

THIỀN

Những năm gần đây, tại miền Nam Việt Nam, Thiền đã trở thành một phong trào khá sôi nổi. Danh từ Thiền được nói đến nhiều. Người ta đua nhau học Thiền, hành Thiền. Theo sách báo và thư tín từ nước ngoài gửi về, thì không những ở Việt Nam và các nước Á Châu, mà ngay tại các nước Phương Tây, quê hương của duy lý chủ nghĩa, Thiền cũng mỗi ngày mỗi có một địa vị quan trọng hơn. Vậy Thiền là gì, thế nào là hành Thiền, và hành Thiền để làm gì?

Thiền là phiên âm của từ Phạn ngữ Dhyana, trọn chữ phải gọi là Thiền na. Trong tiếng Phạn, từ Dhyana có nghĩa là đốt cháy, nên Thiền là một phương cách, một đường lối đưa dẫn hành giả tới một tâm thái yên nghỉ, tĩnh lặng, sáng suốt, trong đó cội nguồn của phiền não, khổ đau và sợ hãi, một tấm màn ngăn che chân lý, đã bị đốt cháy hoàn toàn.

Vì Thiền nhằm loại bỏ cái trạng thái lãng xãng, lao xao, chao động vốn có của Vọng Tâm, để Vọng

Tâm trở về trạng thái định tĩnh, nên còn gọi là Thiền Định.

Có người cho rằng tu Phật là phải chuyên chú hành Thiền, vì Thiền là một pháp môn cao thâm, vi diệu, đồng thời cũng là con đường ngắn nhất để đi tới giải thoát. Nhận xét này không sai. Dịch giả Trúc Thiên, một vị vừa là hành giả vừa là học giả, trong bài viết thay lời tựa của sách "SÁU CỬA VÀO ĐỘNG THIẾU THẤT" cũng khẳng định:

"Trong các ngành Phật Giáo, Thiền đứng riêng một chân trời cùng tuyệt, chủ trương chỉ thẳng vào nơi Tánh, thấy thẳng tự nơi tâm để tức khắc thành Phật, khỏi phải khổ tu nhiều kiếp. Do đó, Thiền được gọi là tối thượng thừa, nghĩa là cỗ xe tối thượng đi thẳng vào nước Phật".

Nhưng điều đáng nói là đa số hành giả đều cho rằng hành Thiền là phải ngồi, và chỉ có ngồi mới là thiền thôi, nên mỗi khi hành Thiền người ta thường tìm đến một nơi thích hợp như Thiền đường, tịnh thất, chùa chiền hoặc nơi vắng vẻ, hoặc một căn phòng biệt lập tại nhà riêng, để ngồi theo một tư thế ấn định, thở hít theo một lề lối ấn định, nhắm mắt, khóa lục căn, chặn đứng sự sống bằng giác quan, tập trung vào một đề tài nào đó, đồng thời xua đuổi mọi tư tưởng khác, không phải là đề tài, xuất hiện nơi tâm.

Đây là một ngộ nhận, một thiên chấp. Thiền không phủ nhận ngồi, nhưng các tư thế khác của con người như đi, đứng, nằm cũng đều thuận lợi và thích hợp cho hành giả cả. Nếu Thiền nhất thiết phải ngồi thì các Thiền giả không thể hành Thiền toàn thời gian, hoặc nếu có thì đã tự rút lui ra khỏi cuộc sống thế gian. Ngài Lục Tổ chẳng đã nhấn mạnh rằng:

"Ngoại ư nhất thiết cảnh giới, tâm niệm bất khởi, danh vi tọa"

Nghĩa là trước mọi cảnh vật bên ngoài mà tâm chẳng khởi suy nghĩ gọi là tọa. Như thế thì rõ ràng là tâm tọa chứ chẳng phải thân tọa.

Ngài cũng lại dạy:

"Ngoại ly tướng vi Thiền, nội bất loạn vi định".

Nghĩa là ngoài không vướng mắc hình tướng là Thiền, trong chẳng loạn là định.

Chẳng ai tìm được trong Pháp-Bảo-Đàn kinh một lời nào của Ngài buộc các đệ tử khi hành Thiền phải ngồi theo một tư thế ấn định nào đó.

Câu chuyện sau đây còn giúp ta hiểu rõ hơn:

Hoài Nhượng, một đệ tử xuất sắc nhất của Lục Tổ, thấy Mã Tổ hàng ngày siêng năng ngồi Thiền, mới hỏi:

"Ông ngồi Thiền để làm gì vậy?"

Mã Tổ đáp: "Tôi muốn thành Phật".

Hoài Nhượng không nói gì, bèn lượm một viên ngói và mài lên một phiến đá gần đó, Mã Tổ thấy vậy mới hỏi:

Thầy làm gì vậy?

Tôi mài ngói để làm gương.

Mã Tổ nói: mài ngói thành gương thì bao giờ thành được.

Hoài Nhượng đáp: Ngồi Thiền để thành Phật thì bao giờ thành được.

Một lần khác Hoài Nhượng lại nói: "Ông muốn học Thiền hay ông muốn thành Phật. Nếu ông muốn học Thiền, thì Thiền chẳng phải ngồi, chẳng phải nằm. Nếu ông muốn thành Phật thì Phật chẳng có hình tướng nào riêng biệt. Nếu ông cố thành Phật bằng cách xếp chân ngồi Thiền thì có khác gì giết Phật. Chừng nào ông còn cố chấp tư thế ngồi này thì không thể đạt được tâm yếu".

Lại nữa, Thiền cũng không đòi hỏi có một hình thức bề ngoài nào. Mọi hình thức đối với Thiền đều là những đặt bầy không cần thiết. Thiền cũng chẳng cho phép bắt chước một ai. Còn bắt chước là còn tìm kiếm mẫu mực, quyền lực mà hậu quả tất nhiên lại là vương mắc. Thiền giả phải là một khách độ hành hoàn toàn tự do. Có vậy mới mong đạt được tâm thái an nghỉ, tĩnh lặng, sáng suốt, một tâm thái giải thoát.

Để đi đến tâm thái giải thoát này, Đức Phật dạy tứ Thiền. Tứ Thiền cùng với ba mươi bảy phẩm trợ đạo, Tứ Không và Tứ Vô Lượng Tâm là phép tu của hàng Thanh Văn. Tứ Thiền là bốn bước từ thấp đến cao, mà hành giả lần lượt thực hành.

- **Sơ Thiền:** (bước thứ nhất). Thực hành bước này, hành giả đạt đến hỷ lạc nhờ ly ngoại cảnh. Hỷ là niềm vui mừng hiện ra trên dung mạo. Lạc là niềm vui phơi phới dấy lên trong lòng. Muốn ly ngoại cảnh thì hành giả phải quan sát chi tiết, rành rẽ đầy đủ **bề ngoài** các pháp thế gian. Phật học gọi việc quan sát ngoại diện này là **Tâm** hay Thô Tư hay Thô Tướng (suy xét một cách thô lậu).

Quan sát ngoại diện như thế chưa đủ, hành giả còn phải quan sát các pháp đến tận **nội dung sâu kín**, hầu biết được thực chất của chúng. Việc quan sát thứ hai này sâu sắc hơn, triệt để hơn, Phật học gọi là **Tứ** hay tế tư hay tế tướng (suy xét đến chỗ tinh tế). Một khi biết rõ bộ mặt thật của các pháp bằng **Tâm** và nội dung, thực chất của chúng bằng **Tứ** thì hành giả có thể xa lìa được mọi cám dỗ, mọi lôi cuốn của trần cảnh mà đạt được hỷ lạc. Nói khác đi, trong bước đầu **Sơ Thiền**, hành giả đạt được Thiền vị (1) "Ly Sanh Hỷ Lạc", tức là hỷ lạc do ly (trần cảnh) mà sanh ra. Ở đây hành giả đạt được niềm vui trong ngoài nhờ xa lìa mọi cám dỗ của trần cảnh. Niềm vui do xa lìa cám dỗ của trần

cảnh này là bước đầu giải thoát, khác với cảm giác quyến luyến trần cảnh vốn luôn luôn gắn liền với phiền não, khổ đau và sợ hãi.

- **Nhị Thiên:** (bước thứ hai). Trong bước này, hành giả đạt đến hỷ lạc nhờ vào sức định. Nói khác đi trong bước thứ hai này **Tâm** và **Tứ** không còn vai trò nào nữa mà ở đây hành giả nhờ tập trung tư tưởng mà đạt đến Thiên vị "Định Sanh Hỷ Lạc" tức là hỷ lạc do **Định** mà sanh ra.

- **Tam Thiên:** (bước thứ ba). Trong bước này, hành giả đã đi sâu hơn vào định và đạt đến cái vui huyền diệu nội tâm. Ở đây hỷ không còn nữa. Dung mạo của hành giả tự nhiên, bình thản, không biểu lộ một niềm vui nào, chỉ còn niềm vui sâu kín vô cùng vi diệu dấy lên trong lòng. Ở bước này thiên giả đạt thiên vị "Ly Hỷ Diệu Lạc".

- **Tứ Thiên:** (bước thứ tư). Ở đây tâm hành giả hoàn toàn thanh tịnh vì đã xả bỏ được Vọng Niệm. Cả Diệu Lạc cũng không còn nữa. Sau khi xả bỏ mọi Vọng Niệm, tức phi tư tưởng hành giả đạt đến Thiên vị "Xả Niệm Thanh Tịnh", một chứng đắc cao nhất trong Như Lai Thiên.

Về sau, khi Đại Thừa ra đời, các tổ Đại Thừa đã từ nền tảng của Tứ Thiên mà xây dựng lên Đại Thừa Thiên và khai sinh Tổ Sư Thiên, một tòa lâu đài nguy nga, tráng lệ của Phật Giáo Đại Thừa. Tổ Sư Thiên do Tổ Bồ Đề Đạt Ma du nhập vào Trung

Quốc đầu thế kỷ thứ 6, tại chùa Thiếu Lâm trong núi Tung Sơn thuộc tỉnh Hà Nam. Cũng chính từ chùa Thiếu Lâm này, từ Sơ Tổ Đạt Ma đến Lục Tổ Huệ Năng, Thiên tông đã trở thành một hào quang sáng chói của Phật Giáo. Nhiều hành giả Thiên Tông đã đạt đến những kết quả tuyệt vời mà không một ai trong các tông phái của Phật Giáo Đại Thừa sánh kịp. Cho nên văn học Phật Giáo Trung Hoa và Nhật Bản đều gọi Tổ Sư Thiên là bước siêu đẳng, là thượng tằng, là cực điểm của đạo pháp.

Thiên, phát triển đến giai đoạn này, đã chiếm giữ một vị trí tuyệt đỉnh trong đạo pháp vì hiệu quả to lớn của nó. Hiệu quả ấy sở dĩ có được là vì Thiên tông đã lấy "phi tư tưởng" làm yếu chỉ hành đạo. Như trên nói, trong Tứ Thiên, bước thứ tư là bước cao nhất trong Như Lai Thiên, Phật không dạy gì khác hơn là "xả niệm" tức ngưng dứt tư tưởng.

Một khi tư tưởng ngừng dứt, tấm màn ngăn che chân lý không còn thì lập tức hành giả trực ngộ được thực tại. **Sự trực ngộ đó mới thật là chân kiến.** Mọi loại tri kiến không do trực ngộ mà có đều là tri kiến giả dối, sai lầm, vì bị tư tưởng ngăn che, bóp méo, xuyên tạc.

Chân kiến đi đôi với chân tâm. Chân tâm là cái tâm an nghỉ, tĩnh lặng, sáng suốt. Để đi đến tâm thái này, không cần một hình thức nào, một sự giúp

đỡ nào của bất cứ ai, bất cứ tổ chức nào. Những vị tôn sư không thật cần thiết. Kinh sách chẳng còn giá trị. Kiến thức và kinh nghiệm đã tom góp chẳng có hiệu lực gì, nếu không muốn nói chính chúng lại là một trở ngại to lớn. Tâm thái ấy đòi hỏi một sự thân chứng, độc hành mà thân chứng. Và một khi đã thân chứng thì cái thân chứng ấy có thể gọi là gì cũng được, ở đây gọi là ĐẠO. Cái thân chứng ấy chẳng thể mô tả, truyền đạt được. Vì vậy mà Lão Tử, Trang Tử mới chủ trương "vô ngôn". Còn Đức Phật sau khi thành ĐẠO đã do dự chẳng muốn mở lời, và Thiền Tông thì chủ trương "bất lập văn tự" và "Dĩ Tâm truyền Tâm". Thầy trò chỉ "Tứ mục cộng tương quan" tức bốn mắt nhìn nhau, thế đã là xong, thế đã là đủ, chẳng cần đến văn tự, ngôn từ.

Cái mà Thiền giả bắt gặp ấy chẳng phải là cái gì xa lạ mà chính là cuộc sống, cuộc sống thế gian, cuộc sống giữa chợ đời. Đúng thế "sống là ĐẠO, ngoài ra không có ĐẠO nào khác. ĐẠO nào khác đều tìm thánh mà bỏ phàm, đều ham ngộ mà ghét mê, đều bỏ đời mà cầu ĐẠO, đều tự trói buộc mình". Chính cuộc sống là Niết Bàn, là cõi giải thoát nếu ta biết sống trọn vẹn với nó.

Đúng vậy, sống trọn vẹn với cuộc sống trong ngoài tức sống với chân kiện chính là chìa khóa, là yếu chỉ hành Thiền.

Vì vậy Đức Phật truyền dạy suốt 45 năm, đến khi sắp viên tịch Ngài chỉ trần trối các đệ tử nên hành "Tứ Niệm Xứ". Hành Tứ Niệm Xứ là sống trọn vẹn với cuộc sống trong ngoài, là phi thời gian tâm lý là phi tư tưởng vậy. Thiền tông đã nắm được cái cốt ráo trong lời trần trối của Phật, nên mới đưa ra khẩu hiệu hành Thiền là vô niệm, hay vô tâm, hay phi tư tưởng, "Phi tư tưởng tức tọa Thiền chi yếu dã" (2). Nhờ vậy, Thiền đã đạt những hiệu quả sáng chói. Thiền được coi là tối thượng thừa, nghĩa là một cỗ xe tối thượng đi thẳng vào nước Phật, vì Thiền chủ trương chỉ thẳng vào nơi tánh, thấy thẳng được nơi tâm, để tức khắc thành Phật. Vì vậy mới nói Thiền là con đường ngắn nhất, để đi tới giải thoát, một con đường-không-đường, con đường phi tư tưởng. Cứ phi tư tưởng nghĩa là cứ sống trọn vẹn với hiện tiền tức với cuộc sống thì lập tức phiền não, khổ đau, sợ hãi hồn nhiên tan biến và Thiền giả đạt ngay đến Thiền vị "xả niệm thanh tịnh".

Ngài J. Krishnamurti cũng nói: "When you understand the structure of your daily living with its competition, greed, ambition, and the search for power then you will see not only the absurdity of theories, of saviours, and gurus, but you may find an ending to sorrow, an ending to the whole structure which thought has put together. The

penetration into and the understanding of this structure is meditation".

Tôi xin phỏng dịch như sau:

"Khi bạn thấy biết đầy đủ, cuộc sống hàng ngày của bạn, với mọi cạnh tranh, tham lam, khát vọng và sự sục sạo mưu tìm quyền lực, thì bấy giờ bạn không những sẽ nhận ra sự vô bổ của các giáo thuyết, của các đấng cứu nhân độ thế, cũng như của các đạo sư, mà bạn còn bắt gặp sự chấm dứt mọi phiền não, sự chấm dứt toàn bộ cái cơ cấu mà tư tưởng đã vun trồng, xây dựng nên. Sự thấu triệt cơ cấu này chính là Thiền vậy".

Như vậy theo Ngài J Krishnamurti thì hành Thiền cũng chỉ là sự thấy biết đầy đủ cuộc sống hàng ngày với mọi cạnh tranh, tham lam, khát vọng hay nói khác đi, hành Thiền là thấu triệt tư tưởng của mình. Tư tưởng một khi được thấu triệt thì nó hồn nhiên ngưng dứt. Vì vậy, lại một lần nữa Ngài J Krishnamurti khẳng định: "Meditation is the ending of thought" (3).

Còn Tổ Bồ Đề Đạt Ma thì nói:

"Thấy thẳng tánh mình thì gọi là thiền. Nếu chẳng thấy tánh mình, tức không phải thiền vậy. Dầu có nói được ngàn kinh, muôn luận mà không thấy tánh thì vẫn là phàm phu, chẳng phải là pháp Phát".

Và

"Chỉ cần thấy Tánh thì đâu không biết một chữ vẫn được ĐẠO". Thấy Tánh tức là Phật. Phật là tiếng của nước Tây Thiên Trúc (Ấn Độ). Tại đây (Trung Quốc) gọi là Giác Tánh. Giác tức là linh giác. Ứng đối với cơ duyên, tiếp xúc với sự vật (ứng cơ tiếp vật). Ngẩng mày, nheo mắt, cử động chân tay đều là do tánh linh giác của chính mình.

Tánh tức tâm

Tâm tức Phật

Phật tức ĐẠO

ĐẠO tức Thiên" (4)

Cách nhau trên dưới 15 thế kỷ, hai vị thầy vĩ đại này (Ngài J. Krishnamurti và Tổ Bồ Đề Đạt Ma) cũng chỉ dạy rằng Thiên là sự tỉnh giác trước cuộc sống, không tỉnh giác không phải là thiên dù đi, đứng, nằm, ngồi gì cũng vậy.

Sự tỉnh giác trước cuộc sống trong ngoài thường nhật ấy Đức Phật gọi là Chánh Niệm. Ngài J. Krisnamurti gọi là "Constant Awareness". Sự tỉnh giác ấy không cần ai dạy dỗ, chỉ bảo. Sự tỉnh giác ấy không đòi hỏi thủ tục, hình thức hay phương pháp nào. Nó vốn đơn giản vậy. Chỉ có con người mới mưu toan phức tạp hóa nó. Mọi phức tạp hoá ấy đều không cần thiết.

Về lý thì Thiên chỉ đơn giản như thế, nhưng về sự, tức hành Thiên một cách miên mật, tinh tấn, không sao lãng, không lơ lửng lại không phải là

chuyện dễ dàng, đơn giản. Chắc chắn một khi hành Thiền, các hành giả sẽ thấy rõ điều này. Nhưng dù chưa hành Thiền đến mức miên mật, tinh tấn, thì hành giả cũng sẽ thân chứng một điều là hễ hành Thiền tức sống trọn vẹn với cuộc sống trong ngoài thì lập tức có Niết Bàn, còn hễ mắc kẹt vào thời gian và không gian tâm lý, nghĩa là rời bỏ hiện tiền, thì lập tức tư tưởng xuất hiện và Địa Ngục tức thì mở cửa. Niết Bàn và Địa Ngục rõ ràng là không có khoảng cách, không có ranh giới. Niết Bàn đây, mà Địa Ngục cũng đây.

Sống trọn vẹn với cuộc sống có nghĩa là chú tâm theo dõi mọi hoạt động của thân, khẩu, ý. Cuộc sống này không đòi hỏi một cố gắng nào. Vì có cố gắng là có mặt của tư tưởng và cuộc sống sẽ mất vẻ hồn nhiên. Mà hồn nhiên lại chính là Đạo, "bình thường tâm thị Đạo".

Cũng lại không nên có một sự tập trung nào. Vì có tập trung (concentration) tất có loại trừ. Có loại trừ tất có đối kháng, xung đột. Tâm của Thiền giả chân chính phải là cái tâm tự nhiên, nhi nhiên, thoát ly hoàn toàn mọi xung đột, đối kháng.

Một khi đã thoát vòng chi phối của thời gian tâm lý thì tư tưởng hồn nhiên ngưng dứt và hành giả lập tức giải thoát, giải thoát hoàn toàn khỏi phiền não, khổ đau và sợ hãi, nghĩa là hành giả lập

tức được hưởng hạnh phúc Niết bàn ngay trong cuộc sống trần tục này.

Với một tâm thái phi thời gian tâm lý, tĩnh lặng, sáng suốt, Thiền giả sẽ có một sự cống hiến **vô cùng to lớn và hoàn toàn tự nhiên** cho hạnh phúc gia đình, cho sự an lạc của quốc gia và cho hòa bình của thế giới như sẽ trình bày ở các bài viết kế tiếp sau.

Hơn thế, theo Kinh Điển của Phật Học và Ngũ Lục của Thiền tông thì Thiền còn giải thoát hành giả khỏi vòng sinh tử luân hồi và khơi dậy Vô Sư Trí vốn tiềm ẩn sẵn trong tất cả mọi con người thế gian.

Khi hành Thiền tức phi tư tưởng thì hành giả không còn kẹt vào Nhị Nguyên đối đãi, và từ đó dẹp bỏ được "ÁI", một mắt xích trong cái xích vòng 12 mắt mà Phật Học gọi là "Thập Nhị Nhân Duyên" (5). Đã không có "ÁI" thì tất sẽ không có "THỦ". Đã không có "THỦ" thì tất sẽ không có "HỮU". Không có "HỮU" tức không có cái mắt xích gây tạo Nghiệp Nhân trong kiếp này để rồi làm phát sinh Nghiệp Quả là hai mắt xích kế tiếp: "SANH" và "LÃO TỬ" trong kiếp sau. Cái xích vòng Thập Nhị Nhân Duyên là cái vòng nhân quả tiếp nối của sinh tử luân hồi. Chỉ cần phá vỡ được một mắt xích là toàn bộ cái xích vòng 12 mắt sẽ bung ra và không còn hiệu lực trói buộc con người

trong cái vòng lẩn quẩn sinh tử, tử sinh vô tận, vô cùng nữa.

Người tu Thiền tinh tấn thực hành Chánh Niệm sẽ không gây tạo Nghiệp Nhân mới nữa trong kiếp này, nhưng vẫn còn vô số Nghiệp Nhân cũ tích lũy trong quá khứ cũng như trong vô lượng kiếp trước đây. Một mặt không gây tạo Nghiệp Nhân mới, mặt khác kho Nghiệp Nhân cũ tiêu mòn dần đi thì sẽ có ngày, không biết là bao giờ, Nghiệp tận, Duyên cùng và hành giả mới **tự nhiên** dứt khoát giải thoát khỏi vòng sinh tử luân hồi được. Đây là một điều nằm ngoài khả năng lượng định, kiểm soát của mọi hành giả và cũng không nên để nó trở thành một điều mong mỏi, cầu cạnh, mơ ước.

Thiền còn nhằm khơi dậy, nhằm khai quật ngọc Minh Châu có sẵn trong mọi con người chúng ta nữa. Ngọc Minh Châu ấy Ngài J.Krishnamurti gọi là **Creative Emptiness** (sự rỗng lặng sáng tạo) và Phật Học gọi là **Thật Tướng Bát Nhã** mà diệu dụng của nó là **Quán Chiếu Bát Nhã**. Quán Chiếu Bát Nhã là cái biết cùng khắp nên được gọi là **Chánh Biến Tri**, lại cũng còn được gọi là **Vô Sư Trí** vì đây là cái biết tự có, đơn phương, đơn cực (unilateral or unipolar knowledge), không thầy, không bạn, không sách, không vở, khác hẳn với cái biết của Thức có tính lưỡng phương, lưỡng cực (bilateral or bipolar knowledge) sặc mùi vay mượn,

duyên sanh, hạn cuộc trong phạm vi năng, sở đối đãi, thường được gọi là **Hữu Sư Trí**, một cái biết chỉ do học hành, lượm lặt, tích lũy mà có.

Hữu Sư Trí trong Ngũ Lục của Thiền Tông thường được gọi là "cửa từ ngoài cửa đi vào", không phải cửa báu có sẵn trong nhà như **Vô Sư Trí**. Thế nên các vị Tổ và các vị Thiền sư khuyến khích quay vào khơi dậy **Vô Sư Trí**. Ngài Trúc Lâm Sơ Tổ thì viết: "Gia trung hữu bảo hưu tầm mịch" nghĩa là cửa báu đã có sẵn trong nhà đừng tìm kiếm nữa. Một vị Thiền sư thì viết: "Tự gia bảo tạng mạc tha tầm" nghĩa là cửa báu đã cất dấu ở trong nhà ta rồi, đừng có đi tìm nơi nào khác nữa.

Nhưng làm thế nào tìm ra cửa báu này hay nói cách khác là làm thế nào khơi dậy được Vô Sư Trí đang tiềm ẩn trong con người chúng ta?

Đức Phật và chư Tổ dạy rằng phải tinh tấn hành Thiền, tức phải chuyên cần hành pháp Vô Niệm và ngoài ra còn phải quét sạch mọi tập khí đóng khóm trong ký ức, tức phải thanh toán đến tận cùng mọi lưu dư, mọi dấu vết của tư tưởng nữa. Thiền sư Động Sơn, đệ tử của Mã tổ, viết:

"Tâm địa nhược vô nhân thảo mộc"

"Tự nhiên thân thượng phóng hào quang".

Nghĩa là nếu tâm ta là một thửa đất trống không có cỏ cây hoang dại mọc lên thì tự nhiên thân ta sẽ phóng ra hào quang sáng lạn. Ý nói là

nếu đạt được Tâm Không rộng lặng, hoàn toàn tẩy sạch mọi lưu dư, dấu vết của tư tưởng thì có thể tới một lúc nào đó, không thể tiên đoán, **Vô Sư Trí** sẽ **tự nhiên và bất thần** hiển lộ với tất cả cái vẻ trong sáng lộng lẫy, tròn đầy của nó (with all its splendor).

Hành Thiền hay hành pháp Vô Niệm thì dễ. Chúng ta có thể chủ động vô niệm hay phi tư tưởng ngay lập tức bằng cách chú tâm trọn vẹn vào hiện tiền, nhưng còn quét sạch mọi lưu dư, mọi dấu vết của tư tưởng thì phải đòi hỏi thời gian, dài ngắn tùy người, chắc chắn chẳng ai có thể một sớm một chiều mà hoàn thành được điều này. Vì kiến thức và kinh nghiệm tích lũy chật cứng trong ký ức con người chúng ta, chẳng dễ gì tẩy xóa cho sạch ngay được, vì thế tư tưởng hay vọng niệm vẫn cứ khăng khăng nổi lên nhất là những lúc thiếu chú tâm, thiếu tỉnh thức, những khi đối cảnh sinh tình. Các vị Thiền giả chắc chắn đã thấy được điều này. Thiền sư Cổ Đức chẳng đã từng viết:

"Phong đình ba thượng dũng"

"Lý hiện niệm du tâm"

Nghĩa là gió dừng mà sóng vẫn vỗ. Chân lý (Thể Tánh) đã hiển hiện mà niệm vẫn xâm chiếm tâm của hành giả.

Với các bậc xuất gia thì vấn đề quét sạch mọi lưu dư, dấu vết của tư tưởng có thể đơn giản, dễ

dàng hơn, so với những hành giả cư sỹ còn nặng gánh cuộc sống thế gian, như người viết bài này chẳng hạn. Vì con người chẳng thể nào có một cuộc sống hài hòa, đóng góp với xã hội thế gian mà lại không cầu trợ đến tư tưởng được. Người tu Thiền (xuất gia hay tại gia) chỉ có một cách là phải tinh tấn, bền bỉ, lâu dài rồi Vọng Niệm mới hồn nhiên thừa dần và từ từ im bật. Thầy Thích Thanh Từ có nói tới hai tâm của người tu Thiền là Tâm Kiên Cố và Tâm Trường Viễn. Thầy viết: "Kiên trì tỉnh giác là tâm kiên cố, bền bỉ lâu dài là Tâm Trường Viễn. Có kiên trì tỉnh giác mới khỏi bị niệm dẫn, có bền bỉ lâu dài mới chinh phục được chúng". Và chỉ khi vọng niệm đã hoàn toàn bị chinh phục tức hoàn toàn im bật thì Chánh Biến Tri hay Vô Sư Trí mới có cơ hiển lộ mà thôi. Hèn chi trong Thiền tông có nhiều vị Thiền giả sau khi kiến Tánh đã bền rút lui ở ẩn, hay tinh tấn tu hành vài chục năm sau mới xuất hiện hoàng dương ĐẠO pháp. Thời gian chuyển hóa và chinh phục vọng niệm này cũng dài ngắn tùy căn cơ từng người. Thiền sư Huệ Trung, một môn đệ của lục Tổ, sau khi được truyền tâm ấn đã trở về núi Bạch Nhai tỉnh Nam Dương tu liên tục 42 năm. Thiền sư Triệu Châu Tùng Thâm phải mất 30 năm. Thiền sư Duy Tín cũng trải qua một thời gian tu tập tương đương mới đến chỗ thấy núi là núi, thấy sông là sông. Nhanh hơn là Ngài Huệ Năng cũng phải một nửa thời gian này. Ngài sống 15 năm liền với

người thợ săn trong rừng sâu.

Tóm lại, hành Thiền, hay "thừa" vào cỗ xe tối thượng này thì hành giả tức thì giải thoát khỏi phiền não, khổ đau, sợ hãi, và về lâu, về dài sẽ giải thoát khỏi sinh tử luân hồi. Thêm nữa, hành giả còn có cơ bắt gặp cái mà chư Phật và chư Tổ đã bắt gặp. Đó là sự bùng nổ đến kinh thiên, động địa biến hành giả thành những bậc đại giác với trí huệ siêu phàm, tức với Chánh Biến Tri hay Vô Sư Trí.



Cước Chú

(1) Thiền vị: mùi Thiền, thú vị đạo Thiền. Nhà tu hành nhập thiền định lấy làm sung sướng mà thấy thân thể và tinh thần mình được nhẹ nhàng, khỏe khoắn, yên ổn, lặng lẽ một cách thâm thúy vi diệu (định nghĩa trong Phật học từ điển của Đoàn Trung Còn)

(2) Phi tư tưởng tức tọa Thiền chi yếu dã: yếu chỉ của việc hành Thiền là ngưng dứt tư tưởng.

(3) Thiền là sự chấm dứt tư tưởng.

(4) Trích trong thiên "Huyết Mạch Luận" của sách "Sáu Cửa Vào Động Thiếu Thất"

(5) Trong Phật Học, "Thập Nhị Nhân Duyên" là cái xích vòng nhân quả của sinh tử luân hồi gồm có 12 mắt xích sau đây:

Nhân kiếp trước: 1 - VÔ MINH
2 - HÀNH ----- gây tạo Nghiệp Nhân kiếp trước

Quả kiếp này: 3 - THỨC
4 - DANH SẮC
5 - LỤC NHẬP
6 - XÚC
7 - THỌ

Nhân kiếp này	8 - ÁI
	9 - THỦ
	10 - HỮU ---- gây tạo Nghiệp Nhân kiếp này
Quả kiếp sau	11 - SANH
	12 - LÃO TỬ

Nếu muốn không có "SANH" và "LÃO TỬ" ở kiếp sau thì phải đừng có "HỮU" (gây tạo Nghiệp Nhân kiếp này). Muốn không có "HỮU" thì phải đừng có "THỦ". Muốn không có "THỦ" thì phải đừng có "ÁI". Muốn dẹp bỏ "ÁI" thì phải phi Tư Tưởng, vì có Tư Tưởng là lập tức có yêu, có ghét, và ham muốn nảy sinh đưa đến Tham, Sân, Si hình thành. Còn Tham, Sân, Si thì không thể thoát được vòng sinh tử luân hồi.

