đây là quyền của tôi và nhiệm vụ của tôi phải phán đoán và điều chỉnh. Tôi đã học cách đón nhận cái đang là trong một phút đó.

Với thời gian, một phút đó đã làm tôi dịu dàng với các học sinh của tôi. Tôi cảm nhận với tâm từ bi về các em như các em là. Hiệu ứng này thấy rõ khi tôi thấy có những đáp ứng nhẹ nhàng đầy tôn kính, một số đáp ứng đầy ý nghĩa, hay một nụ cười tôi thấy bất ngờ từ các em hay từ tôi. Tôi tiếp tục hưởng lợi từ một phút: tôi nhắm mắt lại và mở tim ra, để thấy sự tử tế đang mời gọi tự hiển lộ từ dưới cái mặt ngoài thô nhám mà hoàn cảnh đã tạo ra trong các học sinh của tôi. Các em đã cho tôi thấy chính tôi.

*GHI CHÚ (của tác giả Naomi Baer): Mười năm sau – vào năm 2007 – tôi vẫn dạy cùng trường trung học đó, và nhiều lớp của tôi bây giờ yêu cầu một phút tịch lặng vào những ngày Thứ Hai, hai phút vào những ngày Thứ Ba, và cứ tăng như thế cho tới năm phút vào những ngày Thứ Sáu.*

# ĐỨC PHẬT DẠY PHÁP NIẾT BÀN TỨC KHẮC

Phải là có cơ duyên nhiều đời mới được làm thị giả cho Đức Phật. Thị giả là nhà sư sống gần Đức Phật nhất, là vị đệ tử được tin cậy để chọn theo hầu bên Đức Phật, phải có nhiệt tâm tu học làm gương cho các tu sĩ khác, và do vậy được nghe Đức Phật thuyết giảng nhiều kinh nhất. Chúng ta có thể tin rằng nhà sư thị giả luôn ở bên Đức Phật trọn ngày hẳn là phải biết rất nhiều pháp, cả về thuyết lẫn hành.

Vị thị giả nổi tiếng của Đức Phật Thích Ca là ngài Anan. Tuy nhiên, trước đó đã có một vị thị giả khác: ngài Meghiya. Trường hợp ngài thị giả Meghiya được kể lại trong Kinh Ud 4.1 (Meghiya Sutta), bản Việt ngữ trong nhóm Kinh Tiểu Bộ của Hòa Thượng Thích Minh Châu dịch là Kinh Phật Tự Thuyết, Chương Bốn – Phẩm Meghiya. Kinh này cũng là kinh sơ thời, khi ngài Anan chưa làm thị giả. Tới cuối kinh này, Đức Phật dạy về pháp Niết Bàn tức khắc, ngay trong hiện tại, giải thoát ngay ở đây và bây giờ.

Có một số điểm đặc biệt trong Kinh Ud 4.1, có thể gọi là hy hữu. Ngài Meghiya ba lần cãi ý Đức Phật, thế rồi Đức Phật phải chiều ý nhà sư thị giả nhiệt tâm với thiền định này.

Kinh viết, trích:

## NGUYỄN GIÁC

“Một thời Thế Tôn trú ở Càlikà, tại núi Càlikà lúc bấy giờ Tôn giả Meghiya là người thị giả Thế Tôn. Rồi Tôn giả Meghiya đi đến Thế Tôn, sau khi đến đánh lễ Thế Tôn rồi đứng một bên. Đứng một bên Tôn giả Meghiya bạch Thế Tôn:

– Bạch Thế Tôn, con muốn vào làng Jantu để khát thực.

– Nay Meghiya, hãy làm những gì Thầy nghĩ là hợp thời.

Rồi Tôn giả Meghiya, vào buổi sáng đắp y, cầm bát đi vào làng Jantu để khát thực. Khát thực ở làng Jantu xong, sau buổi ăn, khi khát thực trở về, đi đến bờ sông Kimikàkà, sau khi đến, bộ hành qua lại trên bờ sông Kimikàlà, thấy rừng xoài tươi đẹp, khả ái, thấy vậy Tôn giả Meghiya suy nghĩ: “Thật tươi đẹp thay, khả ái thay rừng xoài này. Rừng xoài này thật là vừa đủ để một thiện nam tử tinh cần, hành trì hạnh tinh cần. Nếu Thế Tôn cho phép ta, ta sẽ đến rừng xoài này để tinh cần hành trì” ...”(ngưng trích)

Điều để suy nghĩ: Buổi sáng hôm đó, Đức Phật không đi khát thực. Nghĩa là, thỉnh thoảng Đức Phật nhịn đói? Và do vậy, ngài Meghiya đi khát thực một mình. Thế rồi, sau khi ngài Meghiya khát thực về, đã xin được vào rừng xoài ngồi thiền.

Kinh viết tiếp, theo bản dịch của Hòa Thượng Thích Minh Châu, trích:

“Rồi Tôn giả Meghiya đi đến Thế Tôn, sau khi đến, đánh lễ Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên, ngồi xuống một bên, Tôn giả Meghiya bạch Thế Tôn:

– Ở đây, bạch Thế Tôn, con vào buổi sáng đắp y, cầm bát đi vào làng Jantu để khát thực. Khát thực ở Jantu xong, sau buổi ăn, khi đi khát thực trở về, con đi đến bờ sông Kimikàlà, sau khi đến, con bộ hành qua lại trên bờ sông Kimikàlà, con thấy rừng xoài tươi đẹp, khả ái, thấy vậy, con suy nghĩ: “Thật tươi đẹp

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*thay, khả ái thay là rừng xoài này. Rừng xoài này thật là vừa đủ để một thiện nam tử tinh cần, hành trì hạnh tinh cần”. Nếu Thế Tôn cho phép con, con sẽ đi đến rừng xoài ấy để tinh cần hành trì.*

*Được nói vậy, Thế Tôn nói với Tôn giả Meghiya:*

*– Hãy chờ đợi, này Meghiya. Chúng ta nay chỉ có một mình, chờ cho đến khi một Tỳ-kheo khác đến!”(ngưng trích)*

Nghĩa là, thời kỳ này, tại góc núi Càlikà, chỉ có riêng Đức Phật và thị giả Meghiya. Không có nhà sư nào khác. Nghĩa là, thời kỳ này là thời kỳ rất sớm của Đạo Phật, vì chưa có ngài Anan làm thị giả, và không có nhiều nhà sư bên Đức Phật. Như thế, kinh này là một kinh Đức Phật nói trong những năm đầu hoằng pháp.

Thế rồi, kinh ghi rằng ngài Meghiya cải Đức Phật, xin Thế Tôn cho ngài tới rừng xoài để ngồi thiền. Nghĩa là, ngài thị giả Meghiya muốn rời Đức Phật một mình, để riêng một mình ngài Meghiya tới rừng xoài ngồi thiền. Tâm thức tới nơi vắng để ngồi thiền, và “dám bỏ Đức Phật một mình” hiển nhiên là tâm thức của các vị sư sơ thời, khi Đức Phật khuyến khích các sư hãy tới nơi rừng vắng để ngồi thiền. Các nhà sư thời kỳ đầu không có tâm “ỷ thế thân cận Đức Phật” – mà chỉ muốn thiền tập để giải thoát.

Đức Phật không đồng ý, bảo ngài Meghiya hãy chờ... Kinh viết:

*“Lần thứ hai, Thế Tôn nói với Tôn giả Meghiya:*

*– Hãy chờ đợi này Meghiya! Chúng ta nay chỉ có một mình, chờ cho đến khi một Tỳ-kheo khác đến.”(ngưng trích)*

Thế rồi, ngài Meghiya cải, xin lần nữa. Tới lần xin thứ ba, ngài Meghiya được Đức Phật cho phép ra đi một mình: *“Này Meghiya, khi Thầy nói tinh cần, thời*

## NGUYỄN GIÁC

*Ta có thể nói gì được! Nay Meghiya, nay Thầy hãy làm những gì Thầy nghĩ là hợp thời!”*

Thế rồi, ngài Meghiya tới rừng xoài, kinh viết: “... đi sâu vào rừng xoài và ngồi trú ban ngày dưới một gốc cây. Trong khi Tôn giả Meghiya trú trong rừng xoài ấy, phần lớn ba tâm ác, không thiện hiện hành, tức là dục tâm, sân tâm, hại tâm.”

Tức là, khi ngài Meghiya ngồi thiền, thấy tâm khởi lên nhiều niệm: dục (tham dục), sân (bực dọc, giận), hại (nguy hại, bạo lực).

Bản Anh dịch Anandajoti là: *the thought of sensual pleasure, the thought of ill-will, the thought of harming.*

Bản dịch Ireland: *sensual thought, malevolent thought, and cruel thought.*

Bản dịch Thanissaro: *thoughts of sensuality, thoughts of ill will, and thoughts of doing harm.*

Thế rồi ngài Meghiya trở về trình bày với Đức Phật chuyện ngồi thiền, thấy khởi lên các tâm sở bất thiện như thế.

Đức Phật dạy rằng: “Nay Meghiya, khi tâm giải thoát chưa được thuần thực, năm pháp đưa đến sự thuần thực. Thế nào là năm?”

Đức Phật liệt kê ra 5 pháp cần có để tâm giải thoát thuần thực: (1) cần sống gần bạn thiện hữu tri thức, (2) cần giữ giới, (3) cần nghe kể các chuyện về lý tham và hướng tâm về giải thoát, (4) cần kiên trì rời tâm không lạnh và vun trồng tâm lạnh, (5) cần quán sát các sanh khởi và biến diệt để hướng tới xa lìa sâu khổ.

Điểm thứ nhất là ứng hợp với ngài Meghayi. Vì là thị giả, sống kế bên Đức Phật, là kế bên vị đệ nhất thiện tri thức trên đời này, có cơ duyên nghe rất nhiều kinh. Cũng là điều cảnh giác cho chúng ta: ngài Meghayi ngồi thiền còn khởi tâm linh tinh, huống gì chúng ta bây giờ.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Đức Phật dạy thêm, sau khi an trú trong 5 pháp đó, hãy tu thêm 4 pháp, kinh viết:

“Lại nữa, này Meghiya, với vị Tỷ-kheo khéo an trú trong năm pháp này, bốn pháp cần phải tu tập thêm: **Bất tịnh** cần phải tu tập để đoạn tận tham; **Từ** cần phải tu tập để đoạn tận sân; **Niệm hơi thở vô hơi thở ra** cần phải tu tập để trừ khử tầm tư; **Vô thường tưởng** cần phải tu tập để nhổ lên kiêu mạn, tôi là. Này Meghiya, với ai có **tưởng vô thường, tưởng vô ngã được an trú**. Với ai có tưởng vô ngã, vị ấy đạt được sự nhổ lên kiêu mạn: tôi là, **Niết-bàn ngay trong hiện tại**.”(ngưng trích)

Nhóm 4 pháp này, tóm tắt là: (1) quán bất tịnh (thân người dơ bẩn, cõi này dơ bẩn) để không sinh tâm ái dục; (2) quán Từ Bi để không sân với bất kỳ ai hay chúng sinh nào; (3) niệm hơi thở vô và ra để ngưng niệm (Anandajoti dịch: *cutting off of thoughts*; Thanissaro dịch: *cut off thinking*; Ireland dịch: *cutting off (discursive) thinking* -- tức là cắt bỏ dòng niệm, hay là **Vô Niệm**); (4) quán vô thường để tâm an trú vô ngã.

Chúng ta có thể nhận ra một số điểm:

-- Đức Phật không dạy nhập định, thậm chí cũng không bảo ngài Meghayi phải vào sơ thiền.

-- Đức Phật dạy rằng theo thứ tự trước tiên là tâm phải *ly tham*, rồi phải *ly sân*, rồi phải tập hơi thở để *ly niệm*, và tận cùng là *quán vô thường*.

-- Kết quả là Niết bàn trong hiện tại (HT Minh Châu dịch), hiểu là đạt được Niết bàn tức khắc, ở đây và bây giờ. Ireland dịch là: *Nibbana here and now*. Thanissaro dịch là: *unbinding right in the here-&-now*. Anandajoti dịch là: *in this very life reaches Emancipation*.

Tuy kinh này nói riêng cho ngài thị giả Meghayi, nhưng sẽ thích nghi với nhiều người chúng ta. Rằng không nhất thiết phải tu tứ thiền bát định. Rằng niệm

## NGUYỄN GIÁC

hơi thở không cần phức tạp, chỉ cần niệm hơi thở ra và vào để tới mức ly niệm (không nên hiểu là xóa sổ niệm, chỉ nên hiểu tương đối là khi thở, để tâm phẳng lặng như mặt hồ là đủ). Và quán vô thường là sẽ thấy vô ngã, là Niết bàn tức khắc.

Như thế nào để quán vô thường? Có thể cảm thọ vô thường qua các chuyển biến thân tâm như sau. Khi bạn từ ngoài nắng bước vào nhà, sẽ cảm thọ, nhận ra thân tâm chuyển biến. Tương tự, khi bạn từ trong nhà bước ra nắng, sẽ cảm thọ thân tâm chuyển biến. Bạn nhấp ngụm nước, sẽ cảm thọ chuyển biến khi nước lan vào người. Khi bạn ngồi thở, sẽ cảm thọ thân tâm chuyển biến theo từng hơi thở. Từng khoảnh khắc tới rồi biến mất tức khắc, đó là cơn gió vô thường trôi chảy nơi thân tâm bạn. Khi cảm thọ vô thường, bạn không níu được cái đã qua, cả ba thời quá-hiện-vị lai đều biến mất trên thân tâm bạn. Từng khoảnh khắc hãy thọ nhận vô thường trôi chảy trên thân tâm. Đó là kinh vô tự, vì chữ nghĩa là cái của quá khứ, mà bạn đã quăng bỏ quá khứ rồi. Khi cảm thọ vô thường, bạn đang sống với cái **Tâm Không Biết**, với **Cái Chưa Từng Biết**, với cái **The Unknown**. Cảm thọ vô thường trên thân tâm hiện tiền như thế, Tổ Sư Thiền còn gọi là “không một pháp trao cho người.” Vì hễ nói có pháp nào để an tâm, đều là chữ nghĩa của quá khứ. Cũng gọi là Vô Tâm, vì hễ khởi tâm gì cũng là mất liền cái cảm thọ vô thường hiện tiền. Còn gọi là Vô Ngôn, vì hễ mở lời cũng là chuyện của quá khứ. Đức Phật nơi đây gọi cảm thọ dòng chảy vô thường là an trú vô ngã, là an trú Niết Bàn ở đây và bây giờ, tiếng Anh còn gọi là **Nibbana here and now**.



## ĐỀ NGHỊ TÔNG CHỈ PHẬT

### THAM KHẢO:

Bản của HT Minh Châu:

<https://thuvienhoasen.org/p15a1536/chuong-04-05>

Bản của Anandajoti:

<https://suttacentral.net/ud4.1/en/anandajoti>

Bản của Ireland:

<https://www.accesstoinsight.org/tipitaka/kn/ud/ud.4.01.irel.html>

Bản của Thanissaro:

<https://www.accesstoinsight.org/tipitaka/kn/ud/ud.4.01.than.html>

# TÂM TỪ: ĐỌC TRONG MÙA VU LAN

Bài viết này để cúng dường Tam Bảo; tất cả phước đức xin hồi hướng tới cha mẹ nhiều đời và tất cả chúng sinh ba cõi.

Đọc trong mùa Vu Lan, cũng là đọc trong tất cả mọi thời. Bởi vì Vu Lan, dựa vào tích Ngải Mục Kiền Liên vào cõi nạ quỷ tìm cứu mẹ, là nơi lửa cháy không ngừng, nơi đói khát không ngừng; do vậy, lòng con không giây phút nào ngưng nghĩ tới việc cứu mẹ. Trong khi đó, Đức Phật đã dạy, tất cả chúng sinh đều đã từng là cha mẹ đời trước của mình. Bài này nói về Kinh Từ Bi, một phần trong 11 pháp môn, tới cái nhìn Vô thường, rồi tới cái nhìn Duy Thức, và rồi từ Duy Thức khởi tâm đại bi. Các ý phức tạp trong bài, sẽ ghi nhiều bản dịch để đối chiếu.

## KINH TỪ BI

Bài Kinh về Tâm Từ, còn gọi là Từ Kinh, hay Từ Bi Kinh, tiếng Anh gọi là Metta Sutta, còn gọi là Karaniya Metta Sutta.

Kinh này xuất hiện hai lần trong Tạng Pali:

- Kinh Tập 1.8 (Sutta Nipata -- Sn 1.8);
- Kinh Tiểu Tụng số 9 (Khuddakapāṭha -- Khp 9).

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Theo truyền thuyết, một nhóm các vị sư vào rừng ngồi thiền, kinh hãi vì các chúng sinh phi nhơn. Sau khi được các sư kể lại và hỏi về phương pháp đối phó với các chúng sinh phi nhơn, Đức Phật dạy bài kinh Metta Sutta làm pháp đối trị sợ hãi. Các vị sư tụng kinh này và cảm thấy bình an, trong khi các chúng sinh cõi phi nhơn trong rừng cũng hoan hỷ.

Thầy Thích Thiện Châu dịch về nguyên nhân giảng kinh như sau:

*“Các thầy tỳ kheo thường hành thiền dưới các cội cây to lớn. Ban đầu chư thiên cư ngụ trên cây rất vui mừng và để tỏ lòng kính trọng chư tăng, họ đã tạm dời xuống mặt đất. Nhưng sau một thời gian, cuộc sống dưới mặt đất rất bất tiện nên họ đâm ra bực bội. Biết không thể nào chịu đựng được như vậy trong 3 tháng nên chư thiên đã tìm đủ mọi cách để xua đuổi các thầy tỳ kheo ra khỏi khu rừng. Họ đã biến hóa ra những hình ảnh ghê sợ, những âm thanh rùng rợn và các mùi hôi thối để làm nản lòng các thầy. Trước những cảnh tượng kinh hoàng, tâm của các thầy bắt đầu dao động, sợ hãi, và đâm ra mất ăn, mất ngủ, thân thể bệnh hoạn, ốm yếu, gầy mòn. Tinh thần không còn yên ổn để hành thiền. Do đó các thầy cùng nhau quay về Savatthi để xin đức Phật cho nhập hạ tại một nơi khác.*

Đức Phật hỏi nguyên do và nhận thấy không có chỗ nào thích hợp hơn khu rừng, nên ngài khuyên các thầy nên trở về chỗ cũ và dạy cho các thầy bài kinh Từ Bi để tự bảo vệ khỏi sự quấy phá của chư thiên. Các thầy tuân lời và học thuộc lòng bài kinh này trước khi trở lại khu rừng.

Trên đường trở về cũng như khi đến nơi, các thầy đều tụng bài kinh này và tập rải tâm từ cho chư thiên khiến họ hoan hỷ nên họ không còn quấy phá các thầy nữa. Nhờ vậy mà các thầy sống yên ổn tu hành, tinh

*tân hành thiên và đều đắc quả sau mùa an cư năm đó.”*  
[Nói kết bản Việt dịch và 19 bản Anh dịch ở (1)].

Kinh này dạy, tóm tắt là: người tu hãy khéo léo trong thiện pháp, giữ tâm bình an, sống biết đủ, nói lời dịu dàng, không làm bất cứ việc gì mà bậc trí có thể khiển trách, hãy ước muốn rằng tất cả chúng sinh sống hạnh phúc và bình an và ước muốn tất cả chúng sinh biết tự vui trong tâm. Hãy nguyện rằng tất cả chúng sinh (dù loài yêu hay mạnh, lớn hay nhỏ, được thấy hay không được thấy, dù gần hay xa, đã sanh ra hay chưa sanh ra) đều được an lạc, nguyện cho không chúng sinh nào bức hại bất kỳ chúng sinh nào, nguyện cho không chúng sinh nào khởi sân tâm với bất kỳ chúng sinh nào. Hãy mở tâm từ vô lượng hướng về tất cả chúng sinh y hệt như bà mẹ hướng tâm về đứa con duy nhất của bà. Hãy chiếu sáng tâm từ bi yêu thương này tới khắp các thế giới (cõi trên, cõi dưới và khắp bốn hướng), hãy giữ chánh niệm từ bi như thế trong khi đi đứng nằm ngồi – đó là an trú tối thượng. Trong khi hướng tâm như thế, **không nắm giữ bất kỳ kiến nào** (*free from any view, not holding to fixed views*), sống giới hạnh, sẽ có tuệ nhãn, sẽ kết thúc ái dục, và sẽ không tái sanh vào thai bào nữa (hiểu là: hoặc đắc quả A La Hán, hoặc quả Bất Lai).

Đoạn văn cuối vừa tóm lược, cho thấy Từ Bi sẽ dẫn tới Giải Thoát. Nói “*không nắm giữ bất kỳ kiến nào,*” dẫn theo Thiền Tông VN là “*hữu vô câu bất lập.*” Hay một cách khác: **giữ tâm vô sở trụ** (dù bất kỳ kiến nào với sắc, thọ, tưởng, hành, thức).

Điểm vừa nói rất quan trọng. Vì trong Kinh MN 97 -- Dhananjani Sutta, Đức Phật rầy ngài Xá Lợi Phất vì đã dạy ông cụ Dhananjani đang trọng bệnh sắp chết pháp Từ vô lượng, Bi vô lượng, Hỷ vô lượng, Xả vô lượng theo cách để khi chết sẽ về cộng trú cõi Phạm

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Thiên, trong khi lẽ ra phải dạy tới cảnh giới cao thượng hơn.

Kinh MN 97 viết:

*“Rồi Thế Tôn gọi các Tỷ-kheo: Này các Tỷ-kheo, dầu cho có những cảnh giới cao thượng hơn cần phải chứng, Sāriputta sau khi an trú Bà-la-môn Dhananjani vào Phạm thiên giới thấp kém, đã từ chỗ ngồi đứng dậy và ra đi...”* (2)

### TÂM TỪ TRONG 11 PHÁP MÔN

Đức Phật đưa Thiên Tâm Từ vào nhóm 11 pháp môn. Nghĩa là, 11 cửa giải thoát. Trong đó, bất kỳ cửa nào cũng có thể đưa chúng sinh giải thoát.

Kinh nói về 11 pháp môn được ghi trong hai kinh:

-- MN 52: Atthakanagara Sutta (Trung Bộ Kinh MN 52). HT Thích Minh Châu dịch là Kinh Bát Thành.

-- AN 11.17: Dasama Sutta (Tăng Chi Kinh AN 11.17). HT Thích Minh Châu dịch là Kinh Gia Chủ Dasama.

Nơi đây, chúng ta sẽ nói về Kinh MN 52. Các nội kết kinh bản Việt dịch và Anh dịch sẽ ở ghi chú (3).

Trong Kinh MN 52, Đức Phật dạy rằng **có 11 cửa giải thoát**, dù tu theo bất kỳ cửa nào cũng sẽ ra khỏi căn nhà lửa.

Bản dịch của HT Thích Minh Châu trong MN 52 viết rằng, trích:

*"Khi được nghe nói vậy, Gia chủ Dasama, người ở thành Atthaka bạch Tôn giả Ānanda:*

*—Bạch Tôn giả Ānanda, như người tìm một kho tàng cát dầu, trong một lúc tìm được mười một kho tàng cát dầu. Cũng vậy, bạch Tôn giả, con đi tìm một pháp môn bất tử mà được nghe một lần mười một pháp môn bất tử. Bạch Tôn giả, như ngôi nhà người ta có đến mười một cửa, khi ngôi nhà bị cháy, thì chỉ do một*

*cửa người ta cũng có thể thoát ra một cách an toàn. Cũng vậy, bạch Tôn giả, chỉ với một cửa bất tử trong mười một cửa bất tử này, con có thể đạt được sự an toàn cho con.*" (ngưng trích)

Lời của gia chủ Dasama trong bản Anh dịch của Bhikkhu Bodhi là:

*"...while I was seeking one door to the Deathless, I have come all at once to hear of eleven doors to the Deathless. Just as if a man had a house with eleven doors and when that house caught on fire, he could flee to safety by any one of these eleven doors, so I can flee to safety by any one of these eleven doors to the Deathless."* (Dịch: Trong khi con tìm một cửa tới Bất tử, còn cùng một thời pháp được nghe 11 pháp môn dẫn tới Bất tử. Y hết một người trong căn nhà có 11 cửa, và khi nhà bốc cháy, người đó có thể thoát ra an ổn nhờ bất kỳ một trong 11 cửa này, do vậy con có thể thoát ra an toàn nhờ bất kỳ cửa nào trong 11 cửa tới Bất tử.)

Tới đây, câu hỏi là, đó là 11 pháp môn nào?

Duyên khởi Kinh MN 52 là, gia chủ Dasama hỏi Ngài Ananda, trích:

"—*Bạch Tôn giả Ananda, có pháp độc nhất gì do Thế Tôn, bậc Tri Giả, Kiến Giả, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác tuyên bố, nếu có Tỷ-kheo nào không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần sống hành trì pháp ấy, thời tâm chưa giải thoát của vị ấy được giải thoát, hay các lậu hoặc chưa được đoạn trừ đi đến đoạn trừ, hay pháp an ổn khỏi các ách phược chưa được chứng đạt được chứng đạt?*"(ngưng trích)

HT Thích Minh Châu dịch là “pháp độc nhất” – chúng ta nên hiểu là “pháp đơn độc” vì ngài không có ý nói là “pháp duy nhất” vì Kinh này liệt kê 11 cửa giải thoát khác nhau.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Bhikkhu Bodhi dịch là: “*Venerable Ānanda, has any one thing been...*” (có bất kỳ một pháp nào).

Bhikkhu Sujato dịch là: “*Sir, Ānanda, is there one thing that has been...*” (có một pháp nào).

Ngài Ananda nói rằng về pháp thứ nhất, đó là **từ Sơ thiên đi thẳng tới Niết Bàn**. Kinh viết, trích:

“—Ở đây, này Gia chủ, Tỷ-kheo ly dục, ly bất thiện pháp chứng và trú Thiên thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tâm, có tứ. Vị ấy suy tư và được biết: “Sơ Thiên này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp hữu vi, do suy tư tác thành, thời sự vật ấy là vô thường, chịu sự đoạn diệt”. Vị ấy vững trú ở đây, đoạn trừ được các lậu hoặc. Và nếu các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyến pháp này, do hoan hỷ pháp này, vị ấy đoạn trừ được năm hạ phần kiết sử, được hóa sanh, nhập Niết-bàn tại cảnh giới ấy, khỏi phải trở lui đời này. Này Gia chủ, như vậy là pháp độc nhất...” (ngưng trích)

Bản Anh dịch của Bhikkhu Bodhi: “*He considers this and understands it thus: ‘This first jhāna is conditioned and volitionally produced. But whatever is conditioned and volitionally produced is impermanent, subject to cessation.’ If he is steady in that, he attains the destruction of the taints...*” (Dịch: Người đó suy tư và hiểu rằng, tầng sơ thiên này là pháp hữu vi, do hành tạo tác, nhưng bất cứ những gì hữu vi và do hành tạo tác đều là vô thường, sẽ phải đoạn diệt. Nếu vị này an trú trong hiểu biết này, sẽ phá hủy được các lậu hoặc...”

Nghĩa là, cửa giải thoát thứ nhất là **từ Sơ thiên, suy tư, nhận ra, vững trú trong cái thấy vô thường**, từ đây đoạn trừ lậu hoặc, nhập Niết bàn.

Kinh viết tiếp, cửa giải thoát thứ nhì là vào Nhị thiên, tương tự như trên. Tương tự, với Tam thiên và

## NGUYỄN GIÁC

Từ thiền. Nghĩa là, với mỗi tầng thiền, đều có thể hướng tâm suy tư và nhận ra pháp ấn vô thường.

Pháp môn thứ 5, hay cửa giải thoát thứ 5, là Thiền Tâm Từ.

Kinh MN 52 viết, trích:

*“Lại nữa, này Gia chủ, Tỷ-kheo an trú biến mãn một phương với tâm câu hữu với từ; cũng vậy phương thứ hai, cũng vậy phương thứ ba, cũng vậy phương thứ tư. Như vậy cùng khắp thế giới, trên dưới bề ngang, hết thảy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy an trú biến mãn với tâm câu hữu với từ, quảng đại, vô biên, không hận, không sân. Vị ấy suy tư và được biết: “Từ tâm giải thoát này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp hữu vi, do suy tư tác thành, thời sự vật ấy là vô thường, chịu sự đoạn diệt”. Vị ấy do vững trú ở đây, đoạn trừ được các lậu hoặc. Và nếu các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyến pháp này, do hoan hỷ pháp này, vị ấy đoạn trừ được năm hạ phần kiết sử, được hóa sanh, nhập Niết-bàn tại cảnh giới ấy, khỏi phải trở lui đời này.”(ngưng trích)*

Nghĩa là, ngay pháp **tu Từ vô lượng, hãy suy tư, nhận biết, vững trú trong cái thấy vô thường**, từ đây đoạn trừ lậu hoặc, nhập Niết bàn.

Tiếp theo, Kinh nói về Bi, Hỷ và Xả tâm vô lượng – tương tự như trên.

Tổng cộng các ý trên là 8 pháp môn giải thoát.

Kinh nói tiếp về ba pháp định -- Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ -- trong khi vào bất kỳ định nào trong ba định này, người tu khởi tâm suy tư và biết, trích:

*“...định này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp hữu vi, do suy tư tác thành thời sự vật ấy là vô thường, chịu sự đoạn diệt”. Vị ấy vững trú ở đây, đoạn trừ được các lậu hoặc. Và nếu các lậu*



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyến pháp này, do hoan hỷ pháp này, vì ấy đoạn trừ được năm hạ phần kiết sử, được hóa sanh, nhập Niết-bàn tại cảnh giới ấy, khỏi phải trở lui đời này.”(ngưng trích)*

Như thế, bất kỳ pháp nào trong 11 pháp môn vừa nói đều là cửa giải thoát, như kinh ví dụ là ngôi nhà có 11 cửa, khi nhà cháy, cửa nào cũng đưa ra thoát bình an.

Điểm để suy nghĩ: Kinh MN 52 không nói gì về hai pháp định được xem là vi tế hơn ba pháp định nêu trên: Phi tướng phi phi tướng xứ định và Diệt thọ tướng định. Tại sao? Tại sao hai pháp định này không được xem là cửa giải thoát? Đọc kỹ, chúng ta có thể suy đoán rằng, vì trong hai cảnh giới định này, không còn tướng nữa.

Không còn tướng, cũng có nghĩa là không thể suy tư (để nhận biết pháp ấn vô thường), như 11 pháp môn dẫn trên.

Một điểm để suy nghĩ nữa: trong 11 pháp môn nêu trên, Đức Phật không nói về Tứ Niệm Xứ và Tam Giải Thoát Môn. Không phải là Đức Phật phân biệt cao thấp, nhưng chỉ vì muốn đưa ra nhiều pháp môn cho học nhân tiện dụng. Trong khi Tứ Niệm Xứ là niệm thân/thọ/tâm/pháp, và trong khi Tam Giải Thoát Môn là vào các tam muội Không, Vô Tướng, Vô Tác, nhóm 11 pháp môn trong Kinh MN 52 có thể nói cho gọn là **Suy Tư Để Nhận Biết và Vững Trú trong Cái Thấy Vô Thường**. Điểm chung trong 11 cửa giải thoát nêu trên, hành giả chọn bất kỳ cửa nào cũng được, và rồi suy tư, nhận biết, vững trú trong cái thấy vô thường, từ đây đoạn trừ lậu hoặc, nhập Niết bàn.

Và Vô thường, tất nhiên Khổ, tất nhiên Vô ngã. Nghĩa là, ba pháp ấn, nói theo Nam Tông. Nói theo Bắc Tông, sẽ thêm Không, gọi là tứ pháp ấn. Gọi chung, một chữ là Duyên Khởi, là vì cái này có, cho

nên cái kia có. Đức Phật nói các pháp y hết các cộng tranh dựa vào nhau mà có, không pháp nào độc lập hay tự hữu.

### NHẬN RA PHÁP ẮN VÔ THƯỜNG

Tới đây, câu hỏi là, làm sao nhận ra pháp ắn vô thường?

Đức Phật dạy trong nhiều kinh rằng tất cả pháp hữu vi là vô thường, và vì thế cho nên khổ (bất như ý), và vì thế cho nên vô ngã.

Trong Kinh SN 22.15 - Yadanicca Sutta, bản Việt dịch của HT Thích Minh Châu viết, trích:

*“Sắc, này các Tỷ-kheo, là vô thường; cái gì vô thường là khổ; cái gì khổ là vô ngã; cái gì vô ngã, cần phải như thật quán với chánh trí tuệ: “Cái này không phải của tôi; cái này không phải là tôi; cái này không phải tự ngã của tôi”.”* (4)

Tương tự với thọ, tưởng, hành, thức. Có nghĩa là, tất cả những gì chúng ta thấy, nghe, cảm thọ, suy nghĩ, nhận biết... đều là vô thường, đều là khổ, đều là vô ngã. Và hành giả trong mọi trường hợp đều như thật quán: *“Cái này không phải của tôi; cái này không phải là tôi; cái này không phải tự ngã của tôi.”*

Kinh vừa dẫn chỉ ngắn như thế. Nhưng đối với một số trường hợp, Đức Phật giải thích chi tiết hơn, để không ngộ nhận là hư vô.

Trong Kinh MN 22 - Ví Dụ Con Rắn, Đức Phật nói về những lời xuyên tạc, và nói rằng nhận ra pháp ắn mới là hạnh phúc, an lạc lâu dài:

*“Chư Tỷ-kheo, Ta nói như vậy, thuyết như vậy, một số Sa-môn, Bà-la-môn xuyên tạc Ta một cách phi chơn, hồ đồ, hư vọng, không thực: “Sa-môn Gotama chủ trương chủ nghĩa hư vô, đề cao đoạn diệt, hủy diệt, sự tiêu diệt các hữu tình”. Nhưng này các Tỷ-kheo, Ta không là như vậy, Ta không nói như vậy...”*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*Chư Tỷ-kheo, sắc không phải của các Ông, hãy từ bỏ sắc. Các Ông từ bỏ sắc sẽ đưa lại hạnh phúc, an lạc lâu dài cho các Ông.” (5)*

Tương tự với thọ, tưởng, hành, thức. Nghĩa là, xả ly không phải là hư vô đoạn diệt, mà chính là an lạc, hạnh phúc.

Tới đây, câu hỏi là, nên **quán vô thường như thế nào?**

Trong Kinh SN 22.102, bản Việt dịch của HT Thích Minh Châu viết về pháp quán tưởng vô thường, trích:

*"Tu tập vô thường tưởng như thế nào, này các Tỷ-kheo, làm cho sung mãn như thế nào mà tất cả dục tham được đoạn tận... tất cả ngã mạn được tận trừ?"*

*Đây là sắc; đây là sắc tập khởi; đây là sắc đoạn diệt; đây là thọ ... đây là tưởng ... đây là các hành... đây là thức; đây là thức tập khởi; đây là thức đoạn diệt.*

*Vô thường tưởng được tu tập như vậy, này các Tỷ-kheo, được làm cho sung mãn như vậy, tất cả dục tham được đoạn tận, tất cả sắc tham được đoạn tận; tất cả hữu tham được đoạn tận; tất cả vô minh được đoạn tận; tất cả ngã mạn được tận trừ." (5)*

Nghĩa là, thấy như thế là như thế...

Bản tiếng Anh của Bhikkhu Bodhi là: *Such is form, such its origin, such its passing away...*

Bản tiếng Anh của Bhikkhu Sujato là: *Such is form, such is the origin of form, such is the ending of form...*

Có thể dịch theo văn phong Thập như thị của Kinh Pháp Hoa là: Như thị sắc, như thị sắc khởi, như thị sắc diệt...(tương tự với thọ, tưởng, hành, thức).

Có thể dịch theo Kinh Bahiya (Kinh Ud 1.10) là: Trong cái được thấy sẽ chỉ là cái được thấy, trong cái được thấy tập khởi sẽ chỉ là cái được thấy tập khởi,

## NGUYỄN GIÁC

trong cái được thấy biến diệt sẽ chỉ là cái được thấy biến diệt...

Trong cái thấy như thế, cái thấy như thị, sẽ không còn thời gian. Hoàn toàn không còn thời gian nữa.

Trong Kinh Nhất Dạ Hiền Giả (Kinh MN 131), Đức Phật dạy rằng hãy an trú trong hiện tại:

*Quá khứ không truy tìm*

*Tương lai không ước vọng.*

*Quá khứ đã đoạn tận,*

*Tương lai lại chưa đến,*

*Chỉ có pháp hiện tại...*

Nhưng trong Kinh Bahiya, Đức Phật nói có pháp tu sẽ tức khắc xa lìa cả ba thời quá khứ, vị lai và hiện tại: **Khi thấy các pháp như thế là như thế, sẽ không có kiến nào khởi lên**, tất nhiên sẽ không bụi nào bám được, tất nhiên giải thoát.

Bản dịch của HT Thích Minh Châu: *Này Bàhiya, Ông không là đời này, không là đời sau, không là đời chặng giữa. Như vậy là đoạn tận khổ đau.*(6)

Bản dịch Anandajoti: *Bāhiya, you will not be here or hereafter or in between the two—just this is the end of suffering...* (6)

Nói theo Kinh Pháp Hoa, nếu chúng ta giữ được cái nhìn như Ngài Bahiya, thì trong khi đứng ngồi ngay đây là Tích Môn nhưng cả một thế giới Bản Môn đã hiển lộ ra bao la tức khắc.

### **KHÔNG NẮM GIỮ KIẾN NÀO**

Câu hỏi là, tại sao khi nhìn các pháp, lại cần có cái nhìn Như Thị?

Trả lời: Bởi vì Như Lai không nắm giữ bất kỳ kiến nào (ý này đã nói trong Metta Sutta).

Chữ kiến đây, có nghĩa là kiến (lập trường) về có/không, một/nhiều, hữu biên/vô biên, chơn/vọng, vân vân.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Đức Phật dạy rằng ngài không hề có một kiến nào như thế, mọi chuyện nắm giữ kiến nào sẽ chỉ là tà kiến.

Trong Kinh MN 72 - Aggi-vacchagotta Sutta, bản Việt dịch của HT Thích Minh Châu viết:

*"Này Vaccha, tà kiến đã được Như Lai đoạn trừ. Nhưng này Vaccha, đây là điều Như Lai đã thấy: "Đây là sắc, đây là sắc tập, đây là sắc diệt..."* Tương tự với thọ, tưởng, hành, thức.

Nghĩa là, Đức Phật dạy cái nhìn: như thị sắc, như thị sắc tập, như thị sắc diệt...

Bản Anh dịch của nhà sư Thanissaro viết về câu vấn đáp này như sau:

*"Does Master Gotama have any position at all?"*

*"A 'position,' Vaccha, is something that a Tathagata has done away with. What a Tathagata sees is this: 'Such is form, such its origination, such its disappearance; such is feeling, such its origination, such its disappearance...'" (7)*

DỊCH:

*"Hỏi: Ngài Gotama có bất kỳ quan kiến (lập trường) nào không?"*

*"Đáp: Vaccha, quan kiến là cái Như Lai đã xóa sổ rồi. Cái một bậc Như Lai nhìn thấy là thế này: Như thị sắc, như thị sắc khởi, như thị sắc diệt; như thị thọ, như thị thọ khởi, như thị thọ diệt..."*

### THẤY MỘT, LÀ THẤY TẤT CẢ

Trong cái thấy như thế, thời gian biến mất.

Bởi vì, tiến trình "sinh, trụ, dị, diệt" (sinh khởi, an trụ, biến chuyển, tịch diệt) tức khắc chỉ còn là "sinh/diệt" – nghĩa là, **trong cái sinh đã tức khắc là cái diệt.**

Thấy như thế, lập tức khi thấy Khổ Đế hiện ra, là tức thì nhận ra Tập Đế, Diệt Đế và Đạo Đế. Và tương

tự với bất kỳ đế nào. Tứ Thánh Đế đồng thời hiển lộ trong cái nhìn Như Thị. Cái nhìn này cũng là pháp tu của Thiên Tông. Đây là pháp khó tin, khó hiểu, khó vào.

Trong Kinh SN 56.30 -- Gavampati Sutta, Đức Phật dạy rằng *thấy một diệu đế, là thấy tức khắc bốn diệu đế.*

Bản Việt dịch của HT Thích Minh Châu viết rằng Tôn giả Govampati lập lại lời Đức Phật dạy:

*“Này các Tỷ-kheo, ai thấy Khổ, người ấy cũng thấy Khổ tập, cũng thấy Khổ diệt, cũng thấy Con Đường đưa đến Khổ diệt. Ai thấy Khổ tập, người ấy cũng thấy Khổ, cũng thấy Khổ diệt, cũng thấy Con Đường đưa đến Khổ diệt. Ai thấy Khổ diệt, người ấy cũng thấy Khổ, cũng thấy Khổ tập, cũng thấy Con Đường đưa đến Khổ diệt. Ai thấy Con Đường đưa đến Khổ diệt, người ấy cũng thấy Khổ, cũng thấy Khổ tập, cũng thấy Khổ diệt”.*

Bản Anh dịch của Bhikkhu Bodhi:

*“Bhikkhus, one who sees suffering also sees the origin of suffering, also sees the cessation of suffering, also sees the way leading to the cessation of suffering. One who sees the origin of suffering also sees suffering, also sees the cessation of suffering, also sees the way leading to the cessation of suffering. One who sees the cessation of suffering also sees suffering, also sees the origin of suffering, also sees the way leading to the cessation of suffering. One who sees the way leading to the cessation of suffering also sees suffering, also sees the origin of suffering, also sees the cessation of suffering.” (8)*

Như thế nghĩa là gì? Làm sao thấy một Diệu đế, là tức khắc thành tựu cả Tứ Diệu Đế.

Câu trả lời rằng, như thế, Đức Phật tuyên thuyết rằng vạn pháp chỉ là thức. Hay, muôn pháp chỉ là tâm.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Và do vậy, tiến trình thấy một mà thành tựu cả bốn, nói theo Thiền Tông, xảy ra ngay trong một niệm. *Ngoài một niệm ra, không thể ai thấy một sự thật vi diệu mà nhận ra cả bốn sự thật vi diệu như thế.* Nghĩa là, chỉ trong thế giới Duy Thức mới hiện lộ như thế.

### VẠN PHÁP LÀ THỨC

Phương pháp lý luận trong nhiều kinh, Đức Phật đã dạy rằng, thế giới không là thân tâm này mà hiện hữu, và đi tận cùng thế giới cũng không ra khỏi khối sắc-thọ-tưởng-hành-thức này. Trong Kinh SN 12.44 - Loka Sutta, Đức Phật dạy rằng thế giới tập khởi và tịch diệt cũng là từ mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý – tức là từ 6 căn, hiện lộ 6 trần, sinh 6 thức. Duyên khởi như thế, thế giới đã tập khởi và đoạn diệt.

Bản Việt dịch của HT Thích Minh Châu viết, trích:

*“Do duyên con mắt và các sắc, nhãn thức khởi lên. Do ba cái tụ họp, nên có xúc. Do duyên xúc nên có thọ. Do duyên thọ nên có ái. Do duyên ái nên có thủ. Do duyên thủ nên có hữu. Do duyên hữu nên có sanh. Do duyên sanh, nên có già chết, sầu, bi, khổ, ưu, não sanh khởi. Đây là thế giới tập khởi...”* (9)

Tương tự với tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Có nghĩa là, thế giới chỉ là thức. Nếu không nhìn như thế, sẽ không giải thích được Khổ đế, và sẽ không nhận ra Đạo đế. Như thế, các luận sư đời sau trong phái Duy Thức của Bắc Tông chỉ là khai triển thêm.

Hỏi thêm: Cái gì làm nên thân, tâm và thế giới? Câu trả lời đơn giản là nghiệp. Để giải thoát ra khỏi nghiệp sẽ là trí tuệ. Và trí tuệ giải thoát đó sẽ không phải là pháp sanh diệt, vì nếu là pháp hữu vi, tất nhiên sẽ biến mất, không gọi là giải thoát. Do vậy, giải thoát phải là từ pháp vô vi, pháp lìa sanh diệt. Và đó phải là một thức xa lìa đất, nước, gió, lửa...

## NGUYỄN GIÁC

Đức Phật giải thích trong Kinh MN 49 - Kinh Phạm Thiên Cầu Thỉnh về một thức xa lìa tất cả kinh nghiệm.

Bản dịch của HT Thích Minh Châu, khi Đức Phật nói với Phạm Thiên rằng nếu không nhận ra thức này thì mọi chuyện trở thành vô ích, trích:

"—*Này Tôn giả, đối với tất cả, nếu Tôn giả không lãnh thọ nhất thiết tánh, thì đối với Tôn giả, trở thành trống không, trống rỗng, Thức là phi sở kiến, không biên tế, chói sáng tất cả, nếu không thể lãnh thọ đại đại ngang qua đại tánh, không thể lãnh thọ thủy đại ngang qua thủy tánh, không thể lãnh thọ hỏa đại ngang qua hỏa tánh, không thể lãnh thọ phong đại ngang qua phong tánh, không thể lãnh thọ chủng sanh ngang qua chủng sanh tánh, không thể lãnh thọ chư Thiên ngang qua chư Thiên tánh...*" (ngưng trích)

Bản dịch của Bhikkhu Thanissaro, trích:

"*If, good sir, you have directly known the extent of what has not been experienced through the allness of the all, may it not turn out to be actually vain and void for you.'*

"*Consciousness without surface,  
endless, radiant all around,  
has not been experienced through the earthness of earth ... the liquidity of liquid ... the fieriness of fire ... the windiness of wind ... the allness of the all.*" (ngưng trích)

DỊCH:

[Đức Phật dạy]: Tôn giả, nếu ông không biết trực tiếp những gì không được kinh nghiệm xuyên qua cái tất cả của tất cả, hy vọng [hiểu biết về thức này] sẽ không vô ích cho người.

*Thức không hiện tướng,  
[thức] vô tận, [thức] chiếu sáng khắp cõi,*



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*[thức] không được kinh nghiệm xuyên qua tánh đất của đất... tánh chảy của nước... tánh lung linh của lửa... tánh gió của gió... cái tất cả của tất cả."*

Tương tự, bản Anh dịch của Sujato:

*"Well, good sir, if you have directly known that which is not within the scope of experience based on all, may your words not turn out to be void and hollow!*

*Consciousness that is invisible, infinite, radiant all round—that's what is not within the scope of experience based on earth, water, fire, air, creatures, gods, the Creator, Brahmā, the gods of streaming radiance, the gods replete with glory, the gods of abundant fruit, the Overlord, and the all."* (10)

Làm cách nào nương vào thức để xa lìa tham sân si, để danh-sắc tịch diệt?

Trong Kinh DN 11 -- Kevaṭṭa Sutta, bản dịch của HT Thích Minh Châu các câu áp chót ghi lời Đức Phật dạy về giải thoát, khi danh-sắc tịch diệt, trích:

*"Này Tỳ-kheo, câu hỏi phải nói như sau:*

*"Chỗ nào mà địa đại, thủy đại, hỏa đại, phong đại, dài ngắn, tế, thô, tịnh, bất tịnh không có chân đứng? Chỗ nào cả danh và sắc tiêu diệt hoàn toàn?"* và đây là câu trả lời cho câu hỏi này:

*"Thức là không thể thấy, vô biên, biến thông hết thấy xứ. Ở đây, địa đại, thủy đại, hỏa đại, phong đại không có chân đứng.*

*Ở đây, cũng vậy dài, ngắn, tế, thô, tịnh và bất tịnh.*

*Ở đây danh và sắc tiêu diệt hoàn toàn.*

*Khi thức diệt, ở đây mọi thứ đều diệt tận."* (11)

Như thế, trong các mắc xích Duyên khởi, cắt đứt mắc xích nào cũng đều giải thoát.

## NGUYỄN GIÁC

Ly ái dục cũng giải thoát. Xa lìa thủ (vô sở trụ) cũng giải thoát. Xa lìa hành (không khởi tâm làm một pháp nào hết) cũng giải thoát.

Trong Kinh SN 12.38 - Cetana Sutta, bản Việt dịch của HT Thích Minh Châu dịch:

*"Này các Tỷ-kheo, nếu chúng ta không có tư niệm, không có tư lường, không có thâm ý, thời không có sở duyên cho thức an trú. Khi nào sở duyên không có mặt thời thức không an trú. Do thức ấy không an trú và không tăng trưởng, nên trong tương lai tái hữu không sanh khởi. Do sanh khởi tái hữu không có mặt trong tương lai, nên sanh, già chết, sầu, bi, ưu, não được đoạn diệt. Như vậy là sự đoạn diệt của toàn bộ khổ uẩn này."* (12)

Như thế, một thức xa lìa đất nước gió lửa như thế, một thức chiếu sáng và rỗng rang bao trùm khắp như thế... quý luận sư Bắc Tông còn gọi là Phật Tánh, vì y hết bông sen, trong ao đầy bùn vẫn không hề dính bùn.

Trong Kinh SN 12.64 - Atthiraga Sutta, có thể tóm tắt trong một câu là:

*"Chỗ nào không có thức an trú, tăng trưởng, chỗ ấy không có danh sắc sanh..."*

Trong kinh, Đức Phật giải thích chi tiết, rằng chúng sinh có 4 loại thức ăn, hễ khi thọ dụng 4 loại thức ăn mà khởi tâm tham là thức sẽ an trú và tăng trưởng, và thế là danh sắc sanh, tức là luân hồi sinh tử. Phân biệt 4 loại thức ăn này là:

-- đoàn thực, bản dịch Bodhi là nutriment edible food. Thí dụ, cơm, bánh mì, rau quả...

-- xúc thực, là nutriment contact. Thí dụ, chạm xúc, mắt thấy cảnh đẹp, tai nghe nhạc hay, mũi cảm thọ mùi thơm...

-- tư niệm thực (tâm hành), nutriment mental volition. Thí dụ, ước muốn chiến đấu hay chinh phục,

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

ước muốn sáng tạo hay phát minh, ước muốn xây dựng hay hủy diệt...

-- thức thực, nutriment consciousness. Đức Phật so sánh chúng sanh như một tù nhân, bị mũi giáo nhọn là thức thực đâm cho bị thương; mỗi ngày tù nhân này ba lần bị đâm, mỗi lần 300 mũi giáo của thức thực.

Đức Phật dạy trong Kinh SN 12.64 rằng:

*"...[Đối với 4 loại thức ăn đồ] không có tham, không có hỷ, không có ái, thời không có thức an trú, tăng trưởng. Chỗ nào không có thức an trú, tăng trưởng, chỗ ấy không có danh sắc sanh. Chỗ nào không có danh sắc sanh, chỗ ấy không có các hành tăng trưởng. Chỗ nào không có các hành tăng trưởng, chỗ ấy không có hữu tái sanh trong tương lai. Chỗ nào không có hữu tái sanh trong tương lai, chỗ ấy không có sanh, già chết trong tương lai. Chỗ nào không có sanh, già chết trong tương lai, Ta nói rằng chỗ ấy không có sâu, không có khô, không có não." (13)*

Làm sao để thức không an trú? Kinh này nói rằng thức y hệt như tia nắng chiếu vào căn nhà, mà nhà này không có bức tường nào dù ở hướng đông, tây, nam, bắc, và thức này chiếu vào chỗ không có đất, không có nước... thì thức này không an trú vào đâu cả. Thế là, giải thoát.

Bởi vì, bản tâm là chói sáng, và bụi là từ ngoài vào.

Kinh AN 1.51-60, bản Việt dịch của HT Thích Minh Châu viết:

*"Tâm này, này các Tỷ-kheo, là sáng chói. Và tâm này bị ô nhiễm bởi các cấu uế từ ngoài vào... Tâm này, này các Tỷ-kheo, là sáng chói. Và tâm này được gột sạch các cấu uế từ ngoài vào..." (14)*

Tới đây, câu hỏi là, làm sao thấy các pháp đều từ tâm mà ra?

## NGUYỄN GIÁC

Trước tiên, nên thấy Đức Phật dạy rằng thế giới cõi này chỉ là 12 xứ, gồm 6 nội xứ (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý) và 6 ngoại xứ (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp). Khi tính tới tương tác, thế giới này chỉ là 18 giới – bao gồm 12 xứ vừa nói, cộng thêm nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức.

Như thế, khi vũ trụ tương tác để sinh khởi và tịch diệt, theo giải thích này, chỉ là thế giới vũ trụ của thức.

Như thế, pháp ấn vô thường nằm trong luật Duyên khởi, vì cái này có cho nên cái kia có.

Như thế, tất cả thế giới chỉ là hợp thể, và không có gì đứng riêng để gọi là tự ngã, thí dụ như cỗ xe gồm bánh xe, mui xe, càng xe... ráp lại, chớ không có gì gọi là xe.

Ngay cả khi nghiền cả thế giới cho thành vi trần, các hạt vi trần cũng theo luật duyên khởi vì không thể đứng riêng mà thành, vì phải tựa vào hạt khác ở đông tây nam bắc...

Ngay cả những gì tưởng là kiên cố, như ngọn núi, cũng thực sự là rỗng rang không tự thể, vì là các khối đá và các bụi cây hợp lại.

Ngọn núi cũng có thể được nhìn theo phương pháp Đức Phật dạy, rằng chớ xem núi là núi, mà hãy thấy rằng cái gọi là núi đó chỉ là cái được thấy, trong đó có màu xanh của rừng được thấy và nhiều màu nâu dị biệt của đá và đất... Nghĩa là, khi núi được nhìn như “cái được thấy,” tức khắc thế giới với chúng ta chỉ là thế giới Duy Thức. Đó cũng là khi chư tổ nói rằng không ngờ tâm này bao trùm khắp núi non sông hồ... Và như thế, là Tứ Diệu Đế thành tựu chỉ trong một sát na, trong một khoảnh khắc.

Đó là lý do, chư tổ Thiên Tông nói, vạn pháp chỉ là nhất tâm, trong khi thế giới là duy thức sở biến. Giữ mãi cái nhìn này, sẽ nhận ra lý Duyên Khởi, sẽ nhận ra pháp ấn vô ngã và pháp ấn vô thường... Tới đây, là trở

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

lại lời dạy “suy tư, nhận ra, vững trú trong cái thấy vô thường” trong 11 pháp môn đã nói ở trên. Và trong 11 pháp môn đó, Tâm Từ là một cửa giải thoát.

Khi đã thấy tất cả các pháp chỉ là duy thức sở biến, cũng là thấy ngay trước mắt và bên tai rằng thế gian hăng như mộng, y hết như hoa đóm trên không.

Đó là những dòng khởi đầu một bài kệ trong Kinh Lăng Già, một kinh về duy thức:

*Thế gian ly sanh diệt*

*Do như hư không hoa*

*Trí bất đắc hữu vô*

*Nhi hưng đại bi tâm...*

Cõi này như thế vốn xa lìa sanh diệt, y hết như hoa đóm trên không, trí không đắc cả hữu lẫn vô, mà hưng khởi đại bi tâm.

Và lúc đó là Từ Bi vô lượng khởi dụng từ Trí Tuệ xa lìa sanh diệt.

### GHI CHÚ:

(1) Thích Thiện Châu. Kinh Từ Bi:

<https://thuvienhoasen.org/a10454/kinh-tu-bi-metta-sutta>

Có thể tham khảo 19 bản Anh dịch ở đây:

<http://www.leighb.com/mettasuttas.htm>

(2) HT Thích Minh Châu. Kinh MN 97:

[https://suttacentral.net/mn97/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn97/vi/minh_chau)

(3) Kinh MN 52. Bản Việt dịch HT Thích Minh Châu:

[https://suttacentral.net/mn52/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn52/vi/minh_chau)

Và các bản Anh dịch. Bhikkhu Sujato:

<https://suttacentral.net/mn52/en/sujato>

Bhikkhu Bodhi: <https://suttacentral.net/mn52/en/bodhi>

(4) HT Thích Minh Châu. Kinh SN 22.15:

[https://suttacentral.net/sn22.15/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn22.15/vi/minh_chau)

(5) Kinh SN 22.102:

[https://suttacentral.net/sn22.102/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn22.102/vi/minh_chau)

## NGUYỄN GIÁC

(6) Kinh Bahiya, bản dịch của HT Thích Minh Châu:

<https://thuvienhoasen.org/a25130/kinh-bahiya>

Bản Anh dịch của Anandajoti:

<https://suttacentral.net/ud1.10/en/anandajoti>

(7) Kinh MN 72, bản Việt dịch của HT Minh Châu:

[https://suttacentral.net/mn72/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn72/vi/minh_chau)

Bản Anh dịch của Thanissaro:

<https://suttacentral.net/mn72/en/thanissaro>

(8) Kinh SN 56.30, bản của HT Thích Minh Châu:

[https://suttacentral.net/sn56.30/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn56.30/vi/minh_chau)

Bản dịch của Bhikkhu Bodhi:

<https://suttacentral.net/sn56.30/en/bodhi>

(9) Kinh SN 12.44, bản Việt dịch:

[https://suttacentral.net/sn12.44/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn12.44/vi/minh_chau)

(10) Kinh MN 49. Bản của HT Thích Minh Châu:

[https://suttacentral.net/mn49/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn49/vi/minh_chau)

Bản của Thanissaro:

<https://www.accesstoinsight.org/tipitaka/mn/mn.049.than.html>

Bản của Sujato: <https://suttacentral.net/mn49/en/sujato>

(11) Kinh DN 11:

[https://suttacentral.net/dn11/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/dn11/vi/minh_chau)

(12) Kinh SN 12.38:

[https://suttacentral.net/sn12.38/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn12.38/vi/minh_chau)

(13) Kinh SN 12.64:

[https://suttacentral.net/sn12.64/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn12.64/vi/minh_chau)

(14) Kinh AN 1.51-60. Bản Việt dịch của HT Minh Châu:

[https://suttacentral.net/an1.51-60/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an1.51-60/vi/minh_chau)

Bản Anh dịch của Sujato: "*This mind, mendicants, is radiant. But it's corrupted by passing corruptions... This mind, mendicants, is radiant. And it is freed from passing corruptions.*" - <https://suttacentral.net/an1.41-50/en/sujato>

Bản Anh dịch của Thanissaro: "*Luminous, monks, is the mind. And it is defiled by incoming defilements... Luminous, monks, is the mind. And it is freed from incoming defilements.*" -

<https://suttacentral.net/an1.41-50/en/thanissaro>

## AI BỔ THÍ QUA BỜ BÊN KIA?

Có những gì cần phải sửa trong Kinh Phật hay không? Có những gì cần phải cắt bớt khỏi Kinh Phật, hay cần phải bổ túc thêm cho Kinh Phật hay không?

Câu trả lời tất nhiên không dễ. Vì người xưa đã nói, nếu chấp vào nghĩa từng chữ một, có thể sẽ hiểu nhầm ý của Phật; nhưng nếu rời kinh một chữ, lại hết như lời ma nói. Nguyên văn: *Y kinh giải nghĩa, tam thế Phật oan; lý kinh nhất tự, tức đồng ma thuyết.*

Cái chữ “oan” sử dụng nơi đây khá là kỳ kỳ. Chúng ta là những kẻ nặng gánh tham sân si, ở một cõi trí tuệ cực kỳ thấp so với Đức Phật, có nói gì về Kinh Phật cũng hết như đang đứng nhìn lên hướng mặt trời. Một là thấy được ánh sáng mặt trời đang chiếu sáng cõi này, hai là sẽ thấy hoa đóm, thấy không như thật, chỉ vì tự chúng ta loạn sắc hay nhầm mắt. Thì có gì mà bảo ánh sáng kia bị “oan.”

Chỉ có người đại giác ngộ, thấy được ánh sáng như thật, mới dám nói như Đức Đạt Lai Lạt Ma đời 14, trong bài viết tựa đề “Our Faith in Science” trên báo New York Times ngày 12 tháng 11-2005 rằng:

*“Nếu khoa học chứng minh rằng có vài niềm tin trong Phật Giáo là sai nhầm, Phật Giáo sẽ phải thay đổi. Trong quan điểm của tôi, khoa học và Phật Giáo chia sẻ một cuộc tìm kiếm sự thật, và một cuộc tìm kiếm sự hiểu biết về thực tại.” (1)*

## NGUYỄN GIÁC

Nghĩa là, Đức Đạt Lai Lạt Ma chấp nhận rằng trong cánh rừng chữ nghĩa Phật Giáo, có thể sẽ cần sửa chữa. Dĩ nhiên, lúc đó sẽ vẫn phải dựa vào các pháp ấn để không đi lạc. Nhưng người dám nói, dám nghĩ như thế, tất đã thấy được bản đồ trí tuệ, để không nhầm đường cho dù có sửa vài chữ hay vài ý trong Kinh Phật.

\*

Một điểm thường gây tranh cãi là về chuyện tiền thân Đức Phật, khi ngài là vị Bồ tát có tên là Vessantara. Lúc đó, vị Bồ tát này bố thí cả vợ và hai con nhỏ cho một người bà la môn già, xấu xí, tham lam. Có thật Đức Phật kể chuyện cổ tích như một ẩn dụ, hay chuyện này đã xảy ra như thế trong một kiếp lâu xa nào đó?

Trong truyền thống Phật Giáo vẫn thường dùng nhiều ẩn dụ, như tâm lăng xăng thì gọi là tâm khi vượn, hay hình ảnh từ bùn vượn lên mà vẫn trong sạch thường được ẩn dụ như hoa sen. Hay các biểu tượng như sư tử, voi, gươm trí tuệ. Và vân vân.

Có một thực tế là, một số vị chấp vào chữ, tin rằng chuyện bố thí vợ con cũng là một hạnh tu.

Ngày xưa, tất nhiên, vợ con là tài sản của đàn ông.

Nhưng nếu Kinh Phật một thời có nơi đã xem như thế, cũng có rất nhiều nơi trong kinh công nhận tính bình đẳng giữa nam và nữ, và cũng công nhận tính bình đẳng giữa người với người không phân biệt tuổi tác hay thứ bậc xã hội.

Khi Đức Phật trả lời ngài Ananda rằng phụ nữ có thể chứng ngộ giải thoát, đó là một dấu mốc lớn của lịch sử nhân loại, rằng nam nữ thực sự bình đẳng.

Kinh cũng kể lại trường hợp Đức Phật dạy một cô gái dật vải 16 tuổi về quán niệm sự chết, và ba năm



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

sau, khi Đức Phật trở lại thị trấn nơi cô này cư trú, chỉ qua vài câu vấn đáp, cô gái chứng ngay quả Thánh Dự Lưu. Tích Truyện Pháp Cú ghi như thế, ở phẩm 13, giải thích về bài kệ 174 Pháp Cú.

Giả sử rằng, một cô gái như thế là vợ, là con, là thợ dệt của một ai nào đó; câu hỏi là, người đàn ông này có dám bỏ thí cô gái dệt vải này cho bất kỳ ai? Khoan nói gì tới chuyện đem cô bé quả Thánh Dự Lưu này trao tặng cho một ông già bà la môn xấu xí, tham lam.

\*

Bây giờ, chúng ta nói về trường hợp ngài La Hầu La, người con duy nhất của Đức Phật và là vị sa di đầu tiên của Tăng Đoàn. Ngài La Hầu La năm mới 7 tuổi, đã được Đức Phật cho xuất gia. Lúc đó, Đức Phật yêu cầu ngài Sariputta cho ngài La Hầu La thọ giới sa di.

Và cũng năm mới 7 tuổi, ngài La Hầu La được Đức Phật dạy đừng nói dối, và dạy phương pháp quán ba nghiệp: quán thân, quán khẩu, quán ý. (2)

Tại sao Đức Phật không bỏ thí cậu La Hầu La cho ông nội là vua Tịnh Phạn, hay cho mẹ là công chúa Da Du Đà La? Cũng không bỏ thí cậu cho đất nước, dân tộc...

Tất cả những gì Đức Phật làm đều vì mục tiêu tối thượng là để đưa chúng sanh qua bờ bên kia. Và do vậy, ngài đã không bỏ thí cậu La Hầu La cho ông nội và mẹ của cậu.

Vua Tịnh Phạn tất nhiên là buồn, mới thỉnh cầu Đức Phật ra luật rằng chỉ nên cho thiếu niên xuất gia với sự cho phép của ba mẹ hay người giám hộ. Đức Phật ưng thuận.

Chú ý rằng, bài pháp dạy cho vị sa di 7 tuổi này không dễ. Nơi đây trích dịch một đoạn ở phần dạy

## NGUYỄN GIÁC

pháp quán tâm niệm (hãy hình dung, cậu La Hầu La 7 tuổi nghe lời dạy này):

"Khi niệm khởi, hãy quán sát: Niệm này tôi đã khởi lên -- có dẫn tới tự tổn thương mình không, có tổn thương người khác không, hay tổn thương cả hai? Có phải đó là một niệm không khéo, dẫn tới hậu quả đau đớn, kết quả đau đớn? Nếu, khi quán sát, tôi biết niệm này dẫn tới tự tổn thương, hay dẫn tới tổn thương người khác, hay cả hai; đó là một niệm không khéo với hậu quả đau đớn, kết quả đau đớn, thì con nên cảm thấy bất ổn, xấu hổ & không hài lòng với niệm này. Cảm thấy như thế, con nên tập tránh khởi các niệm như thế tương lai. Nhưng nếu, khi quán sát, con biết niệm này không dẫn tới tổn thương... đó là một niệm khéo léo với kết quả an lạc, hậu quả an lạc, con nên giữ tâm hoan hỷ và tươi mới, tập ngày và đêm trong các tâm niệm khéo léo như thế." (2)

Hiển nhiên, thấy rõ, Đức Phật muốn giữ cậu sa di 7 tuổi La Hầu La sống trong pháp như thế, và không hề muốn bố thí cậu cho bất kỳ ai, dù là cho ông nội hay mẹ nơi cung điện.

Tại sao có người phải tin rằng tu hạnh bồ tát là phải bố thí vợ con? Phải chăng chỉ là ẩn dụ?

\*

Tới đây, chúng ta cũng nên trích dẫn Kinh Giáo Thọ Thi-ca-la-việt từ Trường Bộ Kinh, bản dịch Việt ngữ của Hòa thượng Thích Minh Châu. Đặc biệt, xem nửa phần sau của đoạn văn 28 về lời Đức Phật dạy cách ba mẹ phải đối xử với con, và xem nửa phần đầu của đoạn văn 30 về cách người chồng phải đối xử với vợ. Trong kinh này, Đức Phật dạy phải trân trọng cả vợ lẫn con, chứ không hề bảo phải bố thí vợ hay bố thí con. Trích:

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

“28. *Này Gia chủ tử, có bốn trường hợp, người con phải phụng dưỡng cha mẹ như phương Đông: "Được nuôi dưỡng, tôi sẽ nuôi dưỡng lại cha mẹ; tôi sẽ làm bốn phận đối với cha mẹ; tôi sẽ gìn giữ gia đình và truyền thống; tôi bảo vệ tài sản thừa tự; tôi sẽ làm tang lễ khi cha mẹ qua đời".* *Này Gia chủ tử, được con phụng dưỡng như phương Đông, theo năm cách như vậy, cha mẹ có lòng thương tưởng đến con theo năm cách: Ngăn chặn con làm điều ác; khuyến khích con làm điều thiện; dạy con nghề nghiệp, cưới vợ xứng đáng cho con; đúng thời trao của thừa tự cho con.*

*Này Gia chủ tử, như vậy là cha mẹ được con phụng dưỡng như phương Đông theo năm cách và cha mẹ có lòng thương tưởng con theo năm cách. Như vậy phương Đông được che chở, được trở thành an ổn và thoát khỏi các sự sợ hãi.*

...  
30. *Này Gia chủ tử, có năm cách, người chồng phải đối xử với vợ như phương Tây: Kính trọng vợ; không bắt kính đối với vợ; trung thành với vợ; giao quyền hành cho vợ; sắm đồ nữ trang với vợ; *Này Gia chủ tử, được chồng đối xử như phương Tây theo năm cách như vậy, người vợ có lòng thương tưởng chồng theo năm cách: Thi hành tốt đẹp bốn phận của mình; khéo tiếp đón bà con; trung thành với chồng; khéo gìn giữ tài sản của chồng; khéo léo và nhanh nhẹn làm mọi công việc.**

*Này Gia chủ, người vợ được người chồng đối xử như phương Tây theo năm cách và người vợ có lòng thương tưởng chồng theo năm cách. Như vậy phương Tây được che chở, được trở thành an ổn và thoát khỏi các sự sợ hãi...”(3)*

Như thế, suy luận qua bản dịch trên của Hòa Thượng Thích Minh Châu: nếu có khi nào Đức Phật kể chuyện tiền thân, và nếu chuyện có chỗ khả vấn, hãy

nên nghĩ rằng đó là những ẩn dụ mà chúng ta chưa dò  
nổi.

\*

Tuy nhiên, chúng ta nên suy nghĩ thế nào về hạnh  
Bồ thí? Chúng ta có cần phải bồ thí thế này, hay bồ thí  
thế kia? Đức Phật đã dạy thế nào là Bồ thí qua bờ bên  
kia?

Xin mời đọc lại đoạn kinh sau, để thấy rằng bạn  
chỉ cần ngồi một chỗ, khỏi cần đứng dậy -- xin nhắc  
lại, Đức Phật dạy chỉ cần ngồi một chỗ, cũng sẽ được  
hưởng diệu dụng của pháp Bồ thí.

Trong Tăng Chi Bộ, kinh này có tên là  
“Mahanama Sutta: To Mahanama” dựa theo bản Anh  
dịch của sư Thanissaro Bhikkhu, trích đoạn dịch như  
sau:

*“Thêm nữa, có trường hợp khi học nhân gợi nhớ  
lại việc bồ thí của mình: “Đây là lợi ích, lợi ích lớn  
cho tôi, rằng – trong những người vượt thắng với tâm  
ô nhiễm ưa sở hữu – tôi sống ở nhà, tâm tôi tỉnh thức  
với không nhiễm ô muốn sở hữu nào, rộng rãi tự do,  
tay mở ra, hoan hỷ khi độ lượng bồ thí, đáp ứng với lời  
xin, hoan hỷ khi cúng dường phẩm vật.”*

*Vào bất kỳ lúc nào, khi một học trò của bậc thánh  
gợi nhớ lại việc đã bồ thí, tâm học nhân không bị tham  
xâm chiếm, không bị sân xâm chiếm, không bị si xâm  
chiếm. Tâm học nhân thẳng về trước, dựa vào hạnh bồ  
thí. Và khi tâm này hướng thẳng về trước, học nhân  
của bậc thánh đạt được hướng mục tiêu, đạt được  
Pháp vị, đạt được niềm vui với Pháp. Trong tâm người  
có niềm vui, hỷ lạc phát sinh. Trong tâm người có hỷ  
lạc, thân sẽ an tĩnh. Với người có thân an tĩnh, sẽ thấy  
thân thư giãn. Khi trong người thư giãn, tâm sẽ định  
tĩnh.*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*Này Mahanama, với người làm như thế, sẽ được thấy rằng: “Trong những người chệch hướng, học nhân của bậc thánh cư trú hòa hợp đúng pháp; trong những người gây tổn hại, học nhân cư trú mà không gây tổn hại gì; bước vào dòng suối Pháp, học nhân khởi trong tâm gọi nhớ về hạnh bố thí.” (4)*

Bước vào dòng suối Pháp, phải chăng có nghĩa là đạt quả thánh đầu tiên? Nơi đây, tôi xin dựa cột để nghe, vì bản thân mình không phải là giảng sư. Nhưng hiển nhiên nơi đây, Đức Phật nói rất rõ, chỉ cần nhìn vào tâm thôi, và niệm về hạnh bố thí để hoan hỷ với niềm vui Chánh Pháp.

Không nghe nói chuyện bố thí vợ con gì hết. Mà vẫn bước vào được dòng suối Pháp.

\*

Kinh vừa dẫn trên là nói với chư Tăng Ni. Bây giờ, nói về hạnh bố thí của người cư sĩ, Đức Phật cũng nói tương tự. Chỗ này chúng ta sẽ thấy thêm rằng, với người cư sĩ có trí tuệ, thấy được ngũ uẩn biến diệt, tất sẽ thoát khổ, sẽ giải thoát. Nghĩa là, cư sĩ có thể đạt quả thánh cao nhất?

Nơi đây, chúng ta sẽ dẫn kinh “Dighajanu (Vyagghapajja) Sutta: Conditions of Welfare” dựa vào bản Anh dịch của sư Narada Thera. Trích đoạn, dịch như sau:

*“Thế nào là thành tựu hạnh bố thí?*

*Nơi đây, một gia chủ cư trú ở nhà với tâm xa lìa tham lam, hết lòng bố thí, tay mở ra, hoan hỷ độ lượng bố thí, chăm sóc người nghèo khó, hoan hỷ phân phát phẩm vật cúng dường. Đây gọi là thành tựu hạnh bố thí.*

*Thế nào là thành tựu trí tuệ?*

## NGUYỄN GIÁC

*Nơi đây, một gia chủ khôn ngoan: có được trí tuệ hiểu được sự sinh khởi và biến diệt (năm uẩn của các pháp); người này đạt được cái nhìn soi thấu cao quý dẫn tới sự phá hủy đau khổ. Điều này gọi là thành tựu trí tuệ.” (5)*

Kinh trên cũng nói về hạnh bố thí, nhưng không nói gì chuyện bố thí vợ con. Mà cũng vẫn soi thấu năm uẩn, và dẫn tới trí tuệ vượt qua bờ đau khổ. Như vậy, bố thí nơi đây phải chăng là bố thí tất cả những gì vương bận trong tâm?

\*

Một thời, nhiều thập niên trước, tôi theo học một vị sư già, ở một miền quê Đông Nam Bộ. Khi tôi thú thực với Thầy rằng, năm giới nhiều quá, sợ con giữ nghiêm túc không nổi.

Thầy nói rằng, con chỉ cần giữ một giới là đủ.

Tôi hỏi, Thưa Thầy, một giới là giới nào.

Vị sư già nói, một giới đó là Phật giới.

Tôi hỏi, thế nào là Phật giới.

Thầy đáp, Phật giới là bình đẳng.

Tôi đã giữ mãi lời dạy đó, giữ cái nhìn này theo mình ngày và đêm. Tôi nhận ra lời dạy này nơi các pháp sinh khởi và biến diệt hết như sóng và nước không hề dị biệt; nơi tất cả những gì trước mắt và bên tai tôi đều là pháp giới tâm mình hiển lộ. Nơi đó, tất cả các pháp đều là vô thường.

Nơi đó, tất cả các pháp đều là hiển hiện trong tâm mình, diễn ra như một vở kịch hay một cuốn phim với đầy đủ âm thanh, sắc tướng, vui buồn, vân vân.

Nhưng cũng nơi đó, bất kể là tuồng diễn ra vui hay buồn, bất kể phim diễn ra hài hay bi, bản tâm thực sự vẫn là bất động ở cả ba thời: khi chưa kéo màn, khi đang kéo màn, và khi đã hạ màn.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Nhưng cũng nơi đó, bất kể sóng lớn hay nhỏ, bất kể sóng cuồn nộ hay lặng êm, tâm vẫn là tánh nước, xa lìa cả động và cả bất động.

Trong cùng tận, cái nhìn bình đẳng là tối hậu của Tứ Niệm Xứ.

Thử nhìn lại chuyện bố thí vợ và con dưới ánh sáng của Tứ Niệm Xứ: Niệm thân, niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp.

Cái tôi nào đang bố thí? Thân mình có thật đâu, sao gọi là có cái tôi nào bố thí. Tay, chân, đầu, tóc, lưng, bụng... đều không phải là cái thân. Khi niệm thân sẽ thấy: kể cả cái tánh nam hay tánh nữ, cái thân già hay thân trẻ, đều tìm không ra trong khối ngũ uẩn này, lấy cái gì mà gọi là có thân, mà gọi là có ta, mà gọi là có thân ta.

Khi niệm thọ sẽ thấy, buồn không có thật vì không ngăn được khi vui, vui không có thật vì không ngăn được khi buồn; do vậy, vui hay buồn không tự hữu, chỉ theo duyên mà khởi. Khi thấy tất cả các thọ đều tự thân là tánh không, tâm của học nhân sẽ không vương vào bất kỳ một thọ nào. Khi ly tất cả các thọ do duyên khởi, sẽ là một niềm pháp lạc tự nhiên.

Tương tự với niệm tâm, sẽ không thấy tâm ở đâu. Tương tự với niệm pháp, sẽ không thấy pháp nào thực có.

Tất cả sẽ tự trở về với bản tâm là tánh không. Lúc đó, là giây phút của xả ly; đây mới thật là bố thí.

Trong khi đó, dưới cái nhìn này, vợ và con cũng không thật hữu, lấy gì mà bố thí. Mà thực sự, ai bố thí nơi đây?

Nếu gọi rằng có ai bố thí, thì đó không phải là Phật pháp – nơi tận cùng, là một tấm gương tâm thật lớn, nơi đó tất cả pháp đều bình đẳng.

Như vậy, khi nói bố thí cả vợ con chỉ có nghĩa là buông xả tâm niệm "có cái gì là cái của tôi" và bất cứ

những gì tương tự như thế. Và vợ con chỉ có nghĩa là tâm tham hữu về vị lai.

### **GHI CHÚ:**

(1) *If science proves some belief of Buddhism wrong, then Buddhism will have to change. In my view, science and Buddhism share a search for the truth and for understanding reality.*

([http://www.nytimes.com/2005/11/12/opinion/12dalai.html?pagewanted=all&\\_r=0](http://www.nytimes.com/2005/11/12/opinion/12dalai.html?pagewanted=all&_r=0))

(2) Kinh Ambalatthika-rahulovada Sutta, phần ghi chú có viết, ngài La Hầu La (Rahula) được dạy kinh này khi 7 tuổi.

(<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/mn/mn.061.than.html>)

(3) Kinh Giáo Thọ Thi-ca-la-việt -  
<http://thuvienhoasen.org/p15a241/31-kinh-giao-tho-thi-ca-la-viet-sigalovada-sutta>

(4) Kinh AN 11.12:  
<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/an/an11/an11.012.tahan.html>

(5) Kinh AN 8.54 -  
<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/an/an08/an08.054.nara.html>



## GIỮA CÁC NGÃ RẼ PHÂN HÓA

Bài này được viết theo đề nghị góp ý về chủ đề “Gia Đình Phật Tử Giữa Các Giáo Hội (Tông và Hệ Phái)” cho một khóa hội thảo cuối năm 2019. Bài viết sẽ nói về vị trí người cư sĩ giữa những mâu thuẫn xã hội và giữa các giáo hội.

Thực sự, tất cả lời khuyên giá trị nhất đều có ghi sẵn trong Kinh Phật, và đã nhiều lần được giải thích để ứng dụng qua lời dạy của quý tôn đức tăng ni và các bậc trưởng thượng cư sĩ trước giờ. Bản thân tôi cũng không có tầm nhìn chiến lược hay chiến thuật nào để góp ý. Nơi đây chỉ xin kể vài kinh nghiệm nơi hải ngoại trong cương vị riêng, từ điểm nhìn của một nhà văn, nhà báo và người học Phật.

Trong ba thập niên qua tại hải ngoại, tôi có cơ duyên góp sức cho các báo giấy như Giao Điểm, Văn Học, Văn, Hợp Lưu, Thơ Tân Hình Thức, Việt Báo, Chánh Pháp, Tinh Tấn... và các báo mạng như Thư Viện Hoa Sen, Quảng Đức, Hoa Vô Ưu... Với các bậc trưởng thượng dày dặn, những kinh nghiệm này chỉ là bình thường thôi. Tuy nhiên, các chuyện kể này có thể giúp quý bạn trẻ trong Gia Đình Phật Tử nghĩ thêm về những cách kham nhẫn để hoạt động giữa các dị biệt giáo hội. Thực ra, hoàn cảnh các bạn phức tạp hơn của tôi. Trong khi tôi chỉ ứng xử như một nhà báo, nhiều bạn phải đối phó trong cương vị nhà hoạt động, hay

## NGUYỄN GIÁC

người hòa giải, hay người hướng dẫn đoàn thể -- nghĩa là rắc rối hơn vị trí của người cầm bút.

Từ những ngày mới rời đảo Galang, sang định cư ở một thị trấn hẻo lánh tại Virginia trong thời kỳ 1980s. Lúc đó là thời của điện thoại dây, chưa có cả pager, nói gì tới điện thoại di động hay Internet. Báo thời đó chỉ là báo giấy, và toàn những tin rất trẻ. Lúc đó, mỗi lần gặp những tờ báo rất trẻ, khi đọc tin về Phật giáo và tình hình quê nhà, là không cảm được nước mắt, tự biết trước sau gì, mình cũng sẽ phải về California -- vì trong trực giác đã biết rằng giấy mực là nghiệp đã mang sẵn.

Tôi vẫn luôn luôn nhớ một lời bổn sư tôi dặn dò từ quê nhà nhiều năm trước là “*Không cãi nhau*” – lúc đó tôi đã thắc mắc nhưng không dám hỏi kỹ. Bởi vì lịch sử Phật Giáo trải dài từ sau Đức Phật là những cuộc tranh biện liên tục, và hơn hai ngàn năm tranh biện đã dẫn tới những chia cách lớn – như thời 18 bộ phái, rồi quan điểm của Trưởng Lão Bộ cách biệt với Đại Chúng Bộ, rồi Nam Tông và Bắc Tông, rồi Trung Luận và Duy Thức Luận... Đó là chưa kể hoàn cảnh lịch sử riêng của mỗi dân tộc, trong đó các giáo hội được hình thành khác biệt nhau. Đó là chưa kể, Phật Giáo Tây Tạng sử dụng tranh biện như công cụ cần thiết. Trong đời viết văn, chỉ duy một lần tôi tham dự một cuộc tranh cãi về văn học, và sau đó là tránh được liên tục. Về sau, tôi dò ra được rằng Đức Phật trong những năm đầu tiên đi hoằng pháp đã dạy trong nhóm các kinh nhật tụng là chớ tranh cãi và hãy sống không thấy ai là đối thủ. Đó là Kinh Sn 4.8 – Pasura Sutta.

Như thế, làm cách nào đứng giữa các dị biệt trong xã hội? Tôn kính Phật-Pháp-Tăng là hiển nhiên. Trong vai trò nhà báo, và cũng là một người cư sĩ, tôi giữ hạnh của ngài Thường Bất Khinh Bồ Tát. Tôi chấp tay cung kính trước trẻ em và người già, trước các học giả

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

và người học kém. Tôi đã chấp tay trước các linh mục Thiên Chúa Giáo, các mục sư Tin Lành... đã viết các bản tin về hoạt động của các tôn giáo khác, đã phỏng vấn các vị giáo sĩ này về những điều họ muốn nói với đồng hương. Trong khi loan tin về các hoạt động từ thiện của các tu sĩ tôn giáo khác từ Quận Cam giúp đồng bào trong nước, tôi đã ước mơ phải chi Phật Giáo mình cũng làm từ thiện như thế, và phải làm từ thiện hay hơn họ.

Có một lần, tôi nghĩ là mình đã rơi vào chỗ phải tranh cãi, vì tự thấy không giữ được hạnh “không tranh cãi” được: đó là khi nhìn thấy một số người muốn bóp méo lịch sử để tôn vinh ông Ngô Đình Diệm, tôi nghĩ là mình phải lên tiếng. Tôi có một kỷ niệm thời thơ ấu. Khi cuộc đấu tranh 1963 xảy ra, tôi chỉ là một cậu học trò bậc Trung Học Cơ Sở (ngày đó gọi là Trung Học Đệ Nhị Cấp). Trong những ngày cuối tuần hay nghỉ lễ, thỉnh thoảng tôi vẫn phóng lên xe đạp chạy vào các xóm giữa đường xe lửa và khu Bàn Cờ, quận 3, tìm mấy tên bạn để rủ nhau chơi banh bàn. Không phải là bóng bàn ping-pong đâu. Banh bàn là loại banh gỗ, đá bằng các trục có tay cầm do hai đầu thủ đứng hai bên, cầm các tay trục đá banh gỗ vào hai gôn nơi hai đầu bàn. Một lần phóng xe đạp qua góc phố Lê Văn Duyệt/Phan Đình Phùng, thấy trên mặt đá vệ đường còn nám đen. Chỗ đó nghe nói là trước mặt tiền của Tòa Đại Sứ Cam Bốt. Người dân trong các khu phố này kể là một Thượng tọa đã tự thiêu trước đó mấy ngày. Hình ảnh các viên gạch còn nám đen trên hè phố vẫn hiện ra trong ký ức tôi. Thời thơ ấu tôi cũng từng được nghe về các phân biệt đối với Phật giáo.

Vì không muốn tranh cãi, tôi suy nghĩ nhiều ngày, và tìm ra một cách để không ai cãi nổi: phải dịch các hồ sơ mới giải mật của chính phủ Mỹ về thời kỳ 1963. Đó là các điện văn trong năm 1963, giữa Tòa Đại Sứ

Mỹ ở Sài Gòn và Tòa Lãnh Sự Mỹ ở Huế gửi qua lại về Tổng Thống Mỹ, Bộ Ngoại Giao Mỹ và các cơ quan an ninh Mỹ. Đó là các thông tin trực tiếp, các báo cáo về những cuộc đàn áp của chính phủ Ngô Đình Diệm đối với Phật giáo, và về cuộc đấu tranh bất bạo động của tứ chúng Phật Giáo để đòi bình đẳng tôn giáo. Đó là những thông tin mật gửi từ Việt Nam về Tổng Thống và nội các Hoa Kỳ có dự liệu hoạch định chính sách. Các điện văn đó chỉ báo cáo cho người hoạch định chính sách Hoa Kỳ, không viết cho ai khác đọc. Các điện văn đó không có ý bôi nhọ hay tôn vinh ai, mà chỉ là thông tin ròn về các sự kiện đã xảy ra. Đó là cách tôi giải quyết học được từ nghề báo: mời gọi mọi người nhìn vào sự kiện, chưa cần phê phán hay nhận định. Mình không tranh cãi, mà tự động họ cãi không nổi.

Đó là nói chuyện lịch sử. Bây giờ nói chuyện về các giáo hội dị biệt. Khi đã giữ lòng tôn kính tất cả những người trong cộng đồng như thế, lòng tôi tất nhiên giữ hạnh rất mực tôn kính các giáo hội Phật giáo hải ngoại. Tôi đã chứng kiến những bước trưởng thành của cộng đồng mình, từ những năm chưa có bao nhiêu chùa tại Quận Cam, cho tới bây giờ chùa nhiều tới đếm không xuể. Trong cương vị nhà báo, tôi đã chứng kiến các cộng đồng tan vỡ, tách đôi và rồi tách ba. Về giáo hội Phật giáo mình cũng thế. Nghe chữ “tăng già hòa hợp” không có bao nhiêu thực nghĩa. Khi giáo hội phân hóa, các đơn vị Gia Đình Phật Tử cũng tương tự.

Tôi đã chọn thái độ là không đứng riêng để bênh vực bất cứ thầy nào hết trong các tranh cãi về phân hóa. Nhưng tất cả các buổi lễ lớn, như Đại Lễ Phật Đản và Vu Lan, dù của bất kỳ giáo hội nào tại địa phương, các phóng viên Việt Báo luôn luôn theo sát để tường thuật và hỗ trợ không phân biệt. Trong đêm giao thừa, tôi và các bạn mang máy ảnh đi nhiều chùa để

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

chụp ảnh, hoàn toàn không phân biệt giáo hội. Dĩ nhiên, tôi cũng phải tránh né một vài nơi cực đoan. Tôi tránh né các sự kiện khi đoán biết có thầy nào trong đó sẽ chụp mũ thầy khác. Đó là về chính trị. Tôi cũng tránh né gặp người cực đoan về tông phái, chuyện tranh cãi Nam Tông và Bắc Tông, tranh cãi giữa Thiên Tông và Tịnh Độ, và tranh cãi giữa đủ thứ những chuyện khác.

Những lúc nghe chuyện tranh cãi dù về giáo hội hay tông phái, tôi rất mực lo ngại rằng các thiếu niên và các đơn vị Gia Đình Phật Tử sẽ bị lôi cuốn vào các lần ranh, trong khi các em chưa đủ kinh nghiệm đời để ứng xử và chưa đủ kiến thức để đọc và hiểu. Ngay như bản thân tôi, học ngày và học đêm, đọc ngày và đọc đêm, mà nhiều khi cũng đành dựa cột mà nghe. Có khi im lặng vì tự thấy mình dốt. Có khi im lặng vì không biết làm sao để nói lời ái ngữ. Có khi chỉ vì không muốn nói rõ ràng vị này hay vị kia hiểu sai giáo pháp. Thêm nữa, tôi nghĩ, dù mình nói có hay bao nhiêu, mà mình tu chẳng tới đâu thì cũng vô ích, do vậy tranh biện chỉ là chuyện phụ, còn an tâm mới là chuyện chính yếu.

Trong khi vào sinh hoạt cộng đồng, chấp tay trước quý tạng ni là đương nhiên, đồng thời tôi cũng chấp tay trước các linh mục và mục sư, thì tại sao có chuyện rạn vỡ trong nội bộ mình để nhìn nhau như thù nghịch. Tôi tự hỏi, chuyện phân phái đã có từ hai ngàn năm nay, mà bản thân mình không ưa tranh cãi, vậy thì làm sao.

Lúc đó, thêm một câu hỏi được nêu ra cho tôi là, nên nương tựa vào Kinh dịch từ Tạng Pali, hay Kinh từ Tạng Sanskrit, hay Kinh dịch từ Hán Tạng? Nói “nêu ra” là nói nhẹ nhàng, thực ra có trường hợp phải nói là tôi bị chất vấn. Có nhiều khi, viết xong một bài về Phật học, vừa đăng lên mạng là có ngay một email của một

## NGUYỄN GIÁC

ông già khó tính gửi tới, hỏi kiểu gây sự về kinh này, kinh kia.

Tôi trưởng thành từ các kinh Hán Tạng. Ngôi chùa tôi học nhiều nhất (và cũng cốt tủy nhất, theo tôi) là một ngôi chùa Thiền Tông ở Bình Dương, và có yếu tố Tây Tạng vì sư ông của tôi từng sang Tây Tạng học trong các năm 1930s. Nhiều năm sau, lại được đọc Kinh từ Tạng Pali do Thầy Thích Minh Châu dịch. Tôi tự nghĩ, cũng như tiếng Việt mình, trải qua cả ngàn năm đã sinh ra các phương ngữ dị biệt, thì Kinh Phật cũng thế. Thời nay, đi đâu cũng dễ dàng, có phi cơ và xe hơi. Thời xưa, quý Thầy phải đi bộ, gian nan cách biệt. Thêm nữa, khi quý Thầy đi hoằng pháp sang các nơi, có khi phải tranh luận với các học giả tín ngưỡng khác ở địa phương, quý Thầy phải soạn ra các bộ luận, và lúc đó là thêm các dị biệt.

Lúc đó, tôi nhớ tới lời dạy trong Kinh MN 139, còn gọi là Kinh Vô Tránh Phân Biệt trong Trung Bộ. Nơi đây, xin trích bản dịch của Thầy Minh Châu như sau:

*“...Mặt đối mặt (với ai), không nên nói lời mát lòng. Nên nói thật từ từ, không có vội vàng. Chớ có chấp trước địa phương ngữ, chớ có đi quá xa ngôn ngữ thường dùng...”* (1)

Như thế, tôi không có quyền nói làm mát lòng ai. Cũng đừng chấp trước địa phương ngữ. Nghĩa là, nói lời từ ái, và nói bằng ngôn ngữ đời thường, bằng ngôn ngữ chung nhất giữa các dị biệt địa phương ngữ. Ngôn ngữ nào chung nhất giữa các Tạng Pali, Tạng Sanskrit, và Hán Tạng?

Tôi lúc đó chợt nhớ tới lời bỗn sư, một lần ngài nói rằng, thôi con ơi, con đừng đọc gì nữa. Lúc đó, Thầy nói xong, rồi Thầy nhìn tôi mỉm cười. Có nghĩa là, câu đó có ân nghĩa.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Câu nói đó rất mực thâm sâu. Không đọc gì nữa, nghĩa là không đọc ngôn ngữ nào hết, không đọc chữ nào hết, không đọc ký hiệu nào hết, vì tất cả chỉ là ngón tay chỉ trăng, phải rời ngôn ngữ nghĩa là rời ngón tay, mới thấy mặt trăng. Cũng có nghĩa là, chỉ đọc ngôn ngữ từ trái tim, tức là một ngôn ngữ cốt tủy, chung nhất cho tất cả các pháp. Bởi vì tất cả Kinh đều là chữ, và phải lìa chữ. Từ đó, tôi đọc lại cho có hệ thống, đọc ngày và đọc đêm, hễ rảnh là đọc Kinh, và đối chiếu những hiểu biết của mình. Có những chỗ thực sự không dò nổi, vì thiếu khả năng về cổ ngữ. Thí dụ, khi đọc sách tiếng Anh của một vài học giả, thấy nói rằng Tạt A Hàm là cội nguồn cho Duy Thức Luận về sau, thì tự mình không đủ ngôn ngữ và kiến thức để tìm hiểu.

Trước tiên, các điểm chung nhất là Luật Duyên Khởi, Tứ Thánh Đế, Bát Chánh Đạo... Hướng đi căn bản chung nhất cho tất cả các bộ phái là: Niết bàn là lìa tham sân si.

Kinh Phật Thuyết Như Vậy 44 (Iti 44) viết như thế. Kinh Tương Ưng SN 45.7 cũng nói lìa tham sân si là Niết Bàn. (2)

Tiếp theo, câu hỏi là, như thế nào để lìa tham sân si?

Trả lời ngắn gọn nhất, và chung nhất, là: giữ tâm vô sở trụ. Nghĩa là không trụ vào bất cứ gì hết, cụ thể là không trụ vào sắc thọ tưởng hành thức.

Kinh SN 22.63, bản dịch của Thầy Minh Châu, trích:

*“Tỷ-kheo ấy bạch Thế Tôn:*

*—Lành thay, bạch Thế Tôn, Thế Tôn hãy thuyết pháp tóm tắt cho con. Sau khi nghe Thế Tôn thuyết pháp, con sẽ sống một mình, tịnh cư, không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần.*

## NGUYỄN GIÁC

—*Ai chấp trước, này Tỳ-kheo, người ấy bị Ma trói buộc. Ai không chấp trước, người ấy được giải thoát khỏi Ác ma.*” (3)

Bản Anh dịch của Bhikkhu Bodhi là: "*Bhikkhu, in clinging one is bound by Mara; by not clinging one is freed from the Evil One.*"

Cũng có nhiều điểm chung nữa. Đó không phải là Nam Tông hay Bắc Tông. Đó là những lời dạy có trước khi phân ra các bộ phái.

Nhưng hạnh phúc tốt cùng của tôi là khi dò được rằng có 2 nhóm kinh trong những năm đầu tiên hoàng pháp, Đức Phật yêu cầu chư tăng tụng hàng ngày, tức là Kinh Nhật Tụng Sơ Thời. Trong 2 nhóm kinh này, trong tận cùng chính là Thiền Tông, hay Thiền Đạt Ma, tại Việt Nam gọi là Thiền Trúc Lâm. Hai nhóm kinh này đều dạy xa lìa các chấp trước, không dạy pháp hành theo kiểu bây giờ thường nghĩ, như là ngồi thờ hay ngồi niệm thân hay niệm thọ, vân vân... Hai nhóm kinh này nói bằng ngôn ngữ trực tiếp, đã chỉ thẳng vào giải thoát, không mượn phương tiện nào hết. Bởi vì, tất cả các phương tiện gọi là tu hành đều vương vào ngũ uẩn của quá khứ, phải mượn ngũ uẩn quá khứ. Trong khi giải thoát là lìa thời gian. Kinh này, kinh kia chỉ là chữ. Hễ lìa chữ để nhận ra tâm thanh tịnh vốn rỗng rang này chính là thấy Niết bàn, tức là đọc kinh vô tự, kinh không chữ, kinh ngay trước mắt và bên tai.

Đức Phật dạy rằng giải thoát thì ai cũng có thể kinh nghiệm được: đó chính là cái khoảnh khắc trước mắt này, và thường gọi là ngay bây giờ và ở đây. Cái khoảnh khắc giải thoát đó tịch lặng không lời, cho nên không dính gì tới tiếng Pali hay Sanskrit, hay tiếng Tây, Tàu, Mỹ, Việt nào. Tâm sẽ tức khắc không thấy tham, sân, si là khi:

-- Tâm vô sở trụ, không dính mắc, không chấp thủ, dù là dính vào sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp.



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

-- Tâm buông bỏ những gì ở quá khứ, chớ mơ tưởng gì nơi tương lai, và không tơ vương gì với hiện tại.

-- Tâm để cái được thấy nghe hay biết chỉ là cái được thấy nghe hay biết, và sống với các pháp như thị.

-- Tâm đón nhận vô thường trôi chảy, nơi đó là rỗng rang, không lời, không gì để thêm, không gì để bớt.

-- Tâm xa lìa cả bờ này và bờ kia, xa lìa cả thiện và ác.

-- Tâm lắng nghe cái tịch lặng, nơi ngôn ngữ đoạn, tâm hành xứ diệt – nơi lời nói dứt bật, tâm bất động như núi.

-- Tâm thấy tất cả các pháp đều là như huyễn, đều là rỗng rang không tự tánh.

Bất kỳ ai cũng kinh nghiệm được cái khoảnh khắc đó trước mắt và bên tai, cái ở đây và bây giờ. Tất cả quý vị ngay bây giờ có thể giữ tâm tịch lặng, chớ nghĩ thiện ác, chớ nghĩ ưa ghét, chớ nghĩ bất cứ gì, và hãy cảm nhận dòng chảy vô thường trên thân tâm mình, khi cảm nhận như thế sẽ thấy tâm xa lìa mọi nghĩ ngợi, vì hề nghĩ ngợi gì là cảm thọ về dòng chảy vô thường biến mất vì đã bị thay thế bằng ký ức, bằng ngũ uẩn của quá khứ. Khi tỉnh thức và thấy không có tâm hành nào khởi lên, tức là tỉnh thức nhìn vào tâm không biết, nơi đó ngôn ngữ dứt bật... đó là những khoảnh khắc xa lìa tham sân si.

Đó là ý chỉ của Vua Trần Nhân Tông trong câu thơ “*Đối cảnh vô tâm mặc vấn Thiền*” – nghĩa là, trong khi gặp cảnh, tâm mình không dao động (với ưa/ghét, tham/sân) thì cũng không cần hỏi gì về Thiền nữa.

Nếu tất cả các đơn vị Gia Đình Phật Tử đi tìm tận gốc các lời dạy của Đức Phật trong các năm đầu hoàng pháp đó, cũng thực sự là di sản Thiền Trúc Lâm của Việt Nam, sẽ không còn ai băn khoăn chuyện phân biệt

## NGUYỄN GIÁC

tông phái hay bộ phái nữa. Từ căn bản đó, là sẽ không lạc lối.

Đó là tất cả những gì tôi muốn đề nghị các bạn giữ lấy mỗi dây Chánh pháp để không bị phân vân khi thấy các ngã rẽ phân hóa.

### **GHI CHÚ:**

(1) Kinh MN 139:

[https://suttacentral.net/mn139/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn139/vi/minh_chau)

(2) --- Kinh Iti 44, bản dịch Ireland: “It is the extinction of attachment, hate, and delusion in him that is called the Nibbāna-element with residue left.” ---

<https://suttacentral.net/iti44/en/ireland>

--- Kinh SN 45.7, bản dịch Thầy Minh Châu: “Đồng nghĩa với Niết-bàn giới là nhiếp phục tham, nhiếp phục sân, nhiếp phục si, cũng được gọi là đoạn tận các lậu hoặc.” ---

[https://suttacentral.net/sn45.7/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn45.7/vi/minh_chau)

(3) Kinh SN 22.63, bản HT Minh Châu:

[https://suttacentral.net/sn22.63/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn22.63/vi/minh_chau)

Bản Bhikkhu Bodhi:

<https://suttacentral.net/sn22.63/en/bodhi>

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Bài viết này để trả lời một câu hỏi: Làm thế nào để ngộ? Ngộ đây là ngộ tông chỉ Thiên, tức ngộ tông chỉ Phật. Người viết không dám trả lời minh bạch, vì bản thân tu và học đều chưa sâu, nơi đây chỉ trình bày qua nhiều kinh luận để giúp độc giả tham khảo.

Ngộ đây là hiểu, là nhận biết, là thấy, là kinh nghiệm thực chứng. Nghĩa là, có nhiều mức độ, cạn và sâu; có khi gọi là tiểu ngộ và đại ngộ. Do vậy, lịch sử Thiên Tông ghi lại nhiều trường hợp các Thiên sư đã trải qua nhiều lần ngộ. Như ngài Đại Huệ Thiên Sư (1088-1163) sau khi theo học nhiều vị sư, đã triệt ngộ tông chỉ Thiên phái Tào Động, vẫn nghĩ rằng cần học thêm, nên tới học với ngài Trạm Đường, khi ngài Trạm Đường tịch mới tới tham vấn nhiều sư khác, và sau cùng về học ngài Viên Ngộ; sau khi tham nhiều công án đều hiểu hết, được Viên Ngộ phó pháp Lâm Tế Chánh Tông. Sách Đại Huệ Ngữ Lục, bản dịch của Thầy Duy Lực, ấn bản 1992, nơi trang 10, ghi rằng dù đã được phó pháp, trích: “*Sư đã triệt ngộ, nhưng đối với công án ‘Mấy thiên khách’ vẫn còn nghi, nên hỏi Viên Ngộ*”... Nghĩa là, trong đời tu học, ngộ có thể tới cả trăm lần. Chỉ trừ, người có cơ duyên một lần đại ngộ là xong, dứt bật tham sân si.

Ngộ ở mức độ đơn sơ nhất, là hiểu qua ý thức phân biệt. Như thế, tất cả chúng ta đều có thể trải qua

## NGUYỄN GIÁC

kinh nghiệm ngộ này. Thí dụ, hãy tự nhìn vào tâm mình, khi nghe bài kệ bốn dòng của Ngài Huệ Năng (nơi đây, sẽ viết xuôi một dòng cho dễ đọc):

*“Bồ-đề bốn vô thọ, Minh cảnh diệt phi đài, Bản lai vô nhất vật, Hà xứ nhạ trần ai.”*

Bản dịch của Thầy Thanh Từ là:

*“Bồ-đề vốn không cây, Gương sáng cũng chẳng đài, Xưa nay không một vật, Chỗ nào dính bụi nhơ.”*

Bồ đề là trí tuệ, là khi nhìn vào tâm mình, ngay khi tỉnh giác nghe kệ đó, sẽ thấy rằng cái nghe và được nghe (kệ), cái nhận biết và được nhận biết (ý nghĩa bài kệ) vốn là không có cây nào, vì trước khi nghe (kệ) và trước khi nhận biết (ý nghĩa bài kệ) thì tâm mình chỉ là cái tịch lặng rỗng rang. Trong khi cảnh hiện ra, tâm như gương sáng (nhận ra âm thanh bài kệ và hiểu ý nghĩa bài kệ) chẳng hề dựa trên đài, trên bụi, hay trên bất kỳ cái gì. Xưa nay (trước khi nghe kệ tới giờ) vốn không một vật, vì trước đó là tâm tịch lặng; ngay chỗ đó, hễ tỉnh giác sẽ thấy không hề có bụi gì nhơ cả. Như thế là ngộ: Nhìn tâm, đối chiếu bài kệ, hiểu ngay ý nghĩa. Đây là ngộ qua lý luận, qua biện biệt. Tương tự, cũng có thể đối chiếu qua Bát Nhã Tâm Kinh, tâm mình từ nơi tịch lặng (vô tướng, tức Không) hiện ra cái nghe bài kệ (cái được nghe, tức Sắc), sẽ nhận ra Không tức thị Sắc... Do vậy, chúng ta hiểu được vì sao Phật Giáo Tây Tạng thường dạy lý luận đầu tiên. Cần phải ngộ trước, dù là ngộ sơ sài, rồi mới tu sau, mới không chệch hướng. **Chưa ngộ, chưa gọi là tu.**

Trong Kinh Tạng Thanh Văn (Nikaya và A Hàm), **Đức Phật gọi ngộ là Chánh kiến**, có khi gọi là Chánh tri kiến. Và Chánh kiến luôn luôn phải đi trước tất cả các thiện pháp. Chưa có Chánh kiến, chưa gọi là tu. Chưa có Chánh kiến, vẫn còn là bóng đêm trước mắt chúng ta.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Kinh AN 10.121, bản dịch của Thầy Minh Châu, giải thích rằng Chánh kiến là mặt trời mọc, trích:

*“Khi mặt trời mọc, này các Tỷ-kheo, cái này là đi trước, cái này là tướng báo trước, tức là rạng đông. Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, đối với các thiện pháp, cái này là đi trước, cái này là tướng trước, tức là chánh tri kiến.*

*Từ chánh tri kiến, này các Tỷ-kheo, có chánh tư duy. Từ chánh tư duy, có chánh ngữ. Từ chánh ngữ, có chánh nghiệp. Từ chánh nghiệp, có chánh mạng. Từ chánh mạng, có chánh tinh tấn. Từ chánh tinh tấn, có chánh niệm. Từ chánh niệm, có chánh định. Từ chánh định, có chánh trí. Từ chánh trí, có chánh giải thoát.”*

(1)

Nghĩa là, chánh kiến có tầm mức cực kỳ quan trọng, là bảng chỉ đường ban đầu, chệch đi là ra ngõ quẹo sai hướng. Đức Phật giải thích chánh kiến theo nhiều mức độ, tùy theo trình độ người đương cơ trong kinh. Trong rất nhiều kinh, chúng ta có thể hiểu chánh kiến qua lý luận, qua biện biệt.

Như trong Trung A Hàm, Kinh MA 189 (Kinh Thánh Đạo), bản dịch của Thầy Tuệ Sỹ, trích:

*“Thế nào gọi là chánh kiến? Đó là thấy rằng có bố thí, có trai tỵ, có chú thuyết, có thiện, ác nghiệp, có quả báo của thiện, ác nghiệp, có đời này đời sau, có cha có mẹ, có bậc chân nhân ở trên đời đi đến thiện xứ, khéo ra khỏi cõi này, khéo hướng đến cõi kia, trong đời này hay đời sau tỵ tri, tỵ giác, tỵ tác chứng, thành tựu an trụ. Như vậy gọi là chánh kiến.”* (2)

Đối với Thiền Tông, nếu chỉ ngộ đơn giản, là chưa đủ. Vì khi ngộ qua lý luận, qua biện biệt, là vẫn còn vin vào chữ, vào ký hiệu, vào ngón tay... để thấy và

nhận biết; nghĩa là, còn hiểu qua một màn ý thức. Do vậy, Thiền Tông yêu cầu đốn ngộ, là không nghĩ ngợi, là tức khắc lia mọi lý luận, là lia chữ, lia ký hiệu, lia ngón tay... mà thấy ngay thực tướng vô tướng của tất cả những cái thấy, nghe, hay biết. **Từ ngộ qua lý luận cho tới đốn ngộ là một chặng đường tu học dài lâu.**

Trong sách Đốn Ngộ Nhập Đạo Yếu Môn Luận của Thiền Sư Tuệ Hải, bản Việt dịch của Thầy Thanh Từ, giải thích về đốn ngộ, trích:

“- Thế nào là đốn ngộ?

- **Đốn ngộ là ngay trong đời này được giải thoát.** Làm sao mà biết? Ví như sư tử con, khi mới lọt lòng mẹ quả nhiên là sư tử. Người tu đốn ngộ cũng như thế, ngay khi tu liền vào vị Phật. Như tre mùa xuân sanh măng, cũng ngay trong mùa xuân măng bằng tre, đồng không có khác. Vì có sao? **Vì trong ruột trống.** Người tu đốn ngộ cũng như thế. **Vì chóng trừ vọng niệm, hằng dứt ngã nhân, cứu kính không tịch, cùng Phật bằng nhau, đồng không có khác.**” (3)

Có nghĩa là, nhận ra thực tướng các pháp là Không, là rỗng lặng. Chính cái nhận ra đó là tâm tỉnh giác. Chính ngay khi nghe, biết ngay cái được nghe (thí dụ, tiếng chim kêu, tiếng gió thổi) vốn là rỗng rang, chỉ là duyên hợp, không hề có thực tướng – và lúc đó nhận ra không hề có chút gì gọi là ngã tướng nơi người nghe và cái được nghe. Nhờ đốn ngộ, vọng niệm sẽ bị xô ra ào ạt, tất cả tâm chấp [có] ngã, chấp [có] nhân đều tuôn ra ào ạt. Trong thời kỳ đầu truyền pháp, Đức Phật đã dạy pháp đốn ngộ, pháp chỉ thẳng, không qua bất kỳ phương tiện nào (dù là ngồi, hay hít thở).

Đối chiếu sẽ thấy, ngài Tuệ Hải chỉ lặp lại lời Đức Phật dạy trong nhóm Kinh Nhật Tụng Sơ Thời. Đức Phật dạy trong Kinh Sn 5.15, trích như sau:

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

“1119. [Đức Phật] Hỏi Mogharaja, hãy luôn luôn **tĩnh thức và nhìn thế giới như rỗng rang**, với cái nhìn về tự ngã đã bừng gốc, người đó sẽ vượt qua sự chết. Thần Chết không thể thấy người đã nhìn thế giới này như thế.” (4)

Đức Phật cũng nói một cách khác: **Chánh kiến tức là thuốc xổ bậc Thánh**. Nhờ nhận ra chánh kiến (tức, ngộ), tà kiến sẽ xổ ra ào ạt.

Đức Phật dạy trong Kinh AN 10.108, bản dịch của Thầy Minh Châu viết, trích:

“*Này các Tỷ-kheo, thế nào là thuốc xổ bậc Thánh, thuốc xổ này thành công, không có thất bại. Do duyên thuốc xổ bậc Thánh này nên các chúng sanh bị sanh được giải thoát khỏi sanh... các chúng sanh bị sầu, bi, khổ, ưu, não được giải thoát khỏi sầu, bi, khổ, ưu, não?*

*Với người có chánh kiến, này các Tỷ-kheo, tà kiến bị xổ ra. Các ác bất thiện pháp do duyên tà kiến sanh khởi nên các pháp ấy được xổ ra và các pháp thiện do duyên với chánh kiến đi đến viên mãn trong tu tập. Với người có chánh tư duy, này các Tỷ-kheo, tà tư duy bị xổ ra... Với người có chánh ngữ, này các Tỷ-kheo, tà ngữ bị xổ ra... Với người có chánh nghiệp, này các Tỷ-kheo, tà nghiệp bị xổ ra... Với người có chánh mạng, này các Tỷ-kheo, tà mạng bị xổ ra... Với người có chánh tinh tấn, này các Tỷ-kheo, tà tinh tấn bị xổ ra... Với người có chánh niệm, này các Tỷ-kheo, tà niệm bị xổ ra... Với người có chánh định, này các Tỷ-kheo, tà định bị xổ ra... Với người có chánh trí, này các Tỷ-kheo, tà trí bị xổ ra... Với người có chánh giải thoát, này các Tỷ-kheo, tà giải thoát bị xổ ra... Các pháp ác bất thiện, do duyên tà giải thoát sanh khởi, các pháp ấy bị xổ ra và các pháp thiện, duyên với chánh giải thoát đi đến viên mãn trong tu tập.” (5)*

**Tuy nhiên, có Chánh kiến vẫn có thể rơi vào địa ngục.**

Đức Phật giải thích rằng, ngay cả người giữ giới luật và có Chánh kiến, vẫn có thể rơi vào địa ngục: hoặc vì ác nghiệp làm từ đời trước, hoặc vì ác nghiệp làm về sau (nghĩa là, có Chánh kiến vẫn có thể gây nghiệp ác), hoặc khi cận tử đột nhiên khởi tà kiến (nghĩa là, giây phút cận tử rất quan trọng). Như thế, cho thấy tà kiến rất mực nguy hiểm.

Kinh MN 136, bản dịch của Thầy Minh Châu, nói rõ 3 trường hợp cả đời tu nghiêm túc nhưng vẫn có cơ nguy rơi vào địa ngục, trích:

*“Ở đây, này Ānanda, người nào từ bỏ sát sanh, từ bỏ lấy của không cho, từ bỏ tà hạnh trong các dục, từ bỏ nói láo, từ bỏ nói hai lưỡi, từ bỏ nói ác khẩu, từ bỏ nói lời phù phiếm, từ bỏ tham dục, từ bỏ sân tâm, có chánh kiến; sau khi thân hoại mạng chung, người ấy bị sanh vào cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục ... Hoặc là một ác nghiệp đưa đến cảm giác khổ thọ do người ấy làm từ trước, hay một ác nghiệp đưa đến cảm giác khổ thọ do người ấy làm về sau, hay trong khi mệnh chung, một tà kiến được người ấy chấp nhận và chấp chặt. Do vậy, sau khi thân hoại mạng chung, người ấy sanh vào cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục. Và ai ở đây từ bỏ sát sanh, từ bỏ lấy của không cho ... có chánh kiến, người ấy phải lãnh thọ quả báo được khởi lên ngay hiện tại hay trong một đời khác.” (6)*

Như thế, **Chánh kiến là thuốc xổ bậc Thánh, là vô lậu, là bước đầu của giải thoát**, nhưng nếu sơ xuất để khi cận tử, đột nhiên sinh khởi tà kiến, là sẽ có cơ nguy rơi vào địa ngục hay đọa xứ.



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Mượn ngón tay để chỉ trăng là cách tiện dụng, tức là dùng ngôn ngữ biện luận để giúp ngộ được con đường bậc Thánh. Do vậy, Đức Phật cũng dạy cách lý luận để nhận ra chánh kiến, và chúng ta có thể trải qua kinh nghiệm này.

Như trong Kinh SN 12.15, bản dịch của Thầy Minh Châu, Đức Phật dạy về chánh kiến (còn gọi là chánh tri kiến), trích:

*“Ngồi xuống một bên, Tôn giả Kaccāyanagotta bạch Thế Tôn: “Chánh kiến, chánh kiến”, bạch Thế Tôn được nói đến như vậy. Bạch Thế Tôn, cho đến như thế nào là chánh kiến?”*

*—Này Kaccāyana, thế giới này phần lớn y chỉ vào hai cực đoan này: có và không có. Này Kaccāyana, ai với chánh tri tuệ thấy như chơn thế giới tập khởi, vị ấy không chấp nhận thế giới là không có. Này Kaccāyana, ai với chánh tri tuệ thấy như chơn thế giới đoạn diệt, vị ấy không chấp nhận thế giới là có.*

*Này Kaccāyana, chấp thủ phương tiện và bị thiên kiến trói buộc, phần lớn thế giới này là vậy. Và ai với tâm không trú trước, không chấp thủ phương tiện ấy, không chấp thủ thiên chấp tùy miên ấy, không có chấp trước, không trú trước, vị ấy không có nghi ngờ: “Đây là tự ngã của tôi”. Khi khổ sanh thời xem là sanh, khi khổ diệt thời xem là diệt; vị ấy không có nghi ngờ, không có phân vân, không duyên vào ai khác, trí ở đây là của vị ấy. Cho đến như vậy, này Kaccāyana, là chánh tri kiến.” (7)*

Kinh vừa dẫn, có thể hiểu đơn giản qua thí dụ: khi nghe tiếng chim kêu, chúng ta không nói thế giới là Không Có (Không, Vô); và khi nghe tiếng chim tịch lặng, chúng ta không nói thế giới là Có (Sắc, Hữu). Nếu có ai không chấp vào Có với Không, sẽ không dính vào ý nghĩ là có tự ngã nào. Thiền Tông Việt Nam có bài kệ của Thiền sư Tông Diễn (1640-1711),

trích: “*Hữu vô câu bất lập, nhật cảnh bốn đương bô*” (có và không đều không lập, mặt trời trí tuệ sẽ lên cao). Như thế, Chánh kiến là ngộ được thực tướng các pháp lia cả Có và Không.

Tới đây, một câu hỏi có thể nêu lên: **người có tà kiến, nhưng sống đời đạo đức (Phạm hạnh) có thể giải thoát hay không?** Thí dụ, tà kiến là tin rằng có Đấng Tạo Hóa, có ơn cứu rỗi, có hiện tượng phục sinh (có đấng nào đó sẽ sống lại ngày sau và đấng đó sẽ cứu rỗi các tín đồ phục sinh trở lại)... **Câu trả lời là không** – vì hề có tà kiến, dù sống đạo đức cỡ nào, dù tu định hay tu niệm kiên cố cỡ nào, cũng sẽ không giải thoát nổi. Nghĩa là, tà kiến là hỏng. Đức Phật gọi người tu với tà kiến, y hệt như ép cát để tìm dầu, như vắt sừng bò để tìm sữa...

Kinh MN 126, bản dịch của Thầy Minh Châu, trích lời Đức Phật dạy:

“*Này Bhumija, những Sa-môn hay Bà-la-môn nào có tà kiến, tà tư duy, tà ngữ, tà nghiệp, tà mạng, tà tinh tấn, tà niệm, tà định, nếu họ có ước nguyện hành Phạm hạnh, thời không đạt được quả vị; nếu họ không có ước nguyện, hành Phạm hạnh, thời không đạt được quả vị; nếu họ có và không có ước nguyện, hành Phạm hạnh, thời không đạt được quả vị; nếu họ không có và không không có ước nguyện, hành Phạm hạnh, thời không đạt được quả vị. Vì sao vậy? Đây không phải là phương pháp, này Bhumija, để đạt được quả vị.*

*Ví như, này Bhumija, một người cần dầu, tìm cầu dầu, đi chỗ này chỗ kia để tìm dầu. Sau khi đổ cát vào thùng, tiếp tục rưới nước rồi ép (cát cho ra dầu)...” (8)*

Trong Trung A Hàm, Kinh MA 115, bản dịch của Thầy Tuệ Sỹ, trích lời Đức Phật kể khi trả lời một người họ Thích về **tông chỉ Phật**:

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

"... *Ta đáp, 'Này người họ Thích, nếu tất cả chư Thiên, Ma, phạm, Sa-môn, Bà-la-môn, từ người đến trời trên thế gian này đều không đấu tranh, tu tập ly dục, thanh tịnh phạm hạnh, lìa bỏ siểm khúc, dứt trừ truy hỏi, không đấm trước nơi hữu, phi hữu, cũng không có tướng. Đó là tông chỉ của Ta. Pháp Ta thuyết giảng cũng như vậy'...*" (9)

Kinh tương đương bên Tạng Pali là Kinh MN 18 (Kinh Mật Hoàn), bản dịch của Thầy Minh Châu ở đoạn này như sau:

"*Này Hiền giả, theo lời dạy của Ta, trong thế giới với chư Thiên, Māra và Phạm thiên, với các chúng Sa-môn, Bà-la-môn, chư Thiên và loài Người, không có tranh luận một ai ở đời; các tướng sẽ không ám ảnh vị Bà-la-môn sống không bị dục triền phược, không có nghi ngờ do dự, với mọi hỏi quá đoạn diệt, không có tham ái đối với hữu và phi hữu. Này Hiền giả, như vậy là quan điểm của Ta, như vậy là lời Ta giảng dạy*". (9)

Xuống tới các đoạn dưới, chữ "**tướng**" trong hai đoạn trên được Đức Phật nói rõ hơn, và các bản dịch ghi rõ hơn. Trích các bản dịch như sau.

--- Đức Thế Tôn nói: "*Tỳ-kheo, nếu người đối với **hý luận nhân đó...***" (Kinh MA 115, bản dịch Thầy Tuệ Sỹ).

--- *Này Tỳ-kheo, do bất cứ nhân duyên gì, một số **hý luận vọng tướng** ám ảnh một người* (Kinh MN 18, bản dịch Thầy Minh Châu).

--- *Mendicant, a person is beset by concepts of identity that emerge from the **proliferation of perceptions***. (Kinh MN 18, bản dịch Sujato)

--- *Whatever is the origin, monk, of the number of **obsessions and perceptions** which assail a man.* (Kinh MN 18, bản dịch Horner)

Ngắn gọn, khi nghĩ thế này, hay nghĩ thế kia, đều là hỏng. Tông chỉ Phật là lia hý luận, lia vọng tưởng ám ảnh.

Trong Tăng Nhất A Hàm, Kinh EA 40.10, bản dịch của Thầy Tuệ Sỹ và Thầy Đức Thắng, ghi lời ngài Ca-chiên-diên giải thích cho chư tăng chưa nhìn thấy lộ trình vọng tưởng:

*"Khi mắt thấy sắc mà sanh ra thức tưởng, nhân ba sự ấy mà có xúc. Do có xúc nên có thọ. Do có thọ nên có giác tri. Do có giác tri nên có tưởng. Do có tưởng nên suy lường; từ đó mà có các niệm dính mắc nơi tưởng..." (10)*

Như thế, người có chánh kiến là đã thấy đúng bước đầu lộ trình tu học. Nghĩa là, chánh kiến chính là bước đầu vô lậu, là bước đầu giải thoát. Nghĩa là, không thể có **“Chánh kiến hữu lậu”**...

Tới đây, có một câu hỏi: **Tại sao Kinh MN 117 nói rằng có “Chánh kiến hữu lậu”?**

Nên thấy rằng, MN 117 là kinh duy nhất nói về “chánh kiến hữu lậu” (There is right view with effluents)... Nhiều luận sư, trong đó có ngài Anālayo, nghĩ rằng Đức Phật không hề nói như thế, và **khái niệm “chánh kiến hữu lậu” là do một số vị Tăng đời sau chen thêm vào Tạng Pali.**

Kinh MN 117, bản dịch của Thầy Minh Châu, chỗ giải thích về chánh kiến hữu lậu trích như sau:

*“Và này các Tỷ-kheo, thế nào là chánh kiến? Chánh kiến, này các Tỷ-kheo, Ta nói có hai loại. Đây các Tỷ-kheo, có loại chánh kiến hữu lậu, thuộc phước báo, đưa đến quả sanh y (upadhivepakka); có loại chánh kiến, này các Tỷ-kheo, thuộc bậc Thánh, vô lậu, siêu thế, thuộc đạo chi (magganga).*

*Và này các Tỷ-kheo, thế nào là chánh kiến hữu lậu, thuộc phước báo, đưa đến quả sanh y? Có bố thí,*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*có cúng dường, có tế tự, có quả báo các nghiệp thiện ác, có đời này, có đời khác, có mẹ, có cha, có các loại hóa sanh; ở đời có các vị Sa-môn, Bà-la-môn, chánh hướng, chánh hạnh, sau khi với thượng trí tự mình chứng đạt đời này và đời khác lại tuyên bố lên. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là chánh kiến hữu lậu, thuộc phước báo, đưa đến quả sanh y...” (11)*

Ngài Anālayo qua bài viết nhan đề “The Mahācattārīsaka-sutta in the Light of its Parallels — Tracing the Beginnings of Abhidharmic Thought” phân tích văn phạm và pháp nghĩa, đối chiếu bên Hán Tạng với Kinh MA 189 (kinh này có thể đọc **bản tiếng Việt ở ghi chú (2)** do Thầy Tuệ Sỹ dịch), kết luận rằng khái niệm “chánh kiến hữu lậu” là ghép vào khi kết tập kinh nhiều thế kỷ sau, do các vị sư thời kỳ A Tỳ Đàm đưa vào.

Một luận sư khác (trang chủ của Buddha-vacana), qua bài “Early and late in MN 117” đã đối chiếu Kinh MN 117 với các bản tương đương bản Hán Tạng và bản Phật Giáo Tây Tạng cũng kết luận rằng MN 117 bị đời sau chen vào khái niệm “chánh kiến hữu lậu” và đây là nơi duy nhất có khái niệm này. Bài phân tích này, và bài của ngài Anālayo có thể đọc ở 2 links trong ghi chú (12).

Điềm đặc biệt, Đức Phật có khi nói ngắn gọn về chánh kiến, có khi nói rất chi tiết về chánh kiến. Có khi nói riêng chánh kiến, có khi nói chung trong Bát chánh đạo.

Như trong Kinh MN 141, khi nói về Bát Chánh Đạo, Đức Phật nói về chánh kiến, bản dịch của Thầy Minh Châu, trích:

*“Này chư Hiền, thế nào là chánh tri kiến? Này chư Hiền, tri kiến về Khổ, tri kiến về Khổ tập, tri kiến về*

*Khổ diệt, tri kiến về Khổ diệt đạo. Nay chư Hiền, như vậy gọi là chánh tri kiến.”* (13)

Nghĩa là, **chánh kiến tức là thấy và biết về Khổ, Tập, Diệt, Đạo**. Tức là thấy và biết về Tứ Thánh Đế.

Có một điểm thường nhận thấy rằng, trong Kinh Phật ghi rằng có nhiều bậc Thánh tăng phải tu tuần tự, qua nhiều thời gian mới giải thoát, trong khi có một số vị tức khắc giải thoát, có khi chỉ nghe một bài kệ là chứng quả A La Hán ngay. Câu hỏi là, Đức Phật có nói gì về giải thoát tức khắc hay không?

Chỗ này, Thiền Tông Đông Độ thường nhấn mạnh yếu tố đốn ngộ, khi triệt ngộ sẽ cắt đứt mọi sợi dây tham sân si. Trong bài Chứng Đạo Ca của Thiền sư Vĩnh Gia Huyền Giác (665-713), nêu minh bạch ý này.

Trong tác phẩm “Chứng Đạo Ca - Trực Chỉ Đề Cương” do Thầy Từ Thông (Như Huyền Thiền Sư) dịch và chú, có thể trích 4 câu về đốn ngộ, về hiểu và kinh nghiệm tức khắc (nơi đây, viết thành một dòng cho gọn):

Vĩnh Gia Huyền Giác: *Đốn giác liễu Như Lai thiền, Lục độ vạn hạnh thể trung viên, Mộng lý minh minh hữu lục thú, Giác hậu không không vô đại thiên.*

Thầy Từ Thông dịch: *Thoát chứng nhập Như Lai thiền định, Vạn hạnh tròn mà lục độ cũng châu viên; Còn mộng mơ, thấy có nẻo luân hồi; Khi tỉnh thức, cõi ta bà tìm không ra dấu vết.* (14)

Đức Phật có nói về một số trường hợp, hể ngộ một lần là trọn đủ. Không cần mất thì giờ nhiều. Đức Phật nói rõ ràng trong Tứ Thánh Đế, **hể thấy một Thánh Đế là thấy trọn cả Tứ Thánh Đế** -- nghĩa là, dứt bật một lần là xong.

Đó là Kinh SN 56.30 (Kinh Gavampati), bản Việt dịch của Thầy Minh Châu, trích:

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

“Này các Tỷ-kheo, ai thấy Khổ, người ấy cũng thấy Khổ tập, cũng thấy Khổ diệt, cũng thấy Con Đường đưa đến Khổ diệt. Ai thấy Khổ tập, người ấy cũng thấy Khổ, cũng thấy Khổ diệt, cũng thấy Con Đường đưa đến Khổ diệt. Ai thấy Khổ diệt, người ấy cũng thấy Khổ, cũng thấy Khổ tập, cũng thấy Con Đường đưa đến Khổ diệt. Ai thấy Con Đường đưa đến Khổ diệt, người ấy cũng thấy Khổ, cũng thấy Khổ tập, cũng thấy Khổ diệt”.

Không chỉ trong bản Việt, văn phạm các bản tiếng Anh cũng minh bạch như thế, cho thấy yếu tố **thấy một là thấy toàn bộ**, trích:

--- *Bhikkhus, one who sees suffering also sees the origin of suffering, also sees the cessation of suffering, also sees the way leading to the cessation of suffering...* (Bản dịch ngài Bodhi)

--- *Someone who sees suffering also sees the origin of suffering, the cessation of suffering, and the practice that leads to the cessation of suffering...* (Bản dịch ngài Sujato)

--- *Monks, whoever sees stress also sees the origination of stress, the cessation of stress, & the path of practice leading to the cessation of stress...* (Bản dịch ngài Thanissaro)

Cả 4 bản dẫn trên có dẫn links trong ghi chú (15).

Trong nhóm Kinh Nhật Tụng Sơ Thời cũng có 2 kinh dạy về chánh kiến. Cả 2 kinh đều nói rằng hễ có chánh kiến, là không vướng vào Có hay Không, và tâm sẽ không dính mắc gì hết, không nắm giữ một kiến nào hết (tức, vô sở trụ), và sống với cái Như Thị hiện tiền.

Kinh Sn 4.2, bản dịch của Nguyên Giác, trích như sau:

“786. Với người đã thanh tịnh, không định kiến nào khởi lên về bất cứ những gì là có hay không có (về

*hữu hay phi hữu), ở bất cứ nơi đâu trong thế giới này. Đã xa lìa hư vọng và kiêu mạn, làm sao vị này có thể dính mắc nữa. Họ sống không dính mắc.*

787. *Làm sao, và về những gì, những kẻ dính vào tranh cãi về các giáo thuyết có thể tranh cãi với người không dính mắc gì? Không nắm giữ bất cứ gì, và không bác bỏ bất cứ gì, người ấy rũ bỏ bất kỳ cái nhìn nào nơi đây.” (16)*

Tương tự, Kinh Sn 4.5, trích như sau:

“801. *Người trí không nghiêng về bất kỳ phía nào dù về hữu hay phi hữu (có/không), dù cõi này hay cõi sau. Không có gì để nắm giữ, bầu vùi trong tất cả các giáo thuyết người này đã học và suy tính.*

802. *Trong những cái được thấy, nghe, nhận biết chớ để một niệm vi tế nào khởi trong tâm. Với người không nắm giữ một kiến nào như thế, làm sao có ai trong thế giới này xếp loại được vị đó.*

803. *Vị đó không dựng lập, không thiên về, không nắm giữ giáo thuyết nào, không bị dẫn dắt bởi giới luật hay nghi lễ tôn giáo. Sống với Như Thị [is Thus] vị đó qua bờ, không lùi lại.” (16)*

Một câu hỏi thỉnh thoảng nêu lên: như thế, tham công án và tham thoại đầu liên hệ thế nào với ngộ? Nơi đầu bài, chúng ta có dẫn ra trường hợp Đại Huệ Thiền Sư, nhiều lần trải qua các kinh nghiệm ngộ khác nhau.

Bất kỳ ai cũng có thể thử nghiệm phương tiện lớn này. Thí dụ, cách đơn giản để tiếp cận: **Không cần ngồi thiền, hãy luôn luôn giữ tâm tĩnh thức nhìn vào Tâm Không Biết.**

Chỉ như thế thôi, sẽ tới một lúc hiểu được một số lời dạy của các Thiền sư, và đó là ngộ. Tĩnh thức nhìn vào Tâm Không Biết còn gọi là nhìn vào Sơ Tâm, nhìn vào Tâm Ban Đầu, là nhìn vào tâm không vương vào



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

quan kiến Có hay Không, nhìn vào tâm lia cả ba thời “quá khứ, hiện tại, vị lai” – vì tất cả những gì gọi là Đã Biết đều là sản phẩm của ngũ uẩn quá khứ. Tâm Không Biết có thể dịch là “beginner's mind”, hay “don't know mind”, hay “the unknown mind”... Đó là những cái chưa từng được biết, cũng là những cái luôn luôn mới tinh khôi. Cũng có thể gọi là Tâm Không Chỗ Trụ.

Nhìn như thế, sẽ tới một lúc, cách nhìn tinh thức này dẫn vào được **sơ thiền** --- thấy toàn thân như được hơi nước xoa tắm mát, có thể xem chi tiết về sơ thiền nơi bài Các Pháp Vào Định. (17)

Trường hợp vẫn giữ cái nhìn tinh thức như thế, sẽ tới một lúc nhất tâm, sẽ rời tầm (đặt tâm vào, the placing of the mind) và rời tứ (dán tâm vào, keeping it connected), chỉ còn giữ tâm trong sự tịch lặng thánh thiện (ngài Minh Châu dịch là: *Thánh im lặng*; ngài Sujato dịch là: *immersion in noble silence*; ngài Bodhi dịch là: *concentrate your mind on noble silence*) là vào được **nhị thiền**.

Ngài Mục Kiền Liên giải thích về nhị thiền, qua Kinh SN 21.1, trích:

“Rời này các Hiền giả, Thế Tôn bằng thần thông đến với tôi và nói: “Moggallāna, Moggallāna, chớ có phóng dật. Nay Bà-la-môn, đối với Thánh im lặng, hãy an trú tâm vào Thánh im lặng, hãy chú nhất tâm vào Thánh im lặng, hãy chú định tâm vào Thánh im lặng”.

Rời này các Hiền giả, sau một thời gian, tôi diệt tầm và tứ, chứng và trú vào Thiền thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm không tứ, nội tĩnh nhưt tâm.” (18)

Cũng nên ghi nhận, Đức Phật dạy trong nhiều kinh rằng chỉ cần sơ thiền là đủ sức định cho giải thoát: Từ sơ thiền nên chuyển sang quán sát các pháp là vô thường, sẽ nhận ra vô ngã, nhận ra các pháp là duyên

sanh, sẽ như lời Đức Phật nói, khi đó là “đoạn tận lậu hoặc tức khắc”... Như trong các kinh: Kinh MN 52, Kinh MN 64, Kinh SN 22.81...

**Hỏi: Chỉ có tuệ, không có định, có thể giải thoát không?**

**Đáp: Có thể giải thoát.** Các bậc Thánh Tăng đó được gọi là gọi là Tuệ Giải Thoát. Còn gọi là bậc A La Hán Càn Huệ (dry-insight arahant). Nhưng có thể hiểu ngầm là, ít nhất phải có cận định.

Vị nổi bật, thường được dẫn ra ngài Cakkhupala. Bài kệ đầu tiên trong Kinh Pháp Cú (Tạng Pali) là Đức Phật nói về ngài Thera Cakkhupala.

Trong Trường Lão Tăng Kệ, ngài làm bài kệ mang ký số “Thera 1.95: Cakkhupala”...

Truyện kể rằng, ngài Cakkhupala sau 5 năm thọ giới sa di đã cùng với 60 nhà sư khác vào một khu rừng ven làng ẩn tu. Ngài sống trong một căn lều lợp lá. Ngài bệnh mắt, nhưng tinh tấn tu tuệ quán, bất kể lời một vị lương y trong làng khuyên nên nghỉ ngơi. Khi ngài chứng quả, cùng lúc là đôi mắt hỏng luôn.

Truyện kể về sức mạnh tuệ quán của ngài như sau: “...so that eyes and torments perished at the same time. And he became a 'dry-visioned' arahant (enlightened).” (cặp mắt và lậu hoặc đồng thời tan hoại. Và ngài trở thành một vị A La Hán Tuệ Khô...”

Bởi vì ngài không tu định, cho nên không có thần thông. Có một lần, ngài muốn tới vườn Kỳ Đà ở thành Xá Vệ, nhưng vì mắt mù, nên nhiều trở ngại trên đường đi, trong khi bóng đêm phủ xuống. Lúc đó, vua trời Đế Thích Sakka mới hiện thân làm một thanh niên cùng đi đường, cầm gậy cho ngài và dùng thần thông đưa ngài tới Xá Vệ. (19)

Tương tự, trong luận thư The Path of Purification (Thanh Tịnh Đạo), bản Anh dịch của Nyanamoli, nơi

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Chương 1 (Giới - Virtue), trang 6, ghi rõ rằng có thể giải thoát bằng thuần tuệ (insight alone), không cần định (serenity), nhưng cần có giới (virtue). Cũng là nhận ra pháp ấn vô thường, vô ngã. Xem trang 6 sách này, trích: “*The words ‘insight alone’ are meant to exclude not virtue, etc., but serenity (i.e. jhana)...*” (20)

Nói ngắn gọn, chữ “ngộ” trong Thiền Tông chính là “chánh kiến” trong Bát Chánh Đạo. Và ngộ tông chỉ Phật có thể hiểu là nhận ra pháp ấn vô thường (và như thế là nhận ra vô ngã). Ngộ, tức nhận ra chánh kiến, có nhiều mức độ cạn, sâu khác nhau. Nơi mức độ cạn, chúng ta có thể dùng lý luận, biện biệt để nắm giữ chánh kiến; nơi mức độ sâu, đó là kinh nghiệm của kết hợp chỉ và quán, và đôi khi là riêng thuần tuệ quán. Và đó là thuốc xổ cho tất cả các tà kiến trăm kiếp, nghìn đời. Và cũng là tia sáng ban mai của giải thoát.

### GHI CHÚ:

(1) Kinh AN 10.121:

[https://suttacentral.net/an10.121/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an10.121/vi/minh_chau)

(2) Kinh MA 189:

[https://suttacentral.net/ma189/vi/tue\\_sy](https://suttacentral.net/ma189/vi/tue_sy)

(3) Đôn Ngộ Nhập Đạo Yếu Môn Luận:

<https://thuvienhoasen.org/images/file/T-QYop1G0QgQAJ0b/donngonhapdaoyeumon.pdf>

(4) Kinh Sn 5.15:

<https://thuvienhoasen.org/p15a30626/sn-5-15-mogharajamanava-puccha-cac-cau-hoi-cua-mogharaja>

(5) Kinh AN 10.108:

[https://suttacentral.net/an10.108/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an10.108/vi/minh_chau)

(6) Kinh MN 136:

[https://suttacentral.net/mn136/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn136/vi/minh_chau)

(7) Kinh SN 12.15:

[https://suttacentral.net/sn12.15/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn12.15/vi/minh_chau)

## NGUYỄN GIÁC

(8) Kinh MN 126:

[https://suttacentral.net/mn126/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn126/vi/minh_chau)

(9) Kinh MA 115:

[https://suttacentral.net/ma115/vi/tue\\_sy](https://suttacentral.net/ma115/vi/tue_sy)

Kinh MN 18:

[https://suttacentral.net/mn18/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn18/vi/minh_chau)

(10) Kinh EA 40.10:

[https://suttacentral.net/ea40.10/vi/tue\\_sy-thang](https://suttacentral.net/ea40.10/vi/tue_sy-thang)

(11) Kinh MN 117:

[https://suttacentral.net/mn117/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn117/vi/minh_chau)

(12) --- Early and late in MN 117: <http://www.buddhavadana.org/articles/mn117-early-and-late.html>

--- The Mahācattārisaka-sutta in the Light of its  
Parallels: <https://www.buddhismuskunde.uni-hamburg.de/pdf/5-personen/analayo/mahacattarisaka.pdf>

(13) Kinh MN 141:

[https://suttacentral.net/mn141/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn141/vi/minh_chau)

(14) Chứng Đạo Ca:

<http://www.lieulieuuduong.org/KINHSAACH/chungdaocatrucchidecuong.pdf>

(15) Kinh SN 56.30, bản của Thầy Minh Châu:

[https://suttacentral.net/sn56.30/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn56.30/vi/minh_chau)

Bản của ngài Bodhi:

<https://suttacentral.net/sn56.30/en/bodhi>

Bản của ngài Sujato:

<https://suttacentral.net/sn56.30/en/sujato>

Bản của ngài Thanissaro:

[https://www.dhammadata.org/suttas/SN/SN56\\_30.html](https://www.dhammadata.org/suttas/SN/SN56_30.html)

(16) Kinh Sn 4.2:

<https://thuvienhoasen.org/p15a30596/sn-4-3-dutthatthaka-sutta-kinh-ve-ta-kien>

Kinh Sn 4.5: <https://thuvienhoasen.org/p15a30598/sn-4-5-parama-haka-sutta-kinh-ve-toi-thuong>

(17) Các Pháp Vào Định:

<https://thuvienhoasen.org/a28417/cac-phap-vao-dinh>

(18) Kinh SN 21.1:

[https://suttacentral.net/sn21.1/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn21.1/vi/minh_chau)

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

(19) Thera 1.95:

[https://tipitaka.fandom.com/wiki/Thera\\_1.95:\\_Cakkhupala](https://tipitaka.fandom.com/wiki/Thera_1.95:_Cakkhupala)

(20) The Path of Purification:

<https://www.accesstoinsight.org/lib/authors/nanamoli/PathofPurification2011.pdf>

# CHÁNH NGŨ TRONG ĐỜI VÀ ĐẠO

Lý do để viết bài này là vì bản thân người viết có sai lầm cần bày tỏ. Tuy rằng sai lầm đã hiệu đính, nhưng cũng cần nói ra, vì Đức Phật đã dạy rằng hễ sai thì nên tự mình bày tỏ.

Trong Trường A Hàm, Kinh DA 24 (Kinh Kiên Cố), bản dịch của Thầy Tuệ Sỹ, có ghi lời Đức Phật dạy: *“Ta chỉ dạy các đệ tử ở nơi thanh vắng nhàn tĩnh mà trầm tư về đạo. Nếu có công đức, nên dấu kín. Nếu có sai lầm, nên tự mình bày tỏ.”* (1)

Xin bày tỏ sai lầm trong ấn bản *Kinh Pháp Cú Tây Tạng*, nơi trang 44, khi ghi về Bát Chánh Đạo, người viết đã ghi thiếu hai chữ “Chánh ngữ” trong tám chi phần. Bây giờ đã bỏ tước xong, cả bản trên mạng, bản PDF và cả trên bản giấy lưu hành ở Amazon (2). Người viết trân trọng cảm ơn người chỉ ra lỗi thiếu sót này là Tỳ Khưu Minh Trí Buddhanyana, một bạn thân trong việc làm thiện nguyện từ nhiều thập niên và gần đây thọ đại giới tại một ngôi chùa Miến Điện ở vùng Austin, TX. Đồng thời cũng xin cảm ơn Cư sĩ Tâm Diệu, người phụ trách Thư Viện Hoa Sen và nxb Ananda Viet Foundation, đã bỏ tước hai chữ “Chánh ngữ” vào các ấn bản hiệu đính. Người viết xin sám hối trước Tam Bảo, và kính xin chư tôn đức sử dụng bản

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

mới trên mạng, nếu có sử dụng. Bài này sẽ viết về đề tài Chánh ngữ.

Nơi đây, xin trích dẫn một số lời Đức Phật dạy về Chánh ngữ -- các Kinh sau đây do Thầy Thích Minh Châu dịch (3).

--- *Và này các Tỷ-kheo, thế nào là **chánh ngữ**?  
Này các Tỷ-kheo, chính là từ bỏ nói láo, từ bỏ nói hai lưỡi, từ bỏ nói lời độc ác, từ bỏ nói lời phù phiếm.*  
(Kinh SN 45.8)

--- *Nói đúng thời, nói đúng sự thật, nói lời nhu hòa, nói lời liên hệ đến lợi ích, nói với lời từ tâm.*  
(Kinh AN 5.198)

--- *Này các Tỷ-kheo, có mười đề tài để nói chuyện này. Thế nào là mười? Câu chuyện về ít dục, câu chuyện về biết đủ, câu chuyện về viễn ly, câu chuyện về không tụ hội, câu chuyện về tinh tấn, câu chuyện về giới, câu chuyện về định, câu chuyện về tuệ, câu chuyện về giải thoát, câu chuyện về giải thoát tri kiến.*  
*Này các Tỷ-kheo, có mười đề tài để nói chuyện này. Này các Tỷ-kheo, nếu các Thầy tiếp tục nói những câu chuyện liên hệ đến mười đề tài để nói chuyện này, thời các Thầy có thể với ánh sáng (của mình) đánh bật ánh sáng của mặt trăng, mặt trời, những vật có đại thần lực, có uy lực, còn nói gì của các du sĩ ngoại đạo.*  
(Kinh AN 10.69)

--- *Này các Tỷ-kheo, chớ có nói lời tranh luận nhau: “Ông không biết Pháp và Luật này. Tôi biết Pháp và Luật này. Sao Ông có thể biết Pháp và Luật này? Ông theo tà hạnh. Tôi theo chánh hạnh. Điều đáng nói trước, Ông lại nói sau. Điều đáng nói sau, Ông lại nói trước. Lời nói tôi tương ưng. Lời nói Ông không tương ưng. Điều Ông quan niệm, trình bày đã bị đảo lộn. Quan điểm của Ông đã bị thách đổ. Hãy đi giải tỏa quan điểm của Ông. Hãy tự thoát khỏi bế tắc*

*nếu Ông có thể làm được”. Vì sao? Những câu chuyện ấy, này các Tỷ-kheo, không liên hệ đến mục đích, không phải căn bản cho Phạm hạnh, không đưa đến yếm ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết-bàn. (Kinh SN 56.9)*

Như thế, Chánh ngữ là một chìa khóa quan trọng để vào Pháp, vì là lời đúng sự thật, lời về viễn ly và giải thoát. Là ngón tay chỉ trăng, là ký hiệu để chờ ý, do vậy khi chữ và lời minh bạch nói lên được Chánh pháp hẳn luôn luôn là kết quả từ các lựa chọn qua rất nhiều suy nghĩ, so sánh, đối chiếu giữa các chữ và lời. Đó cũng là một tiến trình để nhận ra khổ đế của những người dịch và ghi chú về kinh điển, khi lọc ra các chữ không vừa ý, lọc ra các ý bất toàn... để chọn các chữ thích nghi nhằm trình bày lời Đức Phật dạy. Thấy chữ này không chính xác, thấy chữ kia bất toàn – đó là nhận ra khổ đế trong khi dịch và viết.

Không nương vào lời nói và chữ viết, chúng ta sẽ rất gian nan để thọ nhận và hiểu đúng Phật pháp. Ngày hôm nay chúng ta học Phật là nhờ công của các vị tiền bối đã dịch kinh điển ra tiếng Việt. Nhưng chọn đúng chữ để dịch lại là một tiến trình rất mục khó khăn. Bởi vì, hễ dịch sai là không giữ được Chánh ngữ. Lời nói và chữ viết nhiều khi đa nghĩa, thường gặp tình huống không gói trọn ý.

Thí dụ, chữ **dukkha** thường được dịch là **khổ**. Đức Phật nói rằng ngài dạy về khổ và về chấm dứt khổ. Trong tiếng Anh thường dịch gần nghĩa, bằng chữ suffering. Tự điển Pali-English Dictionary (2008) nói rằng chữ dukkha không có chữ tương đương trong tiếng Anh, vì bao gồm cả những bất như ý trong cả thân và tâm. Một số học giả tùy nơi lại dịch là stress (căng thẳng), pain (đau đớn), unsatisfactoriness (không như ý), unhappiness (không hạnh phúc)... Tiếng Việt



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

mình nói là “khổ” cho gọn, nhưng hàm cả nhiều nghĩa “bất như ý” hay “không vui”...

Do vậy, suy nghĩ nhiều nhất về Chánh ngữ chính là những người dịch và ghi chú về kinh luận. Không dễ gì tìm được chữ như ý để ghi lại lời Đức Phật.

Một chữ khác cũng khó dịch là “**sati**” – chúng ta thường dịch cho gọn, có khi là “**tỉnh thức**” và có khi là “**chánh niệm.**” Chữ “tỉnh thức” mang cả nghĩa đời, và đôi khi nghĩa đạo; thí dụ nghĩa đời, trên một chuyến xe buýt vài chục hành khách, có thể người “tỉnh thức” nhất lại là một anh trong nghề móc túi chờ sơ hở của người khác để hành nghề, và đó là bất thiện. Nhưng chữ “chánh niệm” lại không đầy đủ nghĩa.

Dựa theo các kinh trong Tạng Pali, chữ “sati” có nhiều nghĩa, như: ghi nhớ, nhận ra, ý thức được, khởi tâm tác ý, tâm tỉnh thức, tâm trong trẻo, hiện diện của tâm... trong khi tiếng Anh thường gặp là “mindfulness” và theo Wikipedia định nghĩa chữ này là “*bringing one's attention to experiences occurring in the present moment*” (chú tâm vào kinh nghiệm đang xảy ra trong khoảnh khắc hiện tại), nghĩa là mang cả nghĩa đời, khi kỹ năng chú tâm này được các chiến binh bắn tỉa sử dụng để giết người.

Do vậy, Chánh ngữ là một lựa chọn chữ nghĩa rất gian nan (rất mực khổ đế). Vì hễ ghi sai một chữ, là tự lòng mình bắn khoả liên, huống gì là sót tới hai chữ.

Đôi khi, dịch theo nghĩa nào cũng đúng, và hễ chọn chữ này là lại rời chữ kia. Như trường hợp Kinh Pháp Cú Pali, bài kệ 348.

Hòa Thượng Thích Minh Châu dịch là:

“348. *Bỏ quá, hiện, vị lai,*

*Đến bờ kia cuộc đời,*

*Ý giải thoát tất cả,*

*Chớ vướng lại sanh già.” (4)*

## NGUYỄN GIÁC

Nghĩa là, hãy buông bỏ cả quá khứ, hiện tại và vị lai mới tới bờ giải thoát được. Buông bỏ có nghĩa là rời bỏ tất cả sản phẩm ngũ uẩn, thân tâm trong ba thời (như 4 chữ phương châm của Thiên Tào Động: *phóng hạ thân tâm*, tức *buông bỏ thân và tâm*).

Hầu hết các dịch giả đều dịch y hệt như Thầy Minh Châu, trong đó có quý ngài: Narada Thera, Acharya Buddharakkhita, Ajahn Munindo, Bhikkhu Anandajoti, Daw Mya Tin...

Bài kệ đó là lời Đức Phật nói, khi chàng nghệ sĩ gánh xiếc Uggasena. Anh này là con của một nhà đại phú, say mê một cô vũ nữ trong một gánh xiếc lưu diễn nên chạy theo, kết hôn với cô và học nghề xiếc với cha của cô. Anh trở thành một nghệ nhân giỏi, trình diễn các màn trên cột cao. Một lần, khi gánh xiếc này tới Rajagaha để trình diễn trong 7 ngày, Đức Phật biết rằng đã tới cơ duyên độ anh này, nên ra đứng xem. Khi Uggasena trèo lên ngai cột cao, trình diễn và đột nhiên thấy không ai chú ý tới anh để hoan hô, nên cảm thấy rất buồn. Đức Phật lúc đó mới nói với anh: “*Hỡi Uggasena, người trí nên rời bỏ tất cả dính mắc vào các uẩn, và hãy tìm giải thoát ra khỏi vòng tái sinh.*”

Rồi Đức Phật đọc bài Kệ 349. Nghe xong, chàng Uggasena, trong khi còn ngồi trên cột cao, thả quả A La Hán. Anh trèo xuống và xin xuất gia theo Đức Phật.

Bài kệ đó được Thanissaro Bhikkhu dịch hơi khác đi trong tiếng Anh: *hãy rời bỏ phía trước* (thay vì vị lai), *rời bỏ phía sau* (thay vì quá khứ), *rời bỏ cái trung gian* (thay vì hiện tại)... *you let go of in front, let go of behind, let go of between....* A.R. Bomhard cũng dịch như Thanissaro. (4)

Cả hai cách dịch đều đúng, vì ý Đức Phật nói là hãy buông bỏ tất cả sản phẩm ngũ uẩn/thân tâm trong bất kỳ thời nào và không gian nào. Nhưng người dịch

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

tìm được chữ như ý là một lựa chọn gian nan, trong khi đi tìm Chánh ngữ.

Khi đối chiếu bài Kệ 348 trên với Tương Ứng Bộ, Kinh SN 1.1, có thể chúng ta sẽ thấy một nghĩa rất minh bạch.

Kinh này, trích bản dịch của Thầy Minh Châu là:

“— *Này Hiền giả, không đứng lại, không bước tới, Ta vượt khỏi bực lưu.*

--- *Thưa Tôn giả, làm sao không đứng lại, không bước tới, Ngài vượt khỏi bực lưu?*

--- *Này Hiền giả, khi Ta đứng lại, thời Ta chìm xuống. Này Hiền giả, khi Ta bước tới, thời Ta trôi giạt; do vậy, này Hiền giả, không đứng lại, không bước tới, Ta vượt khỏi bực lưu.”* (5)

Có thể hiểu rằng “bước tới” là mơ tưởng về (hay chạy đi tìm) một ngữ uẩn/thân tâm tương lai, và “đứng lại” là nuối tiếc quá khứ hay nắm giữ hiện tại... không trôi giạt thì sẽ chìm.

Trong khi đó, nếu không giữ được Chánh kiến, trong rất nhiều trường hợp, chữ nghĩa chính là cạm bẫy lôi chúng ta vào sinh tử luân hồi. Như trường hợp Giả Đảo (779 - 843), một nhà thơ Trung Quốc thời nhà Đường. Ông nguyên là một nhà sư, sau hoàn tục, thi làm quan.

Một lần, ông nghĩ ra hai câu thơ, và suy tính không biết nên dùng chữ “thôi” (đầy) hay chữ “xao” (gõ):

*Điều túc trì biên thụ ,*

*Tăng xao nguyệt hạ môn*

(Dịch: *Chim ngủ trên cây bên ao, nhà sư gõ cửa dưới ánh trăng.*)

Gặp nhà thơ Hàn Dũ, được đề nghị dùng chữ “thôi” – nghĩa là: nhà sư đầy cửa dưới ánh trăng.

Họ Giả mê thơ tới mức, truyền thuyết kể là cứ đêm trừ tịch hàng năm, Giả Đảo gom hết thơ làm trong năm

bày lên án, đốt hương, rót rượu vái lạy rằng: “Đây là nỗi khổ tâm của ta trong suốt năm nay!”

Mê thơ tới mức như thế, dù thơ hay cỡ nào, cũng vẫn là chìm vào bực lưu thôi. Bởi vì thơ, nếu không hướng về giải thoát, sẽ không gọi là Chánh ngữ.

Trong khi đó, chúng ta nhìn thấy chuyển biến rõ rệt trong đời nhà thơ Nguyễn Du (1765-1820), từ một thời lãng mạn tuổi trẻ tới cuối đời là hiển lộ các hiểu biết sâu sắc về Phật pháp.

Trong tác phẩm “Hoan-trung Cổ-nguyệt-đường Xuân Hương nữ-sử tập: Lưu Hương Ký” do GS Nguyễn Ngọc Bích phiên âm và chú thích có ghi lại mối tình ngắn ngủi (khoảng hơn hai năm, 1802-1804/5) giữa Nguyễn Du và Hồ Xuân Hương (1770? – 1840?). Theo GS Hoàng Xuân Hãn trong tác phẩm Hồ Xuân Hương Poèmes (in ở Paris), và theo nghiên cứu của GS Nguyễn Ngọc Bích trong Lưu Hương Ký, thơ Hồ Xuân Hương có nhắc tới Nguyễn Du qua cách gọi “Nguyễn-hầu” (ông họ Nguyễn) và nhắc chức vị “Cần-chánh học-sĩ” (Nguyễn Du được vua phong làm “Cần-chánh-điện học-sĩ”) cũng như dưới đề bài thơ có ghi “Hầu Nghi-xuân Tiên-điền nhân” (Ông người [làng] Tiên-điền [huyện] Nghi-xuân).

Trong khi đó, Nguyễn Du có bài thơ Mộng Đắc Thái Liên (Mộng Thấy Hải Sen) dài 5 đoạn, mỗi đoạn 4 dòng và mỗi dòng 5 chữ được hiểu là đề tặng Hồ Xuân Hương. Trong đó, có những câu rất tình tứ trong văn phong Nguyễn Du, như “*Cộng tri liên liên hoa, Thùy giả liên liên cán. Kỳ trung hữu chân ti, Khiên liên bất khả đoạn*” (Nguyễn Ngọc Bích dịch là: *Hoa sen ai chẳng ưa? Cuống hoa, mấy ai thích? Trong cuống vương bao tơ, Ván vương bao giờ dứt?*) – nghĩa là, những câu thơ rất nặng nề, đọc lên là biết nhiều kiếp lai sinh cũng khó dứt nổi tơ vương.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Nhưng tới cuối đời, trong bài thơ Phân Kinh Thạch Đài, cụ Nguyễn Du đã có một phong thái rất mực nhẹ nhàng. Thiền sư Đại Lãn trong một bài trên báo Giác Ngộ, nhan đề “Nguyễn Du và Phân Kinh Thạch Đài” đã phân tích về bài thơ dài này.

Cuối bài thơ là 4 dòng:

*“Ngã đọc Kim Cương thiên biến linh,  
Kì trung áo chỉ đa bất minh  
Cập đảo phân kinh thạch đài hạ,  
Chung tri vô tự thị chân kinh .”*

(Nhà phân tích Đại Lãn dịch nghĩa là: *Ta đọc Kim Cương hơn nghìn biến, Áo chỉ trong kinh không tỏ nhiều. Cho đến dưới đài đá phân kinh, Cuối cùng “Vô tự” biết là chân kinh.*) (6)

Kinh vô tự, tức là Kinh không có chữ. Đây là văn phong Thiền Tông. Trong bài vừa dẫn, Đại Lãn cũng dẫn thơ Nguyễn Du trong bài đề động Nhị Thanh:

*“... Mãn cảnh giai không hà hữu tướng  
Thử tâm thường định bất ly Thiên...”*

(Đại Lãn dịch: *...Mọi cảnh đều không, có tướng sao? Tâm này thường định, chẳng lìa Thiên...”*)

Đây chính là chỗ Thiền Tông thường nói. Định nơi đây là không có xuất, không có nhập, vì là Định của Tự Tánh. Và Tự Tánh đây có nghĩa là vô tự tánh, là rỗng rang, là tịch lặng trong mọi thời, bất kể đang đi đứng nói cười...

Đại Lãn giải thích trong bài trên: *“Đích thị là Cụ đã tự giới thiệu cho mọi người biết là Tâm cụ không bao giờ lìa Thiên định, có nghĩa là cụ luôn luôn ở trong thiên định. Vậy thì những việc làm của Cụ đó không phải là một việc làm của hành giả đang hành Thiền tu tuệ đó là gì!? Vì cốt tủy của bộ kinh Kim Cương chính là một phương pháp tu để trụ tâm và hàng phục Tâm mình qua công án: “Ứng vô sở trụ nhi*

*sanh kỳ tâm? (Nên trụ vào không chỗ, mà sinh tâm mình.)”.* (6)

Như thế, Nguyễn Du sau một thời lãng mạn, đã về nghiên cứu tu học, đã tụng Kinh Kim Cương hơn cả ngàn lần, và ngộ ra rằng Kinh vô tự (Kinh không chữ) mới là chân kinh, nghĩa là Chánh ngữ thật sự chính là sự tịch lặng của tâm. Và khi nói thường định, nghĩa là thường trực, là luôn luôn (là bất kể khi đi đứng nói cười) an nhiên trong định, có nghĩa là dù khi có tiếng động hay khi không có tiếng động, tất cả đều hiển lộ trong gương tâm chiếu sáng bất động. Nghĩa là, Có (Hữu) và Không (Vô) hiển lộ trong tâm qua tánh sáng của gương sáng bất động, dù có cảnh trần hay không có cảnh trần, bản tính lặng chiếu của tâm vẫn không đổi.

Trong Kinh SN 35.242 (Kinh Đàn Tỳ Bà), Đức Phật kể về một vị vua nghe tiếng đàn tỳ bà, nhận ra tiếng đàn khả ái, khả lạc, mê ly, say đắm, hấp dẫn nên ra lệnh triệu đình đi tìm tiếng đàn, chẻ cây đàn tỳ bà làm cả trăm mảnh, nhưng cũng không tìm ra, vì tiếng đàn là do nhiều nhân duyên mới thành. (7)

Tương tự, trong Kinh Sn 5.6 trong Kinh Tập, thuộc nhóm kinh Đức Phật cho chư tăng ni trong các năm đầu dùng làm Kinh nhật tụng, trích:

*“1070. [Đức Phật] Hỡi Upasiva, hãy tỉnh thức, nhìn về không một pháp nào, nương tựa “không một pháp nào” mà vượt qua dòng nước lũ. Rồi dọc lạc, bỏ nói năng, ngày đêm liên tục nhìn cho cạn kiệt tham ái.”* (8)

Và nội dung Kinh Kim Cương mà cụ Nguyễn Du đọc tụng cả ngàn lần, chỉ là nói lên thực tướng là không một pháp nào, và nếu nói nương tựa thì chỉ là *“tâm không trụ vào bất kỳ chỗ nào”* (vô sở trụ) mới là vượt qua cả ba thời, vì không níu vào bất kỳ sản phẩm

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

nào của ngũ uẩn – nơi vô sở trụ cho dù nói hay nghe thì cũng là bản nhiên tịch lặng, là thường định.

Trong cái nghe như thế, các pháp hiển lộ chỉ là cái được nghe; trong cái nhìn như thế, các pháp chỉ là cái được thấy. Và tâm rỗng rang, không có ai đang nghe, không có ai đang nhìn. Chỉ là gương tâm hiển lộ, và gương tâm không là cái gì hết. Không thêm gì được, và không bớt gì được trong cái nghe, cái thấy như thế.

Như thế, trong thực tướng, âm thanh không từ đâu tới và cũng không đi về đâu. Các pháp như thế tự thân là Niết Bàn. Y hết khi lửa tắt, lửa không về đâu. Khi nghe trong tâm rỗng rang như thế, là lìa sanh diệt. Mắt không phải là phiền não của cái được thấy, và ngược lại. Tai không phải là phiền não của cái được nghe, và ngược lại. Không có gì là phiền não của nhau, không có gì trói buộc của nhau, vì **tự thân các pháp là Niết Bàn. Như vậy, phiền não từ đâu sanh ra?** Câu trả lời: Dục tham là cội nguồn phiền não. Nhưng nhìn suốt tận cội nguồn, dục tham thực tướng vẫn là rỗng rang vô tướng.

Trong A Hàm, Kinh SA 250, bản dịch của hai Thầy Tuệ Sỹ và Thích Đức Thắng ghi lời ngài Xá Lợi Phát:

*“...chẳng phải mắt kết buộc sắc, cũng chẳng phải sắc kết buộc mắt, cho đến, chẳng phải ý kết buộc pháp, cũng chẳng phải pháp kết buộc ý. Ở đây dục tham kết buộc chúng... Cho nên Đức Thế Tôn nói hãy đoạn tận dục tham, thì tâm được giải thoát. Cho đến, ý và pháp lại cũng như vậy.” (9)*

Làm thế nào đoạn tận dục tham? Đức Phật dạy là hãy để các pháp như nó là, để cái được thấy chỉ như cái được thấy, để cái được nghe chỉ như cái được nghe... thì tức khắc lúc đó, tâm sẽ tịch lặng, sẽ như tường vách, ngôn ngữ đoạn tận, cũng là khi Chánh ngữ trở thành vô tự. Không phải là có chữ hay không có

chữ, mà chỉ là các pháp như thế thì cứ thấy nghe như thế, tức là nghĩa Như Thị.

Trường hợp thấy tịch lặng khó khăn, hãy dùng một cách khác: nhìn vào cội nguồn của tâm để rồi sẽ thấy bản nhiên rỗng rang vô tự tánh. Kinh Thủ Lăng Nghiêm Tông Thông, bản Việt dịch của ngài Nhãn Tế Thiền Sư, trích như sau:

*“Sau này, có vị tăng hỏi : “Đệ tử mỗi đêm ngồi thiền, tâm niệm tán loạn, chưa biết cách nào nhiếp phục. Xin thầy chỉ bảo”.*

*Ngài Quốc Thanh Tịnh trả lời: “Nếu ban đêm ngồi tịnh mà niệm niệm lăng xăng, thì lấy cái tâm lăng xăng đó cứu xét cái chỗ lăng xăng. Thấy là nó không có xứ sở, thì cái tâm niệm lăng xăng đó đâu còn! Cứ xét ngược lại cái tâm, thì cái tâm cứu xét đó đâu có tại chỗ nào. Trí chiếu soi vốn không, cái cảnh để duyên cũng tĩnh lặng vậy. Chiếu mà chẳng chiếu, tuyệt không có cảnh để chiếu soi vậy. Cảnh, Trí đều tịch diệt, tâm lượng an nhiên. Ngoài chẳng tìm cầu lấy sự tán loạn, trong chẳng trụ nơi định tĩnh. Hai đường dứt bật, một Tánh suốt nhiên. Đây là yếu đạo về nguồn vậy.” (10)*

Đó là khi lời và chữ, khi tất cả những cái được nghe về nơi tự thân tịch lặng. Đó là khi, bạn đứng nơi góc rừng, nhìn và nghe cánh gió thổi, mưa gào, cây nghiêng ngã... mà nhận ra không ai đang thấy và không ai đang nghe, nơi dòng vô thường chảy xiết mà tâm không dính gì tới ba thời.

Một lần nữa, xin trình bày, rằng người viết có sai lầm cần bày tỏ. Thiếu sót hai chữ “Chánh ngữ” đã hiệu đính, đã bỏ tước xong. Nhưng nếu chỉ viết một câu để xin lỗi, tự thấy là không đủ trân trọng. Do vậy, bài này ghi lại các suy nghĩ riêng trong nỗ lực sống và viết với Chánh ngữ. Tất cả những bất toàn xin được sám hối cùng Tam Bảo và độc giả.



## ĐỀ NGHỊ TỔNG CHỈ PHẬT

### GHI CHÚ:

- (1) Kinh DA 24: [https://suttacentral.net/da24/vi/tue\\_sy](https://suttacentral.net/da24/vi/tue_sy)
- (2) Kinh Pháp Cú Tây Tạng, bản trên mạng và PDF: <https://thuvienhoasen.org/p16a32358/6/kinh-phap-cu-tay-tang> bản trên Amazon: [www.amzn.com/1077971230/](http://www.amzn.com/1077971230/)
- (3) Kinh SN 45.8:  
[https://suttacentral.net/sn45.8/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn45.8/vi/minh_chau)  
Kinh AN 5.198: Kinh  
[https://suttacentral.net/an5.198/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an5.198/vi/minh_chau)  
Kinh AN 10.69  
[https://suttacentral.net/an10.69/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an10.69/vi/minh_chau)  
Kinh SN 56.9  
[https://suttacentral.net/sn56.9/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn56.9/vi/minh_chau)
- (4) Kinh Pháp Cú, Kệ 348, bản dịch HT Minh Châu:  
<https://thuvienhoasen.org/p15a7964/pham-21-26>  
Bản dịch Bhikkhu Thanissaro:  
<https://www.accesstoinsight.org/tipitaka/kn/dhp/dhp.24.tha.n.html>  
Bản dịch Bomhard (trang 62 bản giấy, trang 72 bản điện tử):  
[https://archive.org/details/Dhammapada\\_201307/page/n71](https://archive.org/details/Dhammapada_201307/page/n71)
- (5) Kinh SN 1.1:  
[https://suttacentral.net/sn1.1/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn1.1/vi/minh_chau)
- (6) Đại Lãn. Nguyễn Du và Phân Kinh Thạch Đài:  
<https://giacngo.vn/PrintView.aspx?Language=vi&ID=12565B>
- (7) Kinh SN 35.242:  
[https://suttacentral.net/sn35.242/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn35.242/vi/minh_chau)
- (8) Kinh Sn 5.6:  
<https://thuvienhoasen.org/p15a30617/sn-5-6-upasiva-manava-puccha-cac-cau-hoi-cua-upasiva>
- (9) Kinh SA 250:  
[https://suttacentral.net/sa250/vi/tue\\_sy-thang](https://suttacentral.net/sa250/vi/tue_sy-thang)
- (10) Kinh Thủ Lăng Nghiêm Tông Thông:  
<https://thuvienhoasen.org/p17a1224/quyen-iii>

# THIÊN TÔNG NHƯ BÈ PHÁP QUA SÔNG

Bài này ghi lại một số lời dạy về Thiên Tông – để thấy rằng trong tận cùng, tất cả các phương tiện chư Tổ sử dụng khi truyền pháp chỉ là các bè pháp để lia tham sân si, bằng cách nhận ra bản tâm vốn đã tròn đầy giới định huệ. Khi nhận ra sợi chỉ đỏ xuyên suốt các lời Đức Phật dạy qua nhiều thời kỳ khác nhau, sẽ thấy tất cả đều tương thông, trong tận cùng là không dị biệt, không trái nghịch giữa các truyền thống, dù là Nam Tông hay Bắc Tông. Với người đã sống được trong các pháp ấn vô thường, vô ngã... lúc đó không thấy còn bè pháp nào nữa, vì sẽ thấy tất cả các phương tiện tu học chỉ là sản phẩm của tâm quá khứ, chỉ là thêu dệt từ những ngũ uẩn của ngày hôm qua và hôm kia, trong khi cái hiện tiền chảy xiết ngay bây giờ là cái dòng tịch lặng vô thường bất khả ngôn thuyết. Cũng y hệt như khi đã nắm được bầu áo tràng (cổ áo tràng), tự động chiếc áo sẽ xuôi một dòng, phẳng lì, không rời tay mình bất kể khi đi đứng nhanh hay chậm, lúc đó cũng chẳng bận tâm tới tay áo nghiêng về phía Nam hay Bắc, cũng không thắc mắc chuyện tà áo cách tân kiểu phát triển hay lướt thướt kiểu trường lão.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Lời dạy thường nhật của Thiên Tông là **nhận ra tự tánh các pháp vốn rỗng rang vô tự tánh**. Đó là lý do các chùa tụng hàng ngày bài Bát Nhã Tâm Kinh, với lời dạy: Sắc tức thị không, không tức thị sắc.

Nghĩa là, sắc (cái được thấy, được nghe, được cảm thọ...) chính thực là rỗng rang vô tự tánh. Chính những gì chúng ta thấy nghe hay biết đã và đang hình thành thế giới này, và khi nhận ra gương tâm vốn tịch lặng rỗng rang đó, tự động các bụi sẽ rơi rụng dần.

Thí dụ, như khi gặp một cô ca sĩ xinh đẹp hát với giọng ca quyến rũ (một hoàn cảnh chúng ta có thể gặp thường trực, hàng tuần qua lễ hội hay hàng ngày qua truyền hình), hễ chúng ta thấy nghe hay biết qua trần, tâm sẽ dao động, ô nhiễm; hễ thấy nghe hay biết qua thức, tâm sẽ sinh biện biệt phan duyên; và chỉ khi thấy nghe hay biết qua tự tánh rỗng rang của gương tâm, sẽ nhận ra tất cả những cái gọi là mình và thế giới cũng chỉ là rỗng rang Như Thị. Nghĩa là, người và giọng ca hiện lên là trong sanh diệt, sẽ tới rồi đi; trong khi tánh gương sáng là lìa sanh diệt, là vô sanh diệt, trong ba thời vẫn luôn là như thế.

Y hệt như thế, trong Tiểu Bộ của Tạng Pali, có Kinh Sn 5.15 trong nhóm Kinh Tập, trích như sau:

*“1118. Do vậy, con xin hỏi vị Có Mắt Tối Thượng: Nên nhìn thế giới như thế nào để Thần Chết không nhìn thấy mình?”*

*1119. [Đức Phật] Hỏi Mogharaja, hãy luôn luôn tỉnh thức và nhìn thế giới như rỗng rang, với cái nhìn về tự ngã đã bừng góc, người đó sẽ vượt qua sự chết. Thần Chết không thể thấy người đã nhìn thế giới này như thế.” (1)*

Tương tự, trong Kinh SN 35.242 (Kinh Đàn Tỳ Bà), Đức Phật kể về một nhà vua nghe tiếng đàn tỳ bà, nhận ra tiếng đàn khả ái, khả lạc, mê ly, say đắm, hấp

dẫn nên ra lệnh triều đình đi tìm tiếng đàn, chẻ cây đàn tỳ bà làm cả trăm mảnh, nhưng cũng không tìm ra, vì tiếng đàn là do nhiều nhân duyên mới thành. (2)

Một lời dạy thường gặp khác của Thiền Tông là **vô sở trụ**. Tức là tâm không chỗ trụ, tức là không để tâm dính vào bất kỳ sắc thanh hương vị xúc pháp nào.

Theo Thiền sử, Ngài Bồ Đề Đạt Ma từ Ấn Độ sang Trung Hoa, mang theo Kinh Lăng Già để dạy Thiền. Kinh này là ly tứ cú, tuyệt bách phi – nghĩa là, không dính vào bất kỳ mệnh đề nào trong bốn câu và dứt bật một trăm mệnh đề về không. Nhiều thập niên sau, Ngũ Tổ Hoằng Nhẫn dạy Thiền qua Kinh Kim Cang, tông chỉ là **ung vô sở trụ nhi sinh kỳ tâm**, tức là **không để tâm trụ vào bất kỳ nơi nào (dù là 5 uẩn, 12 xứ, 18 giới) thì Niết bàn diệu tâm sẽ hiển lộ**.

Lời dạy vô sở trụ trong tiếng Anh là “*no clinging*” – có khi dịch là không nắm giữ, không chấp thủ “*no grasping*”... Trong bản Anh ngữ Diamond Sutra (Kinh Kim Cương), James M. Ford dịch là “*Without clinging they find the boundless mind.*”

Sách Đốn Ngộ Nhập Đạo Yêu Môn Luận của Đại Sư Huệ Hải, bản Việt dịch của Thầy Thích Thanh Từ, giải thích:

“*Chẳng trụ tất cả chỗ là: Chẳng trụ nơi lành dữ, có không, trong ngoài, chặng giữa, chẳng trụ không, cũng chẳng trụ chẳng không, chẳng trụ định, cũng chẳng trụ chẳng định, tức là chẳng trụ tất cả chỗ. Chỉ cái chẳng trụ tất cả chỗ, ấy là chỗ trụ. Người được như thế, gọi là tâm không trụ. Tâm không trụ là tâm Phật.*” (3)

Tâm không chỗ trụ cũng có nghĩa là không trụ tâm vào quá khứ hay tương lai, chỉ an tâm vào hiện tại, nhưng vì hiện tại chảy xiết như hoa đóm trong mơ,

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

cũng có nghĩa là **tâm không trụ vào cả ba thời quá, hiện, vị lai**. Như thế là tức khắc Niết bàn.

Trong Kinh Sn 5.11 thuộc nhóm Kinh Tập ở tạng Pali, Đức Phật dạy:

*“1098. [Đức Phật] Hỏi Jatukanni, hãy gỡ bỏ lòng tham ái dục, hãy nhìn thấy an toàn trong hạnh xuất ly. Chớ để trong tâm khởi lên ý muốn nắm giữ hay xua đẩy gì.*

*1099. Hãy để khô héo tất cả những gì của quá khứ, và chớ hề có chút gì dính tới tương lai. Nếu con không nắm giữ gì trong chặng giữa (hiện tại), con sẽ sống trong bình an.” (4)*

Vô sở trụ cũng được giải thích trong Thiểu Thất Lục Môn của Bồ Đề Đạt Ma: *“Ngoại tức chư duyên, nội tâm vô đoan, tâm như tường bích, khả dĩ nhập đạo.”* (Bên ngoài dứt bật muôn duyên, bên trong không còn tư lường tăm hơi manh mối gì, tâm y hệt như tường vách không chỗ bám víu, lúc đó mới có thể vào đạo.) Vô sở trụ còn có nghĩa là buông bỏ, là phóng hạ -- trong ý chỉ Tào Động là buông bỏ thân tâm, phóng hạ thân tâm. Là, không dính vào bất kỳ chút gì trong năm uẩn của thân tâm trong ba thời quá, hiện, vị lai. Cũng có hình ảnh tâm vô sở trụ là: trâu bùn qua sông.

Tới đây, một người quen đọc Kinh Pali sẽ có thể có câu hỏi: **Tâm không chỗ trụ như thế có liên hệ gì tới sơ thiên... có liên hệ gì tới đoạn tận lậu hoặc** để chứng quả A La Hán?

Câu trả lời sẽ gồm 2 phần: Tâm không chỗ trụ là một lối vào sơ thiên... nhân tới vào tứ thiên, nhân tới chứng quả A La Hán.

**Trả lời phần thứ nhất**, rằng vô sở trụ sẽ vào sơ thiên, cho tới tứ thiên... Có hai Kinh – Kinh SN 48.9,

Kinh SN 48.10 -- trong nhóm Kinh Tương Ưng Bộ, ghi rằng vô sở trụ là cách vào sơ thiên, vào nhị thiên, vào tam thiên, vào tứ thiên... Nơi đây, chúng ta sẽ dẫn Kinh SN 48.10, cho thấy **tâm vô sở trụ là sẽ hoàn tất các pháp định**. Ý chỉ Vô sở trụ trong Kinh SN 48.10 được Thầy Thích Minh Châu dịch là “từ bỏ pháp sở duyên sẽ được định... ly dục, ly bất thiện pháp sẽ chứng đạt và an trú Thiền thứ nhất”...

Bản dịch này trích như sau:

*“Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử, sau khi từ bỏ pháp sở duyên, được định, được nhứt tâm. Vị ấy ly dục, ly bất thiện pháp, chứng đạt và an trú Thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tầm, có tứ ... an trú Thiền thứ hai ... an trú Thiền thứ ba ... từ bỏ lạc, từ bỏ khổ, chấm dứt hỷ ưu đã cảm thọ từ trước, chứng đạt và an trú Thiền thứ tư, không khổ không lạc, xả niệm thanh tịnh. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là định căn.” (5)*

Nên đọc thêm nơi ghi chú (5) sẽ trích từ cả 2 bản Anh dịch của Sujato và Thanissaro để nghĩa này sáng tỏ hơn.

**Trả lời phần thứ nhì**, rằng vô sở trụ sẽ tận cùng đi tới giải thoát. Có rất nhiều Kinh trong Tạng Pali nói như thế.

--- Như trong Kinh Sn 3.12 bản Anh dịch của Thanissaro Bhikkhu, viết rằng sau khi Đức Phật giải thích về một số câu hỏi, thì *“the minds of 60 monks, through lack of clinging, were fully released from fermentation”* (Dịch: tâm của 60 vị sư, **nhờ tâm không trụ vào bất kỳ pháp nào, đã được hoàn toàn giải thoát khỏi các lậu hoặc**). (6)

Bản Anh dịch của Bhikkhu Sujato viết: *“And while this explanation was being spoken the minds of sixty bhikkhus were freed from the corruptions without grasping.”* (Và trong khi giải thích này được nói lên,

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*tâm của 60 nhà sư đoạn tận lậu hoặc nhờ không nắm giữ bất cứ gì).* (6)

**Tâm vô sở trụ là giải thoát** – ý này còn được nói minh bạch trong Kinh SN 22.63 của Tương Ưng Bộ, khi một nhà sư tới bạch Đức Phật, xin một lời ngắn gọn để sư này lui về một góc rừng sống đơn độc, tu tới khi giải thoát.

Kinh SN 22.63, bản dịch của Thầy Thích Minh Châu, trích:

“—Lành thay, bạch Thế Tôn, Thế Tôn hãy thuyết pháp tóm tắt cho con. Sau khi nghe Thế Tôn thuyết pháp, con sẽ sống một mình, tịnh cư, không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần.

—Ai chấp trước, này Tỷ-kheo, người ấy bị Ma trói buộc. Ai **không chấp trước**, người ấy được giải thoát khỏi Ác ma.” (7)

Kinh SN 22.63, bản Anh dịch của Bhikkhu Bodhi viết: “*Bhikkhu, in clinging one is bound by Mara; by **not clinging** one is freed from the Evil One.*” (7)

Kinh SN 22.63, bản Anh dịch của Bhikkhu Sujato viết: “*When you grasp, mendicant, you’re bound by Māra. **Not grasping**, you’re free from the Wicked One.*” (7)

Đó chính là Kinh Kim Cương. Là vô sở trụ, là tông chỉ Thiên Tông, là không một pháp để làm, là không cửa để vào.

Có một lời dạy cũng thường nói trong Thiên Tông là hãy sống với sát na sinh diệt. Cũng có nghĩa là cảm thọ vô thường trong từng khoảnh khắc. Một số công án thường nói “*nghe ngọi là trễ rồi*”... Nhưng cái gương tâm cảm thọ vô thường đó vẫn là vô sinh diệt. Không phải vì có tiếng chim kêu thì tánh nghe mới sinh, không phải vì tiếng chim lặng mà tánh nghe diệt mất.

Nhận ra sát na sinh diệt cũng là nhận ra bản tâm vốn bất sinh bất diệt và trong cái sát na sinh diệt đó đã sẵn lia tham sân si.

Trong Kinh Pháp Bảo Đàn, Phẩm Cơ Duyên Thứ Bảy, bản dịch của Thầy Thích Duy Lực, ghi lời Lục Tô Huệ Năng dạy ngài Chí Đạo, trích:

*“...chơn lạc của Niết Bàn, sát na chẳng có tướng sanh, sát na chẳng có tướng diệt, cũng chẳng có sanh diệt để diệt, ấy tức là tịch diệt hiện tiền. Đang lúc hiện tiền, cũng chẳng có số lượng hiện tiền, nghĩa là chẳng có một tí khái niệm nào về không gian, thời gian, và số lượng của tịch diệt hiện tiền, mới gọi là thường đức, lạc đức, nghĩa là chơn vui. Vui này chẳng có kẻ thọ dụng, cũng chẳng có kẻ không thọ dụng...”*(8)

Trong khi sống với cái sát na sinh diệt đó, sẽ thấy “không hề có ai” và sẽ thấy “không hề có cái của ai”... Chỉ duy nhận ra cái dòng chảy vô thường được cảm thọ trên thân tâm đang sinh diệt từng khoảnh khắc.

Nơi đây, chúng ta dẫn ra một câu chuyện Thiền, ngài Mã Tổ đi trên đường cùng với đệ tử là ngài Bách Trượng. Thấy một con vịt trời bay lên vì nghe động.

*Mã Tổ hỏi Bách Trượng: Cái gì vậy?*

*Bách Trượng đáp: Con vịt trời.*

*Mã Tổ hỏi: Đâu rồi?*

*Bách Trượng đáp: Bay mất rồi.*

*Ngài Mã Tổ đưa ta véo mũi ngài Bách Trượng một cái.*

*Bách Trượng la lớn: Đau quá.*

*Mã Tổ nói: Đã bay mất rồi, thì làm sao đau được.*

Tóm gọn nội dung chuyện Thiền này có thể viết như sau: Cái được thấy (tức là, con vịt trời) đã bay mất là quá khứ, nhưng cái cảm thọ đau (khi bị véo mũi) là cái gương tâm thấy nghe hay biết vẫn luôn luôn hiện tiền, và phải sống với cái hiện tiền này, tức là tâm phải tỉnh thức không lia cái thấy nghe hay biết của bây giờ



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

và ở đây, trong cái sinh diệt hiện tiền. Đó cũng là sống cái vô sinh diệt.

Tương tự, trong Kinh SN 56.11, ngài Koṇḍañño đặc pháp nhãn thanh tịnh ngay khi được nghe Đức Phật dạy rằng cái gì có sinh là phải có diệt. Có nghĩa là, nhận ra pháp ấn vô thường đang chảy xiết, và như thế thấy ngay là không có gì có thể chấp thủ.

Kinh SN 56.11, bản dịch của Thầy Minh Châu, trích như sau:

*“Trong khi lời dạy này được tuyên bố, Tôn giả Koṇḍañño khởi lên pháp nhãn thanh tịnh, không cấu uế như sau: “Phàm vật gì được tập khởi, tất cả pháp ấy cũng bị đoạn diệt.” (9)*

Hình ảnh sát na sinh diệt còn được ngài Xá Lợi Phất (Sariputta) ghi lại trong bài thơ “Guhatthakassuttaniddeso: Upon the Tip of a Needle” mô tả rằng tất cả các pháp chảy xiết qua các khoảnh khắc thời gian, y như điểm tiếp giáp của một hạt đậu rất nhỏ đặt lơ lửng trên đầu một mũi kim. Nội dung bài thơ của ngài Xá Lợi Phất, nơi đây sẽ viết lại như văn xuôi cho dễ đọc, có thể dịch nghĩa như sau:

*“Đời sống, thọ mạng, niềm vui, nỗi đau đều buộc chung vào một khoảnh khắc của tâm, một khoảnh khắc nhanh chóng trôi đi. Ngay cả các vị phi nhơn sống lâu tới 84 ngàn tỷ năm cũng không sống được 2 khoảnh khắc nào trong tâm y hết nhau. Cái ngưng lại nơi người đã chết hay cho người còn đứng nơi đây đều là cùng các uẩn, khi biến đi là vĩnh viễn không nổi lại được. Các trạng thái đang biến mất bây giờ và các trạng thái sẽ biến mất trong các ngày tương lai đều có đặc tướng y hết như các đặc tướng đã biến mất trước đây. Khi không tạo tác gì nữa, sẽ không có sinh ra; chỉ với hiện tại này, chúng ta đang sống. Khi đã nắm được nghĩa tối thượng, thế giới chết ngay khi tâm ngưng lại.*

*Không cất giữ gì được những gì đã biến mất, không để gì được cho tương lai. Những người đã sinh ra trong đời này đang đứng y hệt như hạt đậu rất nhỏ trên đầu mũi kim. Sự biến mất của tất cả các trạng thái này đã không hề được hoan nghênh, mặc dù hiện tượng khoảnh khắc tan rã như thế đã có từ thời ban sơ. Từ nơi chưa được nhìn thấy, các trạng thái này hiện ra và biến đi, được nhìn thấy chỉ khi chúng đang trôi đi vào quá khứ. Y hệt tia chớp trên bầu trời: tất cả các pháp khởi lên và rồi biến hẳn đi.” (10)*

Có một bạn hỏi về **pháp niệm hơi thở**... Xin trả lời theo một Kinh rằng, Đức Phật từng dạy pháp niệm hơi thở như một công cụ, như một bè pháp, trước khi yêu cầu các sư quán vô thường. Nghĩa là, quán vô thường, hay sống với sát na sinh diệt, là pháp tận cùng để phá trừ vô minh. Trong Kinh dẫn sau, *niệm hơi thở là để quán bất tịnh, để lắng tâm, sau đó là phải quán vô thường*.

Trong Kinh Phật Thuyết Như Vậy (Như Thị Ngữ) - Itivuttaka - Chương 3, bản dịch của Thầy Thích Minh Châu, trích:

“(LXXXV) (Tik. IV, 6) (It. 80) --- *Này các Tỷ-kheo, hãy sống tùy quán bất tịnh trên thân, hãy khéo an trú niệm hơi thở vô hơi thở ra, đặt niệm trước mặt, hướng về nội tâm; hãy sống tùy quán vô thường trong tất cả các hành.*

*Này các Tỷ-kheo, khi sống tùy quán bất tịnh trên thân tham tùy miên đối với tịnh giới được đoạn trừ; khi khéo an trú niệm hơi thở vô hơi thở ra, đặt niệm trước mặt, hướng về nội tâm, thời các tâm hướng ngoại, dự phần vào tổn hại không có; khi sống tùy quán vô thường trong tất cả hành, thời vô minh trừ diệt, minh được khởi lên.” (11)*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Kinh này trong bản tiếng Anh của Ireland ghi rằng niệm hơi thở là quán bất tịnh của thân để lia tham dục đối với cái đẹp, **niệm hơi thở tới khi các niệm lăng xăng biến mất thì hãy quán vô thường, bấy giờ mới đoạn tận vô minh** được, trích:

*“For those who live contemplating foulness in the body, the tendency to lust with regard to the element of beauty is abandoned. When mindfulness of breathing is inwardly well established before one, the tendencies of extraneous thoughts to produce vexation of mind remain no more. For those who live contemplating the impermanence of all formations, ignorance is abandoned and knowledge arises.”* (11)

Có một bạn thắc mắc rằng: **Tứ Niệm Xứ có liên hệ gì tới Thiền Tông hay không?**

Xin trả lời: Kinh ghi là có. Trong Kinh MN 10 (Kinh Niệm Xứ), Đức Phật dạy rằng sau các pháp Niệm Thân, Thọ, Tâm, Pháp... là phải nắm lấy tông chỉ Thiền Tông là vô sở trụ. Nghĩa là, phải giữ tâm không nương tựa, không chấp trước.

Nơi đây, xin trích Kinh MN 10, bản Việt dịch của Thầy Thích Minh Châu:

*“...vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời...”* (12)

Bản của Bhikkhu Sujato: *“They meditate independent, not grasping at anything in the world...”* (12)

Bản của Thanissaro Bhikkhu: *“And he remains independent, unsustained by [not clinging to] anything in the world...”* (12)

Bản của Nyanasatta Thera: *“...and he lives detached, and clings to nothing in the world...”* (12)

## NGUYỄN GIÁC

Như thế, khi đã nói là vô sở trụ, tất nhiên các kỹ thuật hay phương pháp chỉ là công cụ, là bè pháp. Và đó là lý do trong Kinh Kim Cương, Đức Phật nói rằng “Chánh pháp còn phải bỏ, huống là phi pháp”... Nguyên văn câu vừa dẫn, lời Đức Phật nói là Chánh pháp còn phải bỏ... cũng ghi trong Kinh MN 22 của tạng Pali.(13)

Rời bỏ bè pháp... Dù vậy, cách diễn tả của một số vị sư trong Thiền Tông có thể là quá mạnh bạo, có lẽ chỉ thích nghi khi dạy cho một số môn đệ thân cận, thí dụ như khi bảo học trò chẻ tượng Phật để sưởi ấm...

Một điều chắc chắn nên thấy rằng: Khi đã thấy được sợi chỉ đỏ xuyên suốt các Kinh Phật, dù Nam Truyền hay Bắc Truyền, sẽ không còn bị vướng vào những ngờ vực hay tranh luận vô ích.

### **GHI CHÚ:**

(1) Kinh Sn 5.15:

<https://thuvienhoasen.org/p15a30626/sn-5-15-mogharajamanava-puccha-cac-cau-hoi-cua-mogharaja>

(2) Kinh SN 35.242:

[https://suttacentral.net/sn35.242/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn35.242/vi/minh_chau)

(3) Đốn Ngộ Nhập Đạo:

<https://thuvienhoasen.org/images/file/T-QYop1G0QgQAJ0b/donngonhapdaoyeumon.pdf>

(4) Kinh Sn 5.11:

<https://thuvienhoasen.org/p15a30622/sn-5-11-jatukannimanava-puccha-cac-cau-hoi-cua-jatukanni>

(5) Kinh SN 48.10, Việt dịch:

[https://suttacentral.net/sn48.10/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn48.10/vi/minh_chau)

Bản Anh dịch của Bhikkhu Sujato: “It’s when a noble disciple, relying on letting go, gains immersion, gains unification of mind. Quite secluded from sensual pleasures, secluded from unskillful qualities, they enter and remain in

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

the first absorption...” ---

<https://suttacentral.net/sn48.10/en/sujato>

Bản Anh dịch của Thanissaro Bhikkhu: “There is the case where a monk, a disciple of the noble ones, making it his object to let go, attains concentration, attains singleness of mind. Quite withdrawn from sensuality, withdrawn from unskillful mental qualities, he enters & remains in the first jhana...” ---

<https://www.accesstoinsight.org/tipitaka/sn/sn48/sn48.010.tan.html>

(6) Kinh Sn 3.12, bản Thanissaro:

<https://www.accesstoinsight.org/tipitaka/kn/snp/snp.3.12.than.html>

Bản Sujato: <https://suttacentral.net/snp3.12/en/sujato>

(7) Kinh SN 22.63, bản Việt dịch:

[https://suttacentral.net/sn22.63/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn22.63/vi/minh_chau)

Bản Bhikkhu Bodhi:

<https://suttacentral.net/sn22.63/en/bodhi>

Bản Bhikkhu Sujato:

<https://suttacentral.net/sn22.63/en/sujato>

(8) Kinh Pháp Bảo Đàn:

<https://thuvienhoasen.org/p16a687/pham-co-duyen-thu-bay>

(9) Kinh SN 56.11:

[https://suttacentral.net/sn56.11/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn56.11/vi/minh_chau)

(10) Bài thơ trong bài Các Pháp Vào Định:

<https://thuvienhoasen.org/a28417/cac-phap-vao-dinh>

Upon the Tip of a Needle, bản tiếng Anh:

<https://www.accesstoinsight.org/tipitaka/kn/nm/nm.2.04.olen.html>

(11) Kinh Phật Thuyết Như Vậy, bản Việt:

<https://thuvienhoasen.org/p15a1541/chuong-03>

Bản dịch của Ireland:

<https://suttacentral.net/iti85/en/ireland>

(12) Kinh MN 10, bản của Thầy Minh Châu:

[https://suttacentral.net/mn10/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn10/vi/minh_chau)

Bản của Bhikkhu Sujato:

<https://suttacentral.net/mn10/en/sujato>

## NGUYỄN GIÁC

Bản Thanissaro Bhikkhu:

<https://www.dhammatalks.org/suttas/MN/MN10.html>

Bản Nyanasatta Thera:

<https://www.accesstoinsight.org/tipitaka/mn/mn.010.nysa.html>

(13) Kinh MN 22: [https://suttacentral.net/mn22/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn22/vi/minh_chau)

## NHƯ TRANH VẼ TRÊN HƯ KHÔNG

Trong khi cách nhìn phổ biến nói rằng khổ là có thực, rằng cần đoạn tận lậu hoặc để diệt khổ, vào Niết bàn... các hành giả Thiền Tông nhìn khắp pháp giới như tranh vẽ, rằng không thể nào diệt được cái như huyễn, mà chỉ cần nhìn góc rể thực tướng vô tướng thì giải thoát, vì trong cái nhìn này, phiền não cũng chính là Niết bàn, sóng cũng chính là nước. Nghĩa là, cảnh giới Như Huyền hiện ra trước mắt và bên tai chúng ta: thế giới là một phòng triển lãm đa phương tiện vĩ đại. Đứng trước cái như huyễn, khởi tâm làm gì cũng sai, vì làm gì cũng là như huyễn. Như thế, hành giả chính là họa sư và cũng là người xem tranh.

*Tâm như họa sư, năng họa nhất thiết hình tượng...*  
Kinh Hoa Nghiêm viết như thế, rằng tâm như vị thầy hội họa, có thể vẽ tất cả các hình tượng. Lời dạy này được giải thích về cách nhìn tất cả thế giới trong và ngoài (ngoại xứ, nội xứ) đều do tâm tạo. Tức là, ba cõi là tâm. Do vậy, hành giả Thiền Tông chỉ cần giữ vai trò người thưởng thức hội họa: tất cả đều là tranh vẽ trước mắt, dù là núi sông, phố thị, ta và người... Khi nhận ra thế giới là tranh vẽ, là cảnh thêu dệt, là ảnh trong gương tâm, tự khắc hành giả không nắm giữ hình

tướng đó làm chi (kinh thường nói: chớ nắm giữ tướng chung, tướng riêng của cái được thấy). Do vậy cốt tủy của Thiên Tông là, trước tiên cần thấy Bản Tâm, tức là ngộ trước, rồi sau mới đúng là tu.

Kinh Hoa Nghiêm truyền thuyết là khởi đầu Đức Phật thuyết. Quan điểm này nhiều thế kỷ sau được chuyển thành Vạn pháp duy thức (tất cả các pháp đều là thức). Khi nhận ra tất cả là thức biến hiện, cũng là nhận ra pháp ấn Vô thường trong tất cả pháp, và rồi sẽ giải thoát khi cái nhìn vô thường này tuần tự gột rửa hết cả các vô minh và hành nghiệp chúng ta huân nhiễm từ vô lượng kiếp.

Lời dạy **như huyễn** của Thiên Tông đã xuất hiện từ những năm đầu khi Đức Phật mới đi hoàng pháp. Mở đầu nhóm Kinh Tập là Kinh Sn 1.1 - Uruga Sutta.

Kinh Sn 1.1 gồm 17 bài kệ, lặp lại câu “*tất cả thế giới này là không thật*” tới 5 lần trong 5 bài kệ mang số từ 9 tới 13.

Trích bài kệ số 9, qua bản Anh dịch Nyanaponika Thera: *He who neither goes too far nor lags behind and knows about the world: "This is **all unreal**," — such a monk gives up the here and the beyond, just as a serpent sheds its worn-out skin.*

Bản Thanissaro: *The monk who hasn't slipped past or turned back, knowing with regard to the world that "All this is unreal," sloughs off the near shore & far — as a snake, its decrepit old skin. (1)*

Dịch là: *Người nào không phóng tới cũng không lùi lại, và biết về thế giới: “Tất cả đều là không thật” – vị sư như thế rời bỏ được cả bờ này và bờ kia – y hệt một con rắn rữ bỏ lớp da cũ đã mòn. (Ghi chú: bờ này là ba cõi sáu đường, bờ kia là Niết bàn giải thoát.)*



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Bản của Bodhi dịch (trên sách giấy, The Suttanipata, trang 157-159, không thấy trên mạng) là: “*All this is unreal*” (như Thanissaro dịch).

Điểm đặc biệt, để nhấn mạnh tính Như huyễn của các pháp, Đức Phật lập lại **17 lần** nhóm chữ “*rời bỏ được cả bờ này và bờ kia*” trong 17 bài kệ của Kinh Sn 1.1.

Đó cũng là ngôn ngữ của Bát Nhã Tâm Kinh: “*Vô khổ tập diệt đạo, vô trí diệc vô đắc*” -- Không hề có Khô, Tập, Diệt, Đạo. Cũng không hề có Trí Tuệ (qua bờ kia), cũng không hề có Chứng Đắc (giải thoát)...

Cho nên, chư tổ Thiền Tông từng nói “Gặp Phật thì giết Phật, gặp ma thì giết ma...” là nằm trong lời dạy những năm đầu Đức Phật đi hoằng pháp. Có thể viết đơn giản là: Hãy buông bỏ cả bờ này và bờ kia. Do vậy, pháp hành trong tận cùng của Thiền Tông là không thấy một pháp nào để tu, nhưng không có nghĩa là không tu. Đức Phật trong Kinh AN 11.10 đã khen ngợi các vị như thế là tuấn mã.

Tới đây, câu hỏi là, làm sao để nhìn thế giới như tranh vẽ trên hư không? Nghĩa là, khi chúng ta bước trong thế giới này, trước mắt nhìn đâu cũng là tranh vẽ (cái được thấy), bên tai nghe gì cũng như nhạc hòa tấu khắp trời (cái được nghe). Đức Phật có dạy cách nhận ra thế giới này như thế.

Trong Tạp A Hàm, Kinh SA 267, bản dịch của hai Thầy Tuệ Sỹ và Thích Đức Thắng viết, trích:

*“Này các Tỳ-kheo, như loài chim Ta-lan-na có nhiều màu sắc, Ta nói tâm của chúng cũng có nhiều như vậy. Vì sao? Vì tâm của chim Ta-lan-na đa dạng, nên màu sắc đa dạng. Cho nên này Tỳ-kheo, hãy tư duy quán sát rõ tâm mình. Này các Tỳ-kheo, trong lâu đời tâm bị tham dục làm nhiễm ô, bị sân nhuế, ngu si*

*làm nhiễm ứ. Nay các Tỳ-kheo, vì tâm não nên chúng sanh não; vì tâm thanh tịnh nên chúng sanh thanh tịnh.*

*“Giống như người thợ vẽ, hay học trò của người thợ vẽ, khéo dọn sạch đất, rồi dùng các thứ màu, theo ý mình vẽ nên các loại hình tượng khác nhau.*

*“Cũng vậy Tỳ-kheo, chúng sanh phạm phu ngu si, không biết như thật về sắc, về sự tập khởi của sắc, về sự diệt tận của sắc, về vị ngọt của sắc, về sự tai hại của sắc, về sự xuất ly của sắc. Không biết như thật về sắc nên thích thú đắm nhiễm sắc. Vì thích thú đắm nhiễm sắc, nên lại sanh ra các sắc vị lai. Cũng vậy, phạm phu ngu si, không biết như thật về thọ, tưởng, hành, thức; về sự tập khởi của thức, về sự diệt tận của thức, về vị ngọt của thức, về sự tai hại của thức, về sự xuất ly của thức. Không biết như thật nên thích thú đắm nhiễm thức. Thích thú đắm nhiễm thức, nên lại sanh ra các thức vị lai. Vì sắc, thọ, tưởng, hành, thức vị lai sẽ sanh nên đối với sắc không giải thoát; đối với thọ, tưởng, hành, thức cũng không giải thoát. Ta nói người này không giải thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não.*

*“Có đa văn Thánh đệ tử biết như thật về sắc, về sự tập khởi của sắc, về sự diệt tận của sắc, về vị ngọt của sắc, về sự tai hại của sắc, về sự xuất ly của sắc. Biết như thật rồi nên không đắm nhiễm sắc. Không đắm nhiễm nên không sanh ra sắc vị lai. Biết như thật về thọ, tưởng, hành, thức; về sự tập khởi của thức, về sự diệt tận của thức, về vị ngọt của thức, về sự tai hại của thức, về sự xuất ly của thức. Biết như thật nên không nhiễm đắm thức, vì không đắm nhiễm nên không sanh ra các thức vị lai. Không thích nhiễm sắc, thọ, tưởng, hành, thức nên đối với sắc sẽ được giải thoát và đối với thọ, tưởng, hành, thức cũng sẽ được giải thoát. Ta nói những người này sẽ giải thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não.” (2)*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Biết như thực, cũng có nghĩa là biết thực tướng Như huyền của các pháp. Có nghĩa là, các pháp là không thật, nhưng không có nghĩa là giả, vì đói vẫn phải ăn, khát vẫn phải uống. Tóm gọn là, biết thực tướng như thế sẽ không đắm nhiễm, và không sanh ra các thức vị lai, nghĩa là giải thoát. Trong Tạng Pali, kinh tương đương là SN 22.100, HT Thích Minh Châu dịch là Kinh Dây Thằng. (2)

Khi nói rằng thế giới (ngoại xứ, nội xứ) là tranh vẽ, có nghĩa là tất cả các pháp đều là thức. Nghĩa là, nghe tiếng chim kêu cũng là nhận ra đó là tâm: cái được nghe chính là người nghe. Tương tự, cái được thấy chính là người thấy. Và cái được tư lường suy nghĩ cũng chính là người tư lường suy nghĩ. Nghĩ thiện, là toàn bộ thân tâm mình là thiện; Nghĩ ác, là toàn bộ thân tâm mình là ác. Người nghe là vô ngã, người thấy là vô ngã, người tư lường suy nghĩ là vô ngã... do vậy, cái được nghe, được thấy, được tư lường chính là tranh vẽ từ chính vị đương cơ – hãy nhận ra như thế, là **đương thể tức không**.

Về ý nghĩa tất cả các pháp đều là thức biến hiện và do vậy cần phải tịch diệt thức, Đức Phật cũng dạy trong Kinh Trường Bộ DN-11, bản dịch của HT Thích Minh Châu, có thể trích như sau:

*“Này Tỳ-kheo, câu hỏi phải nói như sau: “Chỗ nào mà địa đại, thủy đại, hỏa đại, phong đại, dài ngắn, té, thô, tịnh, bất tịnh không có chân đứng? **Chỗ nào cả danh và sắc tiêu diệt hoàn toàn?**” và đây là câu trả lời cho câu hỏi này:*

*“Thức là không thể thấy, vô biên, biến thông hết thấy xứ. Ở đây, địa đại, thủy đại, hỏa đại, phong đại không có chân đứng.*

*Ở đây, cũng vậy dài, ngắn, té, thô, tịnh và bất tịnh.  
Ở đây danh và sắc tiêu diệt hoàn toàn.*

***Khi thức diệt, ở đây mọi thứ đều diệt tận”.***

*Thế Tôn thuyết như vậy. Kevaddha, cư sĩ trẻ tuổi hoan hỷ tín thọ lời dạy của Thế Tôn...”(3)*

Đó cũng là cốt tủy của tư tưởng Đại Thừa. Không thấy chỗ này, sẽ chỉ nhận ra lý *ngã không*, nhưng không nhận ra lý *pháp không* – một trong những điểm dễ gây tranh cãi.

Chung quanh mình là tranh vẽ, nghĩa là chúng sanh quanh mình chỉ là những hình nộm được nhìn thấy, được nghe thấy, được tương tác. Cũng có nghĩa rằng chính bản thân mình (vị đương cơ, khôi ngũ uẩn đang thấy nghe hay biết) cũng là một hình nộm đang đi đứng nói cười.

Một vị thánh ni thời Đức Phật đã so sánh rằng trong mắt ngài, tất cả những người hiện ra chỉ là các búp bê được tô màu, các con rối bằng gỗ được giựt dây nhảy múa. Nghĩa là, trong mắt nhìn của Ni trưởng Subhā, thế giới chỉ là một phòng triển lãm các búp bê biết đi đứng nói cười.

Trong Trường Lão Ni Kệ Thig 14.1, bản dịch của Hòa Thượng Indacanda kể chuyện một thanh niên say mê nhan sắc Ni trưởng Subhā đã chiêu dụ ngài về đời sống thế tục, nhưng Ni trưởng trả lời rằng ngài đã tu Bát chánh đạo và vào được ngôi nhà Tánh Không, rằng ngài nhìn thấy chúng sinh chỉ là các búp bê, rằng chàng trai đang chạy theo cái tranh vẽ [nhan sắc] không thật, trích:

*“Tôi đây là nữ đệ tử của bậc Thiện Thế, có sự di chuyển bằng chiếc xe Đạo Lộ tám chi phần, có mũi tên đã được nhổ lên, không còn lậu hoặc, đã được đi đến căn nhà trống vắng, tôi thỏa thích.*

*Bởi vì tôi đã nhìn thấy những con búp bê khéo được tô màu, hoặc những con rối bằng gỗ, được buộc*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*chặt bằng những sợi dây và những thanh gỗ, nhảy múa theo nhiều kiểu.*

*Khi (những) sợi dây và thanh gỗ ấy được lấy ra, được tháo rời, được gỡ bỏ, được phân tán, đã được làm thành mảnh vụn, không thể tìm ra, trong trường hợp ấy thì tâm có thể trú vào cái gì?*

*Tương tự như thế ấy, các phần thân thể của tôi không vận hành nếu thiếu đi các pháp ấy (đất, nước, v.v...); (cơ thể) không vận hành nếu thiếu đi các phần (tay, chân, v.v...), trong trường hợp ấy thì tâm có thể trú vào cái gì?*

*Giống như ông đã nhìn thấy bức tranh vẽ (hình người) được bôi màu vàng, được tạo ra ở bức tường, cái nhìn của ông về cái (hình người) ấy đã bị bóp méo, cái tưởng về con người (đứng ở bức tường) là không có ý nghĩa.*

*Tựa như ảo ảnh được tạo ra ở phía trước, tựa như cái cây bằng vàng ở trong giấc mơ, tựa như sự phô bày hình thức ở giữa đám người, này kẻ mù lòa, ông đi theo cái không thật.” (4)*

Do vậy, Đức Phật dạy rằng tất cả những gì thế giới tương tác với chúng ta đều nên được nhìn như tranh vẽ trên hư không.

Trong Kinh MN 21, bản dịch của HT Thích Minh Châu, trích:

*“Chư Tỷ-kheo, ví như một người đến, cầm màu sơn, màu vàng, màu xanh sẫm hay màu đỏ tía; người ấy có thể nói như sau: “Ta sẽ viết các hình sắc trên hư không này. Ta sẽ làm cho các hình sắc hiển hiện”. Các Tỷ-kheo, các Ông nghĩ thế nào? Người ấy có thể viết các hình sắc trên hư không và làm cho các hình sắc hiển hiện được không?*

*—Bạch Thế Tôn, không thể được. Vì sao vậy? Bạch Thế Tôn, hư không là vô sắc, không thể thấy*

## NGUYỄN GIÁC

*được. Ở đây, không dễ gì viết các hình sắc và làm hình sắc hiển hiện, trước khi người ấy bị mệt nhoài và bị thất bại.” (5)*

Thấy được như thế, tự thân các pháp trở về không. Và thế giới chung quanh chúng ta trở thành một phòng triển lãm tranh rộng vô tận, một phòng triển lãm búp bê rộng ngút ngàn. Đó là Như huyễn tam muội. Đó là Thiền Tông. Đó là khi thiền sư đưa cây gậy lên và nói, chớ gọi là cây gậy, hãy nói đó là cái gì. Đó là lời chỉ vào chỗ thức đã tịch lặng. Đó là vượt qua cả bờ này và bờ kia.

### GHI CHÚ:

(1) Kinh Sn 1.1, bản Nyanaponika:

<https://www.accesstoinight.org/tipitaka/kn/snp/snp.1.01.nypo.html>

Bản Thanissaro:

<https://www.accesstoinight.org/tipitaka/kn/snp/snp.1.01.than.html>

(2) Kinh SA 267, bản dịch hai thầy Tuệ Sỹ & Thích Đức Thắng:

[https://suttacentral.net/sa267/vi/tue\\_sy-thang](https://suttacentral.net/sa267/vi/tue_sy-thang)

Kinh SN 22.100, bản dịch HT Thích Minh Châu:

[https://suttacentral.net/sn22.100/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn22.100/vi/minh_chau)

(3) Kinh DN 11, bản HT Thích Minh Châu:

[https://suttacentral.net/dn11/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/dn11/vi/minh_chau)

(4) Thig 14.4, bản dịch HT Indacanda:

<https://suttacentral.net/thig14.1/vi/indacanda>

(5) Kinh MN 21, HT Thích Minh Châu:

[https://suttacentral.net/mn21/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn21/vi/minh_chau)

# KHÔNG CỬA ĐỂ VÀO, KHÔNG LỜI ĐỂ NÓI

Bài này sẽ viết về Thiền, phần lớn sẽ ghi về một số lời dạy của Đức Phật trong thiền pháp Thiền Tông, còn gọi là Thiền Đông Độ, hay Thiền Đạt Ma, hay Thiền Tổ Sư, và riêng tại Việt Nam còn gọi là Thiền Trúc Lâm. Chủ yếu nơi đây dựa vào kinh điển, và người viết không phải là tiếng nói thẩm quyền nào. Tất cả những gì viết nơi đây đều rất dễ hiểu; độc giả có thể ngưng ở bất kỳ dòng nào để thử nghiệm tự nhìn lại tâm. Với các bất toàn tất nhiên sẽ có, xin thành kính sám hối trước Tam Bảo.

Pháp thiền này không cửa để vào, nhưng vẫn lấy tam học (giới, định, huệ) để lià tam độc (tham, sân, si). Nói không cửa, vì cổ đức nói rằng bất kỳ cửa nào cũng đều là phóng chiếu của ngũ uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức), trong khi nhiều lời Đức Phật dạy là khuyến tấn tức khắc lià ngũ uẩn, rời ba cõi, vượt sáu đường. Thiền Tông còn gọi là pháp môn giải thoát bất tư nghì, bởi vì xa lià tất cả nghĩ ngợi và tức thân thành Phật, không trải qua thời gian. Thêm nữa, Thiền Tông, tức là Thiền Trúc Lâm, thực ra là pháp thiền Đức Phật dạy trong những năm đầu thuyết pháp.

## NGUYỄN GIÁC

Trước tiên xin kể một kỷ niệm với vài người bạn, và cũng để bổ túc thêm vì lời nói lúc đó chưa đầy đủ. Mới vài tháng trước, có ba vị thiện tri thức tới gặp, mời người viết ra quán cà phê ở Garden Grove hàn huyên, hỏi chuyện về Thiền Tông. Cả ba vị đều uyên bác, có học vị cao, nổi tiếng trong giới hoạt động nhân quyền, và có giao tình với người viết nhiều thập niên. Hai vị từ đầu Bắc California tới. Người thứ ba là một bác sĩ tâm lý, đang dạy thiền mindfulness cho một số bệnh nhân trong một số bệnh viện ở Quận Cam, được người viết xem như đứa em nhỏ từ các năm 1983-84, khi cô này sinh hoạt trong Liên Đoàn Hướng Đạo Hồn Việt ở đảo Galang, Indonesia.

Bác sĩ X. hỏi: Như vậy, Thiền là gì?

Người viết trả lời: Trong tình thân mới nói, rằng hỏi nhằm người rồi nhé. Vì câu trả lời ai cũng có thể tìm trên mạng, và nhiều người sẽ nói rằng đó bao gồm Thiền Chỉ, Thiền Quán, Thiền Tỉnh Thức, Thiền Tứ Niệm Xứ và vân vân. Câu hỏi nơi đây nên là, ý Tổ sư từ Ấn Độ tới là gì...

Cô X. hỏi: Ý Tổ sư từ Ấn Độ tới là gì...

Người viết nói: Tôi không tài năng gì để trả lời, nơi đây chỉ xin mượn lời Đức Phật và chư Tổ. Đây là pháp không cửa để vào, không lời để nói. Bây giờ, xin mời ba bạn làm giùm tôi trong ba mươi giây đồng hồ, rồi tôi sẽ giải thích. Hãy tự nhìn vào tâm, mắt để tự nhiên hơi khép, đừng nhắm mắt, trong quán có tiếng động thì mặc kệ, ngồi thẳng lưng và hai bàn chân áp sát mặt đất, thở rất dịu dàng, hãy tự nhìn tâm và không nghĩ gì hết, không nghĩ lành/dữ, vui/buồn, không nghĩ chuyện hôm qua, ngày mai cũng không nghĩ gì tới bây giờ. Bởi vì hề nghĩ ngợi là luôn luôn có thời gian và không gian hiện ra, vì cái được nghĩ tới luôn luôn ở khung thời gian/không gian nào đó, lẳng lặng nhìn tâm và không nghĩ gì. Hãy để toàn thân tâm mình tự nhiên,



## ĐỀ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

buông lỏng và buông xả hết. Thế đấy, đó là cách ngồi của Thiên Tào Động, Nhật Bản gọi là Soto Zen, tóm gọn mấy chữ là buông bỏ thân tâm, hay thân tâm phóng hạ. Bây giờ thì, ba bạn thấy đấy: ngay trong ba mươi giây vừa rồi, các bạn thấy không có tâm tham, thấy không có tâm sân, và trong cái thấy tỉnh thức như thế là không có tâm si. Theo Kinh Phật (Kinh AN 6.47, Kinh Upāyikā 2.078), như thế là Niết Bàn tức khắc, tại đây và ngay bây giờ, vượt thời gian. (1)

Trong Thiên sử, ngài Huệ Khả từng tới gặp ngài Bồ Đề Đạt Ma và nói, xin an tâm cho con. Ngài Bồ Đề Đạt Ma nói, đưa tâm ngươi đây, ta sẽ an cho. Ngài Huệ Khả tự nhìn lại tâm, nói không thấy tâm đâu hết. Ngài Bồ Đề Đạt Ma nói, ta an tâm người rồi đó. Chính ngay khi ngài Huệ Khả thấy không có tâm, tức là thấy tâm rỗng rang không vướng chút sắc thọ tưởng nào hết, lúc đó là Niết bàn, còn gọi là ngộ được bản tâm lìa ba cõi (tức là, thấy tâm không vướng cõi dục, không vướng cõi sắc, không vướng cõi vô sắc).

Chuyện tương tự là trong Pháp Bảo Đàn Kinh, kể chuyện ngài Minh Thượng Tọa hỏi pháp, ngài Huệ Năng bảo rằng ông đã vì pháp mà hỏi, thì hãy dẹp các duyên, chớ sanh một niệm, ta sẽ vì ông mà nói rõ trong giây lát. Ngài Huệ Năng nói tiếp: Không nghĩ thiện không nghĩ ác, ngay lúc đó cái gì là bản lai diện mục của Minh thượng tọa?

Chính ngay nơi đó, còn gọi là tâm không chỗ an trú (vô sở trụ). Không có nghĩa là không có tâm, nhưng chỉ có nghĩa là ngay lúc đó *thức không có chỗ bám vào*, dù là cái được thấy hay cái được nghe, tất cả hiện tượng trong và ngoài (sáu nội xứ, sáu ngoại xứ) chỉ như nước rơi trên lá sen, cũng như ảnh chim bay hiện rồi biến trong gương tâm và không lưu ảnh. Ngay đó là Niết bàn.

Cũng có thể giải thích về hai trường hợp hỏi pháp của ngài Huệ Khả và Minh Thượng Tọa bằng Kinh SN 12.38, bản dịch HT Thích Minh Châu trích:

*“Tỷ-kheo, nếu chúng ta không có tư niệm, không có tư lường, không có thâm ý, thời không có sở duyên cho thức an trú. Khi nào sở duyên không có mặt thời thức không an trú. Do thức ấy không an trú và không tăng trưởng, nên trong tương lai tái hữu không sanh khởi. Do sanh khởi tái hữu không có mặt trong tương lai, nên sanh, già chết, sầu, bi, ưu, não được đoạn diệt. Như vậy là sự đoạn diệt của toàn bộ khổ uẩn này.” (2)*

Đoạn vừa trích dẫn cũng có nghĩa là giữ tâm không dính vào bất kỳ loại thức ăn nào trong cõi này.

Kinh SN 12.64 dạy rằng lìa tham đối với thức ăn cõi này, tức là thức sẽ không chỗ an trú và tăng trưởng, đó là giải thoát:

*“...các Tỷ-kheo, nếu đối với (đoàn thực, xúc thực, tư niệm thực) thức thực, không có tham, không có hỷ, không có ái, thời không có thức an trú. **Chỗ nào không có thức an trú, chỗ ấy không có danh sắc sanh.** Chỗ nào không có danh sắc sanh, chỗ ấy không có các hành tăng trưởng. Chỗ nào không có các hành tăng trưởng, chỗ ấy không có hữu tái sanh trong tương lai. Chỗ nào không có hữu tái sanh trong tương lai, chỗ ấy không có sanh, già chết trong tương lai.” (3)*

Đức Phật gọi các trường hợp như thế là Niết bàn tại đây và bây giờ (here and now), vượt thời gian (timeless). Một phút như thế là một phút giải thoát, và giữ tâm đó liên tục gọi là Tổ Sư Thiên, không qua bất kỳ phương tiện nào khác.

Trong các trường hợp giải thoát tức khắc, thường biết nhiều nhất là trường hợp của ngài Bahiya (khi được dạy là thấy chỉ nên là thấy và nghe chỉ nên là nghe...) và trường hợp chàng thanh niên Uggasena đứng nơi đầu gậy cao làm xiếc tức khắc thành A la hán

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

khi Đức Phật dạy rằng hãy buông bỏ cả quá khứ, vị lai và hiện tại...

Chúng ta có thể thử nhìn tâm mình như ngài Bahiya và ngài Uggasena, và sẽ thấy rằng lúc đó y hệt là tâm không, tâm rỗng rang, tâm không vướng vào bất kỳ khái niệm nào về lành/dữ, thiện/ác, đúng/sai, có/không...

Nhưng, chính vì như thế mới khó truyền dạy, vì ly nhất thiết pháp, vì pháp thiền này không có cửa để vào, không có đường để đi, vì bất kỳ cửa hay đường nào đều phải dựa vào sắc-thanh-hương-vị-xúc-pháp nơi cõi này.

Người viết nói với ba người bạn rằng, bây giờ mình nói về chuyện thường bị nhầm lẫn nhất: đốt sách, hay chớ đọc sách. Ngày xưa mình cũng được ông thầy dặn là chớ đọc nữa, nhưng không có nghĩa đơn giản như thế. Chỉ nên có nghĩa rằng hãy nhìn mặt trăng, chớ nên nhìn ngón tay, vì chữ nghĩa đều là ngón tay.

Thêm nữa, Thiền Tông có câu rằng “ngôn ngữ đạo đoạn, tâm hành xứ diệt” cũng là một lời dạy tốt cùng. Ngôn là lời nói ra miệng, ngữ là lời nói trong đầu, bạn cứ thử xem, tự nhìn lại tâm mình, khi lời và chữ dứt bật cả trong và ngoài, chính khi đó sẽ thấy tâm rỗng rang, và khi tâm hành (cetana, intention) biến mất – tức là chớ muốn, chớ cầu, chớ tìm và chớ xua đẩy gì, ngay khi đó là tâm lia tham sân si, và Đức Phật gọi đó là Niết bàn ở đây và bây giờ, chứng thực được, và vượt thời gian. Cũng là **pháp không niệm gì hết**.

Bởi vì pháp thiền này không dùng lời nói, cho nên rất khó truyền dạy. Đó cũng là lý do, truyền thuyết nói rằng Đức Phật lặng lẽ cầm bông hoa đưa lên, chỉ có ngài Ca Diếp mỉm cười vì hiểu được. Xin phép suy đoán, rằng chính ngay khi đó, Đức Phật cho biết rằng **cái thấy hoa đó chính là Niết bàn ở đây và bây giờ** (nhưng lúc đó hễ ai khởi lên bất kỳ tâm hành nào, hay

## NGUYỄN GIÁC

xem cái thấy như thức thực đều sẽ hỏng). Mở miệng đều sai, vì cảnh đã qua rồi, và vì lời nói chỉ là ngón tay [chữ nghĩa] chỉ mặt trăng [cái thấy].

Trong cái thấy nghe của Niết bàn ở đây và bây giờ đó, hoàn toàn biến mất tất cả khái niệm về dơ/sạch, đó là khi pháp thân (thân của pháp) hiển lộ qua thấy nghe hay biết.

Trong Thiên sử Việt Nam, ngài Tuệ Trung Thượng Sĩ có bài kệ: “*Bản lai vô cấu tịnh, cấu tịnh tổng hư danh, pháp thân vô quái ngại, hà trọc phục hà thanh?*” là chỉ thẳng vào cái thấy tâm rộng rang như thế, có thể dịch là: “*Từ xưa tới giờ vốn là không dơ với sạch. Dơ với sạch đều chỉ là tên suông thôi. Pháp thân vốn không hề giới hạn nào, sao có chuyện dơ với sạch được?*”

Tương tự, trong Kinh Pháp Bảo Đàn, Phẩm Cơ Duyên Thứ Bảy, ghi lời dạy của ngài Huệ Năng, qua bản dịch của Thiền sư Duy Lực, trích:

“*Sư nói: Thật đúng như Huyền Sách nói. Người hễ tâm như hư không, chẳng chấp vào không, ứng dụng vô ngại, động tịnh vô tâm (chẳng tác ý), thánh phàm đều quên, năng sở đều diệt, tánh tướng như như, thì không lúc nào chẳng phải định vậy.*” (4)

Tới đây xin kể chuyện một người bạn thân. Bạn này là một trí thức rất mực uyên bác, một hôm viết một bài dài phân tích về **Tam Thân Phật**, giải thích rất dài và rồi hỏi ý người viết. Người viết vốn không phải là học giả, cho nên không dám cho ý kiến chi tiết, chỉ trả lời bạn này, có hiệu đính lại như sau:

“Tui là Nguyễn Giác, xin tự thú rằng tui không biết gì về Tam Thân Phật, bởi vì đó là chuyện của các luận sư và pháp sư. Tui học Thiên từ hai vị Thiên Sư không ưa lý luận, và không nhiều lời. Bản thân tui do vậy, chỉ quen bận tâm với chuyện thấy trước mắt và nghe bên tai, không hề quan tâm chuyện cao siêu của

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

các luận sư (mà, các luận sư thường không đồng ý nhau). Nếu có ai chỉ ngón tay lên, mà tui thấy mặt trắng, thì tui nói là thấy mặt trắng. Nếu tui không thấy mặt trắng, cũng không dám nói là có một mặt trắng hay ba bốn mặt trắng, chỉ dám nói là tui không thấy mặt trắng nhưng không dám chắc là có hay không, và nếu có là mấy mặt trắng. Do vậy, nhiều khi được hỏi Phật Tánh ở đâu, trong khi các luận sư viết tràng giang đại hải, các thiền sư chỉ đưa tay ra chỉ gốc cây trước sân... Ngoài cái ngó đó ra, tui đoán rằng người của nhà Thiền không dám nói gì về Tam Thân. Nếu có ai nói về Tam Thân Phật, hẳn không phải chuyện nhà Thiền. Nhưng đọc về Tam Thân Phật là vui rồi. Tui nghĩ, Tứ Thân có thể vui hơn. Vì bình bài xập xám cần tới 4 tụ. Thân ái.”

Nói ngắn gọn, rằng tui không biết. Và tui sống với “*tâm không biết*” – chỗ này, nên ghi rằng, muốn đọc thêm Thiền Tông bằng tiếng Anh hiện nay, có thể tìm trên Google qua các từ khóa như “don’t know mind” hay “The Zen of not knowing”... Chính cái **tỉnh thức nhìn vào tâm không biết đó cũng là một cách vào**. Bất kỳ ai cũng thử nghiệm được, khi nhìn vào tâm không biết thì là đang tỉnh thức với tâm ly tham sân si...

**Còn chuyện có cần tu Tứ Thiền hay không...**  
Tới đây, xin kể chuyện khác. Một vị trí thức nổi tiếng trong giới học Phật, mới đây nói với người viết rằng để giải thoát sẽ cần tu Tứ Thiền và tới tận cùng là Diệt Thọ Tướng Định. Người viết lúc đó nói là chỉ cần sơ thiền, rồi từ đây quán vô thường là đủ. Bây giờ xin ghi chi tiết vài ý (sau khi về nhà dò lại kinh điển). Đức Phật nói có trường hợp tuệ giải thoát, không cần tu định sâu. Người tu được cả định huệ được Đức Phật gọi là giải thoát cả hai đường (freed both ways), còn gọi là bậc câu phần giải thoát.

## NGUYỄN GIÁC

Đức Phật dạy trong Kinh MN 70 rằng có 7 hạng người, trong đó bậc cao nhất là A la hán giải thoát qua cả hai đường định huệ; bậc thứ nhì là tuệ giải thoát, tức các vị A la hán chưa đắc định nhưng trí tuệ đã đoạn trừ lậu hoặc.

Kinh MN 70 viết, trích bản dịch của HT Thích Minh Châu:

"...này các Tỷ-kheo, thế nào là bậc **tuệ giải thoát**? Ở đây, này các Tỷ-kheo, có người, sau khi thân **không chứng đắc các tịch tịnh giải thoát**, vượt khỏi các sắc pháp và vô sắc pháp, và sau khi đã thấy với trí tuệ, các lậu hoặc của vị này được đoạn trừ hoàn toàn. Vị này như vậy được gọi là bậc tuệ giải thoát."

Bản Anh văn của Bhikkhu Sujato:

*"And what person is freed by wisdom? It's a person who **does not have direct meditative experience** of the peaceful liberations that are formless, transcending form. Nevertheless, having seen with wisdom, their defilements have come to an end. This person is called freed by wisdom."*

Để thấy nghĩa này rất cụ thể, không mơ hồ, rằng không đắc định vẫn giải thoát bằng huệ, xin xem đối chiếu bản Việt và ba bản Anh văn ở (5).

Kinh MN 64, bản dịch HT Thích Minh Châu viết rằng Đức Phật dạy **chỉ cần vào sơ thiên, rồi chuyển sang quán vô thường** là đủ:

"...này Ānanda, Tỷ-kheo do viễn ly các sanh y (*Upadhiviveka*), do đoạn trừ các bất thiện pháp, do làm cho an tịnh thân thô ác hành một cách toàn diện, ly dục, ly bất thiện pháp, chứng và trú Thiên thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tầm, có tứ. Vị này chánh quán mọi sắc pháp, thọ pháp, tưởng pháp, hành pháp, thức pháp là vô thường, khổ, như bệnh, như cục bướu, như mũi tên, như điều bất hạnh, như bệnh chướng, như kẻ địch, như phá hoại, là không, là

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

vô ngã. Vị này giải thoát tâm khỏi các pháp ấy. Sau khi giải thoát tâm khỏi các pháp ấy, vị ấy tập trung tâm vào bất tử giới (Amatadhatu) và nghĩ rằng: “Đây là tịch tịnh, đây là vi diệu, tức là sự an chỉ tất cả hành, sự xả ly tất cả sanh y, sự ái diệt, vô tham, đoạn diệt, Niết-bàn”. Nếu an trú vững chắc ở đây, vị này đạt đến sự đoạn tận các lậu hoặc.” (6)

Đọc kinh sẽ thấy có một số trường hợp tuệ giải thoát, trở thành A la hán khi [hình như] chưa vào sơ thiền, nhưng ít nhất phải là cận định (access concentration). Trường hợp nổi bật là thuyết pháp cũng chứng quả A la hán, đó là ngài Khemaka sau khi giải nghĩa cho các vị sư khác về “không có cái tôi nào” trong ngũ uẩn. Dứt lời, Khemaka đắc quả A la hán. Và 60 vị sư nghe pháp xong, lúc đó cũng đắc quả A la hán. Nghĩa là, tuệ xả ly của chư tăng rất mạnh, bút một lần là xong. Tức là, thuyết pháp và nghe pháp đều có thể đắc quả A la hán. Đó là Kinh SN 22.89 - Khemaka Sutta. (7)

Trường hợp đó không lạ, vì Đức Phật ít nhất trong 2 bản kinh cũng từng nói là có năm giải thoát xứ, có thể đắc quả A la hán trong khi: đang nghe pháp, thuyết pháp, đọc tụng pháp, suy tư quán sát pháp, thọ trì pháp. (8)

Như vậy, lời dạy trong Thiên Tông là như thế nào? Khi đọc Kinh Pháp Bảo Đàn và nhiều sách về Thiên Tông, kể cả về Thiên Trúc Lâm của Việt Nam, sẽ nhận ra một số phương pháp chư tổ dạy, và kỳ lạ là đều là lời Đức Phật dạy trong Kinh Nhật Tụng Sơ Thời, tức là nhóm các kinh chư tăng tụng hàng ngày khi Đức Phật còn sinh tiền. (9)

Đọc giả sẽ nhận ra tâm trong trạng thái tĩnh thức lìa tham, sân, si là khi:

-- Tâm vô sở trụ, không dính mắc, không chấp thủ, dù là dính vào sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp.

## NGUYỄN GIÁC

-- Tâm buông bỏ những gì ở quá khứ, chớ mơ tưởng về tương lai, và không tơ vương gì với hiện tại.

-- Tâm đề cái được thấy nghe hay biết chỉ là cái được thấy nghe hay biết, và sống với các pháp như thị.

-- Tâm đón nhận vô thường trôi chảy, nơi đó là rỗng rang, không lời, không gì để thêm, không gì để bớt.

-- Tâm không nghĩ ngợi tư lường, xa lìa cả bờ này và bờ kia, xa lìa cả thiện và ác.

-- Tâm lắng nghe cái tịch lặng, nơi ngôn ngữ đoạn đoạn, tâm hành xứ diệt – lời nói dứt bật, tâm bất động như núi.

-- Tâm thấy tất cả các pháp đều là như huyễn, đều là rỗng rang không tự tánh.

Và theo Kinh Phật, các tâm đó chính là tức khắc Niết bàn.

Tới đây, câu hỏi là, sẽ rất khó để tâm vô sở trụ... như thế, có thể dùng phương tiện nào không?

Có thể dùng **công án** hay thoại đầu. Bởi vì khi dùng phương tiện này, đó là sử dụng tới “tâm không biết”... Không phải công án vô nghĩa. Tất cả nghĩa đó đều chỉ vào bản tâm, vào thấy, nghe, chạm xúc, hay biết... Khi nhận ra bản tâm vốn là không, sau đó mất, tai... sẽ không còn bị níu kéo nữa. Các pháp tới mình, sẽ biến mất y hệt như nước trên lá sen.

Nơi đây, người viết đề nghị sử dụng phương pháp **thở**, sẽ thích nghi với rất nhiều người. Đức Phật dạy pháp thở 16 chặng. Tuy nhiên, chúng ta có thể tập pháp thở 2 chặng, cùng lúc là giữ tâm buông xả. Không cần ngồi thiền, luôn luôn nhớ khi đi đứng nằm ngồi, giữ cảm thọ về hơi thở dịu dàng, hơi thở tự nhiên chạm nơi dưới chóp mũi. Trong khi hơi thở vào, nghĩ tới chữ “buông”; khi hơi thở ra, nghĩ tới chữ “xả”... Cứ như thế ngày đêm không để rời hơi thở buông xả này, rồi sẽ nhận ra đó là hơi thở của tinh thức lìa tham



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

sân si. Chỉ cần thử tập 5 phút là thấy ngay hiệu năng liền.

Có phương tiện khác: **Niệm Phật**. Thiền sư Thạch Liêm trong khi hoằng pháp Thiền Tào Động ở thế kỷ 17 đã viết bản văn Tự Tính Di Đà Thuyết (Nói về Phật A Di Đà của tự tính) để dạy mẹ của chúa Nguyễn Phúc Chu là Tống Thị pháp Niệm Phật Trì Danh. Bản dịch của Thầy Nhất Hạnh trích như sau:

*“...Trong các con đường tắt để tu hành, không con đường nào bằng niệm Phật. Niệm Phật cốt ở chỗ dứt bỏ được duyên lự, chỉ nhớ tới sáu chữ, tâm không tán loạn, niệm phải tinh thành, sáng niệm, chiều niệm, niệm cho đến chỗ bất niệm, niệm cho đến chỗ vô niệm, niệm niệm không ngừng, niệm cho thành một khối đạo hợp thể đồng, cùng cao với trời, cùng dày với đất, cùng sáng với nhật nguyệt tinh tú; với sông núi, cây cỏ, nhân, vật, quý thân, cùng chung kiếp vận họa phúc, sang hèn, nam nữ, xa gần, qua lại, đó ăn mệt ngủ, hỷ nộ ái lạc... Khi đã cùng vạn vật nhất thể thì nguồn suối Di Đà không còn là của riêng của ai nữa mà sẽ được tự tâm ý bất loạn của tự mình chảy ra... Điều cốt yếu là thấy sắc không nhiễm, nghe thanh không đắm, hai tướng động và tĩnh dứt bật không sinh. Khắp cõi hư không đều là Tịnh độ duy tâm, tận cùng pháp giới đều là Di Đà tự tính.” (10)*

Như thế, các Thiền sư vẫn dạy Niệm Phật. Tất cả các phương tiện đều khả dụng, khi “*thấy sắc không nhiễm, nghe thanh không đắm...*”

Trân trọng kính chúc tất cả các độc giả quan tâm về Thiền Tông sẽ dò được lối vào, và sẽ nhận ra rằng dân tộc Việt Nam đang thừa hưởng một di sản rất quý giá từ Thiền Trúc Lâm.

Bài này được viết trong tuần lễ tưởng niệm bốn sư của người viết là Hòa Thượng Thích Tịnh Chiếu viên tịch đã 3 năm.

**GHI CHÚ:**

- (1) Huệ Khả Cầu Pháp: Đọc Từ Tạng Pali  
<https://thuvienhoasen.org/a31712/hue-kha-cau-phap-doc-tu-tang-pali>
- (2) Kinh SN 12.38:  
[https://suttacentral.net/sn12.38/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn12.38/vi/minh_chau)
- (3) Kinh SN 12.64:  
[https://suttacentral.net/sn12.64/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn12.64/vi/minh_chau)
- (4) Kinh Pháp Bảo Đàn, Phẩm Cơ Duyên:  
<https://thuvienhoasen.org/a687/pham-co-duyen-thu-bay>
- (5) Kinh MN 70, bản Việt:  
[https://suttacentral.net/mn70/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn70/vi/minh_chau)  
Bản Sujato: <https://suttacentral.net/mn70/en/sujato>  
Bản Bodhi: <https://suttacentral.net/mn70/en/bodhi>  
Bản Horner: <https://suttacentral.net/mn70/en/horner>
- (6) Kinh MN 64:  
[https://suttacentral.net/mn64/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn64/vi/minh_chau)
- (7) Kinh Khemaka:  
<https://suttacentral.net/sn22.89/en/sujato>
- (8) Kinh DN 33:  
[https://suttacentral.net/dn33/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/dn33/vi/minh_chau)  
Kinh AN 5.26:  
[https://suttacentral.net/an5.26/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an5.26/vi/minh_chau)
- (9) Kinh Nhật Tụng Sơ Thời:  
<https://thuvienhoasen.org/a30590/kinh-nhat-tung-so-thoi>
- (10) Việt Nam Phật Giáo Sử Luận Tập II:  
<https://thuvienhoasen.org/p58a8438/chuong-xxiii-thien-phai-tao-dong-toi-viet-nam>

## HUỆ KHẢ CẦU PHÁP: ĐỌC TỪ TẠNG PALI

Ngài Huệ Khả xin Sơ Tổ Thiền Tông Bồ Đề Đạt Ma dạy pháp an tâm. Tích này có thể nhìn từ Kinh Tạng Pali ra sao? Bản thân người viết trước giờ chỉ quen dựa cột để nghe pháp, nơi đây không dám có ý kiến riêng, chỉ muốn tìm một số Kinh liên hệ để ghi chú.

Câu chuyện này được ngài Trần Thái Tông (1218-1277) đưa vào nhóm 43 công án trong Niêm Tụng Kệ, một trong các sách giáo khoa của Thiền phái Trúc Lâm để khảo sát, nghiên cứu. Bản dịch của Hòa Thượng Thích Thanh Từ, người có công hồi phục Thiền phái Trúc Lâm, đã dịch toàn bộ các tác phẩm của Trần Thái Tông, trong đó câu chuyện ngài Huệ Khả tức khắc đốn ngộ, viết như sau:

*“8.- Cử: Nhị Tổ xin Sơ Tổ pháp an tâm. Sơ Tổ bảo: Đem tâm ra ta an cho ông. Nhị Tổ thưa: Con tìm tâm không thể được. Sơ Tổ bảo: Ta an tâm cho ông rồi.*

*Niêm: Em bé lên ba ôm trống giầy,*

*Ông già tám chục mặc áo cầu.*

*Tụng: Tâm đã không tâm nói với ai,*

## NGUYỄN GIÁC

*Người cảm thức mộng mắt tròn xoe.  
Lão tăng đối bảo an tâm đấy,  
Cười ngát bàn quan chẳng tự hay.” (1)*

\*\*\*

Tích này mới đây lại được một độc giả báo Giác Ngộ đưa ra hỏi, và được quý Thầy trả lời qua bài viết ngày 03/04/2019 rất mực tuyệt vời, nhan đề “Ngộ Cái Gì?” Nơi đây, xin phép trích toàn văn, hy vọng quý Thầy hoan hỷ:

*“Ngộ cái gì?*

*GN - HỎI: Tôi đọc sách thiền có đoạn ngài Huệ Khả cầu pháp với Tổ Đạt-ma. Tổ hỏi: Ông muốn gì? Đáp: Con muốn được an tâm. Tổ nói: Đưa tâm đây ta an cho. Huệ Khả lúng túng không tìm thấy tâm. Tổ trả lời: Ta đã an tâm cho ông rồi! Ngay đó, Huệ Khả ngộ ra điều Tổ nói. Xin hỏi, ngài Huệ Khả ngộ cái gì? (THANH LONG, long2441983@gmail.com)*

*ĐÁP:*

*Bạn Thanh Long thân mến!*

*Cuộc đối đáp giữa Tổ Đạt-ma và ngài Huệ Khả là một trong những thiền thoại đồng thời là công án nổi tiếng của Thiền tông Trung Quốc. Dĩ nhiên, đã là công án thì chỉ có tác dụng “gỡ đinh, tháo chốt” với người đương cơ, rất khó hiểu với người ngoài, thậm chí vài trường hợp bị cho là ngớ ngẩn, vô nghĩa. Thành ra, sau cuộc đối đáp trên chỉ có ngài Huệ Khả mới là người biết rõ nhất, mình ngộ cái gì, còn chúng ta là người ngoài nên rất khó mà cảm thấu một cách chính xác được.*

*Tuy vậy, hậu thế chúng ta cũng có thể mạo muội dựa vào câu chữ và ý tứ để lạm bàn đôi chút về ý Tổ.*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*Huệ Khả rất tha thiết với đường tu, hành thiền miên mật mà tâm vẫn vọng động, nên muốn an tâm. Đây là mong ước chính đáng của người nhiệt tâm cầu giác ngộ. Thay vì giới thiệu cho Huệ Khả một pháp tu theo thứ bậc như thực hành các đề mục thiền chỉ hay thiền quán thì Tổ lại chỉ thẳng: “Đưa tâm đây ta an cho”.*

*Huệ Khả tìm tâm, chợt không thấy. Thì ra, tâm ý chợt hiện chợt mất. Lúc ngồi thiền hay trong đời sống thường nhật thì tâm vọng động bất an nhưng khi Tổ dạy đưa tâm ra để an thì nó biến mất, tìm không thấy dấu. Cái ngộ (thấy) đầu tiên là lâu nay cứ tưởng tâm hư vọng ấy là mình, kỳ thật không phải. Nhờ tìm tâm nên giác ngộ được tâm ý vô thường, theo duyên mà hiện khởi, đó là vọng tâm.*

*Nhờ sự chú tâm, chánh niệm tỉnh giác cao độ, Huệ Khả biết rõ vọng tâm. Tâm vọng có sinh diệt, có đến đi, là khách không phải chủ. Tổ Đạt-ma nói an tâm nghĩa là giúp cho Huệ Khả thấy rõ bản chất hư vọng của tâm ý để làm chủ tâm. Ngay sự rõ biết sâu sắc này, tuệ minh sát có mặt, Huệ Khả ngộ ra được và biết đường vào chơn tâm. Nhờ nương vào chơn tâm tu hành, thời gian sau ngài Huệ Khả được Tổ Đạt-ma ấn chứng và trao truyền y bát, làm Nhị tổ của Thiền tông Trung Quốc.*

*TỔ TU VẤN (tuvangiacngo@yahoo.com) (2)*

\*\*\*

**Hỏi:** Pháp có thể được **thấy tức khắc, vượt thời gian, ngay ở đây và bây giờ** không?

*Kinh AN 6.47 kể rằng một lần Đức Phật được một du sĩ ngoại đạo hỏi về ý nghĩa gì khi Đức Phật nói rằng **Pháp được thấy tức khắc, ngay ở đây và bây giờ, vượt thời gian, mời gọi chứng thực, thích nghi mà người trí có thể tự biết** (bản dịch Thanissaro: *Dhamma visible**

*here-&-now, timeless, inviting verification, pertinent, to be realized by the wise for themselves?*).

Thường thường, những câu hỏi như thế chỉ thấy trong Thiên Tông. Bản dịch Hòa Thượng Thích Minh Châu (sẽ viết tắt: bản TMC) là: “*Cho đến như thế nào, bạch Thế Tôn, pháp là thiết thực hiện tại, không có thời gian, đến để mà thấy, có khả năng hướng thượng, được người trí tự mình giác hiểu?*” (3)

Đức Phật trả lời rằng hễ thấy ngay trong khoảnh khắc này có tham thì biết có tham, không tham thì biết không tham... tương tự với sân, si... đó chính là “*thiết thực hiện tại, không có thời gian, đến để mà thấy, có khả năng hướng thượng, được người có trí tự mình giác hiểu.*”

Người như thế là sống được cái phi thời gian. Bất kỳ ai có thể nhìn tâm trong cái thiết thực hiện tại, phi thời gian, ở đây và bây giờ, đều sẽ thấy như ngài Huệ Khả: nhìn hoài mà không thấy tâm đâu cả.

\*\*\*

**Hỏi:** Có thể đạt được **Niết Bàn tức khắc, ngay ở đây và bây giờ** không?

Ngài Huệ Khả không thấy tâm đâu cả... Cũng có nghĩa là vào lúc đó, ngài nhìn thấy tâm không hiển lộ (sinh) và do vậy nhìn thấy tâm không biến mất (diệt), nghĩa là lúc đó ngài nhìn thấy tâm không sinh, không diệt. Có nghĩa là lúc đó, ngài Huệ Khả xa lìa, không dính mắc vào sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Tới đây, chúng ta dẫn ra bản Kinh Upāyikā 2.078, Đức Phật nói rằng đó là Niết Bàn tức khắc, Niết Bàn ở đây và bây giờ khi tâm xa lìa sắc (cái được thấy, cái được nghe...) và xa lìa tham muốn về sắc. Nơi đây, xin trích dịch Kinh Upāyikā 2.078 theo bản Anh dịch của Sāmaṇeri Dhammadinnā:

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

“*Tại thành Sāvathī. Lúc đó, một vị sư rời khỏi thiền định thâm sâu, tới gặp Đức Phật, quỳ lễ với đầu áp sát bàn chân Đức Phật, rồi ngồi sang một bên, trình với Đức Phật: ‘Bạch Thế Tôn, một vị sư đạt Niết Bàn ở đây và bây giờ. Trong thước đo nào gọi là một vị sư nói được rằng một người đạt được Niết Bàn ở đây và bây giờ? Bạch Thế Tôn, cách nào một vị sư **đạt được Niết Bàn ở đây và bây giờ** (Venerable sir, how is it that a monk attains nirvāṇa here and now)? Trong thước đo nào Thế Tôn tuyên bố rằng một vị sư là người đạt được Niết Bàn ở đây và bây giờ?’*

... Đức Phật nói: ‘*Tỳ kheo, hãy nghe kỹ và hãy nhớ rằng, và ta sẽ giải thích. Một vị sư quay lưng khỏi, bước xa khỏi sắc (turns away from form), xa lìa tham về sắc, hướng tới tịch diệt, **không chấp thủ dính mắc (vô sở trụ)**, và an trú trong tâm tự do hoàn toàn khỏi các dao động – vị sư như thế có thể định nghĩa là người đạt được Niết Bàn ở đây và bây giờ... (tương tự với thọ, tưởng, hành, thức)... Tỳ kheo, trong thước đo như thế, Như Lai tuyên bố rằng một vị sư là người đã đạt Niết Bàn ở đây và bây giờ. ‘...’ (4)*

\*\*\*

**Hỏi:** Ngài Huệ Khả không thấy tâm đâu để an hết, vậy thì thấy gì?

Ngài Huệ Khả trước đó đã nhiều năm thiền tập, khi ngài Đạt Ma bảo đưa tâm ra thì không thấy đâu, nghĩa là lúc đó ngài Huệ Khả thấy tự tánh của tâm là rỗng rang, vô tự tánh.

Trong nhóm Kinh Tương Ứng có Kinh SN 22.42, dịch theo bản Sujato như sau:

“*Các tỳ kheo, khi một nhà sư hành trì theo đúng chánh pháp, thì đây là những gì theo đúng chánh pháp: Họ nên quán sát và nhận ra cái rỗng rang vô*

## NGUYỄN GIÁC

*ngã trong sắc, thọ, tướng, hành, thức... Ta nói, như thế họ xa lìa khỏi sầu khổ.” (5)*

Tương tự, trong nhóm Kinh Tập có Kinh Sn 5.15, có thanh niên Mogharaja hỏi Đức Phật, trích:

*“1118. Do vậy, con xin hỏi vị Có Mắt Tối Thượng: Nên nhìn thế giới như thế nào để Thần Chết không nhìn thấy mình?*

*1119. [Đức Phật] Hỏi Mogharaja, hãy luôn luôn tỉnh thức và nhìn thế giới như rỗng rang, với cái nhìn về tự ngã đã bừng gốc, người đó sẽ vượt qua sự chết. Thần Chết không thể thấy người đã nhìn thế giới này như thế.”(5)*

\*\*\*

**Hỏi:** Ngài Huệ Khả không thấy tâm ngài ở đâu hết, có nghĩa là ngay khi đó, ngài không vướng tâm vào quá khứ, hiện tại, vị lai... cũng không thấy có cái tôi cao hơn, thấp hơn hay bằng ai?

Đúng vậy. Trong nhóm Kinh Tập có Kinh Sn 4.15, Đức Phật dạy như sau:

*“949. Hãy để lại tàn những gì đã qua, hãy để mặc kệ những gì chưa tới, không dính mắc tới những gì hiện tại, người sẽ sống trong an tĩnh hòa bình...”*

*950. Không chút nào thấy “cái của tôi” trong mọi thứ ‘tâm và thân’ hay ‘danh và sắc’, không sầu muộn vì những gì không hiện hữu, sẽ không thấy gì để mất trong cõi này.*

*951. Với người không hề thấy “này là cái của tôi,” cũng không hề thấy “kia là cái của người khác,” cũng không hề thấy bất cứ gì là “cái của tôi,” cũng sẽ không sầu khổ suy nghĩ “tôi không có gì hết.”*

*952. Khi được hỏi về người bất động tâm, ta gọi đó là điều tốt đẹp vì người đó tâm bình lặng ở mọi nơi: không tham, không cay đắng, không xung động.*



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

953. Với người đã biết, người không còn dao động, sẽ không còn cất chứa nghiệp lực nữa. Xa lìa mọi hành nghiệp, người đó thấy nơi nào cũng an lành.

954. Người trí tuệ không còn nói rằng họ cao hơn, kém hơn, hay bằng người khác. Tịch lặng, không còn chút tham nào, người này không nhận cũng không bỏ.” (6)

\*\*\*

**Hỏi:** Ngài Huệ Khả không thấy tâm ở đâu hết, có phải lúc đó đã vào vô sắc định? Tại sao không tu tứ thiền bát định?

Xin trả lời rằng, Thiền Tông là pháp định của tự tâm, pháp không thấy có tâm nào để tu, cũng không thấy thứ bậc nào để chứng, và chỉ cần một cái nhìn của trí tuệ -- “*đốn giác, liễu Như Lai Thiền*” -- để thấy bản tâm vốn tịch lặng, vốn không một pháp dính mắc, vốn ly tham sân si thì từ đó về sau chỉ giữ tâm đó mà tu, gọi là chơn trụ. Trong khi đó, tứ thiền sắc giới (four stages of rupa jhāna) và bốn pháp định vô sắc (the four arupa jhāna) chỉ là phương tiện, không phải là mục đích cứu cánh, nếu để dính mắc cũng sẽ kẹt. Trả lời câu này có thể dẫn ra ba kinh: **thứ nhất**, trong rất nhiều kinh, như Kinh MN 52, Kinh MN 95... Đức Phật dạy rằng chỉ cần đạt tới sơ thiền là nên chuyển sang quán vô thường; **thứ nhì**, Đức Phật nói giải thoát là phải xa lìa cả cõi sắc và cõi vô sắc, nghĩa là phải rời cả tứ thiền bát định; **thứ ba**, là trường hợp tuệ giải thoát, không thấy có cái ta hay cái tôi nào để tu.

**Chỉ cần sơ thiền.** Trong Kinh AN 9.36, Đức Phật dạy **chỉ cần từ sơ thiền chuyển sang quán vô thường**. Bản dịch của HT Thích Minh Châu viết, trích:

## NGUYỄN GIÁC

“Này các Tỷ-kheo, Ta nói rằng: “Y chỉ vào sơ Thiền, các lậu hoặc được đoạn tận”, như vậy được nói đến. Do duyên gì, được nói đến như vậy?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo ly dục... chúng và trú sơ Thiền. Vị ấy, ở đây đối với cái gì thuộc về sắc, thuộc về thọ, thuộc về tưởng, thuộc về hành, thuộc về thức, các pháp ấy, vị ấy tùy quán là vô thường, là khổ, là bệnh, là mụn nhọt, là mũi tên, là va chạm, là tật bệnh, là khách lạ, là biến hoại, là trống không, là vô ngã. Vị ấy tránh né tâm mình khỏi những pháp ấy, sau khi tránh né tâm mình khỏi những pháp ấy, vị ấy hướng dẫn đến giới bất tử: “Đây là tịch tịnh, đây là thù thắng, tức là sự chỉ tức tất cả hành, sự từ bỏ tất cả sanh y, sự diệt tận khát ái, ly tham, đoạn diệt, Niết-bàn”. Vị ấy trú ở đây, đạt đến sự diệt tận các lậu hoặc, nếu không diệt tận các lậu hoặc, với pháp ái ấy, với pháp hỷ ấy, do đoạn diệt năm hạ phần kiết sử, là vị hóa sanh, tại đây chứng được Niết-bàn, không còn trở lui thế giới này nữa.” (7)

Bản tiếng Anh của Thanissaro Bhikkhu dịch: ‘I tell you, the ending of the effluents depends on the first jhāna.’ Thus it has been said. (‘Ta nói với các tỷ kheo, rằng kết thúc lậu hoặc là dựa vào sơ thiền.’ Như thế, điều này được nói.)

**Phải liả cả sắc và vô sắc.** Có ba cõi là dục giới (chúng ta đang ở dục giới), sắc giới và vô sắc giới. Trong Nhóm Kinh Phật Thuyết Như Vậy có Kinh Iti 73 chỉ về cách giải thoát, chủ yếu là không dính mắc vào bất kỳ tâm nào, trích dịch:

“Một thời Đức Phật dạy, “Các tỷ kheo, vô sắc giới bình an hơn cõi sắc, và tịch diệt bình an hơn cả vô sắc. Những ai vào cõi sắc và những ai đã vào được cõi vô sắc, nếu họ không biết tịch diệt, rồi sẽ trở lại tái sinh. Những ai hiểu trọn vẹn các sắc mà không dính mắc

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

vào vô sắc, thì sẽ giải thoát vào tịch diệt, và Thần Chết lùi xa sau họ...” (Bản dịch Ireland: *Those who fully understand forms, without getting stuck in the formless, are released into cessation, and leave Death far behind them.*) (8)

**Không thấy có cái tôi nào.** Sẽ không cần tu gì nữa, vì thấy có tâm nào hay cái tôi nào mà tu. Trong Kinh Ud 1.10 (Bahiya Sutta), Đức Phật dạy ngài Bahiya, theo bản dịch của Hòa Thượng Thích Minh Châu:

*“... này Bàhiya, nếu với Ông, trong cái thấy, sẽ chỉ là cái thấy; trong cái nghe, sẽ chỉ là cái nghe; trong cái thọ tưởng, sẽ chỉ là cái thọ tưởng; trong cái thức tri, sẽ chỉ là cái thức tri. Do vậy, này Bàhiva, ông không là chỗ ấy. Vì rằng, này Bàhiya, Ông không là đời này, không là đời sau, không là đời chặng giữa. Như vậy là đoạn tận khổ đau.”* (9)

Bản tiếng Anh của ngài Ajahn Buddhadasa: *“...whenever you hear a sound, let there be just the hearing... When it's like this there will be no self, no "I". When there is no self, there will be no moving about here and there, and no stopping anywhere. And that is the end of Dukkha.”* (9)

\*\*\*

**Hỏi:** Niết Bàn, hữu dư và vô dư, trong khoảnh khắc hiện tiền là thế nào?

Người viết không dám trả lời. Có điểm ghi nhận rằng, trong khi một số luận sư nói rằng Niết Bàn vô dư là khi vị A La Hán thân hoại mạng chung, nhưng thực tế có lần Đức Phật từng dạy rằng Niết Bàn hữu dư và Niết Bàn vô dư vẫn có khi các vị A La Hán còn sinh tiền. Trong đó, Niết Bàn hữu dư là với các vị tuy đã

đoạn tận lậu hoặc nhưng còn thấy có pháp để tu; trong khi đó, **Niết Bàn vô dư** là các vị vẫn sống trong đời này (chứ không phải đã viên tịch) nhưng không thấy căn-trần-thức nào để tu nữa.

Nơi đây xin dẫn ra Chương 2 trong nhóm Kinh Phật Thuyết Như Vậy, bản dịch của HT Thích Minh Châu, trích:

“(XLIV) (Duk. III, 7) (It. 38)

Điều này đã được Thế Tôn nói đến, đã được bậc A-la-hán nói đến, và tôi đã được nghe:

Này các Tỷ-kheo, có hai Niết-bàn giới này. Thế nào là hai? Niết bàn giới có dư y và Niết-bàn giới không có dư y.

Này các Tỷ-kheo, thế nào là **Niết-bàn giới có dư y**? Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo là bậc A-la-hán, các lậu hoặc đã tận, Phạm hạnh đã thành, việc nên làm đã làm, đã đặt gánh nặng xuống, đã đạt được mục đích, hữu kiết sử đã diệt, đã giải thoát nhờ chánh trí. Trong vị ấy, năm căn còn tồn tại, ngang qua các căn ấy, vị ấy hưởng thọ khả ý, không khả ý vì rằng tự ngã không có thương hại cảm giác lạc khổ. Với vị ấy, tham diệt, sân diệt, si diệt. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là Niết-bàn có dư y.

Này các Tỷ-kheo, thế nào là **Niết-bàn giới không có dư y**? Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo là bậc A-la-hán, các lậu hoặc đã tận, Phạm hạnh đã thành, việc nên làm đã làm, đã đặt gánh nặng xuống, đã đạt được mục đích, hữu kiết sử đã diệt, đã giải thoát nhờ chánh trí. Ở đây, đối vị ấy, mọi cảm thọ đều không có hoan hỷ ưa thích, sẽ được lắng dịu. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là Niết-bàn không có dư y. Này các Tỷ-kheo có hai Niết-bàn giới này.” (10)

Bản tiếng Việt của HT Thích Minh Châu và bản Anh văn của Ireland đều có nghĩa rõ ràng như trên.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Sau cùng, xin tri ân ngài Trần Thái Tông và quý Thầy Báo Giác Ngộ đã ghi về truyền tích ngài Huệ Khả cầu pháp. Và nơi đây, người viết xin trọn lòng sám hối với những bất toàn trong bài.

### **GHI CHÚ:**

- (1) Trần Thái Tông, Niêm Tụng Kệ:  
<https://thuvienhoasen.org/p27a6711/19-niem-tung-ke>
- (2) Báo Giác Ngộ, “Ngộ cái gì?” -  
<https://giacngo.vn/tuvantamlinh/2019/04/03/52F0C3/>
- (3) Kinh AN 6.47, bản TMC:  
[https://suttacentral.net/an6.47/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an6.47/vi/minh_chau)  
Bản Thanissaro:  
<https://suttacentral.net/an6.47/en/thanissaro>
- (4) Kinh Upāyikā 2.078:  
<https://suttacentral.net/up2.078/en/dhammadinna>
- (5) Kinh SN 22.42:  
<https://suttacentral.net/sn22.42/en/sujato>  
Kinh Nhật Tụng Sơ Thời. Kinh Sn 5.15:  
<https://thuvienhoasen.org/p15a30626/sn-5-15-mogharajamanava-puccha-cac-cau-hoi-cua-mogharaja>
- (6) Kinh Nhật Tụng Sơ Thời. Kinh Sn 4.15:  
<https://thuvienhoasen.org/p15a30608/sn-4-15-attadanda-sutta-kinh-ve-bao-luc>
- (7) Kinh AN 9.36, bản HT Thích Minh Châu:  
[https://suttacentral.net/an9.36/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an9.36/vi/minh_chau)
- (8) Kinh Iti 73: <https://suttacentral.net/iti73/en/ireland>
- (9) Bản của HT Thích Minh Châu:  
<https://thuvienhoasen.org/a25130/kinh-bahiya>  
Bản của Ajahn Buddhadasa:  
<https://www.budsas.org/ebud/ebdha193.htm>
- (10) Kinh Phật Thuyết Như Vậy, bản HT Thích Minh Châu: <https://thuvienhoasen.org/p15a1540/chuong-02>  
Bản của Ireland: <https://suttacentral.net/iti44/en/ireland>

## TIN PHẬT, TIN PHÁP, TIN TĂNG

Chúng ta đang sống trong thời cách mạng thông tin. Nơi đó, lợi và hại cùng đi bên nhau, thiện và ác cùng sinh khởi dễ dàng từ một bàn phím. Chiến trường có khi hiện ngay trên màn hình vi tính, đao kiếm là những ngón tay quét trên điện thoại. Những lời bình ngán và ác ý trên mạng xã hội cũng có sức mạnh đẩy một số ca sĩ nổi tiếng vào trầm cảm, có khi tới mức tự sát. Những hình ảnh sửa đổi, giả mạo, gán ghép khi phóng lên mạng đã trở thành vũ khí bôi nhọ mới. Những lời quy chụp vô căn cứ đưa lên YouTube lại được nhiều người tin tưởng và hùa theo chửi mắng. Không chỉ là quân đội nước này với nước kia, chính người đời thường với kỹ năng công nghệ cũng có thể gài bẫy nhau, hại nhau cả trăm đường. Chỉ một vài bản tin nhỏ, có khi được viết một chiều và không nói hết sự thực, ngay hôm sau đã trở thành những cú xì căng đan chấn động xã hội. Nạn nhân có thể là cả một dân tộc, như khi bản đồ Biển Đông bị vẽ lại và phổ biến khắp thế giới mạng. Nạn nhân cũng có khi là nữ ca sĩ Nhật Bản hay Đài Loan, có khi là chư tăng Việt Nam hay Nam Hàn, và rất nhiều trường hợp tương tự.

Trong một thế giới khắp trời là mưa bom, mưa đạn, mưa bàn phím... như thế, nhiều người trong chúng ta thấy bất an. Nhưng hãy tin rằng có chuyện gì trên đời này mà lìa nhân quả được đâu. Ngay cả khi cho rằng người này, người kia lẳng lơ giăng câu, sao

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

không tự trách mình động tâm mới dính bẫy. Trong khi đó, một số Phật tử than thở rằng thời này là Mạt pháp, vì cách Phật đã xa, muốn sống như thời Tượng pháp cũng tìm không ra, huống gì là nghĩ tới thời Chánh pháp, thời của cơ duyên thân cận Đức Phật. Một số Phật tử kém kỹ năng gạn lọc sự thực, lại tin vào các tà sư đang thuyết tà giáo trên YouTube, và TV. Nhiều Phật tử không bận tâm gì tới pháp nghĩa, trong khi bị “hút hồn” vì các phương tiện phim ảnh đang làm cho hình ảnh các Thầy đẹp hơn, làm cho giọng nói các Thầy truyền cảm hơn, làm cho các bản nhạc Thiền ca dễ làm say đắm lòng người hơn. Một số Phật tử đọc các bản tin đời thường của một vài trường hợp, lại sinh ra ngờ vực và mất dần lòng tin vào Tăng bảo. Trong khi đó, một số Phật tử khác tự cho mình có vai trò hộ pháp, lên mạng nặng lời bắt kính, nhưng than ôi, không thấy nổi luật nhân quả tỏ tường – một khi đã gõ chữ, phóng dao kiếm chữ nghĩa lên Internet, vĩnh viễn sẽ không thu hồi lại được.

Hãy giữ lòng kiên cố thanh tịnh, tin vào Phật, tin vào Pháp, tin vào Tăng. Hãy thấy rằng ngay trong khoảnh khắc này, khi chúng ta tỉnh thức, quan sát và nhìn thấy tâm mình không tham sân si, đó chính là đang Thấy Phật, là đang sống trong thời Chánh Pháp; ngay trong lúc này, nếu sinh tâm lười biếng là rơi vào thời Tượng pháp, và khi động tâm say đắm trần cảnh là đã rơi vào thời Mạt pháp. Hãy thấy rằng ngay khoảnh khắc này, nhìn thấy tâm mình vốn rỗng rang, thấy thực tướng vô tướng, thấy gương tâm trong trẻo và bất động cho dù trước mắt và bên tai hiển lộ các cảnh sinh rồi diệt; hãy tin đó chính là Chánh Pháp vượt thời gian, chúng nghiệm được, và Thấy Pháp chính là Thấy Phật. Hãy tin vào Tăng, đó là đoàn thể các bậc Thánh và những người đang học Thánh đạo; và Tăng Bảo cũng

chính đang hiển lộ trong tâm mình, khi tự nhìn vào tâm và thấy các niệm chúng sinh đang tịch diệt vào Niết Bàn Diệu Tâm. Như thế, chúng ta chưa từng xa Phật một khoảnh khắc nào. Không nhất thiết phải ngồi Thiền mới thấy Pháp, không nhất thiết phải nhập thất một tuần hay một tháng. Đức Phật dạy rằng Pháp hiển lộ ngay ở đây và bây giờ, dạy rằng Niết Bàn hiển lộ là ngay khi tâm không tham sân si.

Nói như thế để cảnh giác Phật tử rằng chớ sanh tâm xem thường Tứ chúng đang học đạo, và chớ bao giờ mất lòng tin vào Tam Bảo. Xin nhớ rằng **ngay cả bậc Thánh Dự Lưu, cũng có khi phạm giới.**

Trong Tương Ưng Bộ, Kinh SN 55.24, có một người dòng họ Thích, với tên là Sarakàni. Vị này là một nam cư sĩ, được Đức Phật tuyên bố rằng đã chứng quả Thánh Dự Lưu, với lòng tin kiên cố vào Phật Pháp Tăng, tuy là chưa được trí tuệ, chưa được giải thoát. Vị này từng có lúc phạm giới, và từng có lúc uống rượu. Khi cư sĩ Thích Sarakàni từ trần, nhiều người thắc mắc vì sao Đức Phật nói rằng cư sĩ này sẽ không thối đạo. Đặc biệt, Đức Phật khi giải thích, nói theo hình thức nhấn mạnh với hình ảnh nếu cây rừng biết phân biệt thiện thuyết với ác thuyết.

Kinh SN 55.24 viết, trích bản dịch của Thầy Thích Minh Châu:

*“Lúc bấy giờ, họ Thích Sarakàni mệnh chung và được Thế Tôn tuyên bố là bậc Dự lưu, không còn bị thối đạo, quyết chứng quả giác ngộ. Tại đấy, một số đồng họ Thích tụ họp lại với nhau, chỉ trích, phê bình, bàn tán: “Thật là lạ lùng! Thật là hy hữu! Ngày nay ai cũng có thể thành bậc Dự lưu, vì rằng họ Thích Sarakàni đã mệnh chung, được Thế Tôn tuyên bố là bậc Dự lưu, không còn bị thối đạo, quyết chắc chứng*



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

quả giác ngộ. Họ Thích Sarakàni đã phạm giới và uống rượu”.

...[Đức Phật giải thích với ngài Mahānāma như sau]:

...Này Mahānāma, họ Thích Sarakàni đã lâu ngày quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng, làm sao có thể đi đến đọa xứ? ...Ở đây, này Mahānāma, có người thành tựu lòng tịnh tín bất động đối với đức Phật ... đối với Pháp ... đối với chúng Tăng, không có trí tuệ hoan hỷ, không có trí tuệ tốc hành, không thành tựu giải thoát. Vị ấy sau khi đoạn diệt ba kiết sử, là bậc Dự lưu không còn bị thối đọa, quyết chắc chứng quả giác ngộ. Người này, này Mahānāma, được giải thoát khỏi địa ngục, được giải thoát khỏi loài bàng sanh, được giải thoát khỏi ngã quỷ, được giải thoát khỏi ác sanh, ác thú, đọa xứ...

...Nếu những cây ta-la lớn này, này Mahānāma, biết những gì là thiện thuyết, ác thuyết, thời Ta cũng sẽ tuyên bố những cây ấy là những bậc Dự lưu, không còn bị thối đọa, quyết chắc chứng quả giác ngộ, huống nữa là họ Thích Sarakàni.” (1)

Để thấy được tầm quan trọng của lòng tin kiên cố, nơi đây chúng ta trích Tăng Chi Bộ, Kinh (120) Thấy Được Bất Tử. Kinh này ký số là AN 6.120-139, bản dịch của HT Thích Minh Châu, cho biết nhiều cư sĩ nhờ lòng tin tịnh tín mà chứng ngộ được bất tử. Trích:

”—Thành tựu sáu pháp, này các Tỷ-kheo, gia chủ Bhallika... gia chủ Sudatta Anàthapindika... gia chủ Citta Macchikàsandika... Hatthaka Alavaka... Mahànàma Sakka... gia chủ Ugga người Vesàli... gia chủ Uggata... Sùra Ambattha... Jivaka Komàrabhacca... gia chủ Nakulapità... gia chủ Tavakannika...gia chủ Pùrana... gia chủ Isidatta... gia chủ Sandhàna... gia chủ Vijaya... gia chủ

## NGUYỄN GIÁC

*Vajjiyamahito... gia chủ Mendaka... cư sĩ Vasettha... cư sĩ Ariththa... cư sĩ Sàragga đi đến cứu cánh nơi Như Lai, sống thấy được bất tử, chứng ngộ được bất tử. Thế nào là sáu?*

*Với lòng tịnh tín bất động đối với Phật, với lòng tịnh tín bất động đối với Pháp, với lòng tịnh tín bất động đối với Tăng, với Thánh giới, với Thánh trí, với Thánh giải thoát.*

*Thành tựu sáu pháp này, này các Tỷ-kheo, cư sĩ Sàragga đi đến cứu cánh nơi Như Lai, sống thấy được bất tử, chứng ngộ được bất tử." (2)*

Nghĩa là, tịnh tín bất động đối với Phật, Pháp, Tăng, với Thánh giới, với Thánh trí, với Thánh giải thoát.

Bản Anh dịch của Bhikkhu Sujato là: *“Experiential confidence in the Buddha, the teaching, and the Sangha, and noble ethics, knowledge, and freedom.”*

Tin vào Thánh giới là tin rằng giới luật nhà Phật sẽ dẫn vào Thánh đạo. Tin vào Thánh trí là tin rằng kiến thức chúng ta học và thọ nhận được sẽ giúp vượt qua bể khổ. Tin vào Thánh giải thoát là tin rằng có một Niết Bàn cho các vị Thánh đã xa lìa tham sân si.

Như thế chỉ mới với lòng tịnh tín kiên cố cũng đã có vô lượng công đức, cũng đã vượt qua biết là bao nhiêu chặng đường gian nan.

Với lòng tin kiên cố như thế, chúng ta sẽ giữ giới hạnh nghiêm trang hơn, tự gìn giữ kỹ hơn cho mình cả trong đời và trên mạng, và ngay cả khi thấy có ai bị xem là phạm giới cũng không dám vội phán đoán. Hãy nhớ rằng một khi bàn phím đã phóng binh khí lên Internet, là vĩnh viễn không thu hồi lại được.

### **GHI CHÚ:**

(1) Kinh SN 55.24:

[https://suttacentral.net/sn55.24/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn55.24/vi/minh_chau)

## ĐỀ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

(2) Kinh AN 6.120-139: [https://suttacentral.net/an6.120-139/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an6.120-139/vi/minh_chau)

## PHỤ NỮ TRONG CHÁNH PHÁP

Đối với một người đã giác ngộ, sẽ không còn thấy nữ tính và nam tính nữa. Với một số vị thường quán bạch cốt, sẽ thấy thân mình và người chỉ là một nhóm xương khô đang đi đứng nằm ngồi.

Khái niệm nữ tính và nam tính biến mất được nêu ra trong Kinh SN 5.2, khi nữ A La Hán Soma trả lời Ma vương bằng bài kệ:

*“Nữ tính không tạo ra chút gì khác biệt, khi tâm định tĩnh, khi tri kiến hiển lộ không ngưng đối với người nhìn đúng được Chánh Pháp. Đối với người có thể khởi tâm ‘Tôi là một người nữ’ hay ‘Tôi là một người nam’ hay ‘Tôi là bất cứ gì’ – thì chỉ thích nghi cho Ma Vương nói chuyện.” (1)*

Tới đây, chúng ta thử nêu lại câu hỏi từ ngàn xưa: **người nữ có thể thành Phật hay không?**

Các luận sư Đại Thừa nói rằng người nữ có thể thành Phật. Tuy nhiên, Kinh Tạng Pali nói rằng người nữ không có thể thành Phật, cụ thể là trong Kinh MN 115, bản Việt ngữ là Kinh Đa Giới do Hòa Thượng Thích Minh Châu dịch. (2)

Đại sư Anālayo thảo luận về câu hỏi đó trong bài viết *“The Bahudhātuka-sutta and its Parallels. On Women’s Inabilities”* (3) bằng cách đối chiếu Kinh

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Trung Bộ MN 115 của Tạng Pali với bản tương đương trong Trung A Hàm của Hán Tạng là MA 181 – chúng ta có thể đọc bản Việt ngữ do Thầy Tuệ Sỹ dịch ở (4) và sẽ thấy bất ngờ rằng Đức Phật không hề nói gì về người nữ hay nam trong Kinh MA 181.

Đại sư Anālayo trong bài cũng đối chiếu với một số kinh khác về cả ngữ và nghĩa, rồi nhận định rằng Kinh MA 181 gần với lời Đức Phật hơn, và tin rằng Kinh MN 115 trong Tạng Pali đã bị chur tăng đời sau chèn thêm ý kỳ thị nam nữ vào. Nghĩa là, người nữ vẫn có khả năng thành Phật.

Cũng trong bài phân tích của ngài Anālayo, trong phần ghi chú (nơi các trang 184 và 185) cũng dẫn ra một số học giả khác nêu nghi vấn rằng ý kỳ thị nam nữ được chur tăng đời sau chèn vào Kinh MN 115.

Trong đó, học giả Joaquín Pérez Remón phân tích về ngữ văn và mạch văn. Đặc biệt Giáo sư Yuichi Kajiyama đưa ra nhận định rằng phần thêm vào ý kỳ thị nam nữ (chỉ có nam mới có thể thành Phật) xuất hiện sau khi Tăng Đoàn phân ra nhiều bộ phái, và “*lời khẳng định rằng một người nữ không có khả năng thành Phật xuất hiện có lẽ là trong thế kỷ thứ nhất trước Tây lịch*” và một thời gian sau, tư tưởng này được chèn vào Kinh MN 115.

Nhiều học giả cũng nêu lên một nghi vấn về kinh ngụy tạo, do chur tăng đời sau đưa vào Kinh Tạng Pali. Bản Việt ngữ do HT Minh Châu là Kinh Rắn Đen AN 5.230, so sánh loài rắn đen với phụ nữ. Kinh này trích như sau:

*“Này các Tỷ-kheo, có năm nguy hại này trong con rắn đen. Thế nào là năm? Phẫn nộ, hiềm hận, có nọc độc, lưỡi chia hai, làm hại bạn. Này các Tỷ-kheo, có năm nguy hại này trong con rắn đen.*

## NGUYỄN GIÁC

*Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, có năm nguy hại này trong nữ nhân. Thế nào là năm? Phần nộ, hiềm hận, có nọc độc, lưỡi chia hai, làm hại bạn. Ở đây, này các Tỷ-kheo, nọc độc của nữ nhân là như sau: Này các Tỷ-kheo, nữ nhân phần lớn hay tham đắm. Ở đây, này các Tỷ-kheo, lưỡi chia hai của nữ nhân là như sau: Này các Tỷ-kheo, nữ nhân phần lớn nói hai lưỡi. Ở đây, này các Tỷ-kheo, nữ nhân làm hại bạn như sau: Này các Tỷ-kheo, nữ nhân phần lớn ngoại tình!” (5)*

Bhikkhu Sujato, Trưởng ban biên tập trang SuttaCentral, nói rằng ông không tin kinh này do Đức Phật nói lên.

Ngài Sujato cũng đưa ra các thống kê cho thấy rằng người nam bạo lực hơn người nữ, nam ngoại tình hơn nữ, nam mê sắc dục hơn nữ... Bài phân tích của ngài Sujato ở link (6).

Tới đây, chúng ta nói về một công án Thiền liên hệ tới một Thiền sư ni Nhật Bản.

Thiền sư ni này tên là Kakuzan Shido (1252-1306). Bà là người sáng lập ngôi chùa Tokeiji, nơi này cũng đón nhận và chăm sóc phụ nữ bị bạo lực -- nơi này được mệnh danh là nơi tạm trú đầu tiên cho phụ nữ bị lạm dụng trên thế giới.

Thiền sử kể rằng, vào năm 1304, Thiền sư Tōkei (tên thầy này là ‘Peach-tree Valley’ nghĩa là ‘Thung lũng cây đào’) trao ấn chứng (inka) của dòng Lâm Tế cho Ni sư Shido, người sáng lập Chùa Tōkeiji. Vị sư trưởng tràng không chấp nhận việc trao ấn chứng đó, nên đưa ra câu hỏi để thử nghiệm Thiền sư ni Shido rằng trong truyền thống, người được nhận ấn chứng phải nói một bài thuyết giảng, và vị ni sư này có thể nói lên Chánh pháp được chăng.

Ni sư Shodi bước tới trực diện vị sư Trưởng tràng, rút ra con dao găm dài 10 inches (khoảng 2 tấc rưỡi) –

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

loại dao găm được quý bà trong giai cấp võ sĩ đạo Nhật Bản mang thường trực. Bà đưa dao găm lên cao: “*Chắc chắn rằng một Thiền sư trong truyền thống chư tổ nên khởi thân từ ghế cao và nói về sách. Nhưng tôi là một phụ nữ dòng chiến sĩ và do vậy tôi nên thuyết pháp khi mặt đối mặt với lưỡi kiếm rút ra. Sách nào tôi cần tới nữa?*”

Vị sư Trương tràng nói, “*Trước khi cha mẹ sinh ra, làm sao người có thể nói lên Chánh pháp?*”

Ni sư nhắm mắt một chặp. Rồi nói, “*Sư có hiểu chăng?*”

Vị sư Trương tràng nói lên dòng thơ ca ngợi Ni sư, “*Một bầu rượu vang đã được dựng lên trong ‘Thung lũng cây đào’ – cặp mắt say thấy được các loài hoa xa vạn dặm.*”

Câu chuyện tới đó là hết. Câu chất vấn trên của sư Trương tràng là dựa vào một tích phổ biến ở Thiền Tông Trung Hoa.

Ngài Hương Nghiêm Trí Nhàn tham học nơi Thiền Sư Bách Trượng Hoài Hải. Sư học rộng hiểu nhiều, thông nhiều kinh điển, biện luận vô ngại nhưng chẳng ngộ đạo. Sau khi Bách Trượng tịch sư đến ở với Thiền Sư Quy Sơn là sư huynh đệ đồng môn của sư. Quy Sơn bảo sư: “*Hãy nói một lời trước khi cha mẹ chưa sinh.*”

Sư Hương Nghiêm không đáp được, bèn lật hết các kinh sách nhưng vẫn không tìm ra được. Sư xin Quy Sơn chỉ bảo, nhưng bị Quy Sơn khước. Sư tự than trách rồi về thất đốt hết sách vở. Sư từ biệt Quy Sơn ra đi. Sư bèn đến Núi Nam Dương, chú tâm làm ruộng, tu hành. Một hôm sư đang cuốc đất, lượm hòn đá ném trúng cây tre vang lớn. Sư chột tỉnh ngộ phá lên cười. Sư bèn trở về tắt gôi thấp hương, nhắm hướng Quy Sơn đánh lễ để cảm tạ.

## NGUYỄN GIÁC

Trước khi cha mẹ chưa sinh? Câu hỏi đó nên đặt lại trong một cách đơn giản hơn: “Hãy nói một lời trước khi thế giới hình thành?”

Trong Tạng Pali có Kinh SN 35.23 (còn gọi là Kinh Tất Cả -- The All Sutta), Đức Phật dạy rằng tất cả thế giới này chỉ là sáu nội xứ và sáu ngoại xứ. Thế giới này hiển lộ ra như thế, ngoài ra là Đức Phật bác bỏ hết.

Kinh này lời Đức Phật dạy: *“Cái gì là tất cả? Chỉ là mắt và cái được thấy, tai và cái được nghe, mũi và cái được ngửi, lưỡi và cái được nếm, thân và cái được chạm xúc, tâm và cái được tư lường. Đó gọi là tất cả. Các sư, giả như có ai nói, ‘Tôi sẽ bác bỏ cái tất cả này và sẽ mô tả cái tất cả khác.’ Họ sẽ không có căn cứ nào cho chuyện như thế, vì đó chỉ là khoa ngôn, không chứng minh nổi và sẽ rơi vào ách nạn. Vì sao vậy? Bởi vì như thế ra ngoài giới vực của họ.”* (7)

Kinh này quan trọng, có thể giúp chúng ta dò theo công án của Quy Sơn đưa ra, và rồi ngài Hương Nghiêm nghe tiếng sỏi dội vào cây tre thì ngộ. Làm sao nghe một âm thanh mà có thể hiểu hết ý chỉ Thiền Tông?

Ni sư Shido trong chuyện kể đã trả lời bằng sự tịch lặng. Có nghĩa rằng, Ni sư chỉ cho sư Trưởng tràng về cái nghe tịch lặng. Và đó là khi thế giới chưa hình thành, là khi cái được nghe chưa hiển lộ.

Tất cả chúng ta đều có thể tu bằng công án. Các sư thường nói, chưa hiểu thì giữ nghi tình. Nhưng có một chỗ cần nêu, chữ “nghi tình” có thể làm nhầm lẫn, vì ám chỉ như “có cái gì”... Nếu chúng ta thay chữ “nghi tình” bằng chữ “tâm không biết” thì bất cứ khi nào nhìn vào “tâm không biết” đều sẽ tiếp cận rất gần với giải thoát, vì tình thức như thế là đã lìa si, và tình thức trong tâm không biết là đã lìa tham và lìa sân.



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Nhìn cách khác, nhìn vào “tâm không biết” là nhìn rất gần vào cội nguồn khi thế giới chưa khởi lên, và trạng thái tinh thức trong “tâm không biết” là lia cả ngũ uẩn ba thời, không dính gì tới ngũ uẩn trong quá khứ, vị lai hay hiện tại. Cũng chính là nghe tận nguồn khi cái được nghe chưa hiển lộ.

Bạn có thể thử nghe như thế. Hãy thử lắng nghe về cội nguồn khi cái “tất cả” chưa khởi lên. Không cần ngồi thiền, hãy cứ nghe như thế, lắng nghe tận nguồn và không dính vào bất kỳ những gì. Khi bạn tập như thế, đó là cái tự nhiên nhất. Vì trong cái nghe là bình đẳng, là Như thị, là Như thế: bạn không ép được cái nghe phải chỉ nghe cái này hay chỉ nghe cái kia. Khi lắng nghe như thế, và khi cái được nghe chỉ là cái được nghe, và chỉ thuần là cái được nghe mà không lựa chọn gì, tới một bạn sẽ thấy mình không còn dính gì tới tham sân si.

### GHI CHÚ:

- (1) Kinh SN 5.2 bản dịch Bodhi:  
<https://suttacentral.net/sn5.2/en/bodhi>
- (2) Kinh MN 115, bản của HT Minh Châu:  
[https://suttacentral.net/mn115/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn115/vi/minh_chau)
- (3) Bài của Bhikkhu Anālayo về MN 115:  
<https://www.buddhismuskunde.uni-hamburg.de/pdf/5-personen/analayo/bahudhatuka.pdf>
- (4) Kinh MA 181, bản dịch Thầy Tuệ Sỹ:  
[https://suttacentral.net/ma181/vi/tue\\_sy](https://suttacentral.net/ma181/vi/tue_sy)
- (5) Kinh Rắn Đen AN 5.230:  
[https://suttacentral.net/an5.230/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an5.230/vi/minh_chau)
- (6) Sujato nói về Kinh Rắn Đen:  
<https://sujato.wordpress.com/2010/12/05/is-this-sutta-true>
- (7) Kinh SN 35.23, bản HT Minh Châu:  
[https://suttacentral.net/sn35.23/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn35.23/vi/minh_chau)  
Kinh SN 35.23, bản Bodhi:  
<https://suttacentral.net/sn35.23/en/bodhi>

## NGUYỄN GIÁC

Kinh SN 35.23, bản Sujato:  
<https://suttacentral.net/sn35.23/en/sujato>

# KHI THIÊN NI CHIYONO CHỨNG NGỘ

Anh dịch: Anne Dutton

Việt dịch: Nguyễn Giác

*(Dịch theo bản Anh dịch “The Enlightenment of Chiyono” của Anne Dutton, các trang 173-179 của sách “Zen Sourcebook: Traditional Documents from China, Korea, and Japan” - ấn bản 2008 của nxb Hackett Publishing Company. Thiên ni Mugai Nyodai (?-1298), thường được gọi theo thế danh là Chiyono, là một trong những phụ nữ Nhật Bản đầu tiên nhận ấn chứng từ một dòng Thiền; trường hợp của bà là nhận ấn khả từ Thiền sư Trung Hoa Wu-hsueh Tsu-yuan sang Nhật hoàng pháp. Thiên ni Chiyono sau đó trở thành một bậc thầy dạy Thiền nổi tiếng, lập ra nhiều trung tâm dạy Thiền tại Kyoto, trong đó có Chùa Keiai-ji, nơi được xem là Thiền viện hàng đầu cho các Thiền ni trong thời trung cổ Nhật Bản. Chuyện kể dưới đây cho thấy bà sinh từ giai cấp quý tộc, nhưng đã vào một chùa Thiền làm việc cực nhọc, nhiều phần hết như Lục Tổ Huệ Năng. Chuyện về Thiên ni được kể qua nhiều thế kỷ, và xuất hiện trong nhiều ấn phẩm Phật học, kể cả các lời dạy về công án. Chuyện kể cho thấy*

*đây là tổng hợp từ nhiều mẩu chuyện trước đó về Thiền ni Chiyono.)*

Trong ngôi làng Hiromi ở huyện Mugi, có ba vị ni sư xây lên một Thiền tự, và tận lực tu học Phật pháp. Cùng với một số vị ni khác từ nhiều nơi khác tới, và trong một số sự kiện, cùng với nhiều đệ tử cư sĩ, họ xây dựng được một cộng đồng tu hành theo Thiền Tông.

Lúc đó có một thiếu nữ khoảng 24 hay 25 tuổi đã nhiều năm vào tự viện này làm những việc nặng nhọc. Tên cô là Chiyono. Người ta kể rằng cô là con gái của một gia đình quý tộc. Khi khát vọng giải thoát tràn ngập trong lòng cô, tức khắc cô rời nhà ba mẹ và vào tự viện này, nhận công việc công quả nặng nhọc, kể cả chẻ củi và xách nước.

Chiyono quan sát các ni sư thực tập Thiền. Cô nghe và trân trọng tất cả những lời dạy và đối thoại của các ni sư. Cô thường nhìn ngắm các ni sư xuyên qua các kẽ hở từ các tấm màn treo nơi lối vào cửa, và rồi trở về phòng cô, bắt chước bằng cách ngồi nhìn vào vách – nhưng chưa thấy ích lợi nào.

Một hôm, Chiyono tới hỏi một ni sư trẻ. Cô nài ni, *“Xin làm ơn dạy cho cốt tủy của pháp tọa thiền.”*

Ni sư trả lời cô, *“Pháp hành của người chỉ đơn giản là phục vụ các ni sư trong tự viện này ở mức có thể, mà đừng nghĩ ngợi gì về khó nhọc hay mở lời than van. Đó là pháp tọa thiền của người.”*

Choyono tự suy nghĩ, *“Thiệt là đau đớn! Mình bước vào thế giới này như một người thấp kém và bất tài, sống trong đau đớn và khổ não. Nếu mình tiếp tục thế này, mình cũng sẽ đau khổ trong kiếp sau vậy. Thời gian sẽ trôi qua, nhưng khi nào sẽ có cơ duyên cho mình đạt được giải thoát? Hành động xấu nào đã dẫn*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

tới nghiệp quả này vậy?” Nỗi đau đớn của cô là vô cùng tận.

Đêm về, ẩn dưới ánh trăng mờ, cô tới gần thiền đường và nhìn vào trong. Cô quan sát thấy nhiều người ngồi thiền, cả các ni sư và người đời thường, cả nam và nữ cư sĩ, cả già và trẻ. Rồi bỏ hoàn toàn những quan tâm chuyện đời, họ ngồi miên mật tọa thiền. Hình ảnh thực sự là trang nghiêm.

Chiyono suy nghĩ, trong khi nước mắt tự nhiên ràn rụa, “*Ngay cả các cô gái trẻ cũng biết dị biệt giữa chơn và vọng trong việc tu theo nội quy tự viện để xả bỏ chuyện đời. Họ có khát vọng vĩ đại là muốn xả bỏ thế giới si mê này. Tự khép mình tu tập gian nan hơn, họ ngồi suốt đêm trong tịch lặng nhất tâm mà không ngủ gục. Làm sao mình có thể thiếu những quyết tâm như thế để làm như họ? Nơi đây là những cư sĩ tự vui với chính họ ngày và đêm, không vướng bận gì về các thứ, và rồi họ ngồi trên các tấm đệm đỏ, rồi bỏ tất cả các niệm về thế giới, không bao giờ ngả đầu lên gối. Thân của họ gầy yếu, tinh thần của họ cạn kiệt, nhưng họ không bận tâm rằng sinh mạng của họ đã gặp nguy hiểm. Họ có tâm nguyện rất mực thâm sâu. Họ xứng đáng được gọi là đệ tử của Đức Phật.*”

Bấy giờ, có một Thiên ni già trong tự viện rất mực từ bi. Một hôm, Chiyono tới gặp Thiên ni già và nói, “*Con có khát vọng tu pháp tọa Thiền, nhưng con sinh ra đã bất hạnh. Con không biết đọc hay viết. Con cũng không thông minh. Nếu con có mang tâm nguyện [giải thoát], có thể nào con thành tựu Phật pháp cho dù con không có kỹ năng nào?*”

Thiên ni già trả lời Chiyono, “*Tuyệt vời đó, con ơi! Thực sự, có cái gì nơi đó đâu mà thành tựu? Trong Phật pháp, không hề phân biệt gì giữa một người nam và một người nữ, giữa một cư sĩ đời thường và một tu sĩ. Cũng thế, không hề có dị biệt nào giữa quý tộc và*

## NGUYỄN GIÁC

*thường dân, giữa già và trẻ. Chỉ có thể này thôi – mỗi người phải giữ chặt lấy đại nguyện và bước theo đường Bồ Tát Hạnh. Không có con đường nào cao hơn đường này.*

*“Con đừng có lý thuyết hóa về lời dạy hay về giáo pháp của chư Phật và của các Thiên sư. Theo kinh điển, mục tiêu là thành tựu cõi Phật nơi chính con. Giáo pháp dạy rằng tọa thiền nghĩa là ‘tìm Phật trong chính tâm của con.’ Theo lời cổ đức, lời dạy trong kinh điển y hệt ngón tay chỉ vào mặt trăng. Lời của các tổ chỉ là chìa khóa để mở cổng. Nếu con nhìn trực tiếp vào mặt trăng, sẽ không cần tới ngón tay nữa. Nếu cửa đã mở xong, chìa khóa sẽ không cần nữa. Một tu sĩ quen thuộc với mười triệu bản kinh thực sự không xài tới một chữ nào trong tọa thiền. Kiến thức rộng và học nhiều chỉ là chướng ngại cho việc vào cửa pháp; chúng dẫn tới việc triết lý hóa và chữ thôi. Nếu con biết được tâm của con, lời dạy nào trong kinh mà con cần nữa chớ? Trong việc vào Đạo, chúng ta phải dựa riêng toàn thân của chúng ta thôi.*

*“Thêm nữa, những người muốn tu tập tọa thiền hãy khởi đại bi tâm với ước nguyện cứu tất cả chúng sinh. Đừng tìm giác ngộ cho riêng mình. Hãy tới một nơi vắng lặng, ngồi theo tư thế hoa sen, đặt bàn tay này trên bàn tay kia. Thân không nghiêng về phía nào, hai tai thẳng với hai vai. Mở mắt hé hé, chú ý vào đầu mũi. Đặt lưỡi thoải mái nơi hàm miệng trên. Buông xả hết toàn bộ thân tâm và toàn bộ những gì trong đời người. Nhìn từ bên trong, sẽ thấy chính người không có tâm nào hết. Hãy quên tất cả những gì liên hệ của người với mọi người, mọi chuyện khác. Nhìn từ bên ngoài, sẽ thấy không có tâm nào ở bất kỳ đâu để được tìm ra. Khi bất chợt có niệm nào khởi lên, hãy để niệm đó trôi đi. Chớ đi theo các niệm. Đó là kỹ thuật cốt yếu của tọa thiền. Hãy tin lời dạy này, và làm theo như thế,*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*cứ y như thế chờ đợi.” Vị ni sư từ bi giải thích chi tiết như thế.*

Chiyono đón nhận lời dạy với tín tâm, và hạnh phúc quỳ lạy vị Thiền ni. *“Khi con mới bắt đầu tọa thiền, nhiều thứ con đã thấy và đã nghe trong quá khứ cứ hiện trở lại trong tâm con. Khi con tìm cách ngăn chặn, chúng cứ tăng thêm. Lời Sư Bà mới dạy mà con vừa nghe, cho con hiểu rằng khi niệm khởi bắt chợt trong tâm, con nên để chúng tự tịch lặng. Con không nên làm nỗ lực nào để ngăn cản các niệm.”*

Vị Ni sư già đáp, *“Đúng vậy. Nếu không, thì chỉ y như dùng máu để rửa vết máu. Lời dạy cổ đức là, ‘Đốn ngộ là thuốc chữa trị các chứng bệnh bất tận của chúng ta.’”*

Chiyono nói, *“Nếu con tiếp tục tu theo lời dạy này, kết quả thiện lành chắc chắn sẽ tới. Chắc chắn rằng con sẽ thấy tánh Phật rõ ràng và sẽ chân thực thành tựu quả Phật trong một khoảnh khắc.”*

Vị Ni sư trả lời bằng giọng mạnh mẽ, *“Con bây giờ đã hiểu rằng tất cả chúng sinh đều là Phật đã thành. Thế giới sinh và tử (sinh diệt), và Niết Bàn (vô sinh diệt) thực ra y hệt như một giấc mơ.”*

Chiyono nói, *“Con đã nghe rằng Đức Phật phóng quang từ tướng lông trắng giữa hai chân mày, chiếu sáng khắp mười phương. Nhìn ngắm vào chúng y hệt như nhìn vào lòng bàn tay của ni sư. Con có thể tự chỉ vào thân thấp hèn của con và nói rằng con có Phật tánh hay là con tự ảo tưởng về chính mình?”*

Vị Ni sư trả lời, *“Hãy nghe kỹ nhé. Các Thiền sư cổ thời đã nói rằng tất cả mọi người đều đã hoàn hảo y hệt như quý Thầy. Mỗi người đều đã hoàn hảo; không hề cách biệt dù là một sợi lông mày chia cắt ai ra khỏi toàn thiện này. Tất cả chúng sinh đều đã có đầy đủ trí tuệ và giới đức của Đức Phật. Nhưng vì*

*người ta bị tràn ngập bởi vọng niệm và dính mắc, họ không thể hiển lộ [các phẩm tính đó] ra.”*

Chiyono hỏi, “*Những vọng niệm này là gì?*”

Ni sư trả lời, “*Sự kiện là, khi con chạy theo các niệm khởi lên trong tâm là đã che lấp Phật tánh của con. Đó là lý do vì sao chúng ta nói về ‘vọng niệm.’ Y hệt như mình lấy vàng và dùng vàng làm nón hay đôi giày, gọi cái con che đầu là ‘nón’ và gọi cái con mang nơi chân là ‘giày’. Cho dù con dùng tên gọi khác nào cho sản phẩm, vàng vẫn là vàng. Cái con mang trên đầu không phải là cao quý. Cái con mang dưới chân không phải là thấp hèn. Khi dùng ẩn dụ này cho Phật pháp, vàng là biểu tượng cho Đức Phật --- tức là, nhận ra bản tánh cốt tủy của con. Những ai bị sai lạc về bản tánh cốt tủy này của họ, thì chúng ta gọi là chúng sanh. Khi chúng ta gọi ai đó là một Đức Phật, bản tánh cốt tủy đó của họ không tăng thêm. Khi chúng ta gọi ai đó là chúng sanh, bản tánh cốt tủy của họ không suy giảm. Phật hay chúng sanh --- chỉ vì vọng niệm, người ta chọn điểm nhìn rằng có hai thứ khác nhau. Nếu con không rơi vào vọng niệm, sẽ không có Phật và cũng không có chúng sanh. Chỉ có duy một bản tánh, y hệt như thế chỉ có một thế giới hoàn hảo, mặc dù chúng ta nói là thế giới của mười phương.”*

“*Đức Phật một lần nói, ‘Khi con xa lìa tất cả sở duyên [dính mắc], thì con sẽ thấy Đức Phật.’ Ngài cũng nói, ‘Con phải buông bỏ ngay cả pháp.’ Cái gì gọi là pháp như thế? Nếu con thực sự muốn biết tự tánh của con, con phải tự hướng mình về tận cội nguồn vọng niệm và nhìn thấu tận đáy nguồn. Khi con nghe một âm thanh, đừng hướng tâm về cái đang được con nghe, mà thay vào đó, hãy chú tâm vào tận nguồn chính cái [năng lực] nghe của con. Nếu con thực tập cách này với tất cả mọi thứ, con chắc chắn sẽ hiển lộ minh bạch tự tánh chân thực của con.”*



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Chiyono hỏi, “Cái gì là tâm thấu suốt cội nguồn các pháp?”

Vị Ni sư trả lời, “Câu con vừa hỏi ta --- đó là một điển hình về cách suy nghĩ của con. **Hãy quan sát về nơi khi niệm đó chưa khởi dậy.** Hãy tận lực tự sách tấn chính con. **Đừng dính theo cho dù một chút mảy may của niệm** ---đó là cái chúng ta gọi là thấu suốt cội nguồn.”

Chiyono nói, “Có nghĩa là, bất kể mình đang làm cái gì, khi chúng ta làm mọi việc trong đời sống hàng ngày, chúng ta không nên chạy theo vật, nhưng hãy tự quay ngược về quan sát tận nguồn tâm niệm của mình, và liên tục cố gắng nhìn cho thấu suốt?”

Vị Ni sư nói, “Đúng vậy. Đó gọi là tọa thiền.”

Chiyono nói, “Những lời con vừa được dạy đã cho con hạnh phúc lớn vô cùng. Con không thể ngồi tọa thiền ngày và đêm được, vì con cứ luôn luôn phải lượm củi và xách nước về, và nhiệm vụ công quả của con nhiều lắm. Nhưng như con vừa được nghe dạy, không có gì bất khả để thành tựu trong 12 giờ đó (ghi chú: 1 giờ thời xưa là 2 giờ bây giờ). Quan sát tận nguồn tâm niệm của con, cả về phía phải và về phía trái (thiện/ác), tùy theo thời gian và tùy theo hoàn cảnh, làm sao con xao nhãng bốn phận của con được? Với cách thực tập như thế, con có thể làm như thế trong mọi việc trong ngày. Khi con thức dậy là thực tập, và khi đêm về ngủ là thực tập, trở ngại nào có thể có nữa?” Cô Chiyono vui mừng bước đi.

Vị Ni sư già gọi tên cô trong khi cô bước đi. Chiyono đáp, và quay trở lại. Vị Ni sư nói, “Khát vọng tu tập của con rõ ràng là rất sâu và không dời đổi.”

Chiyono trả lời, “Khi nói về tu tập, con chưa bao giờ quan tâm về chuyện tổn thương hay mất mạng. Con chưa bao giờ tự nêu câu hỏi như thế. Nếu như Sư Bà nói, con **không được để một khoảnh khắc nào**

*chệch ra khỏi pháp thực tập đó. Tất cả mọi hành động đều là một hình thức của thực tập pháp. Làm sao con xao nhãng được?”*

Vị Ni sư già nói, “Nhu vừa rồi, khi ta gọi ra tiếng ‘Chiyono,’ tại sao con dính vào âm thanh [cách nói] của giọng ta nói? Con hãy nên chỉ lắng nghe và trở về trực tiếp tận nguồn tâm niệm. Đừng bao giờ quên: sinh tử là chuyện lớn. Tất cả mọi thứ trôi qua nhanh vô cùng. Đừng chờ đợi --- với từng hơi thở vào, với từng hơi thở ra, trong mọi thời hãy dựa vào pháp tu tập của con. Khi có chuyện gì tới với con, con chớ nắm giữ đau đớn hay dính vào nó, ngay cho dù con có thể sau đó sẽ ân hận. Hãy kiên tâm tu mãi pháp này.”

Sau khi thọ nhận bài học này, Chiyono thở dài và im lặng. Cô chưa đi quá xa, trước khi vị Ni sư một lần nữa gọi tên cô. Chiyono quay đầu lại một chút, nhưng không còn để tâm dính mắc vào giọng của Ni sư, cô quay trở về trực tiếp tận nguồn tâm niệm của cô. Với cách này, cô tiếp tục tu tập như thế, ngày qua ngày, tháng qua tháng. Có ngày, cô về nhà và quên ăn. Đôi khi, cô đi lấy nước và quên múc nước vào thùng. Đôi khi cô đi lượm củi và quên rằng cô đã vào trong một thung lũng dốc. Đôi khi cô đi trọn ngày mà không ăn hay nói gì, và đi cả đêm mà không ngả lưng nằm xuống. Mặc dù cô có mắt, cô không thấy; và cho dù cô có tai, cô không nghe. Cử động của cô y hệt như một người gỗ. Các vị ni trong chùa bắt đầu nói về cô, nói rằng cô sắp đạt ngộ.

Vị Ni sư già nghe chuyện như thế, liền lặng lẽ tới nhìn từ bên ngoài phòng ngủ của cô Chiyono. Phía sau tấm màn tre, cô Chiyono, với tóc búi cao trên đầu, ngồi nhìn vào vách. Trông cô như đã quen với việc ngồi thiền, ngó hệt như một vị tọa thiền lâu năm. Cô ngồi trong khi mở ra thế giới của sự thật lớn, trong đó tất cả hư vọng đã bị xả bỏ. Hướng tâm tự nhìn vào

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

mình, cô Chiyono thực hành việc quan trọng nhất trong hoàn cảnh khi đó, quan sát tâm không dừng nghỉ. Thân của cô là thân của một phụ nữ chân thực hiển lộ sức mạnh của một bậc chân tu. Ngay cả trong thời xa xưa, một người như thế rất là hiếm hoi. Những ai thiếu vắng sức tu khẩn cấp như thế nên tự thấy xấu hổ.

Vị Ni sư hỏi cô Chiyono, “*Nơi nào con đang hướng mặt như thế?*” Chiyono quay nhìn về vị Ni sư, rồi quay trở lại, ngồi nhìn vào vách y hết như một cội cây. Vị Ni sư hỏi cô Chiyono tiếp, “*Cái gì? Cái gì?*” Lần này, cô Chiyono không quay đầu lại. Như thế, cô đã [vào định sâu] không thấy chính cô nữa trong việc tọa thiền.

Trong tháng thứ 8 âm lịch năm kế tiếp, vào buổi tối ngày rằm, mặt trăng tròn chiếu sáng. Nhân dịp bầu trời đêm không mây, cô Chiyono đi ra giếng xách nước. Trong khi như thế, đáy thùng nước của cô đột nhiên thủng, và ảnh của mặt trăng phản chiếu biến mất theo nước. Khi thấy như thế, cô đột nhiên đạt ngộ hoàn toàn. Mang thùng theo, cô trở về chùa.

Trước đó [trước khi đạt ngộ], cô đã tới gặp vị Ni sư già, người dạy cô Thiền, và nói, “*Bệnh của con là hết chữa, và con sẽ chết trong đêm. Con muốn cạo đầu và chết trong hình thức này. Con được cho phép như thế không?*” Vị Ni sư già đã cạo tóc cho cô Chiyono.

Thêm nữa, vị Ni sư già trước đó từng nghe Thiền sư Wu-hsueh nói, “*Cô Chiyono tuy có vị trí thấp trong chùa, nhưng cá tính cô không bình thường đâu. Tâm nguyện của cô rất sâu – vượt xa hơn những người khác.*” Vị Ni sư nghĩ rằng Thầy Wu-hsueh nghĩ đúng.

Khi về gặp vị Ni sư già, cô Chiyono đứng chấp tay và nói, “*Ni trưởng đã dạy con với tâm từ bi và rất mực từ tế. Nhờ đó, trong canh ba của đêm, mặt trăng tự tánh đã chói sáng một ngàn cửa pháp.*” Khi cô nói

## NGUYỄN GIÁC

xong, cô quỳ lạy ba lạy trước vị Ni sư già, và rồi đứng kính cẩn.

Vị Ni sư già nói, *“Con đã đạt được cái chết lớn, thực sự cái chết đó nó làm chúng ta sống sinh động. Từ bây giờ trở đi, con sẽ theo học Thầy Wu-hsueh --- con phải đi tìm gặp Thiền sư đó.”*

Về sau, Chiyono được gọi là Ni trưởng Nyodai. Khi người ta tới hỏi pháp, Thiền ni này luôn luôn trả lời, *“Đức Phật người có khuôn mặt là mặt trăng.”* Thiền ni Chiyono đã gặp Thiền sư Wu-hsueh và đã nhận ấn khả truyền tâm, trở thành người nối pháp Thầy này. Pháp danh của Thiền ni là Mujaku Nyodai. Thiền ni là người tài trợ cho ngôi chùa Rokuon-ji tại thị trấn Kitayama ở kinh đô Kyoto, trong tỉnh Yamashiro, nơi bây giờ được gọi là Kinkakujoi.

Bài thơ của Thiền ni Chiyono khi bưng ngộ là:

*Với này và kia, tôi đã tận lực  
Và rồi đáy thùng bể văng ra  
Khi nước chảy tuôn trào  
Mặt trăng không nơi để trụ.*

## TỈNH THỨC RỰC RỠ: ĐỌC SÁCH “VIVID AWARENESS”

Bài này sẽ giới thiệu và tóm lược tác phẩm “*Vivid Awareness: The Mind Instructions of Khenpo Gangshar*” (sẽ viết tắt là: VA) của đại sư Khenchen Thrangu, dựa vào bản Anh dịch của David Karma Choephel, ấn bản 2011, nhà xuất bản Shambhala. Sách này nói về một Thiền pháp của Kim Cang Thừa. Lý do chọn sách này vì qua đây có thể hiểu được và thâm nhập được Thiền Tông – tức là Thiền Trúc Lâm của Việt Nam.

Nhan đề sách có thể dịch là “*Tỉnh Thức Rực Rỡ: Hướng Dẫn của Khenpo Gangshar về Tâm*” trong đó, chữ tỉnh thức rực rỡ có nghĩa là nhận biết sinh động, nhưng không hàm nghĩa một nỗ lực căng thẳng, chỉ có nghĩa là sống với cái biết tự thân đã sáng rực như ánh sáng chiếu rọi.

Choephel viết trong Lời Dịch Giả (VA, các trang ix-xi) rằng lời dạy trong sách là khẩu truyền từ thế hệ này sang thế hệ kia trong nhiều truyền thống Phật giáo, bao gồm cả hai phương pháp Thiền Mahamudra (Đại Ấn) và Dzogchen (Đại Viên Mãn), được Đại sư Khenpo Gangshar Wangpo đúc kết lại để dạy cho một số nhà sư tại Tây Tạng trong thập niên 1950s; một

trong các nhà sư đó là Khenchen Thrangu Rinpoche. Khi dạy tại tu viện Thrangu Monastery ở phía Đông Tây Tạng là qua lời khẩu truyền, nhưng sau đó Khenpo viết bản tóm lược, và rồi viết lại trong một văn bản dài hơn, nhan đề “*Naturally Liberating Whatever You Meet*” (Giải Thoát Một Cách Tự Nhiên Trong Mọi Hoàn Cảnh). Giáo lý khẩu truyền này đúc kết và viết xuống vì Khenpo tiên đoán Tây Tạng sắp gặp quốc nạn.

Năm 2007, ngài Khenchen Thrangu Rinpoche (sẽ viết tắt: Khenchen) dạy trong bốn buổi riêng biệt; sách này dựa vào bản Anh dịch văn bản nêu trên và tổng hợp lời giảng trong bốn buổi thuyết pháp đó. Ngài Khenchen kể rằng ngài học trực tiếp từ Khenpo vào tháng 8/1957 tại tỉnh Kham, trong hoàn cảnh xung đột nhiều nơi giữa Tây Tạng và Trung Quốc.

Có thể tóm lược sách này là: Trước tiên, tu pháp chuẩn bị; Thứ nhì, sẽ được thầy chỉ cách nhận ra bản tâm, hay tự tánh của tâm; Thứ ba, sau khi nhận ra bản tâm, sẽ dựa vào đó ứng phó trong mọi hoàn cảnh, bất kể là vui/buồn, được/mất...

Trong pháp chuẩn bị bình thường (the common preliminaries), trước tiên, hãy nghĩ rằng thân người khó được, Phật pháp khó gặp; do vậy, phải tinh tấn. Thứ nhì, phải nghĩ rằng cõi này vô thường, và cái chết có thể xảy ra bất kỳ khi nào. Thứ ba, phải suy nghĩ về nghiệp quả, và do vậy phải giữ giới nghiêm túc. Thứ tư, phải nhận ra cõi này đầy sâu khổ, đầy bất như ý, sinh già bệnh chết.

Trong pháp chuẩn bị phi thường (the uncommon preliminaries), trước tiên phải quy y Tam Bảo (quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng), và phát Bồ Đề Tâm nhằm làm lợi ích cho tất cả chúng sanh. Cần ghi nhận rằng trong ba truyền thống chính (Theravada, Đại Thừa, Kim Cang Thừa), phát Bồ Đề Tâm chỉ cần thiết

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

trong hai truyền thống sau. Phần tiếp theo (trang 36-41) không cần thiết với 2 truyền thống đầu, vì là pháp chuẩn bị đối với Phật tử Kim Cang Thừa (quán tưởng về, trì tụng danh hiệu ngài Vajrasattava, tức là ngài Kim Cang Tát Đỏa Bồ Tát; lập mandala cúng dường...).

Bắt đầu Phần 2 của sách là “*The Special Preliminaries: The Analytic Meditation of a Pandita*” – có thể dịch là “*Pháp Chuẩn Bị Đặc Biệt: Thiền Phân Tích của một Học Giả.*” Chữ “pandita” có nghĩa là học giả, người uyên bác, giỏi biện biệt; nghĩa là người sử dụng lý luận để thấy bản chất các pháp (gọi tắt: **pháp tánh**, the nature of things). Giáo lý này sau khi trao cho học nhân khả năng biện biệt để nhận ra pháp tánh, là dạy **pháp an tâm của kẻ khờ** (resting meditation of a kusulu). Pháp an tâm của gã khờ kusulu là nhìn thẳng vào tự tánh của tâm, tức **bản tâm** (nature of mind). Nơi trang 44 giải thích rằng, sơ khởi là thiền tập của học giả, biện biệt để thấy tất cả hiện tượng đều là không, thấy tất cả ngoại xứ và nội xứ đều là rỗng rang tánh không (*all external phenomena are emptiness and the internal mind is emptiness*). Tánh không nơi đây là, duyên khởi, là vô ngã, là không tự thể. Sau đó, phần tu chính yếu sẽ là pháp an tâm của gã khờ. Lý luận trong sách phức tạp, nhưng nơi đây sẽ đơn giản hóa, chú tâm chính sẽ là phần ứng dụng để Thiền tập.

Trước tiên, phải tin vào nghiệp, tức là tiến trình nhân quả. Có 4 loại nghiệp. Thứ nhất, là nghiệp gặp ngay trong kiếp này. Thứ nhì, là nghiệp gặp khi tái sinh ở kiếp kế tiếp. Thứ ba, nghiệp gặp trong nhiều kiếp sau. Thứ tư, nghiệp có thể xảy ra và cũng có thể không xảy ra trong tương lai, tùy vào nhân duyên. Do vậy, phải biết phân biệt thiện pháp và bất thiện pháp để làm lành, lánh dữ; cách đơn giản là, cần giữ giới luật. Có nghĩa là giữ cả ba nghiệp – thân, khẩu, ý – đều

thanh tịnh. Trong đó, ý nghiệp, tức là tâm hành, là phần quan trọng nhất. Sách VA đề ra hai trang (tr. 64-65) nói về pháp tu Tonglen: quán tưởng trong hơi thở vào, mình sẽ đón nhận khổ đau của người khác; và trong hơi thở ra, gửi theo tất cả lòng yêu thương của mình tới tất cả mọi người, mọi chúng sinh ba cõi. Đó là một cách tu **Tâm Từ**.

Sách VA đề ra nhiều trang (tr. 67-77) phân tích về ba thời kỳ Đức Phật chuyển pháp luân (theo quan điểm sử học của Kim Cang Thừa): đầu tiên, phần chính là dạy cách nhận ra pháp ấn **Vô Ngã** (Selflessness), trong thời kỳ đầu, các bộ phái bấy giờ còn lại Theravada (Trường Lão Bộ); thời kỳ kế tiếp là Đại Thừa, phần chính dạy về **Tánh Không** (Emptiness) hay Bát Nhã; thời kỳ cuối là dạy về **Phật Tánh** (Buddha Nature) và Kim Cang Thừa (Vajrayana). Nơi đây, chúng ta không bàn chi tiết về bộ phái, chỉ sẽ tập trung vào phần chung là pháp xa lìa tham sân si, bởi vì chỉ cần lìa tham (Kinh Iti 1), hay lìa sân (Kinh Iti 2) là đủ để đắc quả Bất Hoàn (Non-return), tức A Na Hàm. (1)

Khenpo viết rằng, tâm là cội nguồn mọi pháp. Mở đầu Kinh Pháp Cú cũng là ý như thế. Nơi sách này, Khenpo viết chi tiết hơn: tất cả những gì chúng ta nhìn thấy, nghe được, hay nghĩ tưởng và nhận thức về đều thực ra là rỗng rang, là trống rỗng, là có xuất hiện nhưng không thực hữu (nonexistent yet appearing, trang 79). Khenpo viết, tất cả các tướng hiện ra thực sự là tâm của chúng ta (all appearances are our mind, trang 79). Khenpo viết như thế là từ quan điểm Kim Cang Thừa. Chỗ này, trong truyền thống Việt Nam, có thể dẫn Kinh Lăng Nghiêm, rằng toàn tướng tức tánh, toàn tánh tức tướng; hay dẫn Kinh Hoa Nghiêm, rằng ba cõi là tâm.

Khenpo nói rằng học nhân không nên giữ hiểu biết đó từ kinh sách, mà phải tự mình chứng ngộ rằng *hiện*



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*tướng chính là tâm* (Recognize, yourself, that appearance is mind – trang 80-81). Tới đây, Khenpo nói sơ lược về cách nhìn của Mahamudra gồm 4 điểm: hiện tướng là tâm, tâm vốn rỗng rang tánh không, tánh không là hiện hữu tự nhiên, và hiện hữu tự nhiên là giải thoát một cách tự nhiên.

Khenpo viết rằng cần phân biệt giữa vật/cảnh/đối tượng được chúng ta nhận biết (perceived object) và hiện tướng (appearance) đã lọc qua tâm mình. Như hình sắc (cảnh nhìn qua mắt, cái được thấy), âm thanh (cái được nghe)... là vật được nhận biết (perceived objects) và khi vật này được tiếp nhận qua màng lọc tham sân si vui buồn giận ghét... thì gọi là hiện tướng (appearances). Tất cả nhãn hiệu (tham sân si, đẹp xấu, vui buồn...) gắn thêm vào vật, hay cảnh... đều ở trong tâm. Các niệm như thế là hiện tướng (such thoughts are appearances). Chúng ta kinh nghiệm trực tiếp là qua mắt, tai, mũi, lưỡi, thân (tức là, ngũ căn) – đó là nhận biết trực tiếp (phi khái niệm, nonconceptual consciousness) về hình ảnh, âm thanh, mùi hương, vị nếm, xúc chạm. Các kinh nghiệm đó hiện qua thức thứ sáu (ý căn) và cái biết này là thức có khái niệm (conceptual consciousness). Nhóm sáu thức dao động, biến đổi như sóng trên biển.

Nhưng tất cả nhóm sáu thức đó đều từ một cội rễ là “all-ground consciousness” (bản thức, hay thức cội gốc, nền tảng) – y hệt sóng, lưu chuyển vô lượng biến đổi, nhưng biến thì như nhiên, không tăng/giảm, không đòi đổi. Khenpo viết, dù chúng ta nhìn hay không nhìn, dù niệm có khởi trong tâm hay không, dù chúng ta đang nằm ngủ hay đang đi đứng nói cười, cái trong trẻo của tâm (the mere clarity of mind) vẫn không bao giờ gián đoạn. Nơi đây có thể dẫn Kinh Lăng Nghiêm, rằng tánh nghe vẫn rực rỡ tỉnh thức, dù chúng ta đang thức, hay đang buồn ngủ, hay đang ngủ say.

## NGUYỄN GIÁC

Khenpo viết rằng đối tượng của thức thứ sáu là hiện tướng (appearances) vì năm thức đầu là nhận biết vật (cảnh, trần) xanh đỏ trắng vàng, đẹp xấu nam nữ, cao thấp lớn nhỏ... nhưng chính thức thứ sáu mới khởi tâm tham với cảnh ưa thích, và khởi tâm sân với cảnh không ưa. Tâm si ở đâu? Tâm si là khi thấy cảnh/vật mà không nhận ra đó là hiện tướng của tâm, hay không nhận ra rằng hiện tướng đó thực sự là tánh không (it does not really know that this is an appearance in the mind or that that appearances are empty – trang 88).

Như thế, thiền tập với thức nào? Nhóm 5 thức đầu nguyên đã là tánh không, là rỗng rang, không cần thiền tập gì. Chỉ thức thứ sáu mới cần thiền tập. Khenpo dẫn ra lời dạy của Milarepa: sóng là ảo hóa của biển, hãy an nghỉ (tâm) trong bản chất của biển; niệm là ảo hóa của tâm, *hãy an nghỉ (tâm) trong chính tự tánh của tâm* (Thoughts are the magic of the mind. Rest in the nature of mind-essence itself – trang 90).

Thí dụ như cái bàn. Nhiều người nhìn cái bàn, mỗi người thấy ảnh (hiện tướng) cái bàn trong tâm mỗi người khác nhau, từ mỗi góc khác nhau, nếu người có bệnh mắt có thể sẽ thấy màu bàn khác với ảnh trong mắt người khác. Tức là, cùng cái bàn, nhưng hiện tướng khác nhau. Đó là tại sao mọi thứ chúng ta thấy đều là tâm (This is why everything we see is mind – trang 92). Thấy nghe hay biết vốn bản nhiên không lỗi; duy chỉ lỗi là khi khởi tâm muốn nắm giữ hay xua đuổi.

Tới đây, Khenpo dạy cách nhìn vào tâm. Hãy tự hỏi, tâm có hay không? Nó là cái gì, hay không là cái gì? Nếu tâm hiện hữu, vậy tâm ở đâu? Trong đầu? Trong thân? Hay ngoài thân? Chớ lý luận. Chỉ quan sát, nhìn xem tâm ở đâu. Sách dẫn ra bài kệ về nhân duyên của ngài Nagarjuna (Long Thọ): Bởi vì không hề có một pháp nào mà không nương tựa (trương thuộc,

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

tương tác, tương liên – interdependent) vào nhau, do vậy không hề có một pháp nào mà không phải là rỗng rang, là tự tánh không (trang 95). Khenpo viết rằng không cần lý luận, mà phải nhìn trực tiếp vào tâm và kinh nghiệm nó. Thiền tập là nhìn thẳng vào tâm, tới một lúc sẽ cảm nhận rằng **tự tánh của tâm chính là tánh không**. Đó là Thiền phân tích của học giả (the analytic meditation of the pandita – trang 97).

Khenpo viết, trước tiên là nhìn xem tâm ở đâu trên toàn thân, từ sợi tóc trên đầu mình tới móng chân, từ làn da bao thân mình, tới bắp thịt, xương, tới mạch máu, các bộ phận trong cơ thể. Không thấy tâm ở đâu, không thấy tâm hình dạng nào, màu nào, không thấy tâm ở cả thịt da xương tủy... Khenpo viết rằng trong A tỳ đàm (abhidharma), tâm được xem là uẩn của thức (thức uẩn), nhưng niệm (thoughts) được xếp vào hành uẩn (aggregate of formations), nơi đây có 51 tâm sở (fifty-one different formations – trang 98-99). Khenpo viết rằng tuy không thấy tâm ở đâu, nhưng hễ cảm thọ hay nghĩ ngợi gì, tâm lại xuất hiện. Như khi đưa tay sờ dưới bàn chân, tâm như dường hiện ra nơi đó. Như dường tâm ở khắp toàn thân, nhưng không ở cố định nơi nào. Tâm cũng không ở ngoài thân, cũng không ở chạng giữa nào của ngoài và trong thân.

Nơi một đoạn trên, chúng ta nói hiện tượng là tâm, và tâm là tánh không (we say that appearances are mind and the mind is empty – trang 102). Bởi vì tánh không có đặc tính là vô sinh, hiện hữu bản nhiên, tiên thiên (spontaneously present) do vậy tâm đó không hề có nơi kết thúc (nghĩa là lia sinh diệt, hay vô lượng thọ). Tâm này có nhận biết, nhớ được quá khứ, nhưng lại không ở đó; y hệt như chiếc ly thủy tinh trong treo; ly rỗng rang, nhưng vẫn có hiện hữu. Câu hỏi là, bản chất (hay tự tánh) của tâm là gì? Nó không là gì hết, nhưng nó nhận biết, thấy, nghe... Khi chúng ta kinh

nghiệm rằng tâm như thể, nghĩa là chúng ta kinh nghiệm rằng hiện tượng là tâm, tâm là rỗng rang tánh không, và tánh không là hiện hữu bản nhiên. Chúng ta cũng nói rằng **hiện hữu bản nhiên này có đặc tính tự giải thoát**. (...*that appearances are mind, mind is empty, and emptiness is spontaneously present. We also say that this spontaneous presence is self-liberated* – trang 103).

Rangjung Dorje, tức là vị Karmapa đời thứ 3, viết trong “*Aspiration Prayer of Mahamudra*” (Nguyễn Văn Đại Thủ Ấn) rằng [chữ trong ngoặc vuông [] là của người dịch, ghi thêm cho dễ hiểu]:

“[*Bản tâm*] không phải là một cái gì, [vì] ngay cả các vị thánh cũng không có thể nhìn thấy. [*Bản tâm*] cũng không phải là không có, [*thực ra*] nó là nền tảng căn bản của tất cả luân hồi và Niết bàn. Nói như thế không mâu thuẫn; nó là sự hợp nhất, là trung đạo. Xin nguyện cho chúng ta chứng ngộ bản tâm, vượt qua các cực đoan [*biên tế*].”

Bản tâm, hay tự tánh của tâm, không màu sắc, không hình dạng, không gần hay xa, không nơi này hay nơi kia, vì bản tâm là tánh không (emptiness) nhưng hiển lộ diệu dụng để chúng ta thấy, nghe, nếm, ngửi, chạm xúc và nhận biết. Năng lực nhận biết này được chia làm bốn loại. **Thứ nhất**, là biết trực tiếp qua căn (direct sensory perception), như thấy, nghe, ngửi, chạm xúc... **Thứ nhì**, là biết trực tiếp qua tâm ý (direct mental perception). Nghĩa là một ý thức phi khái niệm (nonconceptual mental consciousness) nối kết giữa thức qua căn [thí dụ, nhãn thức, nhĩ thức...] với ý thức có khái niệm (conceptual mental consciousness). Hai cái nhận biết trên là hướng về ngoại xứ. **Thứ ba**, là biết về chính cái biết (self-aware direct perception). Thí dụ, khi nghe tiếng chim, biết rằng đang nghe tiếng chim. Đây là cái biết về nội xứ

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

khi đối cảnh. **Thứ tư**, là cái biết kinh nghiệm trực tiếp qua thiền tập (direct yogic perception). Nói kinh nghiệm trực tiếp có nghĩa là thiền tập trực nhận bản tâm, mà không trải qua lý luận, không qua khái niệm. Cái biết này không trong, không ngoài, không gần, không xa, không phải có và không phải không. Xin ghi chú bằng hình ảnh chữ Tổ Thiền Tông ưa nói, y hệt như gương sáng là bản tâm, không ai thấy gương nhưng từ nơi gương hiện lên [sinh khởi, và biến diệt] tất cả vật/cảnh/pháp.

Tới đây, Khenpo nói về **pháp an tâm của kẻ khờ** (the resting meditation of a kusulu). Chỉ cần nhận ra vận hành của tâm, và để tâm trong trạng thái tự nhiên, không cần làm gì khác. Không cần phân tích hay khảo sát, không cần biến đổi hay tu sửa. Chỉ đơn giản *an nghỉ trong bản tâm như nó là* (We simply rest in the nature of the mind as it is – trang 112). Trong Thiền Tông, chữ Tổ Việt Nam gọi là “*chỉ nhớ trên đầu một chữ Như*” và Như đó là Như Thị, một trạng thái tỉnh thức rục rờ tự nhiên, bản nhiên, không phân biệt.

Khenpo nói, phương pháp nơi đây sẽ là chỉ và quán đồng thời. Chỉ là vắng lặng (peaceful), quán là rõ ràng nhận biết (clarity of insight). Chúng ta không chỉ là nhận ra tâm, nhưng là an nghỉ vắng lặng vô-niệm trong phương diện rỗng rang của tâm (we just rest peacefully free of thoughts within the empty aspect of the mind – trang 117).

Khenpo nói rằng có nhiều phương pháp tập Thiền Chỉ, nhưng nơi đây sẽ chỉ nói vài phần. Trước tiên, là để tâm an nghỉ, sẽ có những thời khoảng ngắn, tâm vắng lặng, không khởi niệm mà vẫn nhận biết rõ ràng trong thấy nghe hay biết. Thời khoảng đó có thể ngắn, nhưng chú tâm hoài sẽ có những thời khoảng dài hơn. Đôi khi niệm khởi lên, quấy rầy. Cứ xem như tự nhiên, nhưng hãy trở lại tự nhận biết và an nghỉ tâm trong

## NGUYỄN GIÁC

rỗng lặng của tánh không. Khi có quá nhiều niệm khởi, không vắng lặng được, hãy tự sách tấn rằng phiền não đang lôi kéo mình trở lại sinh tử hoại thôi, bây giờ không tu gấp thì để tới bao giờ; hãy nghĩ tới lợi ích của thiền định rằng cần giữ tâm vắng lặng vì đây là đây là pháp giải thoát do Đức Phật dạy.

Tới đây nên phân biệt giữa tâm (mind) và biết (awareness). Trong tiếng Việt có nhiều chữ nói về các trạng thái của tâm, thí dụ: tán tâm, loạn tâm, tâm thiện, tâm ác, lơ đãng, tập trung, tỉnh thức, chánh niệm, vân vân. Đôi khi chúng ta lơ đãng, thậm chí khi ngồi thiền cũng có lúc loạn tâm, khó định. Nhưng khi không loạn tâm, cái biết hiện ra. Do vậy, nghĩ ngợi suy lường đều không ích lợi gì cho việc giữ tâm vắng lặng. Thiền pháp của gã khờ kusulu là giữ thân và tâm thoải mái, thư giãn, không nghĩ về bất cứ gì, không nghĩ về quá khứ và tương lai, hãy an nghỉ tự nhiên trong cái biết rỗng rang vô niệm (Do not think of anything, and rest naturally).

Như thế, trong khi ngồi thiền, giữ thân thẳng, không nói năng, hé miệng và thư giãn toàn thân, hơi thở trôi tự nhiên, chớ nghĩ về quá khứ với tương lai, *hãy đơn giản an nghỉ tự nhiên trong tâm bình thường trần trụi của hiện tiền mà không tìm cách điều chỉnh hay thay thế nó* (simply rest naturally in the naked ordinary mind of the immediate present without trying to correct it or “re-place” it – trang 122). Tâm bình thường còn gọi là tâm bản nhiên.

Khenpo viết, “*Khi bạn an nghỉ như thế, bản tâm của bạn sẽ [hiển lộ] rõ ràng và lan rộng, sinh động và trần trụi, không [vướng] bất kỳ bạn tâm nào về tư lường suy niệm hay ký ức nhớ nghĩ, hỷ lạc hay đau đớn. Đó là cái biết.*”

Khenpo cũng dẫn ra bài kệ của cô đức: “*Trong đó, không có gì để gỡ bỏ hay thêm vào. Bằng cách trực*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*diện nhìn vào cái ngay chính đúng đắn, và bằng cái thấy trực diện – [đó là] giải thoát!”* (In this there’s nothing to remove / Nor anything at all to add. / By viewing rightness rightly and / By seeing rightly – liberation! – trang 126.) Nơi đây, không có nghĩa là giữ tâm không gì hết. Nhưng đây là trí tuệ, là kết hợp giữa sáng tỏ trong trẻo và rỗng rang tánh không (union of clarity and emptiness), là cái trí tuệ đang thấy và kinh nghiệm.

Khenpo viết: “*Cùng lúc, không có ý nghĩ về ‘Hình sắc và âm thanh nơi ngoài kia kia.’ Mọi thứ xuất hiện không ngừng nghỉ. Cũng không có ý nghĩ về ‘Có người đang nhận biết, tức là 6 loại ý thức, đã nằm sẵn trong ta.’ Cái biết rõ ràng trong trẻo và phi khái niệm [trôi chảy] không ngừng nghỉ.*” (trang 128)

Trong khi an nghỉ tâm như thế, không có nghĩa là tâm ngưng đọng. Chúng ta vẫn nhận biết ngoại xứ (mắt vẫn thấy, tai vẫn nghe, mũi vẫn ngửi...) nhưng chúng ta không nghĩ về nó. Tâm không ngưng đọng; chỉ có sự sáng tỏ trong trẻo. Cảnh/trần được nhận biết vẫn không ngưng đọng; chúng tiếp tục hiển lộ (thí dụ, hơi ấm hay gió mát vẫn được nhận biết). Về nội xứ, không một niệm nào khởi lên, nhưng nhãn thức, nhĩ thức... vẫn hiển lộ (nghĩa là, vẫn thấy, nghe...). Nghĩa là các thức vẫn hiện hữu; ngay cả khi thức ngưng lại, nó vẫn là cái biết trần trụi và sáng tỏ trong trẻo (naked and clear awareness).

(Ghi nhận: Tuệ Trung Thượng Sĩ dạy cho Trần Nhân Tông bài kệ: "*Hàng ngày, trong khi đối cảnh, hãy thấy cảnh đều do tâm sinh. [Hãy thấy] tâm và cảnh vốn rỗng rang, tịch lặng, khắp chốn tự giải thoát.*" Tâm cảnh bản lai vô, Xứ xứ ba-la-mật...

Tương tự, Quốc sư Trúc Lâm dạy Trần Thái Tông: "*Trong núi vốn không có Phật, Phật chỉ ở trong tâm. Tâm lặng mà biết gọi là Chân Phật. Nay Bệ hạ nếu*

*ngộ tâm này thì tức khắc thành Phật, không nhọc tìm cầu bên ngoài.”)*

Trong trạng thái vô niệm và nhận biết tỏ tường như thế, chúng ta không phải tảng đá hay gỗ mục vì các pháp (nội xứ, ngoại xứ) vẫn hiển lộ sáng tỏ trong các thức. Pháp tu là: an nghỉ tâm như thế, không để tán tâm. Không cần làm gì khác, không cần biến đổi những gì xảy ra với mắt, tai... Không nắm giữ, không định danh, không lý luận trước bất cứ những gì hiện ra.

(Ghi nhận: Chỗ này gọi nhớ tới pháp tu của Thiền Trúc Lâm, rằng “*chỉ nhớ trên đầu một chữ Như*” và rằng “*đối cảnh vô tâm, chớ hỏi thiền*”... xuất phát từ pháp tu vô niệm của Kinh Bahiya: *Hãy để cho cái được thấy, được nghe... chỉ là cái được thấy, được nghe... và đó là qua bờ kia...*).

Khenpo dẫn ra lời giải thích của ngài Jamgon Kongtrul Rinpoche rằng lý do chúng ta không nhận ra bản tâm, hay tự tánh của tâm (nature of the mind) không phải vì quá khó, nhưng bởi vì quá dễ, vì nó có sẵn, chứ không phải là chúng ta phải cần làm cái gì để có, để đạt tới. Khenchen kể rằng từ nhỏ đã học về Trung luận của ngài Long Thọ, đã suy luận và học thuộc nhiều bài kệ về các loại Không (emptiness) nhưng chỉ tới khi gặp được ngài Khenpo để được chỉ thẳng mới hiểu thế nào là không.

Tới đây, câu hỏi nêu lên là: Mục đích của thiền pháp như gã khờ này là gì? Ảnh hưởng thiền pháp này trên thân chúng ta như thế nào? Trên khẩu của chúng ta như thế nào? Trên ý của chúng ta như thế nào? Bản văn viết về ảnh hưởng trên thân là: “*Trong khi trong trạng thái này, thân của người được để cho tự nó [vận hành, trôi chảy] tự do, thoải mái, mà không cần điều chỉnh gì. Đó là thân của tất cả chư Phật.*” (That is the body of all the victorious ones – trang 133)



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Chữ “victorious ones” là những bậc thánh, các vị đã giải thoát. Nơi đây chúng ta dịch là chư Phật theo ngôn phong Trúc Lâm. Tương tự, khi an nghỉ tâm trong cái biết tỏ tường trong trẻo, phi khái niệm, thì lời nói của chúng ta cũng là lời của chư Phật. Khenpo viết nơi trang 134: “Ngôn ngữ của bạn xa lìa các cố gắng, không nỗ lực dò tìm cội nguồn âm thanh, nhưng chỉ đơn giản nói lên trực tiếp và cởi mở những gì tới với tâm. Nó hiển lộ rộng khắp từ khoảnh khắc được nghe, một tiếng dội rỗng rang không-khởi-dậy (a nonarising empty resounding). Đó là ngôn ngữ của tất cả chư Phật.” Có thể giải thích đơn giản rằng, đối với người an nghỉ tâm trong rỗng rang vô niệm, lời nói sẽ y hệt như tiếng dội lại từ hang trống – nghĩa là, nói mà thực sự như không nói, vì lời chỉ là tiếng vọng, chứ không khởi động (nonarising, vô sanh). Nghĩa là, chúng ta nói những gì cần nói trong khi sống với chứng ngộ bản tâm... nó là kết hợp của âm thanh và tánh không (We say whatever we need to say while experiencing the realization of the nature of the mind... It is the union of sound and emptiness – trang 134).

(Ghi nhận. Thân đừng cố gắng, dù để ngồi thiền. Lời nói cũng đừng cố gắng, đừng nỗ lực, dù để thuyết pháp. Tuệ Trung Thượng Sĩ viết: “*Bạc Thanh vẫn ngồi thiền, nhưng ta không ngồi. Bạc Bò tát thuyết pháp, còn ta chỉ nói cái thực tại hiện tiền. Sinh vốn là sinh giả, chết cũng chết giả. Bốn đại vốn là không, từ đâu mà khởi.*” -- Thanh vẫn tọa thiền ngã vô tọa. Bò tát thuyết pháp ngã thực thuyết. Sinh tự vọng sinh, tử vọng tử. Tứ đại bản không tông hà khởi.)

Tương tự với ý. Bản văn Khenpo viết, trang 135: “*Khi người an nghỉ tâm người trong trạng thái bản nhiên không điều chỉnh hay cố gắng gì, bất kể niệm nào có thể khởi dậy, dù tốt hay xấu, vui hay buồn, bản tâm, vốn xa lìa mọi vướng bận về vui hay buồn, thì*

## NGUYỄN GIÁC

*trong treo tổ tường và rỗng rang, trần trụi và tỉnh thức.”*

Trong khi ngồi thiền, bất kể niệm nào khởi dậy, chớ có chạy theo niệm hay ngăn chặn niệm, chỉ đơn giản trở lại an nghỉ trong bản tánh tự nhiên; thế rồi niệm sẽ tự nhiên biến mất, vì *bản tánh của niệm là vô sanh* (If we just rest naturally within whatever occurs, thoughts will naturally disappear because their nature is nonarising – trang 135). Lúc đó, bản tâm, hay tự tánh của tâm, sẽ hiển lộ trong rỗng rang tánh không, nhưng tỉnh thức tổ tường trong cái biết trong treo. Bản tâm trần trụi (naked) có nghĩa là không chế biến, không cố gắng bóp méo để thành cái gì, nghĩa là, không mài gạch để làm gương.

Khenpo tới đây giải thích về ba thời kỳ chuyển pháp luân. Nơi đây chúng ta tránh các tranh cãi bộ phái, và chỉ chú ý về thời kỳ thứ ba: Đức Phật dạy về Phật Tánh. Khenpo viết nơi trang 138: “*Kỳ chuyển pháp luân lần thứ ba là chủ yếu dạy rằng có Phật tánh trong dòng tâm thức của tất cả các chúng sinh. Phật tánh là tánh không rỗng rang của tất cả hiện tượng, nhưng không phải là cái không vô tri giác. Phật tánh là kết hợp của cái trong treo tổ tường và cái rỗng rang tánh không.*”

Tiếp theo, Khenpo giải thích về bốn bộ phái lớn của Phật giáo Tây Tạng. Trong dòng truyền thừa Kagyu, có ghi lời dạy của ngài Rangjung Dorje: “*Bậc trí nói rằng tất cả đều không chân, không vọng, chỉ y hệt như trăng hiện trong nước. Chính tự tâm bình thường này là pháp thân, là tự tánh chư Phật.*” (Everything’s not true, not false, / Like moons in water, say the wise. / This ordinary mind itself / Is dharma expanse, the victors’ essence – trang 143)

(Ghi nhận. Lời dạy hãy giữ tâm bình thường, xa lìa thực/hư với chơn/vọng, được Thiền sư Tịnh Không đời

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

nhà Lý ghi trong bài kệ: “*Người trí không có chuyện ngộ đạo, Ngộ đạo tức là kẻ ngu thôi. Khách nằm thẳng duỗi chân, Nào biết chi về nguy và chơn -- Trí nhân vô ngộ đạo / Ngộ đạo tức ngu nhân / Thân cước cao ngộ khách / Hề thức nguy kiêm chân.*”

Khi đã biết an nghỉ cả thân, khẩu, ý trong cái trong trẻo tỏ tường của tánh không, thì tất cả môi trường chung quanh (ngoại xứ) và trong ta (nội xứ) đều thanh tịnh hóa. Khenpo viết rằng khi chúng ta nhìn ra, thấy màu sắc, hình dạng, núi sông, người và vật thì hãy đơn giản “*an nghỉ trong tự tánh, mà tự tánh này không có chi gọi là sở trụ hay tự nắm giữ*” (rest in the essence that has no self-clinging). Không nên nghĩ rằng tất cả các cảnh đó là thực hay không thực, chớ nghĩ đó là tốt hay xấu, chỉ nên an nghỉ tâm mình trong bình thường tâm, không có gì nắm giữ, không gì sở trụ. Nếu chúng ta chỉ an nghỉ trong tâm như thế, người quan sát (tâm chúng ta) và cảnh được thấy nghe nhận biết đều được thanh tịnh hóa (If we just rest within the mind, the perceiver – our mind – and the perceived – external objects – are purified – trang 148). Không có gì bất tịnh nữa. Khi tâm chúng ta không nắm giữ, không xua đẩy, chỉ an nghỉ trong rỗng rang tánh không của cái biết trong trẻo, và rời tất cả những gì chúng ta nhìn thấy sẽ trở thành thân của bản tôn (chữ bản tôn, có thể hiểu là Phật thân). Và đó là giải thoát. Như trên là tóm lược các phần căn bản của sách “Vivid Awareness: The Mind Instructions of Khenpo Gangshar” trong đó nói rằng Thiền pháp tối thắng là cần nhận ra bản tâm, nghĩa là thấy tánh, và từ đó an nghỉ thân khẩu ý trong bản tâm vốn là tánh không và là cái biết trong trẻo tỏ tường. Ngoài ra, không có gì để làm.

(Ghi nhận. Thiền sư Tường Quang Chiếu Khoan (1741-1830), thời nhà Nguyễn, có bài kệ viết: “*Người bậc nhất tu pháp vô vi. Người bậc nhì cả hai phước tuệ*”

*đầy đủ. Người bậc ba làm thiện tránh ác. Người bậc tư tinh thông cả tam tạng kinh điển -- Nhất đẳng nhân tu vô vi pháp / Nhị đẳng nhân phước tuệ song tu / Tam đẳng nhân hành thiện trừ ác / Tứ đẳng nhân tam tạng tinh thông.*” Lúc đó, trong pháp an tâm nơi bản tâm, vẫn thấy nghe hay biết nhưng không thực sự là thấy nghe hay biết, vì thấy không có ai thấy nghe hay biết, mà là cái tánh không của gương tâm hiển lộ thấy nghe hay biết, sẽ thấy toàn thân tâm mình và cảnh trong gương tâm không dị biệt gì nhau. Thiền sư Huyền Quang (1254-1334), Tổ thứ ba dòng Trúc Lâm, viết rằng trong cảnh giới đó sẽ thấy cái được thấy và người thấy không còn gì cách biệt: "*Thấp hương lên, ngòi đơn độc, không còn gì ưu tư trong tâm, [thì thấy] người và hoa trong cảnh hồn nhiên không hề cách biệt nhau.*" Lúc đó, ngay tới chư thiên có thần thông cũng không thể thấy dấu vết tâm của các thiền sư đó nữa.)

Trong Tạng Kinh Pali, Đức Phật khen ngợi những người tu Thiền pháp "*không có gì để làm*" này là tuần mã, tức là ngựa giỏi.(2)

Nói ngắn gọn, sách "*Vivid Awareness*" nên được những người quan tâm về Thiền Tông tham khảo.

## **GHI CHÚ:**

(1) Kinh Iti 1: <https://suttacentral.net/iti1/en/ireland>

Kinh Iti 2: <https://suttacentral.net/iti2/en/ireland>

(2) Kinh AN 11.8:

<https://suttacentral.net/an11.8/en/sujato>

Kinh AN 11.9: <https://suttacentral.net/an11.9/en/sujato>

# KINH PHẬT NÓI GÌ VỀ VONG LINH?

Trong nước đang sôi nổi về chuyện thỉnh vong, giải trừ oan gia trái chủ tại ngôi Chùa Ba Vàng, tỉnh Quảng Ninh. Bài này không có ý trực tiếp góp tiếng thảo luận về những sự kiện người viết không theo dõi đầy đủ. Chủ đề bài này nêu ra là: Kinh Phật trong Tạng Pali nói gì về chuyện vong linh? Đây là một đề tài gây sôi nổi, được nhiều học giả tôn túc tìm hiểu, thảo luận. Bài này cũng tránh nói về các cuộc tranh luận về vong trong học giới Tây phương, nơi đây chủ yếu sẽ dẫn ra hai kinh trong Kinh Tiểu Bộ đã được Hòa Thượng Thích Minh Châu dịch sang tiếng Việt, và tiếp theo sau đó sẽ là các bản Việt dịch khác của Hòa Thượng Indacanda.

Kinh thứ 6 trong nhóm Kinh Tiểu Tụng (Khuddakapàṭha) là **Kinh Châu Báu** (Ratana Sutta) – kinh này cũng có trong Kinh Tập (ký số Sn 2.1) hiện có nhiều bản Anh dịch.

Bhikkhu Thanissaro giới thiệu Kinh Châu Báu, xin dịch như sau:

*“Sự kiện cho kinh này, nói ngắn gọn, theo luận thư, là vì: thành phố Vesali bị nạn dịch, gây chết chóc, đặc biệt với người nghèo. Vì xác chết nằm la liệt, các*

*vong hung dữ bắt đầu quậy phá thành phố; kế tiếp là bệnh truyền nhiễm chết người. Vì gặp cả ba nỗi lo về đói, về vong dữ, và về dịch bệnh, cư dân tìm tới, xin Đức Phật, lúc đó ngài đang ở Rajagaha, cứu giúp.*

*Đi cùng nhiều vị tăng, trong đó có thị giả Ananda, Đức Phật vào thành Vesali. Khi Thế Tôn bước vào, mưa rào đổ xuống, quét sạch các xác chết đang phân hủy. Khi không khí trong sạch, thành phố thanh tịnh hơn.*

*Nơi đây, Đức Phật đọc bài Kinh Châu Báu cho ngài Ananda, dạy ngài về cách nên hướng dẫn và cùng với cư dân Vesali đi quanh thành phố, tụng kinh này để dùng như oai lực bảo vệ cư dân Vesali. Ngài Ananda làm theo lời dạy, rải nước tịnh thủy từ bình bát riêng của Đức Phật. Do vậy, các ác vong được nhẹ nghiệp, nạn dịch bệnh giảm. Sau đó, ngài Ananda cùng dân Vesali trở về hội trường, nơi Đức Phật và chư tăng đang chờ. Kế tiếp, Đức Phật một lần nữa, đọc Kinh Châu Báu.” (hết trích dịch)*

Nói kết bản Anh và Việt của Kinh Châu Báu và Kinh Ngoài Bức Tường (Tirokudda Sutta) sẽ nằm ở (1). Cũng cần ghi rằng có bản Việt dịch khác của Kinh Ngoài Bức Tường do Đại sư Indacanda thực hiện, và kinh này nằm trong Tiểu Bộ Kinh, phần Petavatthu (Chuyện Ngạ Quỷ).

Nơi đây, hai kinh do HT Thích Minh Châu dịch sẽ viết theo thể văn xuôi cho dễ nhìn, trích:

#### **“VI. Kinh Châu Báu (Ratana Sutta)**

1. Phạm ở tại đời này, Có sanh linh tụ hội, Hoặc trên cõi đất này, Hoặc chính giữa hư không, Mong rằng mọi sanh linh, Được đẹp ý vui lòng, Vậy, hãy nên cẩn thận, Lắng nghe lời dạy này.

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

2. Do vậy các sanh linh, Tất cả hãy chú tâm, Khởi lên lòng từ mẫn, Đối với tất cả mọi loài, Ban ngày và ban đêm, Họ đem vật cúng dường, Do vậy không phóng dật, Hãy giúp hộ trì họ.

3. Phạm có tài sản gì, Đời này hay đời sau, Hay ở tại thiên giới, Có châu báu thù thắng, Không gì sánh bằng được, Với Như Lai Thiện Thệ, Như vậy, nơi Đức Phật, Là châu báu thù diệu, Mong với sự thật này, Được sống chơn hạnh phúc.

4. Đoạn diệt và ly tham, Bất tử và thù diệu. Phật Thích-ca Mâu-ni, Chứng Pháp ấy trong thiên, Không gì sánh bằng được, Với Pháp thù diệu ấy. Như vậy, nơi Chánh Pháp, Là châu báu thù diệu, Mong với sự thật này, Được sống chơn hạnh phúc.

5. Phật, Thế Tôn thù thắng, Nói lên lời tán thán, Pháp thù diệu trong sạch, Liên tục không gián đoạn, Không gì sánh bằng được, Pháp thiên vi diệu ấy. Như vậy, nơi Chánh Pháp, Là châu báu thù diệu, Mong với sự thật này, Được sống chơn hạnh phúc.

6. Tám vị bốn đời này, Được bậc thiện tán thán. Chúng đệ tử Thiện Thệ, Xứng đáng được cúng dường. Bồ thí các vị ấy, Được kết quả to lớn. Như vậy, nơi tăng chúng, Là châu báu thù diệu. Mong với sự thật này, Được sống chơn hạnh phúc.

7. Các vị lòng ít dục, Với ý thật kiên trì, Khéo liên hệ mật thiết, Lời dạy Gô-ta-ma! Họ đạt được quả vị, Họ thể nhập bất tử, Họ chứng đắc dễ dàng, Hưởng thọ sự tịch tịnh, Như vậy, nơi Tăng chúng, Là châu báu thù diệu, Mong với sự thật này, Được sống chơn hạnh phúc.

8. Như cây trụ cột đá, Khéo y tựa lòng đất. Dầu có gió bốn phương, Cũng không thể dao động. Ta nói bậc Chơn nhân, Giống như thí dụ này, Vị thể nhập với tuệ, Thấy được những Thánh đế, Như vậy, nơi Tăng chúng,

## NGUYỄN GIÁC

Là châu báu thù diệu, Mong với sự thật này, Được sống chon hạnh phúc.

9. Những vị khéo giải thích, Những sự thật Thánh đế, Những vị khéo thuyết giảng, Với trí tuệ thâm sâu. Dầu họ có hết sức, Phóng dật không chế ngự, Họ cũng không đến nổi, Sanh hữu lần thứ tám, Như vậy, nơi Tăng chúng, Là châu báu thù diệu, Mong với sự thật này, Được sống chon hạnh phúc.

10. Vị ấy nhờ đầy đủ, Với chánh kiến sáng suốt, Do vậy có ba pháp, Được hoàn toàn từ bỏ, Thân kiến và nghi hoặc, Giới cấm thủ cũng không, Đối với bốn đọa xứ, Hoàn toàn được giải thoát. Vị ấy không thể làm, Sáu điều ác căn bản, Như vậy, nơi Tăng chúng, Là châu báu thù diệu. Mong với sự thật này, Được sống chon hạnh phúc.

11. Dầu vị ấy có làm, Điều gì ác đi nữa, Với thân hay với lời, Kể cả với tâm ý, Vị ấy không có thể, Che đậy việc làm ấy, Việc ấy được nói rằng, Không thể thấy ác đạo. Như vậy, nơi Tăng chúng, Là châu báu thù diệu. Mong với sự thật này, Được sống chon hạnh phúc.

12. Đẹp là những cây rừng, Có bông hoa đầu ngon, Trong tháng hạ nóng bức, Những ngày hạ đầu tiên, Pháp thù thắng thuyết giảng, Được ví dụ như vậy. Pháp đưa đến Niết Bàn, Pháp hạnh phúc tối thượng, Như vậy, nơi Đức Phật, Là châu báu thù diệu, Mong với sự thật này, Được sống chon hạnh phúc.

13. Cao thượng biết cao thượng, Cho đem lại cao thượng, Bạc Vô thượng thuyết giảng, Pháp cao thượng thù thắng, Như vậy nơi đức Phật, Là châu báu thù diệu, Mong với sự thật này, Được sống chon hạnh phúc.

14. Nghiệp cũ đã đoạn tận, Nghiệp mới không tạo nên, Với tâm tư từ bỏ, Trong sanh hữu tương lai, Các hột giống đoạn tận, Ước muốn không tăng trưởng Bạc



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

trí chứng Niết Bàn, Ví như ngọn đèn này, Như vậy, nơi Tăng chúng, Là châu báu thù diệu. Mong với sự thật này, Được sống chơn hạnh phúc.

15. Phàm ở tại đời này, Có sanh linh tụ hội, Hoặ trên cõi đất này, Hoặ chính giữa hư không, Hãy đánh lễ Đức Phật, Đã như thực đến đây, Được loài Trời, loài Người, Đánh lễ và cúng dường, Mong rằng, với hạnh này, Mọi loài được hạnh phúc.

16. Phàm ở tại nơi này, Có sanh linh tụ hội, Hoặ trên cõi đất này, Hoặ chính giữa hư không, Hãy đánh lễ Chánh pháp, Đã như thực đến đây, Được loài Trời, loài Người; Đánh lễ và cúng dường, Mong rằng với hạnh này, Mọi loài được hạnh phúc.

17. Phàm ở tại đời này, Có sanh linh tụ hội Hoặ trên cõi đất này, Hoặ chính giữa hư không, Hãy đánh lễ chúng Tăng, Đánh lễ và cúng dường, Mong rằng với hạnh này, Mọi loài được hạnh phúc.

\*\*\*

### VII. Kinh Ngoài Bức Tường (Tirokudda Sutta)

1. Ở bên ngoài bức tường, Bọn họ đứng chờ đợi, Giao lộ, ngã ba đường, Trở về mái nhà xưa, Đợi chờ bên cạnh cổng.

2. Nhưng khi tiệc thịnh soạn, Được bày biện sẵn sàng, Đủ mọi thức uống ăn, Không một ai nhớ họ. Sự kiện này phát sinh Từ nghiệp xưa của họ.

3. Vậy ai có từ tâm, Nhớ cho các thân nhân, Thức uống ăn thanh tịnh, Tốt đẹp và đúng thời.

4. Món này cho bà con, Mong bà con an lạc, Đám nọ quỹ thân bằng, Đã tề tựu chỗ đó.

5. Sẽ mong muốn chúc lành, Vì thực phẩm đầy đủ, Mong quyền thuộc sống lâu, Nhờ người, ta hưởng lợi.

## NGUYỄN GIÁC

6. Vì đã kính lễ ta, Thí chủ không thiếu quả Tại đó không cấy cày, Cũng không nuôi súc vật.

7. Cũng không có buôn bán, Không trao đổi tiền vàng, Các nga quý họ hàng, Chỉ sống nhờ bố thí.

8. Như nước đổ xuống đồi, Chảy xuống tận vực sâu, Bố thí tại chỗ này, Cung cấp loài nga quý.

9. Như lòng sông tràn đầy, Đưa nước đổ xuống biển, Bố thí tại chỗ này, Cung cấp loài nga quý.

10. Người ấy đã cho ta, Đã làm việc vì ta, Người ấy là quyền thuộc, Người ấy chính thân bằng. Hãy bố thí nga quý, Nhớ việc xưa chúng làm.

11. Không khóc than, sâu muộn, Không thương tiếc cách gì, Giúp ích loài nga quý, Quyền thuộc làm như vậy, Không lợi cho nga quý.

12. Nhưng khi vật cúng dường, Khéo đặt vào chư Tăng Ích lợi chúng lâu dài, Bây giờ, về sau nữa.

13 Chánh pháp được giảng bày, Như vậy cho quyền thuộc, Kính trọng biết chừng nào, Đối với người đã khuất, Chư Tăng được cúng dường, Cũng tăng thêm đồng mãn, Người tích tụ công đức, Thật to lớn biết bao.

(GHI NHẬN: Kinh Ngoài Bức Tường, trong bản Anh dịch của ngài Ven. Kiribathgoda Gnanananda Thera có thêm câu đầu là, “*Đức Phật đọc bài kinh này cho Vua Bimbisara sau khi vua thiết lễ trai tăng cúng dường cho tăng đoàn.*”)

\*\*\*

Nhóm chuyện Petavatthu bao gồm 51 bài, kể về các trường hợp khác nhau, cho thấy ác nghiệp sẽ dẫn tới tái sanh vào cõi “quỷ đói” (nga quý - peta).

Nơi đây, xin dẫn ra bản kinh ngài Xá Lợi Phất (Sariputta – có thể danh là Upatissa) thấy một quỷ đói

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

hiện ra, và đó là người mẹ từ kiếp trước. Ngài đã hướng dẫn giải nghiệp cho mẹ. Kinh này ký số 2.2 trong Petavatthu.

Bản Việt dịch kinh này do ngài Indacanda thực hiện như sau:

“Này cô nàng lòi cả xương sườn, gầy guộc, nàng là ai mà đứng ở nơi đây, lỏa lồ, có vóc dáng xấu xí, ốm o, nổi đầy gân?”

“Tôi là mẹ của ngài trong những kiếp sống khác trước đây, đã bị sanh vào cảnh giới ngạ quỷ, bị gánh chịu sự đói khát.

Bị tác động bởi cơn đói, tôi ăn vật thuộc về người nữ và người nam: vật bị ói ra, vật bị khạc nhổ, nước miếng, nước mũi, đờm dãi, mỡ béo của những thi thể đang bị đốt cháy, và máu của những phụ nữ đang sanh, máu của những vết thương và của những vết cắt ở lỗ mũi và ở đầu.

Tôi có thức ăn là mủ máu của những loài thú nuôi và của những con người, không chón nương tựa, và không nơi cư trú, có chỗ nghỉ ngơi là chiếc giường xám xanh (dùng khiêng tử thi).

Này con trai, hãy cho tôi vật thí, sau khi bố thí xin ngài hãy chỉ định (việc ấy là) dành cho tôi; được như thế thì tôi có thể thoát khỏi việc thọ thực mủ và máu.”

Sau khi lắng nghe lời nói của người mẹ, vị Upatissa, bậc có lòng thương tưởng, đã thỉnh ý các vị Moggallāna, Anuruddha, và Kappina.

Sau khi thực hiện bốn liêu cốc, vị ấy đã dâng các liêu cốc và cơm ăn nước uống đến Hội Chúng bốn phương; vị ấy đã chỉ định sự cúng dường là dành cho người mẹ.

Khi được chỉ định thì quả thành tựu đã được sanh lên ngay lập tức: vật thực, nước uống, vải vóc; quả báo này là do sự cúng dường.

## NGUYỄN GIÁC

Do đó, nàng ấy (nữ nga quý) trở nên sạch sẽ, có y phục tinh khiết, có sự trang phục bằng vải hạng nhất của xứ Kāsī, có các đồ trang sức và các tấm vải nhiều màu sắc, đã đi đến gặp vị Kolita.

“Hỡi nàng tiên, nàng đứng, với màu da nổi bật, khiến cho khắp các phương sáng rực lên, ví như ngôi sao osadhī.

Do điều gì nàng có được màu da như thế ấy? Do điều gì mà (sự việc) được thành tựu cho nàng ở nơi đây? Và (do điều gì mà) các sự hưởng thụ thích ý sanh lên cho nàng?

Hỡi nàng tiên có đại oai lực, ta hỏi nàng: ‘Khi là con người, nàng đã làm việc phước thiện gì? Do điều gì mà nàng có oai lực được rực sáng như vậy, và màu da của nàng chiếu sáng khắp các phương?’”

“Tôi là mẹ của Sāriputta trong những kiếp sống khác trước đây, đã bị sanh vào cảnh giới nga quý, bị gánh chịu sự đói khát.

Bị tác động bởi cơn đói, tôi ăn vật thuộc về người nữ và người nam: vật bị ói ra, vật bị khạc nhổ, nước miếng, nước mũi, đờm dãi, mỡ béo của những thi thể đang bị đốt cháy, và máu của những phụ nữ đang sanh, máu của những vết thương và của những vết cắt ở lỗ mũi và ở đầu.

Tôi có thức ăn là mủ máu của những loài thú nuôi và của những con người, không chôn nương tựa, và không nơi cư trú, có chỗ nghỉ ngơi là chiếc giường xám xanh (dùng khiêng từ thi).

Nhờ vào sự bố thí của Sāriputta, tôi vui sướng, không có sự sợ hãi từ bất cứ đâu. Thừa ngài, tôi đi đến để đánh lễ bậc hiền trí, đáng bị mẫn ở thế gian.”

**Chuyện Nga Quý**—Mẹ của Trưởng Lão Sāriputta là thứ nhì.”(hết trích) (2)

\*\*\*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Tiếp theo nơi đây, xin trích ra truyện một quý đỏi hiện ra trước ngài Nandasena xin cứu, nói rằng cô khi sinh tiền là vợ của ngài trong cõi người, vì làm ác nghiệp nên rơi vào cõi ngạ quỷ. Truyện này, ký số 2.4 trong nhóm Petavatthu, cũng do Hòa Thượng Indacanda dịch ra tiếng Việt, như sau.

“Nàng đen đui, có vóc dáng xấu xí, thô kệch, có dáng vẻ ghê rợn, có mắt đỏ ngầu, có răng hô, tôi nghĩ rằng nàng không phải loài người?”

“Này Nandasena, tôi là Nandā, trước đây tôi đã là vợ của ông. Sau khi làm nghiệp ác, từ nơi đây tôi đã đi đến thế giới ngạ quỷ.”

“Vậy ác hạnh gì đã được làm, bởi thân bởi khẩu bởi ý? Do quả thành tựu của nghiệp gì mà từ nơi đây nàng đã đi đến thế giới ngạ quỷ?”

Tôi đã là người nhẫn tâm, có lời nói thô lỗ, không tôn trọng ông. Sau khi nói lời tồi tệ với ông, tôi đã đi đến thế giới ngạ quỷ.”

“Này, tôi cho nàng tám choàng. Nàng hãy quấn mảnh vải này vào. Sau khi quấn vào mảnh vải này, hãy đi đến, ta sẽ đưa nàng về nhà.

Khi nàng đã đi đến nhà, nàng sẽ nhận được y phục, cơm ăn và nước uống. Nàng sẽ trông thấy những đứa con trai của nàng, và nhìn xem những cô con dâu.”

“Vật thí của ông dầu tay trao tay vẫn không lợi ích cho tôi. Ông hãy làm toại ý các vị tỳ khưu đầy đủ giới hạnh, đã lia luyện ái, có sự nghe nhiều (học rộng), với cơm ăn và nước uống, rồi chỉ định sự cúng dường là dành cho tôi. Khi ấy, tôi sẽ được hạnh phúc, có sự thành tựu tất cả các dục lạc.”

“Tốt lắm!” Sau khi thỏa thuận, vị ấy đã thực hiện đòi dào vật thí: cơm ăn, nước uống, vật thực cứng, vải vóc, chỗ trú ngụ, lọng che, vật thơm, tràng hoa, và nhiều loại giày dép. Sau khi làm toại ý các vị tỳ khưu

đầy đủ giới hạnh, đã lìa luyến ái, có sự nghe nhiều (học rộng), với cơm ăn và nước uống, rồi đã chỉ định sự cúng dường là dành cho nữ ngạ quỷ ấy.

Khi được chỉ định thì quả thành tựu đã được sanh lên ngay lập tức: vật thực, y phục, nước uống; quả báo này là do sự cúng dường.

Do đó, nàng ấy (nữ ngạ quỷ) trở nên sạch sẽ, có y phục tinh khiết, có sự trang phục bằng vải hạng nhất của xứ Kāsī, có các đồ trang sức và các tấm vải nhiều màu sắc, đã đi đến gặp người chồng.

“Hỡi nàng tiên, nàng đứng, với màu da nổi bật, khiến cho khắp các phương sáng rực lên, ví như ngôi sao osadhī.

Do điều gì nàng có được màu da như thế ấy? Do điều gì mà (sự việc) được thành tựu cho nàng ở nơi đây? Và (do điều gì mà) các sự hưởng thụ thích ý sanh lên cho nàng?

Hỡi nàng tiên có đại oai lực, tôi hỏi nàng: ‘Khi là con người, nàng đã làm việc phước thiện gì? Do điều gì mà nàng có oai lực được rực sáng như vậy, và màu da của nàng chiếu sáng khắp các phương?’”

“Này Nandasena, tôi là Nandā, trước đây tôi đã là vợ của chàng. Sau khi làm nghiệp ác, từ nơi đây tôi đã đi đến thế giới ngạ quỷ.

Nhờ vào vật thí đã được chàng dâng cúng, tôi vui sướng, không có sự sợ hãi từ bất cứ đâu. Này gia chủ, mong rằng chàng sống thọ cùng với tất cả thân quyến.

Nơi chôn không sâu muôn, xa lìa luyến ái, là chỗ trú ngụ của các vị có quyền lực. Này gia chủ, ở đây sau khi thực hành Giáo Pháp, sau khi dâng cúng vật thí, sau khi loại trừ ô nhiễm của sự bòn xén luôn cả gốc rễ, không bị chê trách, mong rằng chàng đi đến nơi chôn cõi Trời.”

Chuyện Ngạ Quỷ Nandā là thứ tư.”(hết trích) (3)

## ĐỀ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

### GHI CHÚ:

(1) Kinh Tiểu Tụng bản Anh dịch:

<https://www.accesstoinsight.org/tipitaka/kn/khp/khp.1-9x.piya.html#khp-6>

Kinh Tiểu Tụng bản Việt dịch:

<https://thuvienhoasen.org/p15a1271/kinh-tieu-tung-viet-anh>

Chuyện Nga Quỷ, bản Việt dịch:

<https://suttacentral.net/pv5/vi/indacanda>

(2) Chuyện Nga Quỷ—Mẹ của Trưởng Lão Sāriputta:

<https://suttacentral.net/pv14/vi/indacanda>

(3) Chuyện Nga Quỷ Nandā:

<https://suttacentral.net/pv16/vi/indacanda>

# SỐNG, CHẾT, TÁI SINH, TRUNG ẤM

Sinh và tử, tái sinh và trung ấm, cách nào để cúng vọng... đó là các quan tâm lớn của nhiều Phật tử. Bài viết này sẽ dựa vào Kinh để khảo sát những vấn đề đang được Phật tử quan tâm và thảo luận.

Trước tiên, cần nêu rõ rằng, những chữ như tái sinh, hay trung ấm thân (thời gian sau khi chết trong đời này mà chưa thọ thân của đời sau) có thể gây nhầm lẫn là có một “cái tôi” nào đang luân hồi; thực sự vốn không hề có “cái tôi” nào hết. Nên nhìn rằng chúng ta như một chùm bọt sóng (sắc, thọ, tưởng, hành, thức) đang trôi trên dòng sông tham ái, liên tục biến đổi trên dòng sông đó. Không nên nhìn như có cái gì gọi là “cái đang là” mà nên nhìn như chỉ có “cái đang hình thành”; chỉ như thế mới không bị vướng vào chấp trước rằng các thủ uẩn là ngã hay có gì như là thực. Dòng sông vô thường trên thân tâm chúng ta vẫn đang chảy xiết; Đức Phật có khi gọi tượng hình là trận lũ, và thúc giục mọi người hãy vượt trận lũ, tức là vượt tham ái, để qua bờ giải thoát.

Khi trí thức phương Tây (Hoa Kỳ và Châu Âu) tin theo Phật giáo, nhiều người chọn thái độ xem Phật



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

giáo đa dạng như bàn tiệc, tùy ý lựa chọn. Thậm chí, nhiều vị tự nhận lập trường thế tục (secular), xem Phật giáo chỉ như triết lý sống, gạt bỏ cả chuyện tái sinh, bất kể Đức Phật nói trong kinh rất nhiều về luân hồi và thúc giục học nhân phái tu học khẩn cấp như lửa cháy trên đầu để giải thoát. Trong khi đó, một số trí thức phương Tây chỉ chọn Thiền tập bỏ sung vào đức tin tôn giáo đã có của họ.

Thực sự, chính ngay trong các tôn túc tăng ni cũng tự có lựa chọn tùy ý kiểu Phật giáo Bàn Tiệc; thí dụ, nhiều vị tăng ni không tin hoặc không quan tâm về năng lực thần chú như các vị theo Mật Tông, tuy rằng trong Trường Bộ, có Kinh DN 32 ghi bài **thần chú** khuyên là tứ chúng nên học thuộc để được hộ trì, trích bản dịch Hòa Thượng Thích Minh Châu (sẽ viết tắt: bản TMC):

“...Tôn giả, **Hộ Kinh Āṭānāṭiya** này che chở, hộ trì, ngăn không cho ai làm hại các vị Tỷ-kheo, Tỷ-kheo-ni, Nam cư sĩ, Nữ cư sĩ và khiến các vị này sống an lạc. Khi một vị Tỷ-kheo, Tỷ-kheo-ni, Nam cư sĩ, Nữ cư sĩ nào sẽ học Hộ Kinh Āṭānāṭiya này một cách chín chắn, rõ ràng, nếu có loài phi nhân nào... [quấy nhiễu thì]... các hàng phi nhân sẽ chìm đầu vị ấy xuống. Nay Tôn giả, các hàng phi nhân sẽ chẻ đầu vị ấy ra làm bảy mảnh.” (1)

Bài viết này sẽ dẫn kinh, kèm với các nối kết (link) để dễ tham khảo, thứ tự chỉ là đọc tới đâu, viết tới đó, vì vốn học của người viết không nhiều để nhìn toàn diện. Người viết xin thành kính sám hối trước Tam Bảo về tất cả những bất toàn.

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Có nên cúng tế, làm các nghi lễ bố thí cho người chết hay không?*

Đức Phật trả lời câu hỏi này trong Kinh AN 10.177, trích bản TMC:

“Thưa Tôn giả Gotama, bồ thí có lợi ích gì cho các bà con huyết thống đã chết không? Các bà con huyết thống đã chết có được thọ hưởng bồ thí ấy hay không?”

—Này Bà-la-môn, *nếu có tương ưng xứ, thời có lợi ích, không có lợi ích nếu không có tương ưng xứ...*

(...)—Thưa Tôn giả Gotama, nếu bà con huyết thống đã chết, không sanh vào chỗ ấy, và các bà con huyết thống khác cũng không sanh vào chỗ ấy, thời ai hưởng bồ thí ấy?

—Không có trường hợp ấy, không có cơ hội ấy, này Bà-la-môn, rằng chỗ ấy có thể trống không trong một thời gian dài, không có người bà con huyết thống đã chết. Nhưng này Bà-la-môn, người bồ thí không phải không có hưởng quả.” (2)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Cúng tế người chết có phải vô ích?*

Ngay cả không tương ưng xứ, cũng vẫn sinh ra ruộng phước (dẫn tới ruộng phước gọi là đạt thân). Trong Tập A Hàm, Kinh 1041, bản dịch của hai thầy Tuệ Sỹ & Thích Đức Thắng, trích:

“Bà-la-môn bạch Phật: Thưa Cù-đàm, nếu con vì tín tâm bồ thí cho người thân tộc, nhưng họ không sanh vào trong chốn Nhập xứ nga quý và cũng không có các thân tộc quen biết khác sanh vào chốn Nhập xứ nga quý, thì thức ăn do lòng tin bồ thí đó ai sẽ hưởng?”

Phật bảo Bà-la-môn: Giả sử ông vì những thân tộc quen biết mà bồ thí, nhưng họ không sanh vào trong chốn Nhập xứ nga quý và lại cũng không có những người quen biết khác sanh vào chốn nga quý, thì việc

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

bồ thí do lòng tin, tự mình sẽ được phước. Của bồ thí do lòng tin của người thí chủ đó, sẽ không mất đạt-thần.” (3)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Có bao giờ gặp lại người đã chết như khi họ còn sống?*

**Không gặp lại được.** Do vậy, Đức Phật luôn luôn hối thúc tu hành khẩn cấp và chớ nên giữ nỗi buồn xa lìa người thân, Kinh Snp 3.8, trích dịch:

“Khi thấy một thi thể, nên biết rằng, ‘Người này sẽ không gặp mình nữa đâu.’ Y hết như lửa trong ngôi nhà cháy bị nước dập tắt, một người trí tuệ, học nhiều và nhạy cảm nên nhanh chóng xua đuổi nỗi buồn khởi dậy, y hết gió thổi bạt đi một mảnh bông gòn.” (4)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Khi đã chết, không ai làm hồi sinh được?*

**Đúng vậy.** Do vậy, Đức Phật dạy rằng thân người là quý, và quan tâm lớn nhất là phải tu giải thoát. Trong Kinh Pháp Cú, Bài Kệ 114 viết: “Sống 100 năm trong đời mà không nhận ra Niết Bàn, không bằng một ngày trong đời của người nhận ra Niết Bàn.”

Phần Tích truyện cho bài kệ này kể về cuộc đời Ni trưởng Kisagotami. Nguyên là vợ của một trưởng giả thành Savatthi, khi đưa con trai duy nhất chết, bà tuyệt vọng, đi hỏi xem có ai có thể giúp con bà sống lại. Nỗi buồn lớn tới nỗi làm bà mất trí. Một người nói với bà rằng hãy tới gặp Đức Phật. Đức Phật noi rằng ngài có thể làm đứa bé sống lại, nếu bà tìm được các hạt cải (mustard) trắng từ một gia đình chưa từng có ai qua

## NGUYỄN GIÁC

đòi. Bà ôm đứa con trước ngực, đi gõ cửa nhà này sang nhà kia, tuyệt vọng vì không thể tìm ra nhà ai chưa từng có người thân chết. Bà nhận ra rằng không có nhà nào thoát khỏi nỗi buồn người thân từ trần. Bà đưa xác con vào rừng, trở về trình với Đức Phật, và Đức Phật nói rằng cái chết tới với tất cả chúng sinh và trước khi lòng tham người ta thỏa mãn, cái chết tới mang họ đi. Bà nghe như thế, tức khắc đắc quả Dự Lưu, xin xuất gia. Và rồi một thời gian sau, bà đắc quả A La Hán.

Câu chuyện trên chỉ có trong Luận thư, phần chú giải Pháp Cú, không có trong kinh nào khác, và do vậy có học giả nêu nghi vấn là chuyện kể được thêm vào, vì Tích truyện trong Luận thư xuất hiện sau Kinh Pháp Cú khoảng 700 năm. Thêm nữa, người ta khó hình dung rằng Đức Phật khuyên một bà mẹ đang ôm xác con hãy tới gõ cửa các nhà trong thành phố để hỏi xin hạt cải trắng... một công việc đòi rất nhiều thể lực.

Trong khi đó, Kinh SN 5.3 có nói về Ni trưởng Kisagotami trong khi ngồi thiền dưới một gốc cây thì bị Ác Ma xuất hiện, quậy phá, nhắc rằng bà từng khóc suốt suốt khi đứa con trai chết. Ni trưởng Kisagotami trả lời Ác Ma rằng bà đã chinh phục đạo binh Tử Thần rồi, không còn nỗi buồn nào nữa hết. (5)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Có phải ái dục làm cho tâm xao động để chúng sanh luân hồi theo nghiệp?*

**Nghiệp là từ ái dục.** Kinh SN 1.57, bản dịch TMC:

“—Cái gì sanh thành người? Cái gì luôn dong ruổi? Cái gì chịu luân hồi? Cái gì người nương tựa?”

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

—Ái dục sanh thành người, Chính tâm luôn dong ruổi, Chúng sanh chịu luân hồi, Chính nghiệp, người nương tựa.” (6)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Làm sao để tái sinh vào cõi chư thiên?*

Trong Kinh AN 8.36, bản dịch TMC:

“Ở đây, này các Tỷ-kheo, có hạng người căn bản làm phước do bố thí trên một quy mô to lớn, căn bản làm phước do giới đức trên một quy mô to lớn, nhưng không đạt được căn bản làm phước do tu tập. Người ấy, sau khi thân hoại mạng chung, được sanh cộng trú với chư Thiên ở Tam thập Tam thiên. Tại đây, này các Tỷ-kheo, Thiên chủ Sakka sau khi làm thật nhiều căn bản phước nghiệp do bố thí, sau khi làm thật nhiều căn bản phước nghiệp do giới đức, vượt qua Bốn thiên vương trên mười điểm: tuổi thọ chư Thiên, dung sắc chư Thiên, an lạc chư Thiên, danh tiếng chư Thiên, Tăng thượng lực chư Thiên, thiên sắc, thiên hương, thiên vị, thiên xúc.” (7)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Có phải cách bố thí tốt hơn phẩm vật bố thí?*

Biết cách bố thí sẽ được tái sinh vào cõi trời. Kinh DN 23 kể về cách bố thí, bản dịch TMC:

“Rồi Tôn giả Gavampati đi vào trong thế giới loài Người và nói như sau: “Hãy bố thí một cách hoàn bị. Hãy bố thí với tự tay mình làm. Hãy bố thí một cách có suy tư. Hãy bố thí các đồ không phế thải. Tôn chủ Pāyāsi, vì bố thí không hoàn bị, vì bố thí không tự tay

## NGUYỄN GIÁC

mình làm, vì bố thí không có suy tư, vì bố thí đồ phế thải, sau khi thân hoại mạng chung, được sanh nhập chúng với Bốn Đại Thiên vương, trong cung điện trống không của Serisaka. Còn thanh niên Uttara, bị bỏ qua trong một cuộc bố thí này, vì đã bố thí một cách có hoàn bị, vì đã bố thí với tự tay mình làm, vì đã bố thí một cách suy tư, vì đã bố thí với các đồ không phế thải, sau khi thân hoại mạng chung, được sanh lên thiện thú, Thiên giới, nhập chúng với chư Thiên ở Tam thập tam thiên”...” (8)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Có thể đoán được người này hay người kia sẽ tái sanh về đâu?*

**Đoán được.** Muốn biết người này, người kia tái sanh vào cõi dữ hay lành, chỉ cần nhìn về thân khẩu ý của họ mà đoán. Kinh SN 6.57 kể 2 đường tái sinh lành dữ, bản dịch TMC:

“Người ấy do làm ác hạnh về thân, về lời, về ý, sau khi thân hoại mạng chung sanh vào cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục... Người ấy do làm thiện hạnh về thân, về lời, về ý, sau khi thân hoại mạng chung sanh vào cõi lành, Thiên giới, thế giới này...” (9)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Ai tái sanh?*

**Câu hỏi không thích nghi.** Không nên nhìn như có ai, có tôi, hay có người đang sanh diệt, vì thực sự không có cái gì là ai, là tôi, hay là người. Chỉ nên nhìn là có mắt thấy và có nhãn thức đang sanh diệt... tương tự với tai nghe, mũi ngửi, lưỡi nếm, thân chạm xúc, ý

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

tư lường đang sanh diệt theo luật duyên khởi. Kinh SN 35.33 viết, trích bản TMC:

“—Này các Tỷ-kheo, tất cả phải bị sanh. Và này các Tỷ-kheo, thế nào là tất cả phải bị sanh?

Mắt, này các Tỷ-kheo, phải bị sanh. Các sắc phải bị sanh. Nhãn thức phải bị sanh. Nhãn xúc phải bị sanh. Do duyên nhãn xúc khởi lên cảm thọ gì, lạc, khổ hay bất khổ bất lạc; cảm thọ ấy phải bị sanh ... Tai ... Mũi ... ... Lưỡi ... Thân ... Ý phải bị sanh. Các pháp phải bị sanh. Ý thức phải bị sanh. Ý xúc phải bị sanh. Do duyên ý xúc khởi lên cảm thọ gì, lạc, khổ hay bất khổ bất lạc; cảm thọ ấy phải bị sanh.

Thấy vậy, này các Tỷ-kheo, bậc Đa văn Thánh đệ tử nhằm chán đối với mắt ... ” ... không còn trở lui trạng thái này nữa”. (10)

\*\*\*

### **Câu hỏi:** *Vì sao tái sanh?*

**Chỉ vì tham ái**, vì ưa thích, vì vui với cái được thấy (được nghe, được ngửi...) do vậy khởi tâm có cái tôi ưa thích và dính mắc vào cái được tôi ưa thích (ngã, ngã sở), từ đó hình thành nên căn nhà (thân/tâm) của chúng sanh. Kinh SN 23.2, trích bản TMC:

“Tôn giả Rādhā bạch Thế Tôn: “Chúng sanh, chúng sanh”, bạch Thế Tôn, được nói đến như vậy. Cho đến như thế nào, bạch Thế Tôn, được gọi là chúng sanh?

—Này Rādhā, dục nào (chanda), tham nào, hỷ nào, khát ái nào đối với sắc, triền phược ở đây, triền miên ở đây, do vậy gọi là chúng sanh (sattà)... thọ ... tưởng ... các hành ... Dục nào, tham nào, hỷ nào, khát ái nào đối với thức, triền phược ở đây, triền miên ở đây, do vậy gọi là chúng sanh.

Ví như, này Rādha, các đứa con trai hay các đứa con gái chơi với cái nhà bằng đất. Cho đến khi đối với những nhà bằng đất ấy, lòng tham chưa thoát ly, lòng dục chưa thoát ly, lòng ái chưa thoát ly, lòng khát chưa thoát ly, lòng nhiệt tình chưa thoát ly, lòng khát ái chưa thoát ly, thời chúng còn tham dính vào, thích chơi, chắt chứa, và đắm trước những nhà bằng đất ấy.”  
(11)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Cái gì nuôi dưỡng chúng sanh?*

Đó là **bốn loại thức ăn**: thứ nhất, thực phẩm nuôi thân mạng (edible food); thứ nhì, xúc thực, tức là thể giới trong tâm hình thành từ tiếp cận căn-cảnh-thức (sense-impressions); thứ ba, tư niệm thực hay là hành (volitions); thứ tư, là thức thực (consciousness). Nhưng tất cả đều do ái mà ra. Kinh SN 12.11, bản dịch TMC viết, trích:

“Này các Tỷ-kheo, có bốn loại đồ ăn này khiến cho các loại sanh vật hay các loại chúng sanh được tồn tại hay khiến cho các loại sắp sanh thành được thọ sanh. Thế nào là bốn? Một là đoàn thực hoặc thô hoặc tế, hai là xúc thực, ba là tư niệm thực, bốn là thức thực. Này các Tỷ-kheo, bốn loại đồ ăn này khiến cho các loại sanh vật hay khiến cho các loại chúng sanh được tồn tại hay khiến cho các loại sắp sanh thành được thọ sanh.

Và này các Tỷ-kheo, bốn loại đồ ăn này do cái gì làm nhân, do cái gì tập khởi, do cái gì tác sanh, do cái gì làm cho hiện hữu? Bốn loại đồ ăn này do ái làm nhân, do ái tập khởi, do ái tác sanh, do ái làm hiện hữu.”(12)



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Có thể tiếp cận thế giới mà không đắm nhiễm, tức là vô sanh, hay không?*

Có thể, đó là khi thế giới căn-cảnh-thức dựng lập, mà không xem đó là thức ăn. Chữ “sắc” trong kinh dẫn sau là thế giới của “sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp” (cái được thấy, cái được nghe, cái được ngửi, cái được nếm, cái được chạm xúc, cái được tư lường suy nghĩ) – nếu không say đắm vị ngọt của sắc (những cái thấy nghe hay biết...) thì không bị đắm chìm. Tương tự với thọ, tưởng, hành, thức.

Kinh SA 13, bản dịch của hai thầy Tuệ Sỹ & Thích Đức Thắng, trích:

“Nếu chúng sanh nào không nếm vị ngọt của sắc thì sẽ không nhiễm đắm sắc. Vì chúng sanh nếm vị ngọt của sắc cho nên bị đắm trước.

“Cũng vậy, chúng sanh nào không nếm vị ngọt của thọ, tưởng, hành, thức thì chúng sanh ấy không bị đắm nhiễm thức. Vì chúng sanh nếm vị ngọt của thọ, tưởng, hành, thức cho nên chúng sanh ấy bị nhiễm trước vào thức.” (13)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Thế giới này sanh diệt thế nào, tức là tập khởi thế nào và đoạn diệt thế nào?*

Kinh SN 12.44, bản dịch TMC viết:

“Và này các Tỷ-kheo, thế nào là thế giới tập khởi?

Do duyên con mắt và các sắc, nhãn thức khởi lên. Do ba cái tụ họp, nên có xúc. Do duyên xúc nên có thọ. Do duyên thọ nên có ái. Do duyên ái nên có thủ. Do duyên thủ nên có hữu. Do duyên hữu nên có sanh.

## NGUYỄN GIÁC

Do duyên sanh, nên có già chết, sầu, bi, khổ, ưu, não sanh khởi. Đây là thế giới tập khởi.

Do duyên lỗ tai và các tiếng... Do duyên lỗ mũi và các hương... Do duyên lưỡi và các vị... Do duyên thân và các xúc... Do duyên ý với các pháp, ý thức khởi lên. Do ba cái tụ họp nên có xúc. Do duyên xúc nên có thọ... Do duyên sanh nên già chết, sầu, bi, khổ, ưu, não, sanh khởi. Đây các Tỷ-kheo, đây là sự tập khởi của thế giới.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là thế giới đoạn diệt?

Do duyên con mắt và các sắc, nhãn thức khởi lên. Do ba cái tụ họp nên có xúc. Do duyên xúc nên có thọ. Do duyên thọ nên có ái. Do sự ly tham, đoạn diệt ái ấy một cách hoàn toàn nên thủ diệt. Do thủ diệt nên hữu diệt... Đây là sự đoạn diệt của toàn bộ khổ uẩn này. Đây là thế giới đoạn diệt.

Do duyên lỗ tai và các tiếng... Do duyên lỗ mũi và các hương... Do duyên lưỡi và các vị... Do duyên thân và các xúc..." (14)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Có một thức bất biến đã và đang luân chuyển kiếp này sang kiếp kia trong cuộc tái sanh?*

**Không,** không hề có thức bất biến nào như thế. Trong Kinh MN 38, bản dịch TMC, trích:

“Tỷ-kheo tên là Sati khởi tà kiến: thức này dong ruổi, luân chuyển nhưng không đổi khác.

Chư Tỷ-kheo, Ta đã dùng nhiều pháp môn nói thức do duyên khởi. Không có duyên, thức không hiện khởi. Nhưng Tỷ-kheo Sati, con của người đánh cá, không những xuyên tạc Ta vì đã tự chấp thủ sai lạc, còn tự pháp hoại mình và tạo nên nhiều tổn đức, và

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

như vậy sẽ đưa đến bất hạnh và đau khổ lâu dài cho kẻ mê mờ ấy...

...Này các Tỷ-kheo, có ba sự hòa hợp mà một bào thai thành hình: ở đây, cha mẹ có giao hợp và người mẹ không trong thời có thể thụ thai, và hương ẩm (gandhabba) không hiện tiền, như vậy bào thai không thể thành hình. Ở đây, cha và mẹ có giao hợp, và người mẹ trong thời có thể thụ thai, nhưng hương ẩm (gandhabba) không hiện tiền, như vậy bào thai không thể thành hình. Và này các Tỷ-kheo, khi nào cha mẹ có giao hợp, và người mẹ trong thời có thể thụ thai, và hương ẩm có hiện tiền; có ba sự hòa hợp như vậy, thì bào thai mới thành hình.” (15)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Có trung âm (giữa đời này và đời sau) không, và cách nào để vượt dòng sanh tử?*

**Có trung âm**, tức khoảng giữa đời này và đời sau, gọi là giữa hai đời, nhưng Kinh không nói thời lượng trung âm. Cách vượt thoát sanh tử là lia chấp trước, không dính mắc. Trong Trung Bộ, Kinh MN 144, bản dịch TMC viết:

“Tôn giả Mahācunda nói với Tôn giả Channa:

—Do vậy, này Hiền giả Channa, lời dạy này của Thế Tôn phải được thường trực tác ý: “Ai có chấp trước là có dao động. Ai không chấp trước là không có dao động. Không có dao động, thời có khinh an; có khinh an thời không có hy cầu (nati); không có hy cầu thời không có khứ lai; không có khứ lai thời không có tử sanh; **không có tử sanh thời không có đời này, không có đời sau, không có giữa hai đời**. Như vậy là sự đoạn tận đau khổ”. (16)

**Câu hỏi:** *Cái gì làm nhiên liệu cho tái sanh? Khi thân này đoạn tận trong khi chưa thọ thân khác, cái gì làm nhiên liệu cho trung ấm?*

**Tham ái.** Sanh là do chấp thủ, nhưng tham ái luôn là nhiên liệu. Trong Kinh SN 44.9, bản dịch TMC viết, trích:

“Ví như, này Vaccha, một ngọn lửa cháy đỏ khi nào có nhiên liệu (saupàdàna), không phải không có nhiên liệu. Cũng vậy, này Vaccha, Ta tuyên bố về sanh khởi đối với người có chấp thủ (sanh y), không phải với người không có chấp thủ.

—Thưa Tôn giả Gotama, trong khi có gió thổi ngọn lửa đi thật xa, thời Tôn giả Gotama tuyên bố cái gì làm nhiên liệu cho ngọn lửa này?

—Này Vaccha, trong khi có gió thổi ngọn lửa đi thật xa, thời Ta nói chính gió là nhiên liệu. Trong khi ấy, này Vaccha, chính gió là nhiên liệu (upàdàna).

—Thưa Tôn giả Gotama, trong khi một loài hữu tình quăng bỏ thân này để sanh vào một thân khác, thời Tôn giả Gotama tuyên bố cái gì làm nhiên liệu cho thân này?

—Này Vaccha, trong khi một loài hữu tình quăng bỏ thân này và sanh vào một thân khác, này Vaccha, Ta tuyên bố rằng trong khi ấy chính ái (tanhà) là nhiên liệu (upàdànam).” (17)

Bản Anh dịch của Bhikkhu Bodhi, dùng chữ cụ thể hơn, rằng *khi đã từ trần mà chưa tái sanh*:

“When, Vaccha, *a being has laid down this body but has not yet been reborn in another body*, I declare that it is fuelled by craving. For on that occasion craving is its fuel.” (Dịch: Vaccha, khi một chúng sanh

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*đã nằm thân này xuống rồi, mà chưa tái sanh trong một thân khác, ta nói rằng...*) (17)

Ghi chú #382 nơi trang 1456 của Bhikkhu Bodhi trong bản sách giấy Tương Ứng Bộ cho Kinh SN 44.9, nói rằng *lời dạy của Đức Phật cho thấy một khoảng trống trung âm giữa thời điểm chết của thân này và thời điểm nhập thai cho thân sau, và Kinh này trái với kiểu lý luận “tái sanh tức khắc” của Theravada.* (17)

Bản Anh dịch của Bhikkhu Sujato cũng tương tự:

“When someone who is attached has *laid down this body, Vaccha, and has not been reborn* in one of the realms, I say they’re fueled by craving. For craving is their fuel then.” (17)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Có phải chúng sanh trong cõi trung âm lang thang vất vờ như văn học dân gian thường nói?*

Trả lời rằng **không nhất thiết**, bởi vì tất cả đều từ hạnh nghiệp. Trong Kinh DN 2, Đức Phật sử dụng hình ảnh ngôi nhà dụ cho thân người, khi chết đi là rời nhà này để vào nhà kia, nhưng *vẫn có những chúng sanh chưa vào nhà mới được, vẫn còn* (nơi trung âm) đang “*đi qua lại trên đường, ngồi ở giữa ngã tư hay trên đài thượng.*” Người trên đài thượng là bậc thánh được giải thoát trong nơi trung âm, gọi là Trung gian Niết-bàn (Bhikkhu Sujato: *they’re extinguished in-between one life and the next*).

Kinh DN 2, bản dịch TMC viết, trích:

“Nhu vậy vị ấy với thiên nhãn thuần tịnh siêu nhân thấy sự sống chết của chúng sanh. Vị ấy biết rõ rằng chúng sanh, người hạ liệt kẻ cao sang, người đẹp đẽ kẻ thô xấu, người may mắn kẻ bất hạnh, đều do hạnh nghiệp của chúng.

## NGUYỄN GIÁC

Này Đại vương, ví như một tòa lầu có thượng đài, giữa ngã tư đường, một người có mắt đứng trên ấy, sẽ thấy những người đi vào nhà, đi từ nhà ra, đi qua lại trên đường, ngồi ở giữa ngã tư hay trên đài thượng. Người ấy nghĩ: “Những người này đi vào nhà, những người này đi từ nhà ra, những người này đi qua lại trên đường, những người này ngồi giữa ngã tư, trên đài thượng”. Cũng vậy, này Đại vương với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, Tỷ-kheo dẫn tâm, hướng tâm đến trí tuệ về sanh tử của chúng sanh. Vì ấy với thiên nhãn thuần tịnh, siêu nhân, thấy sự sống và chết của chúng sanh.” (18)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Có phương pháp nhanh chóng nào để giải thoát, không còn vướng gì nữa trong đời này, đời sau và đời chặng giữa (trung ám)?*

Câu trả lời là có Thiên pháp như thế. Đức Phật nói trong Kinh Bahiya (Ud 1.10), ngôn ngữ rất minh bạch về đời chặng giữa, bản TMC:

“- Vậy này Bāhiya, Ông cần phải học tập như sau: "Trong cái thấy, sẽ chỉ là cái thấy. Trong cái nghe, sẽ chỉ là cái nghe. Trong cái thọ tưởng, sẽ chỉ là cái thọ tưởng. Trong cái thức tri, sẽ chỉ là các thức tri ". Như vậy, này Bāhiya, Ông cần phải học tập. Vì rằng, này Bāhiya, nếu với Ông, trong cái thấy, sẽ chỉ là cái thấy; trong cái nghe, sẽ chỉ là cái nghe; trong cái thọ tưởng, sẽ chỉ là cái thọ tưởng; trong cái thức tri, sẽ chỉ là cái thức tri. Do vậy, này Bāhiva, ông không là chỗ ấy. Vì rằng, này Bāhiya, Ông không là đời này, không là đời sau, **không là đời chặng giữa**. Như vậy là đoạn tận khổ đau.” (19)

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Lời Đức Phật rất minh bạch rằng **có một đời chặng giữa** -- chúng ta quen gọi là **trung âm**. Cuối bài sẽ dẫn thêm ba bản tiếng Anh của Kinh Bahiya.

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Khi Tôn giả Mālukiya-putta nói rằng tự thấy mình già rồi, nên xin Đức Phật thuyết pháp vắn tắt để tự thân khẩn cấp tu giải thoát, Đức Phật dạy pháp nào?*

Tương tự như Kinh trên, Kinh Mālukiya-putta Sutta trích như sau, cũng nói về cõi trung âm:

“—Bạch Thế Tôn, dầu cho con già yếu, niên cao, đại lão, đã đến tuổi trưởng thượng, đã đến cuối cuộc đời, mong Thế Tôn hãy thuyết pháp vắn tắt cho con! Mong Thiện Thệ hãy thuyết pháp vắn tắt cho con! Chắc chắn con sẽ hiểu ý nghĩa lời Thế Tôn giảng. Chắc chắn con sẽ trở thành người thừa tự pháp của Thế Tôn...

...này Mālukiya-putta, đối với các pháp được thấy, được nghe, được cảm nhận, được biết đến, Ông sẽ chỉ thấy được với những vật thấy được, chỉ nghe được với những vật nghe được, chỉ cảm nhận được đối với những vật cảm nhận được, chỉ nhận biết được đối với những vật nhận biết được. Cho nên, này Mālukiya-putta, Ông không có vì cái ấy. Do vì, này Mālukiya-putta, Ông không có vì cái ấy, nên Ông không có: “Ở nơi đây”. Do vì, này Mālukiya-putta, Ông không có: “Ở nơi đây”, do vậy, này Mālukiya-putta, Ông sẽ không có đời này, đời sau, và **giữa hai đời ấy**. Đây là sự chấm dứt khổ đau.” (20)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Thường nghe nhiều thầy nói về pháp tu vô sở trụ (không chấp trước – không trụ vào sắc thanh hương vị xúc pháp), xin hỏi pháp này có vượt sinh tử cả đời này, đời sau, và đời chặng giữa hay không?*

**Đó cũng là pháp đoạn tận khổ đau ngay ở đây và bây giờ**, chủ đề của Kinh Kim Cang. Kinh MN 144 cũng nhắc về đời này, đời sau, và *đời chặng giữa*, bản TMC trích:

“Tôn giả Mahācunda nói với Tôn giả Channa:

—Do vậy, này Hiền giả Channa, lời dạy này của Thế Tôn phải được thường trực tác ý: “Ai có chấp trước là có dao động. Ai không chấp trước là không có dao động. Không có dao động, thời có khinh an; có khinh an thời không có hy cầu (nati); không có hy cầu thời không có khứ lai; không có khứ lai thời không có tử sanh; không có tử sanh thời không có đời này, không có đời sau, không có giữa hai đời. Như vậy là sự đoạn tận đau khổ”. (21)

\*\*\*

**Câu hỏi:** *Có thể giải thoát nơi trung ấm hay không?*

**Rất là hy hữu.** Một số vị vào được Niết Bàn nơi trung ấm thân, khi chết là vào Thánh vị A Na Hàm và từ đây vào Trung gian Niết bàn. Kinh AN 7.55, bản dịch TMC viết, trích:

“Tỷ-kheo trong khi thực hành như vậy suy nghĩ như sau: “Nếu cái này không có, cái này có thể không phải của ta. Nếu cái này sẽ không có, cái này sẽ không phải của ta. Cái gì có, cái gì được thành, ta đều từ bỏ”. Vị ấy có được xả. Vị ấy không tham đắm sanh hữu, không tham đắm tích tụ của hữu; với chánh trí tuệ, vị



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

ấy thấy có con đường vô thượng tịch tịnh. Vị ấy chưa chứng ngộ trọn vẹn hoàn toàn con đường ấy. Vị ấy chưa đoạn tận trọn vẹn hoàn toàn mạn tùy miên. Vị ấy chưa đoạn tận trọn vẹn hoàn toàn hữu tham tùy miên. Vị ấy chưa đoạn tận trọn vẹn hoàn toàn vô minh tùy miên. Do diệt tận năm hạ phần kiết sử, vị ấy chứng được Trung gian Niết-bàn. Ví như, này các Tỷ-kheo, một cái bát bằng sắt được đốt cháy cả ngày và được đập đánh, một miếng vụn có thể văng ra và trở thành nguội lạnh. Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo trong khi thực hành, suy nghĩ như sau: “Nếu cái này không có, cái này có thể không phải của ta. Nếu cái này sẽ không có, cái này sẽ không phải của ta. Cái gì có, cái gì được thành, ta đều từ bỏ”. Vị ấy có được xả, vị ấy không tham đắm hữu, không tham đắm hậu hữu; với chánh trí tuệ, vị ấy thấy có con đường vô thượng tịch tịnh. Và vị ấy chưa chứng ngộ trọn vẹn hoàn toàn con đường ấy. Vị ấy chưa đoạn tận trọn vẹn hoàn toàn mạn tùy miên. Vị ấy chưa đoạn tận trọn vẹn hoàn toàn hữu tham tùy miên. Vị ấy chưa đoạn tận trọn vẹn hoàn toàn vô minh tùy miên. Do diệt tận năm hạ phần kiết sử, vị ấy chứng được Trung gian Niết-bàn.”(22)

Bản tiếng Anh của Bhikkhu Sujato nói rõ hơn: *With the ending of the five lower fetters **they're extinguished in-between one life and the next.*** (Dịch: Do diệt tận năm hạ phần kiết sử, các vị này vào Niết bàn nơi thân trung ấm khoảng giữa đời này và đời sau.) (22)

\*\*\*

**Câu hỏi:** Chúng ta nên làm gì để giúp tất cả các chúng sanh, trong đó có cha mẹ nhiều đời của chúng ta, trong thân trung ấm, vì họ có thể đang “đi từ nhà cũ ra mà chưa tìm được nhà mới, đang đi qua lại trên

*đường, hay đang ngồi ở giữa ngã tư” với nghiệp thức bất định?*

Xin mạn phép trả lời rằng **nên hàng ngày tụng Kinh Từ Bi** (Metta Sutta). Kinh này cũng có thể dùng cho pháp Thiên Tâm Từ, trong đó Đức Phật dạy là hãy nguyện bình an cho tất cả mọi loài, kể cả những **loài sắp sinh** (hiểu là **trong thân trung âm**). Đây cũng là một trong những bản kinh xưa nhất, khi chư tăng còn phải sống nơi góc rừng, chân núi – ký số Kinh Từ Bi trong nhóm Kinh Tập ghi là Sutta Nipata I.8.

Trích Kinh Từ Bi, bản dịch của Thầy Thích Nhất Hạnh:

“Và đây là điều họ luôn luôn tâm niệm:

Nguyện cho mọi người và mọi loài được sống trong an toàn và hạnh phúc, tâm tư hiền hậu và thanh thoi.

Nguyện cho tất cả các loài sinh vật trên trái đất đều được sống an lành, những loài yếu, những loài mạnh, những loài cao, những loài thấp, những loài lớn, những loài nhỏ, những loài ta có thể nhìn thấy, những loài ta không thể nhìn thấy, những loài ở gần, những loài ở xa, những loài đã sinh và **những loài sắp sinh**.

Nguyện cho đừng loài nào sát hại loài nào, đừng ai coi nhẹ tính mạng của ai, đừng ai vì giận hờn hoặc ác tâm mà mong cho ai bị đau khổ và khôn đốn.

Như một bà mẹ đang đem thân mạng mình che chở cho đứa con duy nhất, chúng ta hãy đem lòng từ bi mà đối xử với tất cả mọi loài...” (23)

Trong các bản tiếng Anh cũng chỉ mang một nghĩa cụ thể là thân trung âm:

Andy Olendzki dịch là: *Whether born already or not yet born* (dù đã sinh hay chưa sinh);

Amaravati Sangha dịch: *Those born and to-be-born* (những ai đã sinh và sắp sinh);

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Ven. Khantipalo dịch: *those that are here, those seeking to exist* (những chúng sanh nơi đây, và những chúng sanh đang tìm nơi sanh).

Có 19 bản dịch tiếng Anh Kinh Metta Sutta cũng ghi nổi kết ở (23).

Thêm nữa, Kinh Từ Bi nên tụng hàng ngày, Thiền Tâm Từ nên tập hàng ngày, không chỉ để cầu nguyện cho cha mẹ nhiều đời trong thân trung ấm và tất cả các chúng sanh ba cõi, mà còn vì lời Đức Phật dạy rằng cúng dường Đức Phật và hàng trăm bậc Thánh, rằng xây chùa và dâng cúng Tam Bảo cũng không có phước đức bằng “có ai dầu chỉ trong một khoảnh khắc vắt sữa bò, tu tập từ tâm... và có ai dầu chỉ trong một khoảnh khắc búng ngón tay, tu tập tưởng vô thường.” (Kinh AN 9.20) (24)

Do vậy, hàng ngày tụng Kinh Từ Bi, tu Thiền Tâm Từ cũng là một cách cúng vong tuyệt vời nhất vậy.

### GHI CHÚ:

(1) Kinh DN 32, bản Việt:

[https://suttacentral.net/dn32/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/dn32/vi/minh_chau) - bản Anh (Bhikkhu Sujato): <https://suttacentral.net/dn32/en/sujato>

(2) Kinh AN 10.177:

[https://suttacentral.net/an10.177/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an10.177/vi/minh_chau)

(3) Kinh SA 1041:

[https://suttacentral.net/sa1041/vi/tue\\_sy-thang](https://suttacentral.net/sa1041/vi/tue_sy-thang)

(4) Kinh Snp 3.8:

<https://suttacentral.net/snp3.8/en/mills>

(5) Kinh SN 5.3:

[https://suttacentral.net/sn5.3/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn5.3/vi/minh_chau)

(6) Kinh SN 1.57:

[https://suttacentral.net/sn1.57/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn1.57/vi/minh_chau)

(7) Kinh AN 8.36:

[https://suttacentral.net/an8.36/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an8.36/vi/minh_chau)

(8) Kinh DN 23:

[https://suttacentral.net/dn23/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/dn23/vi/minh_chau)

## NGUYỄN GIÁC

(9) Kinh AN 6.57:

[https://suttacentral.net/an6.57/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an6.57/vi/minh_chau)

(10) Kinh SN 35.33: [https://suttacentral.net/sn35.33-42/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn35.33-42/vi/minh_chau)

(11) Kinh SN 23.2:

[https://suttacentral.net/sn23.2/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn23.2/vi/minh_chau)

(12) Kinh SN 12.11:

[https://suttacentral.net/sn12.11/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn12.11/vi/minh_chau)

(13) Kinh SA 13:

[https://suttacentral.net/sa13/vi/tue\\_sy-thang](https://suttacentral.net/sa13/vi/tue_sy-thang)

(14) Kinh SN 12.44:

[https://suttacentral.net/sn12.44/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn12.44/vi/minh_chau)

(15) Kinh MN 38:

[https://suttacentral.net/mn38/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn38/vi/minh_chau)

(16) Kinh MN 144:

[https://suttacentral.net/mn144/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn144/vi/minh_chau)

(17) Kinh SN 44.9, bản của HT Thích Minh Châu:

[https://suttacentral.net/sn44.9/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn44.9/vi/minh_chau)

Bản Bhikkhu Bodhi:

<https://suttacentral.net/sn44.9/en/bodhi>

Note #382 của Bhikkhu Bodhi: “*Tam ahaṃ taṅhūpādānaṃ vadāmi. The Buddha’s statement seems to imply that a temporal gap can intervene between the death moment and reconception. Since this contradicts Theravāda orthodoxy, Spk contends that at the death moment itself the being is said to be “not yet reborn” because the rebirth-consciousness has not yet arisen.*” (The Connected Discourses of the Buddha: A New Translation of the Samyutta Nikaya)

Bản Bhikkhu Sujato:

<https://suttacentral.net/sn44.9/en/sujato>

(18) Kinh DN 2:

[https://suttacentral.net/dn2/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/dn2/vi/minh_chau)

(19) Kinh Bahiya:

<https://thuvienhoasen.org/a25130/kinh-bahiya>

Bản của Bhikkhu Anandajoti: *Bāhiya, you will not be here or hereafter or in between the two—just this is the end of suffering.*” <https://suttacentral.net/ud1.10/en/anandajoti>

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Bản của Ireland: then, Bahiya, you will be neither here nor beyond nor in between the two. Just this is the end of suffering."

<https://www.accesstoinight.org/tipitaka/kn/ud/ud.1.10.irel.html>

Bản của Thanissaro Bhikkhu: When there is no you there, you are neither here nor yonder nor between the two.  
<https://www.accesstoinight.org/tipitaka/kn/ud/ud.1.10.than.html>

(20) Kinh Mālukiyaputta Sutta:

[https://suttacentral.net/sn35.93/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn35.93/vi/minh_chau)

(21) Kinh MN 144:

[https://suttacentral.net/mn144/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn144/vi/minh_chau)

(22) Kinh AN 7.55, bản HT Thích Minh Châu:

[https://suttacentral.net/an7.55/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an7.55/vi/minh_chau)

Bản Bhikkhu Sujato:

<https://suttacentral.net/an7.55/en/sujato>

(23) Kinh Từ Bi, bản dịch HT Nhất Hạnh:

<https://thuvienhoasen.org/a10456/kinh-tu-bi-metta-sutta>

Nhóm 19 bản Anh dịch Metta Sutta:

<http://www.leighb.com/mettasuttas.htm>

(24) Kinh AN 9.20:

[https://suttacentral.net/an9.20/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an9.20/vi/minh_chau)

# NGHIỆP VÀ GIẢI NGHIỆP THEO CHÁNH PHÁP

Xây nhiều chùa lớn, dựng nhiều tượng Phật không lồ có thể giải nghiệp hay không? Cầu nguyện siêng năng, cúng tiền nhiều cho đại tăng có thể giải nghiệp hay không? Đó là những câu hỏi đang được nhiều Phật tử quan tâm.

Kinh Phật dạy có nhiều cách giải nghiệp. Sau đây là trích dịch một số kinh liên hệ tới nghiệp và giải nghiệp.

\*\*\*

**Tác ý là nghiệp.** Khởi lên ý định, suy tính tư lường (intention) là nghiệp (kamma), vì khởi dậy từ tham, từ ước muốn. Kinh AN 6.63 viết:

“Tác ý, ta nói với chư tỳ kheo, chính là nghiệp. Khi tác ý, là gây nghiệp cho thân, khẩu và ý.”

\*\*\*

**Cầu nguyện vô ích.** Nghiệp lành, phước đức không thể tới từ kinh cầu nguyện hay ước muốn. Kinh AN 5.43 viết:

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

“Năm phước này được chờ đón, ưa chuộng, vui thích, và khó đạt được trong cõi này. Năm phước nào? Trường thọ... nhan sắc... vui sướng... vị thế [xã hội]... tái sinh vào cõi trời... Bây giờ, ta nói với các người, năm điều đó không đạt được qua cầu nguyện hay ước nguyện.”

\*\*\*

**Tự quán chiếu sẽ giải nghiệp.** Hãy tư duy, quán sát rằng chính mỗi người mang nghiệp riêng mỗi người, tự trách nhiệm về nghiệp của mình, là thừa tự từ nghiệp lành và dữ qua thân, khẩu, ý. Quán sát, tư duy như thế sẽ làm ác hạnh trong thân khẩu ý *được dứt bỏ hoàn toàn hay yếu đi*. Kinh AN 5.57 viết:

“Tôi là sở hữu chủ nghiệp của chính tôi, là thừa tự nghiệp của chính tôi, sinh ra từ nghiệp của chính tôi, liên hệ xuyên qua nghiệp của chính tôi, và có nghiệp của chính tôi như người hòa giải của tôi.

“Đó là sự kiện mỗi người hãy tự quán chiếu thường, cho dù là nam hay nữ, là tại gia hay xuất gia...

“Bây giờ, dựa vào chuỗi lý luận về cách quán sát tư duy thường xuyên đó... rằng ‘*tôi là sở hữu chủ nghiệp của chính tôi, là thừa tự nghiệp của chính tôi, sinh ra từ nghiệp của chính tôi, liên hệ xuyên qua nghiệp của chính tôi, và có nghiệp của chính tôi như người hòa giải của tôi. Bất cứ những gì tôi làm, dù tốt hay xấu, tôi cũng sẽ là thừa tự nghiệp cho việc làm đó. Có những chúng sanh tự làm những việc bất thiện trong thân... trong khẩu... trong ý... Khi thường xuyên tư duy quán sát như thế, tà hạnh trong thân, khẩu và ý sẽ hoặc là được buông xả toàn bộ hay yếu dần đi...*’

\*\*\*

Đẹp và giàu... Hoàng Hậu Mallikā hỏi Đức Phật rằng nghiệp lành nào dẫn tới nhan sắc xinh đẹp, tài sản lớn... cho người phụ nữ. Đức Phật trả lời trong Kinh AN 4.197 rằng (bản dịch của Hòa Thượng Thích Minh Châu):

“Ở đây, này Mallikā, có hạng nữ nhân không phẫn nộ, não hại không nhiều, tuy bị nói nhiều, không có nổi nóng, không có nổi giận, không nổi sân, không sùng sộ, không gây hấn, không biểu lộ phẫn nộ, không sân hận, không bất mãn. Người này bỏ thí cho Sa-môn, Bà-la-môn món ăn vật uống, vải mặc, xe cộ, vòng hoa, hương, phấn sáp, giường nằm, trú xứ, đèn đuốc; tánh tình không keo kiệt; thấy người khác được lợi dưỡng, cung kính, tôn trọng, tôn kính, đánh lễ, cúng dường, không ganh tỵ, tức tối, trối buộc bởi ganh tỵ. Người ấy, sau khi từ bỏ đời này, trở lui lại trạng thái này, tại đây, tái sanh dung sắc đẹp, sắc đẹp tốt, tịnh tín, thành tựu với dung sắc thù thắng, giàu sang, tài sản lớn, sở hữu lớn, uy tín ảnh hưởng lớn.”

\*\*\*

Chúng sanh luân hồi trong ba cõi đều bị buộc theo nghiệp riêng từng cõi: nơi dục giới, thức được an lập trong giới thấp kém; nơi sắc giới, thức được an lập trong giới bậc trung; nơi vô sắc giới, thức được an lập trong giới bậc thù thắng. Kinh AN 3.77 ghi lời Đức Phật dạy ngài Ananda về nghiệp trong cõi dục giới:

“- Này Ananda, nếu không có hành động (nghiệp) và sự chín muồi của dục giới, thời dục hữu có thể trình bày được không?

- Thưa không, bạch Thế Tôn.

- Như vậy, này Ananda, nghiệp là thừa ruộng, thức là hạt giống, ái là sự nhuận ướt. Chúng sanh bị vô



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

minh che lấp, bị ái trói buộc, nên thức được an lập trong giới thấp kém. Như vậy, trong tương lai có sự tái sanh sanh khởi. Như vậy, này Ananda, hữu có mặt.”

\*\*\*

Hôm nay người này làm ra nghiệp, rồi tương lai hay kiếp sau sẽ lãnh nhận nghiệp quả. Câu hỏi rằng, *người gây ra nghiệp và người thừa tự nghiệp có phải là một người, hay hai người khác nhau?* Đức Phật bác bỏ cả hai trường hợp, nói rằng hễ đáp thế nào cũng sẽ là cực đoan; và ngài chủ trương trung đạo, nói trong Kinh SN 12.46, trích:

“Ngồi xuống một bên, vị Bà-la-môn ấy bạch Thế Tôn:

—Thưa Tôn giả Gotama, có phải người hành động là người cảm thọ?

—Này Bà-la-môn, người hành động là người cảm thọ, ấy là một cực đoan.

—Thưa Tôn giả Gotama, có phải người hành động khác, người cảm thọ khác?

—Người hành động khác, và người cảm thọ khác, ấy là cực đoan thứ hai. Này Bà-la-môn, từ bỏ hai cực đoan ấy, Như Lai thuyết pháp theo trung đạo.

Do duyên vô minh nên có hành. Do duyên hành nên có thức. Do duyên thức nên có danh sắc... Như vậy là sự tập khởi của toàn bộ khổ uẩn này.

Do sự ly tham, đoạn diệt vô minh một cách hoàn toàn nên hành diệt. Do hành diệt... Như vậy là sự đoạn diệt của toàn bộ khổ uẩn này.”

\*\*\*

Thế nào là **ngiệp cũ**? Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý đều là nghiệp cũ. Thế nào là **ngiệp mới**? Việc mình

## NGUYỄN GIÁC

làm bây giờ với thân, khẩu, ý là nghiệp mới. Cách nào để đoạn diệt nghiệp? Đó là Bát Chánh Đạo.

Kinh SN 35.145 giải thích (trích bản dịch của HT Thích Minh Châu):

“- Này các Tỷ-kheo, Ta thuyết về các nghiệp mới và cũ, sự đoạn diệt các nghiệp, con đường đưa đến sự đoạn diệt các nghiệp. Hãy lắng nghe và suy nghiệm kỹ. Ta sẽ giảng.

Này các Tỷ-kheo, thế nào là nghiệp cũ?

Mắt, này các Tỷ-kheo, cần phải quán là nghiệp cũ, được tác thành, được tư niệm, được cảm thọ. Tai... Mũi... Lưỡi... Thân... Ý cần phải quán là nghiệp cũ, được tác thành, được tư niệm, được cảm thọ.

Các Tỷ-kheo, đây được gọi là nghiệp cũ.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là nghiệp mới? Này các Tỷ-kheo, hiện tại phạm làm việc gì với thân, với lời nói, hay với ý. Này các Tỷ-kheo, đây được gọi là nghiệp mới.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là nghiệp đoạn diệt? Sự đoạn diệt thân nghiệp, ngữ nghiệp, ý nghiệp, nhờ vậy cảm thấy giải thoát. Này các Tỷ-kheo, đây được gọi là nghiệp đoạn diệt.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là con đường đưa đến nghiệp đoạn diệt? Đây là con đường Thánh đạo Tám ngành, tức là chánh tri kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là con đường đưa đến nghiệp đoạn diệt.”

\*\*\*

**Cúng dường thức ăn**, hay bố thí thức ăn sẽ được quả lành nào? Bố thí thức ăn là giúp người nhận dài thêm thọ mạng, giúp sắc diện tốt hơn, giúp thêm an

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

lạc, và giúp sức mạnh. Kinh AN 4.57 viết (bản dịch HT Thích Minh Châu):

“—Các Thánh nữ đệ tử khi bố thí đồ ăn, này Suppavàsa, bố thí bốn sự cho những người nhận. Thế nào là bốn?

Cho thọ mạng, cho dung sắc, cho an lạc, cho sức mạnh. Sau khi cho thọ mạng, người cho được chia phần thọ mạng, thuộc cõi Trời hay cõi Người. Sau khi cho dung sắc, người cho được chia phần dung sắc, thuộc cõi Trời hay cõi Người. Sau khi cho an lạc, người cho được chia phần an lạc, hoặc thuộc cõi Trời, hoặc thuộc cõi Người. Sau khi cho sức mạnh, người cho được chia phần sức mạnh, thuộc cõi Trời, hay cõi Người. Này Suppavàsa, khi Thánh nữ đệ tử bố thí đồ ăn, bố thí bốn sự này cho những người nhận.”

\*\*\*

Cách nào giải được các nghiệp bất thiện nhỏ nhất? Cũng như hạt muối bỏ vào ly nước sẽ làm người uống thấy mặn, nhưng hạt muối bỏ vào Sông Hằng sẽ không tác dụng mặn được. Do vậy, Đức Phật nói rằng **một nghiệp ác nhỏ có thể đẩy chúng ta xuống địa ngục, trong khi với người biết tu, nghiệp nhỏ như thế sẽ gần như không tác dụng**. Kinh AN 3.99 viết (bản dịch HT Thích Minh Châu), trích:

“- Hạng người như thế nào, này các Tỷ-kheo, có làm nghiệp ác nhỏ mọn, và nghiệp ác ấy đưa người ấy vào địa ngục?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, có người thân không tu tập, giới không tu tập, tâm không tu tập, tuệ không tu tập, hạn hẹp, tự ngã nhỏ nhen, sống chịu khổ ít oi. Người như vậy, này các Tỷ-kheo, làm nghiệp ác nhỏ mọn, và nghiệp ác ấy đưa người ấy vào địa ngục.

## NGUYỄN GIÁC

Hạng người như thế nào, này các Tỷ-kheo, có làm nghiệp ác nhỏ mọn tương tợ, và nghiệp ác ấy đưa người ấy đến cảm thọ ngay trong hiện tại, cho đến chút ít cũng không thấy được (trong đời sau), nói gì là nhiều?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, có người thân được tu tập, giới được tu tập, tâm được tu tập, tuệ được tu tập, không có hạn hẹp, tự ngã to lớn, sống đời vô lượng. Người như vậy, này các Tỷ-kheo, có làm nghiệp ác nhỏ mọn tương tợ, và nghiệp ác ấy đưa người ấy đến cảm thọ ngay trong hiện tại, cho đến chút ít cũng không thấy được (trong đời sau), nói gì là nhiều.”

\*\*\*

**Xây chùa không lồ cho chư tăng bốn phương có công đức lớn ra sao?** Kinh sắp dẫn sau đây có vẻ như Đức Phật muốn nói cho hoàn cảnh hiện nay tại Việt Nam, nơi nhiều chùa lớn đang xây. Đức Phật nói, xây chùa không lồ cho chư tăng bốn phương cũng không thể có công đức bằng khởi tâm tịnh tín quy y Phật Pháp Tăng. Rồi như thế cũng không có công đức bằng tự mình giữ giới cho thanh tịnh. Rồi như thế cũng không có công đức bằng tự mình trong một khoảnh khắc tu tâm từ bi. Rồi như thế cũng không có công đức bằng trong một khoảnh khắc tu tập tương vô thường.

Như thế, *cách giải nghiệp tốt nhất là trong một khoảnh khắc khởi tâm từ bi, và trong một khoảnh khắc tu tập tương vô thường*. Kinh AN 9.20 viết như sau (bản dịch của HT Thích Minh Châu):

“Thuở xưa, này Gia chủ, có một vị Bà-la-môn tên là Velàma. Vị ấy bố thí rộng lớn như sau: Vị ấy bố thí 84.000 bát bằng vàng đựng đầy bạc. Vị ấy bố thí 84.000 bát bằng bạc đựng đầy vàng. Vị ấy bố thí 84.000 bát bằng đồng đựng đầy châu báu. Vị ấy bố thí

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

84.000 con voi với đồ trang sức bằng vàng, với các ngọn cờ bằng vàng, bao trùm với những lưới bằng chỉ vàng và 84.000 cỗ xe, được trải với da sư tử, được trải với da cạp, được trải với da báo, được trải với mềm màu vàng, với những trang sức bằng vàng, với các ngọn cờ bằng vàng, bao trùm với những lưới bằng chỉ vàng. Vị ấy bố thí 84.000 con bò sữa, cột bằng những sợi dây gai mịn với những thùng sữa bằng bạc. Vị ấy bố thí 84.000 thiếu nữ, trang sức với những bông tai bằng châu báu. Vị ấy bố thí 84.000 giường nằm trải nệm bằng len thêu bông, nệm bằng da con sơn dương gọi là kadali, tấm khảm với lều che phía trên, có đầu gối chân màu đỏ hai phía. Vị ấy bố thí 84.000 thước vải, bằng vải gai mịn màng nhất, bằng vải lụa mịn màng nhất, bằng vải len mịn màng nhất, bằng vải bông mịn màng nhất. Và ai có thể nói về các đồ ăn, đồ uống, loại cứng, loại mềm, các loại đồ ăn nếm và các loại nước đường. “Chúng tôi nghĩ chúng chảy như dòng sông”.

Có thể, này Gia chủ, Ông nghĩ: “Có thể Bà-la-môn Velàma là một người nào khác, vị đã bố thí một cách rộng lớn như vậy”. Này Gia chủ, chớ có nghĩ như vậy. Chính lúc ấy, Ta là Bà-la-môn Velàma, chính Ta đã bố thí rộng lớn ấy. Nhưng này Gia chủ, khi bố thí ấy được cho, không có một ai xứng đáng để nhận bố thí. Không có một ai làm cho thanh tịnh bố thí ấy. Này Gia chủ, dầu Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn, nếu có ai bố thí cho một người chánh kiến, bố thí này lớn hơn quả lớn kia.

Này Gia chủ, dầu Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn và có ai bố thí cho 100 người chánh kiến, và có ai bố thí cho một vị Nhất lai, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia.

Này Gia chủ, dầu cho Bà-la-môn Velàma bố thí rộng lớn, và có ai bố thí cho 100 người Nhất lai, và có

## NGUYỄN GIÁC

ai bố thí cho một vị Bất lai, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia.

Này Gia chủ, dầu Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn, và có ai bố thí cho 100 vị Bất lai, và có ai bố thí cho một vị A-la-hán, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia.

Này Gia chủ, dầu Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn hơn, và có ai bố thí cho một vị A-la-hán, và có ai bố thí cho một vị Độc Giác Phật, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia.

Này Gia chủ, dầu cho Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn và có người bố thí cho 100 vị Độc Giác Phật, có ai bố thí cho Như Lai, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia.

Này Gia chủ, dầu cho Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn, và có ai bố thí cho chúng Tỷ-kheo với đức Phật là vị thượng thủ, và có ai xây dựng một tinh xá cho chúng Tăng trong bốn phương...

và có ai với tâm tịnh tín qui y Phật, Pháp và Tăng, và có ai với tâm tịnh tín chấp nhận học pháp, từ bỏ sát sanh, từ bỏ lấy của không cho, từ bỏ tà hạnh trong các dục, từ bỏ nói láo, từ bỏ không đắm say rượu men, rượu nấu...

Và có ai với tâm tịnh tín, chấp nhận học pháp... từ bỏ không đắm say rượu men, rượu nấu, và ai tu tập từ tâm giải thoát, cho đến trong khi khoảnh khắc vắt sữa bò, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia.

Này Gia chủ, dầu cho Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn, có ai bố thí một vị đầy đủ chánh kiến.. và có ai bố thí cho 100 vị đầy đủ chánh kiến.. và có ai bố thí một vị Bất lai... và có ai bố thí trăm vị Bất lai, và có ai bố thí một vị A-la-hán... và có ai bố thí trăm vị A-la-hán...

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

và có ai bố thí một vị Độc giác Phật, và có ai bố thí trăm vị Độc giác Phật, và có ai bố thí Như Lai, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác...

và có ai bố thí chúng Tỷ-kheo với đức Phật là vị cầm đầu, và có ai cho xây dựng một tinh xá cho chúng Tăng trong bốn phương...

và có ai với tâm tịnh tín quy y Phật, Pháp và chúng Tăng... và có ai tâm tịnh tín chấp nhận học pháp, từ bỏ sát sanh... từ bỏ đắm say rượu men, rượu nẫu...

và có ai dầu chỉ **trong một khoảnh khắc vắt sữa bò, tu tập từ tâm...**

và có ai dầu chỉ **trong một khoảnh khắc búng ngón tay, tu tập tướng vô thường**, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia.” (1)

### GHI CHÚ:

(1) Kinh AN 9.20 (Kinh Velàma):

[https://suttacentral.net/an9.20/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/an9.20/vi/minh_chau)

# XÂY CHÙA VÀ XÂY ĐẠO TRÀNG

Có nên xây chùa lớn? Hay chỉ nên xây chùa nhỏ? Những câu hỏi như thế đang được thảo luận. Bài viết này không có ý thảo luận (và tranh luận), duy chỉ muốn nêu lên vài khía cạnh bên lề -- những hình ảnh rời rạc về các ngôi chùa trong ký ức, và chép lại lời Đức Phật dạy trong Kinh SA 805.

Thực ra, chuyện xây chùa lớn vượt ngoài tầm nhìn của một người đứng từ thật xa như tôi. Đó là cuộc thảo luận của các chuyên gia nhiều lĩnh vực. Thí dụ, các nhà kinh doanh về du lịch. Hiển nhiên là, một ngôi chùa khổng lồ, hay một vòng cung du lịch tâm linh nhiều chùa sẽ tạo ra việc làm cho hàng chục ngàn người. Các thành phố ven biển như Nha Trang, Vũng Tàu... không cần làm gì cũng thu hút du khách tới. Nhưng các làng xã nơi góc núi vắng, người dân có thể đang mong đợi các ngôi chùa lớn có thể tạo ra việc làm cho nhiều người, kể cả anh chạy xe ôm, chị bán nước mía... Không cần bao nhiêu kỹ năng, nhưng là việc làm suốt đời; đó là hy hữu trong thời robot. Nhưng cũng cần ý kiến từ các chuyên gia kế toán (và kiểm toán) xem xét, vì tiền chùa, từ nhận vào tới chi ra đều nên tránh tham những đục khoét, vì đất là của chính phủ (hình như nhiều chùa không thuộc sở hữu của GHPGVN?). Đó là chưa kể tới nên nghe ý kiến



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

các chuyên gia xã hội học, xem tác dụng xây chùa lớn đối với các thị trấn quanh chùa (thí dụ, nếu bên cạnh chùa lớn lại có casino như có bản tin từng nêu ra, thì hỏng; nếu thêm nhiều khóa thiền tập, nhiều lớp về Phật pháp thì tốt).

Trước tiên, tôi nghĩ rằng nên xây nhiều chùa. Dĩ nhiên, nên trong phạm vi hợp lý của hoàn cảnh kinh tế và xã hội địa phương. Lý do đơn giản: thời thơ ấu nếu không quen nhìn thấy mái chùa (dù là các chùa nhỏ, không phải những kiến trúc có thể gây kinh ngạc các nhà mỹ thuật), nếu không thỉnh thoảng nghe tiếng kinh kệ (dù lúc đó không hiểu gì)... thì không chắc gì tôi đã có say mê với Phật pháp như hiện nay.

Gia đình tôi thời đó sống trong xóm Chuồng Bò, nơi đường Nguyễn Thông nối dài. Vào thời kỳ hơn sáu thập niên về trước, nơi đó kể như hoàn toàn là miệt quê. Trong ký ức tôi về thời thơ ấu là các ao rau muống, các rặng tre xanh hai bên đường. Rạng sáng là nghe tiếng xe thồ mộ, vó ngựa gập ghềnh. Có một thời tôi bị bệnh ghẻ, thuốc nào uống cũng không hết. Má tôi đưa ra một bác sĩ ở đường Lê Văn Duyệt, chỗ gần nơi về sau có rạp hát Thanh Vân, chích thuốc mấy lần cũng không hết. Thế là ghẻ hành, ngứa quá, đêm ngủ khóc hoài thôi. Má tôi bắt hai dì đi xin đủ thứ lá, hề nghe nói lá nào trị ghẻ là bắt đi xin liền; cứ mỗi chiều là nấu một nồi không lò, rồi má tắm cho tôi.

Thế rồi, má tôi sốt ruột, đưa thằng nhóc ra ngôi đền thờ Mẫu, nhờ ông thầy pháp hầu đồng nơi đó mặc áo xanh đỏ tím vàng, cầm nhang vẽ lên không trung đủ thứ mà người ta gọi là bùa, rồi buộc dây ngũ sắc vào cổ tôi. Nhưng cả tuần sau, khắp người tôi vẫn còn ghẻ và vẫn ngứa. Không hiểu sao hỏi đó, tôi còn rất nhỏ, có thể là mới 2 hay tối đa là 4 tuổi, nhưng các hình ảnh dị thường đó vẫn in vào ký ức. Thế rồi đột ngột, tự nhiên, tới một ngày là hết ghẻ. Mấy bà dì mới kể công,

## NGUYỄN GIÁC

là nhờ hái lá ổi, nấu nước tắm mới hết ghẻ cho thằng Chít (tên hồi nhỏ, trong nhà). Bác sĩ xin ở ngoài chợ Hòa Hưng, Chí Hòa cũng thua lá ổi. Thầy pháp cũng thua vậy, tương tự. Nhưng cũng có bà bạn má tôi, nói thế là đền Mẫu linh thiêng đấy nhé.

Thực tế là, ngôi đền Mẫu xa nhà tôi, so với một ngôi chùa lúc đó chỉ cách nhà tôi một khoảng sân cát lớn, đưa chân chỉ sỏi vài chục bước. Về sau, lòng tôi thắc mắc: tại sao má tôi không đưa thằng nhóc qua chùa nhờ ông sư chữa bệnh. Có thể, má tôi chưa bao giờ thấy thầy chùa chữa bệnh? Mà không lẽ, má tôi bước sang chùa để nhờ, Thầy ơi, xin Thầy tụng kinh cho thằng Chít hết ghẻ? Nếu có chuyện như thế, mấy pho tượng Phật sẽ cười tới sập chùa.

May mắn thời đó, nhiều người đi tới đền Mẫu hát châu văn hay xiên linh (sợ lắm, ngó là sợ), vẫn là Phật tử đi chùa. Cho nên, hồi nhỏ, tôi không thấy gì dị thường. Và rồi, hình ảnh thời thơ ấu của tôi vẫn là mái chùa không có kiến trúc gì đặc biệt đó, trong khi ký ức thoáng khi cũng là tiếng xe thô mộc hòa lẫn tiếng chuông mõ... Kể lòng vòng như thế, để thấy rằng tất cả những cậu bé đều cần có ký ức thơ mộng về những ngôi chùa. Đôi khi tôi hình dung rằng, nếu thời thơ ấu của mình không gần ngôi chùa, thì không biết bây giờ ra sao.

Về sau, tới lớp 11 (hồi đó, gọi là lớp Đệ nhị), tôi lại vào Chùa Xá Lợi, ngồi lê lét các góc trong khuôn viên chùa để cắm đầu, cắm cổ vào sách học thi. Hãy hình dung thêm, rằng nếu lúc đó không có Chùa Xá Lợi cho bọn học trò như tôi vào ngôi học thi, có thể tôi sẽ vào Nhà Thờ Kỳ Đồng hay vào Thư Viện Phục Hưng của các linh mục để ngồi học thi.

Kể như thế, để thấy rằng, cần rất nhiều chùa. Bởi vì có nhiều chùa (chưa nói về khái niệm chùa lớn), Phật pháp mới gắn liền với đời sống người dân. Dĩ

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

nhiên, không phải tất cả các vị tăng, các vị ni đều là mô phạm điển hình; nhưng giới hạnh nghiêm túc hay không lại là chuyện khác, để Giáo hội giải quyết.

Câu hỏi tới đây là, Đức Phật có khuyến khích xây nhiều chùa hay không?

Thời kỳ đầu, khi các sư chưa vững vàng, Đức Phật luôn luôn bảo các sư hãy tới góc rừng, ven núi mà ngồi; thời kỳ sau, Đức Phật khuyến khích các vị sư đã vững vàng, **hãy vào làng, hãy tiếp cận với người dân** (có thể hiểu theo thời này, là hãy xây nhiều chùa).

Trong Tạng A Hàm, Kinh SA 805, bản dịch của hai Thầy Tuệ Sỹ, Thích Đức Thắng kể rằng, một nhà sư trong vườn Cấp Cô Độc, được Đức Phật khen ngợi, vì thiền tập đúng như lời Đức Phật dạy, nhưng Đức Phật cũng nói rằng có vị sư khác vi diệu hơn, vì cũng thiền tập như thế, nhưng điềm hơn là "*nuơng vào làng xóm, thành ấp mà ở*"... hiểu là, không còn ngồi gài Đức Phật nữa, mà đã hòa lẫn vào xã hội người dân "**để xây chùa...**" Kinh này trích:

*"Phật bảo Tỳ-kheo A-lê-sắt-tra:*

*"Ông tu tập thế nào An-na-ban-na niệm mà Ta đã giảng dạy?"*

*Tỳ-kheo bạch Phật:*

*"Đối các hành quá khứ con không luyến tiếc, các hành vị lai không sanh ra hoan lạc, đối với các hành hiện tại không sanh ra đắm nhiễm; khéo chân chánh trừ diệt những tướng về đối ngại bên trong và bên ngoài. Con đã tu tập An-na-ban-na niệm mà Thế Tôn đã giảng dạy như vậy."*

*Phật bảo Tỳ-kheo A-lê-sắt-tra:*

*"Ông thật sự đã tu An-na-ban-na niệm mà Ta đã giảng dạy, chứ chẳng phải không tu. Song có Tỳ-kheo đối với chỗ tu tập An-na-ban-na niệm của ông lại còn có phần vi diệu hơn, vượt trội hơn. Những gì là An-na-ban-na niệm vi diệu hơn, vượt trội hơn những gì An-*

*na-ban-na niệm tu tập? Tỳ-kheo nương vào làng xóm, thành ấp mà ở, như đã nói ở trên... cho đến, quán sát diệt thở ra, phải khéo học. Nay Tỳ-kheo A-lê-sắt-tra, đó gọi là An-na-ban-na niệm vi diệu hơn, vượt trội hơn những gì An-na-ban-na niệm mà ông tu tập.”...” (1)*

(Bản Anh dịch Lapis Lazuli Texts:

The Buddha said to Ariṣṭa, “Bhikṣu, you truly cultivate ānāpānasmṛti as I have expounded it. It is not uncultivated. However, bhikṣu, in regard to your cultivation of ānāpānasmṛti, there is still that which is superior, surpassing, and higher. What is it that is superior and surpasses the cultivation by Ariṣṭa of ānāpānasmṛti? This bhikṣu, if he **depends upon a city or village...** as previously stated in detail... up to skillfully training breathing out, contemplating cessation. This, Ariṣṭa Bhikṣu, is superior and surpasses your cultivation of ānāpānasmṛti.”) (1)

Nghĩa là, nhà sư sau khi tu học vững vàng, phải vào thành phố, vào làng, sống dựa vào chúng sinh để làm phước điền, để hoằng pháp. Còn nhà sư ngồi nơi cốc vắng, cho dù tu giỏi cỡ nào, tuy được Đức Phật khen ngợi, vẫn không thể vi diệu như nhà sư bước vào cõi bụi mà mở chùa.

Có nghĩa là, chùa là gạch, cát, xi măng... Nhưng nơi đây nên hiểu lời Đức Phật dạy rằng, khi nhà sư vào thị trấn, vào làng, không có nghĩa là dựng lên bốn bức tường để ngồi, nhưng chỉ có nghĩa là, phải tiếp cận chúng sinh để lập đạo tràng.

Chùa là cái nhìn thấy được. Trong khi đạo tràng là vô hình, khó nhìn thấy, thoát hiện, thoát ẩn.

Tại Việt Nam đang có những đạo tràng lớn nhỏ khác nhau, có khi chỉ mười người, có khi vài ngàn người.

Hãy hình dung về một sân chùa tại Sài Gòn, hay tại Huế, hay tại Hà Nội: lúc 8 giờ sáng, có năm trăm

## ĐỀ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

(chúng ta chọn con số 500 cho có không khí Kinh Phật) Phật tử tới ngôi Thiên, tụng kinh, nghe chư tôn đức Tăng Ni thuyết pháp; tới 4 giờ chiều, nhóm 500 Phật tử đó lui về nhà. Sân chùa vắng trở lại. Đạo tràng như thế là lúc hiện ra, lúc biến mất. Tuy không thấy được như ngôi chùa xi măng, nhưng chính đạo tràng mới xây dựng con người, mới là sức mạnh của dân tộc.

Nếu có chùa, mà không có đạo tràng... rồi sẽ hỏng.

Nếu không chùa, mà có đạo tràng... rồi tới lúc sẽ hưng thịnh lại được.

Nếu có chùa, và có cả đạo tràng... sẽ là tuyệt vời.

Thực tế xây chùa dễ, xây dựng đạo tràng mới khó.

Trong Kinh SA 805, Đức Phật muốn nói là vị sư hiểu đạo rồi, nên vào thị trấn, vào làng là để xây dựng đạo tràng. Hẳn là, không có ý muốn nói tới chuyện xây chùa xi măng, nhưng đây lại là phương tiện...

### **GHI CHÚ:**

(1) Kinh SA 805, bản Việt dịch:

[https://suttacentral.net/sa805/vi/tue\\_sy-thang](https://suttacentral.net/sa805/vi/tue_sy-thang)

Bản Anh dịch:

<https://lapislazulitexts.com/tripitaka/T0099-LL-0805-arista>

## VƯỢT QUA MƯỜI HAI XÚ

Trước tiên, nên thấy rằng Phật giáo là pháp xuất thế gian, pháp để thoát khổ, pháp để xa lìa ba cõi -- không phải pháp thế gian chỉ thuần để thư giãn hay chữa bệnh, tuy rằng vẫn có vô lượng hiệu ứng phụ giúp người trần nhọc gánh.

Nói thoát khổ như thế, nghĩa là thoát ra khỏi sinh tử luân hồi. Nghĩa là thoát ra khỏi những buộc ràng, những phiền trược của tất cả các kinh nghiệm của chúng ta luân hồi trong ba cõi – tức là sáu nội xứ (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý) và sáu ngoại xứ (cái được thấy, cái được nghe, cái được ngửi, cái được nếm, cái được chạm xúc và các được tư niệm).

Trong Kinh Sabba Sutta (Kinh Tất Cả -- SN 35.23), bản Việt dịch của Ngài Thích Minh Châu viết: *“...này các Tỷ-kheo, thế nào là tất cả? Mắt và các sắc; tai và các tiếng; mũi và các hương; lưỡi và các vị; thân và các xúc; ý và các pháp. Như vậy, này các Tỷ-kheo, gọi là tất cả.”* (1)

Một bài kệ của Ngài Bồ Đề Đạt Ma, khi tóm tắt tông chỉ Thiền Tông, đã nói tới mười hai xứ này (nơi đây, chúng ta trích bốn câu, thay vì đầy đủ là tám câu trong phần Nhị Chung Nhập của sách Thiếu Thất Lục Môn):

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*Ngoại tức chư duyên,  
Nội tâm vô đoan,  
Tâm như tường vách,  
Khả dĩ nhập đạo.*

Có thể dịch là: *Bên ngoài dứt bất muôn duyên, bên trong không còn tư lường tâm hơi manh mối gì, tâm y hệt như tường vách, mới có thể vào đạo.*

Bên ngoài là nói sáu ngoại xứ, bên trong là nói sáu nội xứ. Nếu lúc nào cũng thấy được tâm như thế, tất nhiên không cần tu gì nữa, làm gì cũng chỉ là thêm sương trên tuyết.

Đọc Tạng Pali, chúng ta sẽ thấy bốn câu thơ với mười sáu chữ trên là dịch rất sát nghĩa từ Kinh Trung Bộ MN-138 (Uddesavibhaṅga Sutta - Kinh Tổng thuyết và Biệt thuyết), bản Việt dịch của Ngài Thích Minh Châu là, trích:

*“Thế Tôn nói như sau: —Này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo cần phải quán sát một cách như thế nào để thức của vị ấy đối với ngoại trần không tán loạn, không tán rộng, tâm không trú trước nội trần, không bị chấp thủ quấy rối. Này các Tỷ-kheo, nếu thức đối với ngoại trần không tán loạn, không tán rộng, tâm không trú trước nội trần, không bị chấp thủ quấy rối, sẽ không có tập khởi, sanh khởi của khổ về sanh, già, chết trong tương lai.*

*Thế Tôn nói như vậy. Nói như vậy xong, Thiện Thế tử chỗ ngồi đứng dậy rồi bước vào tinh xá.”(2)*

Mấy chữ “*tâm như tường vách*” trong bản Việt dịch là “*không bị chấp thủ quấy rối,*” trong bản Anh dịch của Thanissaro Bhikkhu là “*from lack of clinging/sustenance he would be unagitated...*”

## NGUYỄN GIÁC

Nếu trực tiếp an tâm được như thế, là xong. Nhưng, giả sử, nếu còn vướng bận, còn thấy chút tâm hơi manh mối trong tâm, làm sao để tu tập?

Nơi đây, chúng ta nói về hai pháp: *hoặc ly tham, hoặc nhận ra tự tánh Không của các pháp.*

Thứ nhất, nói về pháp ly tham. Trong nhóm Kinh Tương Ưng, có 3 bản kinh có các đoạn cuối y hết nhau về ly tham: Kinh SN 22.53, Kinh SN 22.54, Kinh SN 22.55.

Nơi đây, chúng ta trích đoạn cuối Kinh SN 22.55, bản Việt dịch của Ngài Thích Minh Châu:

*“Này Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo đoạn tận tham đối với thức giới, do tham được đoạn tận, sở duyên được cắt đứt, chỗ y chỉ của thức không hiện hữu.*

*Không có chỗ y chỉ như vậy thức không tăng trưởng, không có hành động, được giải thoát; do giải thoát nên được kiên trú; do kiên trú nên được tri túc; do tri túc nên không có ưu não; do không có ưu não nên tự mình cảm thấy tịch tịnh hoàn toàn. Vị ấy biết: “Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành, những việc nên làm đã làm, không còn trở lui trạng thái này nữa”...”*

(3)

Nghĩa là, *hễ ly tham được là bên ngoài cắt đứt sở duyên, bên trong thức không chỗ bám* (không chỗ y chỉ) và như thế là kiên trú, tịch tịnh, và giải thoát.

Cũng nên ghi nhận thêm rằng, Kinh itivuttaka-1 trong Tiểu Bộ Kinh ghi lời Đức Phật rằng hễ ly tham là chắc chắn đắc quả A na hàm (Bát Lai, tức Thánh quả thứ ba). Học giả John D. Ireland trong tác phẩm “The Udana and the Itivuttaka” (Kinh Cảm Hứng Ngũ và Kinh Phật Thuyết Như Vậy) nơi phần chú thích ở trang 217 (ấn bản 2007), viết rằng ly tham ái (sensual lust) sẽ đắc quả Bát Lai, nhưng ly được tham hữu (greed for being) mới là A La Hán.



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Về ly tham, cũng có thể dẫn ra Kinh Sn 4.1 (Kama Sutta: Kinh về tham dục) trong nhóm Kinh Nhật Tụng Sơ Thời (4) – nơi đây Đức Phật dạy: “...khi xa lìa tham dục, sẽ vượt qua trần lụt, hết như ghe được tát nước và qua tới Bờ Bên Kia.”

Thứ hai, nói về pháp *nhận ra tự tánh Không của các pháp*. Cũng có nghĩa là nhận ra các pháp vốn thực là vô ngã.

Thí dụ như âm nhạc làm mê đắm lòng người, nhưng khi chẻ cây đàn ra làm trăm hay ngàn mảnh, cũng không ai tìm được âm thanh ở đâu. Nghĩa là, các pháp duyên vào nhau mới hiện ra trước mắt và bên tai chúng ta, nhưng thực tướng chính là rỗng rang vô tướng.

Kinh Tương Ưng SN 35.242 (Dutiyadārukkhandhopama Sutta -- Kinh Đòn Tỳ Bà), bản Việt dịch của Ngài Thích Minh Châu viết, trích:

*“Vị như, này các Tỷ-kheo, một vị vua hay đại thân của vua từ trước chưa từng được nghe tiếng đàn tỳ bà, nay được nghe tiếng đàn tỳ bà, vị ấy nói: “Này Bạn, tiếng ấy là tiếng gì, khả ái như vậy, khả lạc như vậy, mê ly như vậy, say đắm như vậy, hấp dẫn như vậy?” Họ nói với vị ấy: “Thưa Tôn giả, đây là đàn tỳ bà, với tiếng khả ái như vậy, mê ly như vậy, khả lạc như vậy, say đắm như vậy, hấp dẫn như vậy”. Vị ấy nói như sau: “Hãy đi và đem đàn tỳ bà ấy về cho ta”. Họ đem đàn tỳ bà về cho vị ấy, và nói như sau: “Thưa Tôn giả, đàn tỳ bà này với tiếng khả ái như vậy, khả lạc như vậy, mê ly như vậy, say đắm như vậy, hấp dẫn như vậy”. Vị ấy bèn nói: “Thôi vừa rồi đối với ta về đàn tỳ bà này. Hãy đem tiếng lại cho ta”. Họ thưa với vị ấy: “Thưa Tôn giả, cái này được gọi là đàn tỳ bà, gồm có nhiều thành phần, gồm có số lớn thành phần. Nhờ nhiều thành phần này nên đàn phát âm. Như duyên cái bầu, duyên cái da, duyên cái cán, duyên cái đầu,*

*duyên cái dây, duyên cái cung, duyên nỗ lực thích nghi của người. Như vậy, thưa Tôn giả, cái này gọi là đàn tỳ bà, gồm có nhiều thành phần, gồm có số lớn thành phần. Nhờ gồm nhiều thành phần này nên đàn phát âm”. Rồi vua ấy đập đàn tỳ bà ấy ra thành 10 mảnh, 100 mảnh; sau khi đập bể đàn tỳ bà ấy ra thành 10 mảnh, 100 mảnh, vị ấy chẻ thành từng miếng nhỏ; sau khi chẻ thành từng miếng nhỏ, vị ấy lấy lửa đốt; sau khi lấy lửa đốt, vị ấy vun lại thành đống tro; sau khi vun lại thành đống tro, vị ấy đem quạt đống tro lớn ấy trước làn gió mạnh, hay để chúng trôi theo dòng nước sông chảy mạnh. Rồi vị ấy nói: “Thật là hạ liệt, cái gọi đàn tỳ bà này, dầu cho tỳ bà là cái gì. Ở đây, đại chúng thường phóng dật, bị hướng dẫn sai lạc”.(5)*

Hễ thấy các pháp rỗng rang không thể nắm bắt như tiếng đàn tỳ bà, lập tức mười hai xứ sẽ tịch tịnh, không có gì cần phải mài giũa nữa. Một khi đã thấy tự tánh Không này xong, trọn đời chỉ cần giữ cái nhìn này; Thiền Tông gọi là, sau khi ngộ được thực tướng các pháp là vô tướng, phải bảo nhậm cái nhìn này để tập khí phiền não nhạt dần.

Trong nhóm kinh được chú tạng tạng hàng ngày khi Đức Phật sinh tiền, có bản kinh Sn 5.15 Mogharaja-manava-puccha cũng dạy rất cô đọng, rằng hãy luôn luôn tỉnh thức và nhìn tất cả các pháp rỗng rang như thế, trích:

“Hỡi Mogharaja, hãy luôn luôn tỉnh thức và nhìn thế giới như rỗng rang, với cái nhìn về tự ngã đã bùng gốc, người đó sẽ vượt qua sự chết. Thần Chết không thể thấy người đã nhìn thế giới này như thế.” (4)

Như thế, chúng ta thấy rằng nhiều kinh trong Tạng Pali là cội nguồn cho các câu thơ trên của Ngài Bồ Đề Đạt Ma, người đã khai sáng ra Thiền Tông.

## ĐỀ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

### GHI CHÚ:

- (1) Kinh SN 35.23 (Kinh Tất Cả):  
[https://suttacentral.net/sn35.23/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn35.23/vi/minh_chau)
- (2) Kinh MN-138 (Kinh Tổng Thuyết và Biệt Thuyết):  
[https://suttacentral.net/mn138/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/mn138/vi/minh_chau)
- (3) Kinh SN 22.55 (Kinh Lời Cảm Hứng):  
[https://suttacentral.net/sn22.55/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn22.55/vi/minh_chau)
- (4) Kinh Nhật Tụng Sơ Thời:  
<https://thuvienhoasen.org/p15a30590/kinh-nhat-tung-so-thoi>
- (5) Kinh SN 35.242 (Kinh Đờn Tỳ Bà)  
[https://suttacentral.net/sn35.242/vi/minh\\_chau](https://suttacentral.net/sn35.242/vi/minh_chau)

# ĐỌC SÁCH

## “ESSENCE OF THE HEART SUTRA” CỦA ĐỨC ĐẠT LAI LẠT MA ĐỜI THỨ 14

Một số bạn đã nhiều năm gõ cửa nhiều chùa, đọc nhiều kinh điển, tu nhiều tông phái, và rồi thấy rằng Phật pháp quá mênh mông, như đường học hoài không hết. Và rồi bạn chỉ muốn tìm một cuốn sách tiếng Anh duy nhất để đọc, để nghiền ngẫm ngày này qua ngày kia, nhằm nắm vững tinh yếu Phật pháp để vào cửa giải thoát. Nếu thế, xin đề nghị bạn hãy tìm đọc tác phẩm “Essence of the Heart Sutra” (viết tắt: EHS) của Đức Đạt Lai Lạt Ma đời thứ 14. Dĩ nhiên cũng có nhiều sách thích nghi tương tự, nhưng đặc biệt sách này thích hợp cho đa số, bất kể bạn xuất thân từ tông phái nào, Nam hay Bắc tông, Thiền hay Tịnh, Mật. Bởi vì, sách này chú giải Bát Nhã Tâm Kinh, một bản văn nhật tụng của Bắc Tông và đặc biệt là Thiền Tông, nhưng cũng từ cội gốc trong nhóm kinh nhật tụng sơ thời, khi Đức Phật còn sinh tiền.

Sách này có tên đầy đủ là “Essence of the Heart Sutra: The Dalai Lama’s Heart of Wisdom Teachings” (Tinh Yếu Tâm Kinh: Cốt Lõi Lời Đức Đạt Lai Lạt Ma Dạy Về Trí Tuệ) – tác giả ghi là Tenzin Gyatso The

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Fourteenth Dalai Lama. Không rõ có bản dịch tiếng Việt nào chưa; tuy nhiên, cho dù đã có vị nào dịch sang tiếng Việt, bạn cũng nên lấy bản tiếng Anh làm chính để đọc hàng ngày.

Có nhiều lý do để lấy bản tiếng Anh làm chính, bắt kể dịch giả nào có xuất sắc cách mấy. Đức Đạt Lai Lạt Ma lưu vong năm 24 tuổi (sinh 1935, lưu vong 1959), giảng pháp toàn cầu trực tiếp bằng tiếng Anh, khi gặp Phật tử từ Đông Á thường mời tứ chúng tụng Tâm Kinh theo ngôn ngữ các nước. Những thời thuyết pháp của ngài có thể xem trên YouTube. Sách này là tổng hợp nhiều bài giảng của ngài về Tâm Kinh, biên tập và duyệt lại từ nhiều người, với người dịch chủ yếu là Tiên sĩ Thupten Jinpa, một cựu tăng sĩ Tây Tạng thường đi bên cạnh ngài trong những sự kiện lớn. Jinpa viết trong Lời nói đầu năm 2002 (EHS, trang xi) rằng truyền thống Phật Giáo Tây Tạng tụng Tâm Kinh trước tất cả các buổi thuyết pháp. Do vậy, sách này rất cô đọng, và từng chữ tiếng Anh trong sách đều được cân nhắc từ nhiều vị tôn túc.

Có thể chỉ đọc sách đủ để giải thoát? Đủ để chứng quả Thánh? Có thể. Bởi vì, hành vi đọc sách, hay đọc tụng kinh điển, hay nghiền ngẫm kinh điển, cũng có thể dứt bỏ ba phần đầu trong năm hạ phần kiết sử (thân kiến, nghi, giới cấm thủ, tham và sân) – nghĩa là, chứng quả Dự lưu, còn gọi là mở Pháp Nhãn, thấy rõ đường đạo không nhầm lẫn, cho dù các phiền não vi tế chưa cắt đứt hết. Đó là lý do cho thấy đọc tụng, hay tư duy về Phật pháp là một phần trong đời sống tu hành, có từ thời Đức Phật sinh tiền.

Sách EHS dày 180 trang, do nhà xuất bản Wisdom Publications ấn hành, bản đầu tiên in năm 2002, gồm ba phần chính.

Phần I gồm 5 Chương, nói tổng quan về Phật giáo, trình bày sơ lược về nhiều tông phái trong ba thời

chuyển pháp luân, trong đó cốt tủy vẫn là Lý Duyên Khởi và cách xa lìa khổ, về ngài Long Thọ (Nagarjuna), về Tâm Kinh, một giáo lý cô đọng của Đại Thừa xuất hiện, theo Đức Đạt Lai Lạt Ma giải thích là xuất hiện nhiều thế kỷ sau Đức Phật, nhưng ngài cũng ghi rằng, “Chúng ta có thể nói rằng kinh điển Đại Thừa không do Đức Phật lịch sử dạy cho công chúng trong ý nghĩa quy ước. Thêm nữa, có thể rằng kinh điển Đại Thừa, như các kinh trong hệ thống Trí Tuệ Viên Mãn (Bát Nhã Ba La Mật), đã được dạy cho một nhóm vài vị mà Đức Phật xem là thích nghi nhất để học giáo pháp này.” (trang 47). Dĩ nhiên, một số bạn có thể cho rằng Tâm Kinh là hậu tác. Nhưng nếu bạn đọc kỹ, sẽ thấy tư tưởng Tâm Kinh đã có rất sớm trong nhóm Kinh Tập của Tạng Pali, khi Đức Phật mới thuyết pháp.

Nơi trang 52-55, Đức Đạt Lai Lạt Ma giải thích về ba thời chuyển pháp luân. Đức Phật thuyết pháp trong thời đầu tiên là dạy Tứ Thánh Đế (Khổ, Tập, Diệt, Đạo) trong đó Bát Chánh Đạo nằm trong Đạo Đế. Thời kỳ thứ nhì, Đức Phật dạy các kinh hệ thống Bát Nhã, giải thích sâu hơn về Diệt Đế (the truth of cessation, nằm trong Tứ Thánh Đế), đặc biệt là để hiểu bản chất tận cùng của thực tại là tánh không, là rỗng rang (emptiness). Và rời từ kinh nghiệm sâu hơn về tánh không, dẫn tới thời kỳ chuyển pháp luân thứ ba, khi Đức Phật dạy các kinh về Phật Tánh (Buddha Nature) còn gọi là Như Lai Tạng (Tathagatagarbha) và là nền tảng để hiểu Kim Cang Thừa. Đức Đạt Lai Lạt Ma khuyên là nên học cả ba thời dạy pháp như thế -- Thượng Tọa Bộ (Theravada), Đại Thừa (Mahayana), Kim Cang Thừa (Vajrayana) – để biết cả ba đều là lời Đức Phật dạy, để tránh cái chấp của một số vị cho rằng kinh Đại Thừa đã xa lìa Phật pháp, hay ngược lại là cái chấp cho rằng Theravada là “cỗ xe nhỏ” (trang 54).

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Ngài khuyên tất cả Phật tử nên kết hợp tất cả giáo pháp cốt tủy ba thừa vào tu tập riêng (trang 55). Nếu bạn không đồng ý với cách giải thích lịch sử đó, cũng không hề gì, vì nhiều luận sư cũng bất đồng về những chuyện như niên đại, thời kỳ... Giáo lý quan trọng là ở phần sau, nói về yếu nghĩa Tâm Kinh.

Phần II là Tâm Kinh, từ Chương 6 tới 11, giải thích về Bát Nhã Tâm Kinh. Đức Đạt Lai Lạt Ma viết rằng một vị sư Tây Tạng trung bình mất từ 5 tới 7 năm để học các kinh hệ thống Bát Nhã, và một số vị sẽ phải học thêm các bộ luận – khoảng 21 bộ luận đã được dịch từ Sanskrit sang Tạng ngữ, và rồi thêm nhiều bộ luận được các sư viết trực tiếp bằng Tạng ngữ (trang 63-64). Nói như thế để thấy truyền thống Tây Tạng xem tư tưởng Bát Nhã (còn gọi là hệ thống Trung Luận, mà Tâm Kinh là bản văn cô đọng) là cốt tủy Phật pháp.

Bản Tâm Kinh tiếng Hán Việt thường tụng ngắn hơn bản tiếng Anh trong sách EHS, nguyên dịch ra từ Tạng ngữ.

Bản Hán Việt khởi đầu là: “Quán Tự Tại Bồ Tát hành thâm Bát nhã Ba la mật đa thời, chiếu kiến ngũ uẩn giai không...”

Nhưng trong bản tiếng Anh trong sách EHS, trang 68-70, khởi đầu là: “Thus have I once heard: The Blessed One was staying in...” (Như vậy tôi nghe: Thế Tôn đang ở tại...) Khởi đầu là hình ảnh Đức Phật giữa các sư và bồ tát, “Thế Tôn nhập định về nhiều hiện tượng gọi là hiện tượng của sự thâm sâu.” (Blessed One entered the meditative absorption on the varieties of phenomena called the appearance of the profound). Đức Đạt Lai Lạt Ma chú giải rằng “sự thâm sâu” đó là chỉ vào Tánh Không (emptiness), vào Như Thị (suchness), còn gọi là “các pháp chỉ là như thế.”

Do vậy, nếu không dựa vào chú giải của Đức Đạt Lai Lạt Ma, mà cứ dựa vào từ điển, chúng ta sẽ có thể nhầm nghĩa.

Và cũng do vậy, nếu cứ vin vào chữ, thuần dựa vào văn tự, chúng ta có thể sẽ, hoặc rời xa kinh điển, hoặc mang nghĩa này nhầm sang nghĩa khác. Đức Đạt Lai Lạt Ma dẫn ra một thí dụ cụ thể là chữ Phật Tánh (Buddha Nature).

Nơi trang 82, Ngài viết, dịch là: *“Trong Đại thừa, chữ Phật Tánh có nhiều nghĩa. Trong Duy Thức Tông, Phật Tánh chỉ cho tâm vô cấu nhiễm căn bản của chúng ta mà, khi chưa nhận ra, là Tánh Phật “an trú tự nhiên” của chúng ta, và khi tỉnh thức sẽ là Tánh Phật “được chuyển hóa” của chúng ta. Bản chất Phật an trú tự nhiên này cũng là Niết bàn bản nhiên, hay sự giải thoát bản nhiên đã hiện hữu trong tất cả chúng ta. Cũng nhờ có sẵn Niết bàn bản nhiên nên bụi che mờ có thể tách rời khỏi tự tánh của tâm, và mới có thể chứng ngộ. Trong Trung Luận Tông, bản chất Phật (tức Phật Tánh) được định nghĩa khác: được định nghĩa là Không, cụ thể, là cái rỗng rang không tự thể của tâm. Đây cũng gọi là bản tánh ánh sáng trong trẻo của tâm.”*

Tuyệt vời là Tâm Kinh, cho dù chúng ta đọc một câu, hay vài câu cũng sẽ thấy sức mạnh:

*... Cho nên trong tướng Không  
Không có sắc, không có Thọ, Tướng, Hành, Thức;  
Không có Mắt, Tai, Mũi, Lưỡi, Thân, Ý;  
Không có Sắc, Thanh, Hương, Vị, Xúc, Pháp...*

Một điểm lợi ích khi đọc Tâm Kinh qua sách EHS, là khi gặp một số điểm phức tạp, Đức Đạt Lai Lạt Ma đưa ra nhiều điểm nhìn khác nhau từ nhiều luận thư. Như trong Chương 9, Interpreting Emptiness (Diễn Giải Về Không), Ngài đưa ra điểm nhìn về vô ngã qua các quan điểm Hữu bộ (Vaibhasika), Kinh Lượng bộ



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

(Sautrantika), Duy Thức Luận (Mind-only School), Trung Luận (Middle Way School).

Một điểm ghi nhận rằng Đức Đạt Lai Lạt Ma theo lập trường Trung Luận. Như nơi trang 107, Ngài phân tích về dị biệt giữa Duy Thức và Trung Luận. Duy Thức chỉ ra, phân tích về cái Không của hiện tượng ngoại xứ (hiện tượng ngoài tâm chúng ta) để xả ly tâm tham và sân, nhưng như thế vẫn chưa đủ, theo Ngài Đạt Lai Lạt Ma. Bởi vì nếu chưa nhận ra cái Không trong nội xứ (hiện tượng trong tâm chúng ta) thì sẽ có thể chấp vào, vin vào cảm thọ an lạc của thiền định, trong khi chỉ Trung Luận mới xóa rào phân biệt giữa trong và ngoài tâm, giữa ngoại xứ và nội xứ -- và đó là tận cùng, cốt tủy Tâm Kinh.

Tuy nhiên, Tánh Không không có nghĩa là không hề có gì hết, theo lời giải thích của Đức Đạt Lai Lạt Ma, vì sẽ vô nghĩa nếu phủ nhận thực tại, *“Điều này cho thấy rằng các pháp hiện hữu, nhưng trong tự thể là không; hữu thể chỉ có thể được hiểu qua ý nghĩa duyên khởi.”* (trang 112)

Và đó là Không, là Vô Ngã, rằng tất cả các hiện tượng không hề có một chút mảy may hiện hữu nội tại (each and every phenomenon lacks even a trace of intrinsic existence).

Nơi trang 122, Đức Đạt Lai Lạt Ma dẫn ra bài kệ của Long Thọ về bát bất (Tám điều không): không hề có gì sinh, cũng không hề có gì diệt; không pháp nào là thường còn, không pháp nào là đoạn diệt; không gì tới, không gì đi; không hề khác biệt, cũng không phải là một (bất sinh, bất diệt; bất thường, bất đoạn; bất lai, bất khứ; bất dị, bất nhất).

Để dễ hiểu về ý nghĩa bát bất, chúng ta hãy hình dung rằng, dẫn theo Kinh Tương Ưng SN 35.246 -- Vīṇopama Sutta (1), khi một quân vương lần đầu nghe âm thanh từ cây đàn hồ cầm, mới gọi lính đi bắt lấy

những âm thanh tuyệt vời đó. Nhạc sĩ mới nói âm thanh (tức là cái được nghe) là từ cây đàn, thân đàn, dây đàn, nhạc sĩ và cách chơi đàn đúng cách. Thế rồi nhà vua chế cây đàn làm trăm mảnh, cũng không thấy âm thanh đâu... Đức Phật kể ả dụ này nói tiếp, rằng tìm hoài sắc, thọ, tướng, hành, thức sẽ không thấy ở đâu có, và đó là vô ngã.

Tương tự, chúng ta nói đó là duyên khởi, tự thể tiếng đàn là rỗng rang, là trống không – và tiếng đàn không từ đâu tới, không từ đàn, không từ dây, không từ gỗ... do vậy, các pháp không sinh, không diệt, không thường, không đoạn, không tới, không đi, không khác, không một.

Hễ thấy như thế, tức khắc, trước mắt và bên tai là các pháp tịch diệt, tức là Niết bàn.

Nơi trang 123, Đức Đạt Lai Lạt Ma giải thích rằng hễ ai nương vào nhóm “bát bất” sẽ vào được Tam Giải Thoát Môn (Không, Vô Tướng, Vô Nguyện). Tức là, nhìn tự thể, nhìn nhân, nhìn quả.

Ngài viết, dịch như sau: *“Tám đặc tính này có thể gom vào ba phạm trù, mỗi phạm trù khảo sát Tánh Không từ một điểm nhìn khác nhau. Ba điểm nhìn này gọi là Ba Cửa Giải Thoát. Nếu chúng ta nhìn Tánh Không từ điểm nhìn của tự các pháp, chúng ta thấy tất cả hiện tượng đều rỗng rang không tự thể, và trống rỗng không đặc tính nào là tự thể (ngã). Nhìn như thế là cửa đầu tiên của giải thoát, Cửa Không. Nếu chúng ta nhìn Tánh Không từ điểm nhìn của nguyên nhân của nó, chúng ta thấy nó không sinh, không diệt, không nơ và không sạch. Đó là cửa giải thoát thứ nhì, Cửa Vô Tướng. Nếu chúng ta nhìn Tánh Không từ ảnh hưởng (quả) của nó, chúng ta thấy các pháp không thiếu (kiếm khuyết), không dư (toàn hảo). Đó là cửa thứ ba của giải thoát, Cửa Vô Nguyện.”* (trang 123)

## ĐỀ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Nói chung, đối với Phật tử đọc Anh văn, tác phẩm “Essence of the Heart Sutra” cần được nghiền ngẫm, tư duy từng lời giải thích của Đức Đạt Lai Lạt Ma. Nơi đây, Tâm Kinh, cốt tủy của Phật pháp, đã được giải thích minh bạch. Hễ ai giữ được cái nhìn rõ ràng như thế, tất nhiên là giải thoát.

### **GHI CHÚ:**

(1) Kinh SN 35.246 --  
<https://suttacentral.net/sn35.246/en/sujato>

## ĐỌC THƠ CỤ MỘC ĐẠC NGHĨ VỀ PHẬT GIÁO DÂN GIAN

Có một lời dạy của Đức Phật đã ngấm vào dòng chảy của tâm thức dân tộc mình... Đó là ý thức về vô thường, về khổ. Bởi vậy, thơ Việt Nam kể chuyện buồn nhiều hơn vui, lo lắng nhiều hơn an bình, gập ghềnh nhiều hơn bằng phẳng...

Ngay từ trang đầu Truyện Kiều, nhà thơ Nguyễn Du (1766–1820) đã viết:

*...Trải qua một cuộc bể dâu.*

*Những điều trông thấy mà đau đớn lòng*

Đó là chuyện xưa. Bây giờ nói chuyện đời nay. Rằng tôi có một người hàng xóm cao niên, người đời khi tôi vẫn gọi đùa trong tâm là “cụ Nguyễn Du đó nhen” – dĩ nhiên thơ cụ không thể hay bằng nhà thơ họ Nguyễn rất mực tôn kính của mấy thế kỷ trước, nhưng tấm lòng mê thơ của ông cụ tôi quen thì tuyệt vời.

Nơi đây hoàn toàn không có nghĩa gì là so sánh hay đối chiếu chuyện văn chương, chỉ đơn giản vì đọc thơ và nói về thơ là một niềm vui, tuyệt vời hơn uống trà và cà phê nhiều. Để nói theo kiểu tượng hình, trong khi lục phủ ngũ tạng trong tôi nửa phần có màu xanh của trà, nửa phần có màu nâu của cà phê, nhưng toàn

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

phần thịt da hần là lổm ngổm đầy chữ, chen chúc chờ xếp thành câu.

Bởi vậy, có ông cụ hàng xóm mê thơ là một cơ duyên tuyệt vời. Cụ hàng xóm thường ký tên là Mộc Đạc Nguyễn Vạn Lim trên các tác phẩm, đã từng có nhiều tác phẩm thơ, trong đó mới nhất có thi tập nhan đề “*Truyện Thơ Nàng Kiều Thời Đại – Phóng tác 2019.*”

Bút hiệu Mộc Đạc nghe lạ, nhưng hiển nhiên là không dính gì tới chuyện thơ dài hay ngắn, hay hay dở, vui hay buồn, thế sự thực tế hay khoa học viễn tưởng. Ông cụ có tên trên giấy tờ là Nguyễn Vạn Lim, có bút hiệu là Mộc Đạc. Theo tôi nhớ, trong khoảng hơn hai thập niên làm hàng xóm trong một khu nhà mobile home trên đường Bolsa, tôi không bao giờ hỏi cụ xem bút hiệu đó có nghĩa gì. Tôi tự nghĩ, chữ gì cũng vậy thôi, cũng như tôi có bút hiệu Nguyên Giác nhưng thiệt sự mình là một anh chàng vô lượng khù khờ, rất mực vô minh, vẫn thường tự nhận là mình ngu dốt có bằng cấp.

Các tập thơ của thi sĩ Mộc Đạc Nguyễn Vạn Lim không in ở dạng sách bình thường như chúng ta thấy ở thư viện. Cũng không đăng ở các trang thi văn trên Internet. Ông cụ không dùng Internet, vì đã quá cao niên khi cách mạng thông tin bùng nổ. Do vậy, các tập thơ do cụ đánh máy trên khổ giấy 8.5X11 inches. Cũng có nghĩa là, vào Google, gõ chữ “mộc đạc” là hiện ra tiểu sử một nhà Nho thế kỷ 14 ở tỉnh Thái Bình. Mộc Đạc còn có nghĩa là “cái mõ gõ.” Dù vậy hình như là, cụ Mộc Đạc thế kỷ 21 nhất định không chịu đưa thơ lên Internet. Bởi vậy, tôi là một trong số ít độc giả của cụ -- vừa hy hữu, vừa là hàng xóm đôi khi gật gù nói chuyện đời thường.

Mà chuyện đời thì vui ít buồn nhiều. Thí dụ, ý thức về vô thường và về khổ đã hiện lên trang giấy rõ

rệt, như mấy dòng thơ sau trong thi tập “Truyện Thơ Nàng Kiều Thời Đại” nơi các dòng thơ 1417-1420:

*Ngán thay cho cái lưới tình*

*Mười hai bến nước, nhục vinh đâu lường*

*Cầu xin Phật độ Trời thương*

*Mai này tránh được đoạn trường đắng cay.*

Thế đấy, thơ của cụ Mộc Đạc có hồn đạo pháp và dân tộc rõ ràng. Lưới tình là khổ, tất nhiên. Nhục vinh là vô thường, là được mất trong cõi này. Thế là phải quy y, nói kiêu ngôn ngữ dân gian là: Cầu xin Phật độ Trời thương... và tu học để sau này thoát khổ -- gọi là xa lia tất cả nhưng gì gọi là đoạn trường đắng cay.

Tuyệt vời thế đấy, ông cụ hàng xóm của tôi đã hiển lộ cho thấy một Phật giáo dân gian trong thơ.

Nói về sức sáng tác, ông cụ hơn xa rất nhiều người. Chỉ nói mấy năm gần đây thôi, riêng năm 2012, cụ Mộc Đạc có một tập thơ (Chùa Hương), một truyện thơ (Thạch Sanh), một tuyển dịch thơ (Một Thoáng Hoài Cổ).

Trong năm 2018, cụ Mộc Đạc có các tập thơ sau: Vui Đồi Vui Đạo, Truyện Thơ Trọng Thủy – My Châu, Tạp Lục Không Đề (Phiếm Thơ), Vài Mẫu Chuyện Vui (Phiếm Thơ), Chuyện Giả Tưởng (Phiếm Thơ).

Và trong tháng 1/2019, cụ Mộc Đạc có thi tập lục bát Kiều Thời Đại (truyện thơ phóng tác), dài tới 1808 dòng thơ. Nghĩa là ngắn hơn Truyện Kiều (3254 câu) của Nguyễn Du.

Có thể có người thắc mắc, tại sao phóng tác?

Thực tế, Truyện Kiều cũng là do cụ Nguyễn Du phóng tác từ “Kim Vân Kiều truyện” của Thanh Tâm Tài Nhân, đời nhà Thanh, Trung Quốc.

Chính phóng tác cũng là một thể loại văn học. Rất nhiều bộ phim lớn cũng phóng tác từ tiểu thuyết. Hay như truyện thơ Nôm “Quan Âm Thị Kính” cũng được

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

đòi sau phóng tác làm kịch, làm chèo... Và rồi trích đoạn để biến thể ra vở chèo "Thị Mầu lên chùa" đã trở thành bất tử, hễ ai vào YouTube xem là cười mãi không thôi (hiên nhiên, vở chèo ấy cũng là một Phật giáo dân gian, không phải chính thống trong kinh luận).

Hay như cụ Hồ Biểu Chánh (1884–1958) cũng từng phóng tác khoảng 12 cuốn tiểu thuyết văn học Châu Âu. Bởi vậy, phóng tác không phải là chuyện nhỏ...

Nhà thơ Mộc Đạc khởi đầu tập thơ Kiền Thời Đại (KTĐ) bằng những dòng:

*Trăm năm trăm cuộc biển dâu  
Đòi người mấy lượt qua cầu đặng cay  
Nhìn xem sự thế bấy nay  
Trải bao nhiêu chuyện tỉnh say nhục nhằn  
Giàu sang bỗng hóa cùng bần  
Quyền uy phút chốc tay chân buộc ràng  
Tình người lắm sự trái ngang  
Sự đời lắm việc đa đoan – xoay vòng  
Nhiều khi thật rất đau lòng  
Nhiều khi cũng lại nức lòng thế nhân.* (KTĐ, trang

1--10)

Để nhắc rằng, trong khi Truyện Kiều của Nguyễn Du bắt đầu giới thiệu nhân vật:

*Có nhà viên ngoại họ Vương  
Gia tư nghĩ cũng thường thường bậc trung*  
(Truyện Kiều, câu 11 – 12)

Kiền Thời Đại của cụ Mộc Đạc khi nói về nhân vật:

*Sài Gòn có một họ Hoàng  
Nổi danh phú quý đứng hàng thượng lưu  
Hoàng ông tức trí đa mưu*

NGUYỄN GIÁC

*Hoàng bà tính toán đủ điều khôn ngoan  
Gái trai con cái một đàn  
Mỗi người một vẻ đoan trang mỹ miều  
Cô đầu tên gọi Thúy Kiều  
Mày ngài mắt phượng diễm kiều thướt tha (KTĐ,  
câu 53-60)*

Cả Thúy Kiều và Thúy Vân đều đẹp tuyệt trần. Cách nhà thơ Mộc Đạc kể về nhan sắc hai nàng họ Hoàng cũng rất là cổ kính. Thí dụ, như Thúy Vân có nhan sắc:

*Phong tư kiêu cách danh gia  
Thúy Vân em cũng nếp nhà noi theo  
Hồ thu giếng mắt trong veo  
Má hồng môi thắm trắng treo gương tròn  
Vóc mai mình hạc lưng thon  
Tóc xanh óng ả mây còn kém xa  
Nói năng tế nhị ôn hòa  
Dưới nhường trên kính mẹ cha đẹp lòng. (KTĐ,  
câu 69-76)*

Cậu út là Hoàng Quan cũng được mô tả tuyệt vời:

*Hai chị phận gái thông dong  
Hoàng Quan em út nổi dòng thương gia  
Tuổi đời tuy nhỏ nhất nhà  
Việc đời thông thạo xem ra hơn người  
Thiên tư đỉnh ngộ khác đời  
Hăng say công việc chẳng rời chân tay  
Miệt mà học hỏi đêm ngày  
Lại ham sách vở và hay tìm tòi (KTĐ, câu 77-84)*

Câu chuyện khởi sự khi ba chị em dạo mát ở Thác Cam Ly (Đà Lạt) và gặp mộ nàng vũ nữ Cẩm Dung.

Và như thế, đủ thứ bất trắc trong thời chiến tranh xảy ra cho gia đình họ Hoàng.



## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

Bối cảnh câu chuyện thơ đầy sóng gió đó, phảng phất có khi nơi này, có khi nơi kia, là hình ảnh các ngôi chùa. Thí dụ các câu:

*Xa xa thấp thoáng cô thôn  
Sương lan mờ tỏ -- mờ dần bước chân  
Chuông chùa từng tiếng nhẹ ngân  
Âm ba tan loãng lắng dần ưu tư.* (KTĐ, câu 215-218)

Tiếng mõ trong thơ cho thấy là các tu sĩ trong ngôi chùa đang tụng kinh. Rồi tiếng chuông chùa nữa.

Hồn dân tộc ở đó, ngay trong các âm thanh đó. Giữa những xô xao đời thường, giữa những ưu tư cay đắng, giữa những bôn ba chân đi không ngừng... có khi thoáng nghe tiếng chuông chùa là tức khắc “tan loãng lắng dần ưu tư”... Thần diệu như thế đấy, khi tiếng chuông chùa nhẹ ngân.

Nghĩa là, nhạc đệm trong thiên trường thi Truyện Thơ Nàng Kiều Thời Đại là những nỗi sâu khổ của người dân (nơi đây, các nhân vật chính mô phỏng theo Truyện Kiều) trong dòng sử dân tộc cuối thế kỷ 20 và đầu 21 – và thoáng khi tiếng chuông chùa lại ngân lên, như nhắc nhở tỉnh thức. Thí dụ, khi Thúy Kiều hẹn với chàng Đình Chương ra đi chơi ở Đồi Cù (một thắng cảnh được các cặp tình nhân ưa thích tại Đà Lạt – bối cảnh truyện thơ này lúc hẹn hò có thể đoán là vào cuối thập niên 1950s và đầu 1960s), cho thấy:

*Thỏa tình ngày nhớ đêm mong  
Hai người tâm sự nói không dứt lời  
Thời gian chậm cũng dần trôi  
Chiều nghiêng bóng xế, chuông hồi thu không  
Giường giăng bối rối trong lòng  
Về còn luyến tiếc, ngồi không tiện ngồi*

NGUYỄN GIÁC

*Rõ tình, Kiều nhẹ ngỏ lời  
Hẹn nhau ngày tới đi chơi Đồi Cù  
Chương nghe lời nói như ru  
Nức lòng đứng dậy, kiếu từ chia tay. (KTĐ, câu  
292-302)*

Hiển nhiên, hình thức tín ngưỡng trong bối cảnh tân truyện phóng tác của cụ Mộc Đặc là Phật giáo dân gian.

Như khi Thúy Kiều sau buổi đi chơi Đồi Cù về, biếng ăn quên học (dĩ nhiên, đây là luật nhân quả, khi giới trẻ say tình là thế), nằm mơ thấy nàng Cẩm Dung hiện hồn về dẫn đi cùng khắp (pha lẫn tín ngưỡng dân gian), đi bụi đời rồi có lúc bị nát liễu dập hoa, có lúc liễu thân buôn phấn bán hoa (nghiệp quá nặng, cho dù là trong mộng bị nàng Cẩm Dung dẫn đi), thế rồi cửa thiền xuống tóc quy y một lần (dân mình cứ nghĩ là buồn mới cạo đầu đi tu, than ôi là niềm tin dân gian), khi tỉnh mộng cũng thấy kinh hoàng, qua các dòng thơ:

*Nào khi mơ thấy Cẩm Dung  
Hiện hồn về dẫn đi cùng khắp nơi  
Gian truân vất vả đã rồi  
Lúc thì nát liễu lúc thời dập hoa  
Lênh đênh cuộc sống không nhà  
Thường khi tửu quán phòng trà gửi thân  
Nguy nan khôn khổ bao lần  
Nhiều phen quản trí chẳng cần đời hoa  
Quyết tìm liễu chết cho qua  
Kiếp người buôn phấn bán hoa tiếc gì  
Cũng khi trong bước lưu ly  
Cửa thiền xuống tóc quy y một lần  
Cũng khi nhẹ bước phong trần  
Làm thân thứ thiếp nhẹ thân tôi đời  
Cũng khi vương miện lên ngôi*

## ĐỂ NGỘ TÔNG CHỈ PHẬT

*Quyền uy tột đỉnh, lại rồi hóa không* (KTĐ, câu 359-374)

Thế rồi trong hoàn cảnh riêng cũng đóng khung trong hoàn cảnh chung của đất nước, khi lòng người dân ra sức bảo vệ chánh pháp trong thời 1963 đầy sóng gió:

*Chính quyền rất lấy làm đau  
Thăng tay đàn áp kẻ đâu nhân quyền  
Đình chùa cho đến miếu đền  
Tự do lục soát, tôn nghiêm chẳng từ  
Mở đầu là các vị Sư  
Tự thiêu phản đối, sức như hải triều  
Chính quyền bối rối liêu siêu  
Đường cùng làm bậy bao điều dã man  
Nhân dân điêu đứng vô vàn*

*Sinh linh đồ thán, tiếng than dậy trời* (KTĐ, câu 893-902)

Và rồi, truyện thơ phóng tác của nhà thơ Mộc Đạc, vừa mô phỏng theo nội dung Truyện Kiều, vừa đưa vào dòng chảy lịch sử hiện đại... cho thấy đời người lênh đênh giữa sóng gió quê nhà.

Làm thế nào một thi sĩ cao niên như thế, cụ Mộc Đạc mỗi năm làm đều đặn mấy tập thơ, và rồi phóng tác Truyện Kiều? Sức làm thơ như thế hiển nhiên là tuyệt vời. Mỗi lần gặp, tôi đều chấp tay chào nhà thơ tuổi lớn, tôn kính một bậc tiền bối, người làm thơ chỉ dễ làm thơ, gọi là vui với chữ, vui thôi mà không bận tâm chuyện đời phức tạp.

Khi cụ Mộc Đạc trao tặng thi tập phóng tác trên, còn kèm thêm tập thơ nhỏ, có tên là Giã Biệt, có ghi dòng chữ viết tay là “Tự Tiễn” (nghĩa là, tự tiễn biệt).

Trích bài Giã Biệt vài câu để hiểu thêm:

NGUYỄN GIÁC

... Sinh ký – Tử qui  
Khi đến cõi đến thì  
Cũng nhắm mắt xuôi tay đi vào lòng đất tổ  
Ta nhắm tuổi đời – Trời thương Phật độ  
Cho bước qua cái ngưỡng cổ lai hy

\*

Sự đời rắc rối  
Trăm mối lụy bi  
Sinh hữu hạn – Tử bất kỳ  
Gần chín mươi tuổi – chẳng luận bàn  
Chuyện ở hay đi... (Giã Biệt, các câu 4-13)

Nhà thơ Mộc Đặc không ghi thông tin liên lạc trên các tập thơ. Tuy nhiên, đối với người yêu thơ muốn gặp, một hôm nào có dịp ghé vào khu nhà Mission del Amo trong vùng Little Saigon, nếu yêu cầu, sẽ được tôi trân trọng giới thiệu với nhà thơ cao niên tuyệt vời này. Là một hiện thân của Phật giáo dân gian, cụ vẫn đang đi đứng nằm ngồi, cũng y hệt như hàng chục triệu đồng bào tôi nơi quê nhà, vẫn đang vui buồn, đang cười nói, và đang làm thơ hàng ngày, trong khi bình tâm chờ ngày ra đi. Rất mực hy hữu tuyệt vời.



## VỀ TÁC GIẢ

Nguyên Giác, pháp danh, Cư sĩ Phật giáo, sinh năm 1952 tại Việt Nam. Hiện đang định cư tại bang California, Hoa Kỳ. Đã từng cộng tác với nhiều báo, như Tập san Nghiên cứu Triết học (Đại học Văn Khoa, Sài Gòn), Tự Thức, Văn, Văn Học, Hợp Lưu, Tạp chí Thơ, Việt Báo, Tạp chí Giao Điểm, Giác Ngộ và nhiều báo khác.

### **Các sách đã xuất bản:**

- Cậu bé và hoa mai (tập truyện ngắn)
- Thiếu nữ trong ngôi nhà bệnh (tập truyện ngắn)
- Vài chú giải về thiền đốn ngộ
- Thiền tập (biên dịch)
- Ba thiền sư (dịch từ nguyên tác của John Stevens)
- Trần Nhân Tông, Đức Vua Sáng Tổ Một Dòng Thiền (song ngữ)
- The Wisdom Within, Teachings and Poetry of the Vietnamese Zen Master Tue Trung Thuong Sy (song ngữ)
- Teachings From Ancient Vietnamese Zen Masters (song ngữ)
- Thiền tập trong đời thường
- Thiền Tông Qua Bờ Kia
- Kinh Nhật Tụng Sơ Thời
- Kinh Pháp Cú Tây Tạng