

THÍCH THIÊN BA-LA-MẬT THỨ ĐỆ PHÁP MÔN

QUYỂN 2

CHƯƠNG VI: PHÂN BIỆT TIỀN PHƯƠNG TIỆN CỦA THIÊN BA LA MẬT:

Nếu hành giả thông suốt như năm chương luận trước nói tướng các thiên thì nội tín khai phát, nếu muốn an tâm học tập thì phải khéo biết phương tiện. Nay nói phương tiện tu thiên. Có hai phần: Một là ngoại phương tiện, tức là áp dụng tâm ngoài định; hai là nội phương tiện, tức là pháp dụng tâm trong định. Hai thứ này gọi chung là phương tiện, tên khác của khéo léo tu học. Người mới duyên tu khéo léo tu tập nên gọi là phương tiện. Nếu nói kỹ về ngoại phương tiện thì cũng thông với nội dụng định (dùng cho nội định). Nội phương tiện cũng có ngoại dụng định (dùng cho ngoài định). Nay nói theo phần nhiều thì phải phân biệt như trên.

1. Nói ngoại phương tiện, có năm thứ: Một là có đủ năm duyên, hai là quả trách năm dục, ba là bỏ năm cái, bốn là điều năm pháp, năm là làm năm pháp. Năm thứ này có năm thành hai mươi lăm pháp, đều là khi chưa được thiên, là tướng phương tiện mới tu tâm. Đủ năm duyên: Một là trì giới thanh tịnh, hai là cơm áo đầy đủ, ba là ở chỗ vắng lặng, bốn là dứt hết các duyên, năm là được thiện tri thức giúp. Đây là năm duyên tu thiên. Trì giới thanh tịnh, có ba ý: Một là nói có giới không giới, hai là trì phạm, ba là nói sám hối. Nói có giới không giới, là người xuất gia được thọ giới cấm gọi là có giới. Có ba ý: Một là nói phát giới cơ duyên khác nhau, gồm có mười thứ: một là tự nhiên được giới, tức là Phật, không có thầy mà tự phát; hai là tự thệ được giới tức như Ca-diếp, vốn là căn tánh Bích-chi, gặp Phật ra đời làm Thanh văn, mà đáp lời Phật rằng: Phật là thầy con, con là đệ tử Phật. Nói lời ấy xong thì liền phát giới; ba là thấy chân lý được giới, tức là năm vị như câu-lân, v.v... (Kiều-trần-như...) Phật vì xoay bánh xe pháp bốn đế, liền ngộ sơ quả, do đó phát giới; bốn là ba quy được giới. Lúc đó, chưa có yết-ma

nghe Phật nói ba lần liền phát giới phẩm, vì là lợi căn; năm là tám pháp cung kính mà được giới, tức là Di mẫu của Phật. Ý Phật chẳng muốn độ người nữ xuất gia, Di mẫu hết lòng cầu khẩn, Phật khiến xa trao tám giới liền phát cụ giới; sáu là luận nghị mà được giới, tức Sa-di Tu-đà-da luận nghĩa với Phật. Phật hỏi các nghĩa vô thường, v.v... mọi việc đều đáp đủ. Sau Phật hỏi nhà ông ở đâu, thì đáp rằng: Ba cõi đều không, Vì sao Thế Tôn lại hỏi nhà của con ở đâu. Phật bảo A-nan rằng: Hãy dẫn về tăng mà trao cho giới cụ túc, lúc đó ông mới bảy tuổi; bảy là Thiện lai đắc giới, khi đạo cơ đã chín muồi, Phật gọi thiện lai thì liền đắc giới; tám là dị sư đắc giới. Tức cô Bán-ca-thi xinh đẹp bình dị, vì người nước Bán-ca-thi muốn sao đoạn, cho nên khi sai sứ trong tăng mà thay thọ giới. Sau lại về chùa Ni mà thọ giới; chín là biên địa người đứng pháp rất ít, nên cho năm người được truyền giới; mười là người ở giữa nước nhiều nên đủ mười người mới được truyền giới. Đây là mười trường hợp đắc giới. Nay phần nhiều đều dùng mười người yết-ma mà được giới. Đây là nói về tướng có giới.

Tiếp nói thể tướng của giới: có hai giáo môn khác nhau. Nếu giáo Tiểu thừa thì nói giới là thiện pháp vô tác, thọ giới nhân duyên đầy đủ. Nếu phát được giới vô tác, sau đó ngủ nghỉ, nhập định. Thiện này mặc tình tự sinh, chẳng phải thân miệng ý tạo tác, vì vô tác chính là thể của giới. Như Tát-bà-đa hiểu giới vô tác là vô biểu sắc, không thể thấy, không có đối, còn Đàm-Vô-Đức thì nói giới vô tác là tự thứ ba, không phải sắc, không phải tâm. Các bộ đã khác, tuy chẳng thể thiên chấp, y cứ cho giáo môn Tiểu thừa, hoàn toàn là vô tác làm giới thể của giới, nghĩa ấy không sai. Nếu giáo môn Đại thừa thì nói giới từ tâm khởi, tức dùng thiện tâm làm thể của giới. Nghĩa này như kinh Anh Lạc nói: Có Sư nói Ma-ha Tăng-kỳ nói giới vô tác là Tâm pháp.

Tiếp có giới tướng khác nhau, có hai ý: Một là nếu y cứ Tiểu thừa thì bảy chúng phát tâm thọ giới tác pháp chẳng khác nhau, nên được giới cũng có hơn kém. Như Ưu-bà-tắc, Ưu-bà-di tại gia có năm giới. Nếu xưa chưa vào Phật pháp. Người nam, người nữ ấy chẳng giết cha mẹ, chẳng gây ra tội nghịch gặp thầy tốt dạy bảo quy y Tam bảo, được thọ năm giới pháp làm thành tựu, tức năm giới vô tác khởi thì gọi là được năm giới. Từ đây gọi là Thanh tín sĩ nữ (nam nữ thanh tín). Lại nữa, nói Sa-di có mười giới. Nếu hai thầy Hòa-thượng A-xà-lê đứng như pháp nhận người thanh tịnh quy y Tam bảo theo Phật xuất gia. Nếu hai thầy làm pháp thành tựu thì liền phát vô tác gọi là được giới Sa-di. Kế là nói giới tướng của Đại tăng, nếu khi làm Sa-di chẳng phạm giới

trọng, mười thầy thanh tịnh, A-xà-lê làm pháp Yết-ma đứng pháp thành như tỳ, đó gọi là được Cụ túc Đại Tỳ-kheo. Nếu Sa-di ni, Thức-xoa ma-ni, Đại giới ni có giới tướng cũng giống như thế. Bảy người xưa tuy phạm trọng cấm, nếu gặp duyên lành gọi là Đại thừa Phương Đẳng sám hối được tướng thành tựu, thì sau thọ giới cũng được vô tác thiện phát, khác với tên gọi nói trên, chẳng được giới cũng gọi là vô giới; Hai là nếu hành nhận Bồ-tát có giới hay không giới thì chẳng thể biết. Vì sao? Vì Bồ-tát nhiều đời đến nay, hoặc khi mới phát tâm gặp được duyên lành mà thọ được giới.

Ý thứ hai là nói trì phạm, có ba ý: Một là lược nói trì phạm, hai là trải riêng nói rộng về trì phạm, ba là nói phú phát. Nói chung về trì phạm, có hai: Một là tướng trì, hai là tướng phạm. 1. Tướng trì, trì là giữ gìn, như trên nói bảy hạng người thọ giới cấm của Phật là mười lợi. Hộ trì không phạm có mười lợi, như trong Tỳ-ni nói: một là nhiếp tăng (thuộc về tăng), hai là cực hảo nhiếp (thuộc về người tốt), ba là tăng an lạc trụ, bốn là chiết phục người có cao tâm, năm là hổ thẹn được an lạc trụ, sáu là chẳng tin khiến tin, bảy là đã tin khiến tin tăng trưởng, tám là ngăn dứt lâu đời này, chín là dứt ác đời sau, mười là khiến người phạm hạnh ở lâu trên đời. Hành giả một tâm kính cẩn chẳng dám hủy phạm như giữ gìn phao nổi, mảy bụi chẳng bỏ, gọi là giữ gìn cũng gọi là nắm giữ, dụ như bát đầu, đó gọi là tướng Trì. Tướng phạm: phạm là trái phạm, vốn thọ giới Phật là muốn ra khỏi sinh tử, nguyện cầu giải thoát, nay gặp duyên ác chẳng thể tự chế tâm mình, giữa đường trái phạm hoặc nặng hoặc nhẹ, nên gọi là Trái phạm. Lại nữa, phạm là phạm xúc, cũng như uống thuốc phải kiêng ăn, nay không theo lời dạy của thầy thuốc mà ăn các thức ăn xấu ác phạm xúc phạm chất thuốc. Chẳng những không lành bệnh mà bệnh càng thêm có khi phải chết. Phạm giới cũng như thế, cho nên nói là phạm.

Ý cứ riêng nói rộng về trì phạm: Là từ sơ tâm đến quả Phật, nói trì phạm có mười: Một là lúc chẳng đủ giới, nghĩa là giữ bốn giới trọng đầu chẳng phạm; hai là trì chẳng phá giới, nghĩa là chẳng phạm tăng tàn; ba là trì chẳng (bất) xuyên giới tức là đối với ba thiên sau chẳng phạm; bốn là trì chẳng lỗi giới cũng gọi là bất tạp giới, nghĩa là chẳng khởi tâm dua nịnh và khuấy rối các giác quán, tạp niệm. Cũng gọi là Định cộng giới; năm là từ tùy đạo giới, tức là tâm thực hành mười sáu quán hạnh, phát khổ nhẫn trí tuệ, cũng gọi là Đạo cộng giới; sáu là trì vô trước giới, tức người A-na-hàm nếu dứt hết chín phẩm tư duy của cõi dục đều gọi là giới Vô trước; bảy là trì giới được người trí ngợi khen là

phát tâm Bồ-đề, vì muốn cho tất cả chúng sinh được Niết-bàn nên trì giới. Trì giới như thế thì được người trí khen ngợi, cũng có thể nói là Bồ-tát giữ mười giới trọng, bốn mươi tám giới khinh. Giới này có công năng đưa đến quả Phật, nên được người trí ngợi khen; tám là trì tụ tại giới, là Bồ-tát trì giới, trong các duyên phá giới mà được tự tại, cũng có thể nói Bồ-tát biết tội và không tội chẳng thật có, nên chỉ tùy lợi ích chúng sinh mà tâm trì giới không chấp trước nên gọi là giới tự tại; chín là trì giới cụ túc, Bồ-tát đầy đủ tất cả giới pháp của chúng sinh và giới thượng địa; mười là trì tùy định giới, chẳng khởi diệt định, hiện các giới pháp oai nghi, dễ độ chúng sinh. Bốn thứ trước là giới tịnh thế gian, cũng là giới xuất thế gian. Nghĩa đủ như trước nói, phải khéo phân biệt. Hai là giới tịnh xuất thế gian. Bốn thứ sau là Tịnh giới thượng thượng xuất thế gian. Nếu như trên nói mà thọ trì, là tướng trì giới, khác với nói trên là tướng phạm giới. Đó gọi là từ sơ tâm đến quả Phật, nói cạn sâu về tướng trì giới và phạm giới. Kinh nói: Chỉ có Phật là người có đủ tịnh giới, các người khác đều gọi là người phá giới. Lại nữa, nay nói trì giới là chỉ tùy phần tùy sức mà tu khiến dần dần tiến sâu mà thanh tịnh. Nếu chẳng như thế thì chẳng thể sinh các thiền định. Lại nữa, Bồ-tát đốn hạnh dùng tuệ phương tiện, từ trong một niệm mới phát liền trì đủ mười giới, cho nên kinh nói: hai thứ phát tâm và rốt ráo chẳng khác.

Nói về phú phát, có hai ý: Một là chánh nói phú phát, hai là phân biệt với định. 1. Tướng phú phát, là hành giả trì giới làm phát sinh thiền định, phá giới tức là phú thiền định. Vì hành giả trì tịnh giới thế gian tức phát thiền thế gian. Nếu trì giới bất tịnh thế gian tức là phú thiền thế gian. Giới xuất thế gian và giới xuất thế gian thượng thượng, trì thì phát thiền mà hủy thì phú thiền, so với trên mà phân biệt. 2. Giải định phú phát. Vì chúng sinh hiện tại tu thiền bất định nên phải làm ra bốn câu phân biệt: Một là tuy có phạm giới mà phát định, còn trì giới mà chẳng phát; hai là có người phá giới mà chẳng phát, còn trì giới mà phát; ba là có người trì giới phạm giới cả hai đều phát; bốn là có người trì phạm đều chẳng phát. Một là người phạm giới tu thiền định mà phát, là quá khứ có tập nhân gốc lành sâu dày, nay tuy có tội mà năng lực gốc lành ở quá khứ mạnh hơn, cũng vì hiện tiền tu thiền định biết hổ thẹn làm duyên. Thí như người nào mắc nợ nhiều thì đòi trước, do đó mà được phát định; Hai là người trì giới mà chẳng phát định, là người này ở quá khứ chẳng trồng sâu nhân thiền định, đời này tuy trì giới tu định mà chẳng phát thiền; Ba là đều phát; Bốn là đều chẳng phát, đều có thể so sánh mà giải thích, cho nên có bốn thứ khác nhau. Tìm cội gốc thì phải

do trì giới mà phát, phạm giới thì mãi bị ngăn che. Vì sao? Nếu quá khứ mà được thiên định liền biết quá khứ đã từng trì giới mà phát định, nên thành tập nhân đời này. Đời này lại hổ thẹn sám hối thanh tịnh làm duyên, cho nên được phát gốc lành đời trước.

Ý thứ ba nói sám hối, có hai ý: Một là trước nói vận tâm sám hối, hai là nói về phương pháp sám hối. 1. Vận tâm sám hối: Nếu người tánh chẳng làm ác thì không có tội để sám hối. Hành giả đã chẳng thể quyết định trì giới, hoặc nửa chừng gặp duyên ác liền phá giới hoặc nhẹ hoặc nặng. Vì phá giới nên thi-la bất tịnh, Tam-muội chẳng sinh. Ví như chiếc áo bị dơ chẳng nhuộm được màu mới. Cho nên phải sám hối. Vì sám hối nên giới phẩm thanh tịnh, Tam-muội sẽ sinh. Ví như áo dơ đã giặt sạch thì có thể nhuộm. Hành giả như thế mà suy nghĩ. Nếu giới chẳng thanh tịnh thì quyết phải sám hối. Cho nên kinh nói: Trong Phật pháp có hai hạng người mạnh mẽ: Một là tánh chẳng làm ác; hai là đã làm rồi mà biết sám hối. Nay tạo tội biết hối cải thì gọi là người mạnh mẽ. Hễ sám hối, thì sám là sám tạ Tam bảo và tất cả chúng sinh. Hối là hổ thẹn sửa lỗi buồn khổ. Nay ta nếu tội này diệt hết thì ở tương lai thà mất thân mạng chứ chẳng bao giờ tạo nghiệp khổ như thế. Như Tỳ-kheo bạch Phật: Con thà ôm lửa dữ chứ chẳng bao giờ dám hủy phạm tịnh giới của Như lai. Sinh tâm như thế cúi mong Tam bảo chứng minh nhiếp thọ. Đó gọi là sám hối. Lại nữa, sám là bên ngoài che giấu, hối là bên trong tự trách. Sám là biết tội làm ác, hối là sợ bị quả báo. Như thế rất nhiều nay chẳng nói rộng. Tóm lại, nếu hay biết pháp lường dối mà dứt hẳn nghiệp ác, tu hành thiện đạo thì gọi là Sám hối.

Nói phương pháp sám hối, có ba ý: một là nói pháp sám hối khác nhau, hai là nói tội diệt có thứ lớp, ba là nói tướng phục và bất phục. Pháp sám hối chẳng đồng, lý do diệt tội đều có pháp của nó, như chiếc áo dơ, nếu dùng nước giặt ngay thì chẳng ngoài nước tro (xà bông) mà tẩy đi. Pháp diệt tội cũng giống như thế. Nay nói phương pháp sám hối thì có nhiều giáo môn, nhưng luận cốt yếu thì chẳng ngoài ba thứ: một là các pháp dòng họ, đây là giúp giới mà nói sám hối; hai là quán tướng sám hối, đây là giúp định mà nói sám hối; ba là quán vô sinh sám hối. Đây là giúp tuệ mà nói sám hối. Ba pháp sám hối này nghĩa chung cho ba tạng, Đại thừa chỉ nói theo phần nhiều. Một pháp trước phần nhiều là sám hối của Tiểu thừa, hai pháp sau phần nhiều là của Đại thừa.

- Tác pháp sám hối vì làm lành trái với việc ác, nên gọi là sám hối. Như trong Tỳ-ni một bề dùng pháp này mà diệt tội. Vì sao? Như sám thiên thứ hai, hai mươi chúng, thực hành ở riêng, nêu tội Yết-ma

tác pháp thành tựu, tức gọi là Diệt. Đây chẳng luận thấy các tướng mạo, cũng chẳng luận trí tuệ quán không. Cho nên biết chỉ là tác pháp sám hối. Yết-ma, Hán dịch là tác pháp, như thế cho đến ba thiên dưới đều là tác pháp. Việc này dễ biết. Nghĩa như trong luật đã nói rộng. Chỉ chưa nói sám hối bốn pháp trọng. Riêng có kinh tối diệu sơ giáo nêu pháp sám hối bốn tội trọng. Kinh ấy nói: Phải thỉnh ba mươi vị Tỳ-kheo tăng thanh tịnh. Ở trong đại chúng tỳ-kheo phạm tội phải tự phát lồ, tăng vì làm Yết-ma thành tựu. Lại ở trước Tam bảo mà làm các hành pháp và tụng giới mười ngàn biến thì liền được thanh tịnh. Cũng nói khiến lấy được tướng làm chứng mà nói tội diệt, được thanh tịnh. Phải biết trong luật tuy chẳng nêu nhưng trong kinh có văn Yết-ma này. Tướng mạo của tác pháp như kinh ấy đã nói rộng.

- Quán tướng sám hối: Hành giả y theo phương pháp sám hối trong các kinh chuyên tâm dụng ý, ở trong tịnh tâm mà thấy các tướng như trong giới Bồ-tát đã nói. Nếu sám mười giới trọng thì phải thấy tướng tốt, là tướng tội diệt, như thấy Phật đến xoa đầu, hoặc thấy hoa, ánh sáng v.v... thấy rồi thì tội liền diệt. Nếu chẳng thấy tướng, có sám hối cũng vô ích. Trong các Hành Pháp Đại Thừa Phương Đẳng Đà-la-ni phần nhiều có sám pháp quán tướng này. Trong ba tạng và Tạp A-hàm cũng nói phương pháp quán tướng sám hối, nghĩa là quán các tướng địa ngục, rắn độc, sợi lông trắng, v.v... thành tựu thì nói là tội diệt. Đây đều ở trong định tâm mà làm. Quán tướng sám hối phần nhiều y pháp tu định mà nói. Hỏi: Thấy các tướng làm sao biết tội diệt? Đáp: Kinh nói khác nhau, tội chỉ nêu cốt yếu, tướng chẳng ngoài bốn thứ: Một là trong mộng thấy tướng; hai là khi hành đạo nghe trên hư không có tiếng nói, hoặc thấy tướng lạ và các điềm lành; ba là trong khi ngồi thấy tướng thiện ác, trì giới, phá giới, v.v... bốn là vì nội chứng các thứ pháp môn mà đạo tâm khai phát làm tướng. Đây là tùy phạm nặng nhẹ mà phán, chẳng có nhất định. Ở dưới mà nghiệm căn tánh thiện ác lại phải lược nêu.

Hỏi: Ma-la cũng có thể làm ra các tướng này, làm cách nào để phân biệt?

Đáp: Thật như thế, tà chánh khó biết, chẳng thể nhất định. Nếu khi tướng hiện, vị Sư chân chánh liền biết. Việc phải đối mặt mà quyết đoán không thể ghi bằng văn. Cho nên hành giả khi mới sám hối phải gần gũi thiện tri thức để phân biệt tà chánh. Lại nữa, hề thấy tướng, thì bỗng nhiên trông thấy, còn tà chánh thì khó biết, nếu theo văn mà chú tâm tìm cầu thì phần nhiều là ma.

Hỏi: Nếu thế thì chẳng nên gọi là quán tướng sám hối.

Đáp: Nói quán tướng là chỉ dụng tâm hành đạo, công thành thì tướng hiện lấy đây mà phán quyết, liền biết tội diệt hay chẳng diệt. Chẳng phải nói khi hành đạo thì tâm giữ còn sự tướng mà sinh mê đắm. Nếu dụng tâm như thế thì nhất định gặp nhiều việc ma đến.

Hỏi: Hành pháp của quán tướng sám hối ra sao?

Đáp: Phương pháp đã nêu trong các kinh Đại thừa Phương Đẳng, hành giả phải tự tìm kinh, y văn mà thực hành.

- Quán vô sinh sám hối: như trong kinh Phổ Hiền Quán có kệ:

*Tất cả biển nghiệp chướng
Đều do vọng tưởng sinh
Nếu người muốn sám hối,
Ngồi thẳng nghĩ thật tướng
Các tội như sương mai
Mặt trời lên liền tan
Cho nên phải thành tâm
Sám hối cả sáu căn.*

Hành giả hành muốn Đại sám hối thì phải khởi tâm đại bi, thương xót tất cả mà thấu suốt nguồn gốc tội. Vì sao? Vì tất cả các pháp xưa nay vốn vắng lặng, còn không có phước hưởng chi là tội? Chỉ vì chúng sinh chẳng khéo suy nghĩ vọng chấp hữu vi mà khởi vô minh và các ái nhuế. Từ ba độc này mà gây ra vô lượng vô biên tất cả tội trọng, đều từ một niệm tâm không biết mà sinh ra. Nếu muốn trừ diệt chỉ phải quán tâm này từ chỗ nào mà khởi. Nếu ở quá khứ thì qua rồi đã mất. Pháp đã mất thì không có, pháp không có thì chẳng gọi là tâm. Nếu ở vị lai, thì vị lai chưa đến, pháp chưa đến thì không có, pháp không có thì cũng chẳng phải tâm này. Nếu ở hiện tại thì trong hiện tại sát-na chẳng dừng, trong tướng không dừng thì tâm chẳng thật có. Lại nữa, nếu nói hiện tại, hiện tại là ở trong, ở ngoài, hay ở khoảng giữa? Nếu nói ở trong thì chẳng đợi ngoài, trong đã tự có. Nếu nói ở ngoài thì ở ta không lỗi. Lại nữa, ngoài trần không biết thì đâu có tâm được. Đã không trong ngoài thì đâu có khoảng giữa, làm sao có chỗ dừng. Như thế mà quán thì chẳng thấy hình dáng ở nơi chốn nào. Phải biết tâm này rốt ráo vắng lặng. Đã chẳng thấy tâm thì chẳng thấy chẳng phải tâm, còn không chỗ quán hưởng chi là có năng quán. Không năng không sở, tướng diên đảo dứt hết. Diên đảo đã dứt rồi thì không có vô minh, cho đến ái nhuế (tham sân). Không có ba độc này thì tội từ đâu sinh. Lại nữa, tất cả muôn pháp đều thuộc ở tâm, tâm tánh còn không, hưởng chi là muôn pháp. Nếu không có muôn

pháp thì cái gì là tội nghiệp. Nếu chẳng có tội thì chẳng có chẳng tội. Quán tội vô sinh là phá tất cả tội. Vì tất cả các tội, căn bản tánh không, thường là thanh tịnh. Cho nên Duy-ma-cật bảo Ưu-ba-ly: Nó tự không tội chớ thêm lỗi nó. Phải ngay đây mà trừ diệt, chớ khuấy rối tâm. Lại như trong Kinh Phổ Hiền Quán chép: Quán tâm không tâm, pháp chẳng trụ pháp môn, tâm ta tự không, tội phước không chủ, tất cả các pháp thấy đều như thế. Không trụ không hoại mà thực hành sám hối gọi là Đại sám hối, gọi là Trang nghiêm sám hối, gọi là phá Hoại tâm thức sám hối, gọi là Vô tội tướng sám hối. Người thực hành sám hối này thì tâm như dòng nước chảy, trong niệm niệm thấy Bồ-tát Phổ Hiền và Phật mười phương. Cho nên biết quán sâu Vô sinh gọi là Đại sám hối, là tôn diệu nhất trong các sám hối. Trong tất cả kinh Đại thừa nói về pháp sám hối thì đều dùng quán này làm chính. Nếu lìa quán này thì chẳng được gọi là Đại Phương Đẳng Sám. Hỏi: Quán vô sinh sám hối, làm sao biết tướng tội diệt? Đáp: Như thế mà dụng tâm, trong niệm niệm tức các tội nghiệp niệm niệm tự diệt. Nếu muốn biết pháp chương đạo chuyển, thì siêng năng chẳng thôi, các tướng cũng sẽ tự hiện, quán đây rất dễ biết. Như trong quán tướng trước đã nói. Các tướng mộng lành, điềm linh định tuệ khai phát, v.v... trong đây đều nói đủ. Lại nữa, nếu hành giả quán tâm tương ứng với lý, tức là tướng tội diệt, chẳng nhọc tìm gì khác. Cho nên trong Kinh Phổ Hiền Quán nói: Khiến không tuệ này tương ứng với tâm thì phải biết trong một niệm có thể diệt hết trăm muôn ức A-tăng-kỳ tội nặng sinh tử. Lấy đây làm chứng. Nếu được tuệ vô sinh nhẫn thì liền hết các nguồn tội. Đây là Thi-la thanh tịnh, có thể tu thiền định.

Nói tội diệt thêm bậc khác nhau, sám pháp đã có khác nhau thì phải biết tội diệt cũng khác nhau. Vì sao? Vì tội có ba bậc: Một là trái vô tác mà khởi tội chương đạo; hai là tội thể tánh; ba là tội vô minh phiền não căn bản. Gọi chung là Tội. Dẹp nó hiện tiền thì tổn công đức trí tuệ của hành giả, ở vị lai chịu báo ba đường thì dẹp bỏ sắc tâm hành giả, nên gọi là Tội. 1. Nói tác pháp sám hối là phá tội trái vô tác làm chương đạo; 2. Nói quán tướng sám hối là phá tội trừ thể tánh nghiệp ác. Cho nên luận Đại thừa nói: Nếu Tỳ-kheo phạm giới sát sinh, tuy sám hối thì được giới thanh tịnh, tội chương đạo diệt hết, mà quả báo của giết chẳng mất. Đây có thể dùng chứng trước giải thích sau. Phải biết quán tướng sám hối dụng công đã lớn mà trừ được tội thể tánh; 3. Quán vô sinh tội diệt là phá trừ tội vô minh tập nhân của tất cả phiền não. Đây thì trừ rất ráo tất cả nguồn tội.

Nói tướng phục bản (trở lại như xưa) và bất phục bản (không trở lại như xưa). Hỏi: Sám hối thanh tịnh có được lại như xưa chăng? Đáp: Giải thích khác nhau. Có người nói chẳng được lại như xưa, như áo rách thì vá lại, tuy chẳng bằng chẳng rách. Có người nói được lại như xưa. Như có chẳng sạch thì giặt sẽ lại sạch, như xưa không khác. Có người nói có khi được lại, cũng có khi không được lại. Như trong luật đã nói hai thiên đầu chẳng được lại, ba thiên sau thì có thể được lại. 1. Giáo kinh đã nói làm Yết-ma sám hối thì bốn tội trọng đều lại được. Nay nói không nhất định như thế. Phải đối ba pháp sám hối trước lại làm ba nghĩa: Một là nghĩa lại được; hai là nghĩa hơn trước; ba là nghĩa tăng thượng hơn xưa. Nay phải nhờ thí dụ làm sáng tỏ. Một là tác pháp sám hối, tội diệt rồi, hoặc được lại, hoặc không được lại. Như người bệnh lạnh uống gừng quế vào thì bệnh sẽ hết, thân có được lại hoặc chẳng được lại; Hai là quán tướng sám hối, không chỉ tội diệt mà còn phát thiên định, ở đây thì hơn xưa. Vì sao? Vì vốn không có thiên định. Như người bệnh lạnh uống thạch tán vào, không chỉ hết lạnh mà lại mập khỏe hơn xưa; Ba là quán vô sinh sám hối, không phải chỉ diệt hết tội, phát các thiên định mà còn được thành đạo. Đây là hơn xưa rất nhiều, như người bệnh uống thuốc tiên, không phải chỉ ngay bệnh hết mà được thần thông biến hiện tự tại. Lấy đây mà suy thì đâu phải một loại. Hỏi: Có giới thì được như thế, còn người không giới thì thế nào? Đáp: Không giới thì lại thọ giới, hoặc có người do sám hối mà phát giới. Đây như trong kinh Phổ Hiền Quán đã nói. Lại nữa, nếu người thọ giới Bồ-tát thì chúng sinh nhiều đời đến nay hoặc đã gặp thiện tri thức mà phát tâm Bồ-đề, thọ giới Bồ-tát chỉ vì ở trong sinh tử điên đảo tạo nghiệp, vọng mất trái phạm. Nhờ nay quy y Tam bảo và lại gồm sám hối mà được thanh tịnh, dùng bản giới này cũng phát thiên định. Cho nên tuy là vô sự giới Bồ-đề bản giới, có lẽ đã có. Lại nữa, như luận Đại thừa nói: Thi-la, đời Tần gọi là Hảo thiện, ưa thực hành đạo thiện chẳng tự buông lung, gọi là Thi-la (giới), hoặc thọ giới làm lành, hoặc chẳng thuyết giảng, làm lành đều gọi là Thi-la. Nếu chẳng thọ giới làm lành mà gọi là Thi-la, là đã có Thi-la thì há chẳng được phát các thiên Tam-muội hay sao? Hỏi: Nếu thế, cần gì phải thọ giới? Đáp: Không phải thế, một là trợ đạo, hai là định ngoại tướng Phật pháp, đâu chẳng làm theo. Hỏi: Trước nói người Sơ thiên phải sám hối, cũng có khi chẳng thế. Đáp: Không cần phải một mực. Như kinh Diệu Thắng Định chép: Chỉ nên trực tâm ngội thiên tức là sám hối bậc nhất. Nếu trong khi ngội mà khó chuyển, phần nhiều chẳng được dụng tâm thì phải sám hối.

2. Nói cơm áo đầy đủ. Nay nói về y có ba thứ: Như núi Tuyết Đại sĩ học đạo chỉ có một y, tức chân chẳng đi trong nhân gian, sức chịu đựng mà thành. Đây là người bậc thượng; Hai là như Ca-diếp thường thực hành pháp đầu-đà (tu khổ hạnh) chỉ chứa ba y phần tảo mà không chứa nhiều. Đây là y pháp của người bậc trung; Ba là nếu ở các nước thường lạnh lẽo, hoặc người bậc hạ chẳng kham nổi thì Như lai cho chứa một trăm lẻ một vật, nhưng phải tác pháp thuyết tịnh, biết lượng vừa đủ, nếu quá tham cầu thì hại đạo. Pháp ăn uống đầy đủ. Ăn có bốn thứ: 1. Nếu bậc Thượng nhân Đại sĩ ở chốn núi sâu rừng thẳm chẳng có người, hễ được rau trái gì đều dùng để nuôi mạng sống; 2. Hành giả hạnh đầu-đà là theo pháp khát thực để phá bốn thứ tà mạng y theo chánh mạng mà phát sinh Thánh đạo. Nên gọi là Thánh chửng. Bốn thứ tà mạng để nuôi sống: Một là hạ khẩu thực, hai là ngưỡng khẩu thực, ba là duy khẩu thực, bốn là phương khẩu thực. Đây là tướng tà mạng. Như Xá-lợi-phất vì cô Thanh Mộc mà nói. Trong đó phải phân biệt rộng; 3. Ở A-lan-nhã (chùa, am) nhận của tín thí cúng; 4. Ở trong tăng kết tịnh thực, có các thức ăn này gọi là duyên đầy đủ. Đó gọi là y thức (cơm áo) đầy đủ. Nếu không có nhân duyên này giúp thân thì tâm chẳng an, có trở ngại cho đạo.

3. Ở chỗ vắng lặng. Nhân là chẳng làm các việc, không có ồn áo đông đúc gọi là tịnh (vắng lặng). Có ba chỗ để tu thiền: Một là ở trong rừng thẳm núi sâu, chẳng có người ở; Hai là chỗ Đầu-đà Lan-nhã cách xa làng xóm hai dặm đường, đây là chỗ vắng lặng chẳng ồn ào; Ba là chỗ xa nhà dân chúng, ở trong già-lam thanh tịnh, đều gọi là chỗ vắng lặng.

4. Dứt hết các duyên, duyên việc rất nhiều lược nói có bốn: Một là dứt duyên sinh hoạt, gọi là không làm tất cả sự nghiệp hữu vi; Hai là dứt việc người, tức là không tìm gặp hành giảc giao du qua lại; Ba là dứt các nghề khéo, tức là không làm các nghề khéo thế gian như thuốc men, bói toán, thứ số, v.v... Bốn là dứt các học hỏi, tức là đọc tụng nghe học luận nghĩa, v.v... đều bỏ hết. Đây là dứt các việc duyên. Vì sao? Vì nếu nhiều việc duyên thì việc tu định sẽ bỏ phứt, tâm loạn khó nhiếp, chẳng được định.

5. Gần gũi thiện tri thức. Có ba thứ: Một là thiện tri thức ngoại hộ: tạo tác cúng dường, khéo giúp đỡ hành giả, không làm não loạn; Hai là thiện tri thức đồng hành, là cùng tu một đạo, khuyến khích nhau không phá rối nhau; Ba là thiện tri thức giáo thọ, dùng phương tiện trong ngoài, pháp môn thiền định mà chỉ bày giúp đỡ, ấy là nói lược

năm duyên đầy đủ.

Quả trách năm dục. Trong kinh nói lia dục và pháp ác. Có giác đồng thời có quán. Lia dục tức là quả trách năm dục, pháp ác tức là bỏ năm cái. Nói năm dục tức là sắc, thanh, hương, vị, xúc đặc biệt của thế gian thường gạt gẫm mê hoặc tất cả phàm phu, làm hại việc lành, nếu chẳng biết rõ tội lỗi quả trách chán lia, thì các thiền Tam-muội không do đâu mà được một. Quả trách sắc dục tức là người nam, người nữ hình dáng đẹp đẽ, tô son dồi phấn, chớp mắt nhướn mày và các vật báu ở thế gian xanh, vàng, đỏ, trắng, các thứ sắc đẹp khiến cho người ngu mê mẫn, mà gây ra các nghiệp ác. Như vua Tần-bà-ta-la vì sắc dục mà đích thân vào nước địch ở trong phòng dâm nữ A-phạm-bà-la. Vua Ưu-điền vì sắc nhiễm mà chặt đứt tay chân năm trăm vị tiên. Như thế các nhân duyên biết tội lỗi của sắc. Như trong luận Đại thừa có nói rộng; Hai là quả trách thanh dục. Đó là tiếng kèn sáo, đàn trống âm nhạc, tiếng ca hát ngâm vịnh của trai gái khiến cho phàm phu nghe mà mê đắm, gây ra các nghiệp ác. Như năm trăm vị tiên ở trong núi Tuyết nghe tiếng hát của cô gái Chân-ca-la mà mất hết thiền định, tâm say mê cuồng loạn. Các nhân duyên như thế biết là tội lỗi của thanh như trong luận Đại thừa đã nói rộng; Ba là quả trách hương dục, đó là mùi thơm thân trai gái, mùi thơm thức ăn uống và tất cả các mùi thơm thế gian. Người ngu không biết tương thơm, nghe liền mê đắm mà gây ra các kiết sử. Như có một vị Tỳ-kheo nọ ở bên bờ ao sen nghe mùi hoa thơm mà sinh tâm ưa thích. Thần ao quả trách vì sao trộm hương thơm của ta. Vì mê đắm mùi thơm khiến các kiết sử đang nằm im đều nổi dậy. Các nhân duyên như thế biết là tội lỗi của hương, như trong luận Đại thừa nói rộng; Bốn là quả trách vị dục, đó là ngọt, chua, mặn, đắng, cay, v.v... các mùi vị ăn uống khiến cho tâm phàm phu mê đắm mà khởi nghiệp bất thiện. Như có một Sa-di thích ăn vị lạt (bơ sữa...) khi chết rồi phải làm con người. Như thế v.v... biết là tội lỗi của vị, như trong luận Đại thừa có nói rộng; Năm là quả trách xúc dục, như các phần thân nam nữ, mềm mại trơn láng, mùa lạnh thì thân ấm, mùa nóng thì thân mát và các thứ xúc khác. Người ngu vô trí vì đó mà chết chìm khởi chương ngại đạo nghiệp. Như vị tiên Độc giác, nhân xúc dục mà mất thân thông, bị dâm nữ cõi cổ. Các thứ tội lỗi của xúc dục như thế, trong luận Đại thừa đã nói rộng. Hỏi vì sao quả trách năm dục, Pháp quả trách năm dục như trong luận Đại thừa vì thương chúng sinh tương phần bị năm dục gây rối mà cứ cầu mãi không thôi. Năm dục này do đó càng thêm mạnh, như lửa thêm củi, ngọn lửa càng dữ dội. Năm dục vô ích như chó gặm

xương khô, năm dục càng thêm tranh giành như chim giành thịt, năm dục đốt người như cầm đuốc ngược gió, năm dục hại người như đập phải rắn độc, năm dục không thật như những việc thấy trong mộng, năm dục chẳng lâu như vay mượn chốc lát, người đời ngu mê thăm đấm năm dục, đến chết chẳng bỏ, đời sau chịu vô lượng khổ. Năm dục này đồng có với chúng sinh, tất cả chúng sinh bị năm dục sai khiến, gọi là tội mọi của dục. Bị lỗi dục này mà đọa vào ba đường. Nay ta tu thiền lại bị che chướng. Đây là giấc dữ phải mau tránh xa, như Thiền kinh có kệ:

*Sinh tử chẳng cắt đứt
 Vì tham dục đấm vị
 Nuôi kẻ thù trong mồi
 Rộng chịu các cay đắng
 Thân thú như thân chết
 Chín lỗ chảy bất tịnh
 Như giòi thích ăn phân,
 Thân kẻ ngu chẳng khác
 Người trí phải quán thân
 Chẳng tham đấm thế gian
 Không lụy không ham muốn
 Đó là chân Niết-bàn.
 Như Chư Phật đã nói
 Làm một tâm một ý
 Sở tức ở thiền định
 Đó gọi hạnh đầu-đà.*

Các nhân duyên như thế v.v... biết là do tội lỗi năm dục, tâm chẳng muốn gần như xa lánh oán thù. Vì xa lánh nên tâm không nóng bức, dục tưởng chẳng sinh. Đây là cốt yếu tu thiền. Tướng quả trách năm dục, như luận Đại thừa có nói rộng.

Bỏ năm cái: Một là cái tham dục, hai là cái sân giận, ba là cái ngu ngổ, bốn là cái trạo hối, năm là cái nghi. Một là bỏ cái tham dục: Trước nói trong ngoài năm trần sinh dục, nay y cứ vào nội ý căn sinh dục. Đó là hành giả ngồi thẳng tu thiền, tâm sinh dục giác, niệm niệm nối nhau, che lấp tâm lành, làm cho chẳng lớn lên được. Biết rồi liền bỏ. Vì sao? Như thuật Bà-già, dục tâm nội phát còn đốt cả thân, huống chi là tâm sinh lửa dục mà chẳng đốt các thứ pháp lành. Lại nữa, người tham dục thì cách đạo rất xa. Vì sao? Vì dục làm các thứ rối loạn chỗ ở, nếu tâm mê đấm dục thì không do đâu mà gần đạo, như kệ trừ cái nói:

Người hổ thẹn vào đạo

Ôm bát, phước chúng sinh
 Sao buông lung trần dục?
 Chìm đắm trong năm tình
 Đã bỏ năm dục rồi
 Bỏ luôn chẳng đoái hoài
 Vì sao lại muốn nữa?
 Như người ngu ăn đờm
 Khi cầu các dục khổ
 Được rồi lại sợ hãi,
 Khi mất càng lo buồn
 Tất cả không đáng vui
 Họa các dục như thế
 Quả trách mà bỏ được,
 Được phước vui thiền định
 Thử chẳng bị dối lừa.

Các thứ nội duyên quả trách cái tham dục như thế, v.v... như trong kệ trách dục của luận Đại thừa có nói.

Hai là quả trách cái sân nhuế. Sân giận là gốc sinh ra các pháp bất thiện, là nhân duyên đọa vào đường ác, là kẻ thù của pháp vui, là giặc cướp của tâm lành, phủ tạng của các thứ ác khẩu. Lại nữa, hành giả khi ngồi suy nghĩ rằng: Người này làm buồn ta, làm buồn người thân của ta, khen ngợi kẻ thù của ta. Suy nghĩ quá khứ, vị lai cũng giống như thế. Ấy là chín não, vì não (buồn) cho nên giận, vì giận cho nên hận, vì hận cho nên oán. Vì oán nên muốn báo thù, người ấy bị sân hận oán não, che tâm giác quán, nên gọi là Cái, hãy mau xả bỏ không để lớn lên. Như Thích-đề-bà-na dùng kệ hỏi Phật rằng:

Vật gì giết, an ổn
 Vật gì giết, không lo
 Vật gì gốc của độc
 Nuốt hết tất cả thiện.

Phật đáp:

Giết sân thì an ổn
 Giết sân thì không lo
 Sân là gốc các khổ
 Sân diệt, tất cả thiện.

Biết như thế rồi phải tu từ nhẫn để dứt trừ khiến cho tâm thanh tịnh, như trong luận Đại thừa, Phật dạy đệ tử kệ quả trách sân đã nói rộng.

Ba là quả trách cái ngủ nghỉ. Trong tâm mờ tối gọi là thù, buông thông chi tiết, ngời mà ngủ gục gọi là Miên. Lại nữa, ý thức mờ tối gọi là thù, năm tình che tối ngủ gục gọi là miên. Vì nhân duyên ấy nên gọi là Thù miên. Trong A-tỳ-đàm nói là tăng thêm pháp tâm số, phá được ba việc ở đời này, đó là vui lợi, vui phước đức, lại phá được thật vui đời này và đời sau. Như pháp ác này rất bất thiện. Vì sao? Vì các cái kia tình giác trừ được, còn ngủ nghỉ như người chết chẳng biết gì, nên rất khó dứt trừ. Như có Bồ-tát dạy đệ tử về ngủ nghỉ rằng:

*Dậy đi chớ nằm ôm thầy chết
Các bất tịnh giả gọi người
Như bị bệnh nặng tên bản mình
Đau đớn nhóm họp sao ngủ được
Như người bị trời sắp đem giết
Tai họa sắp đến sao ngủ yên
Giặc kết chưa hết, hại chưa dứt
Như sống chung nhà với rắn độc
Cũng như đánh trận giữa đao kiếm
Lúc đó làm sao ngủ yên được
Ngủ là mê tối chẳng thấy gì,
Hằng ngày gạt đoạt sáng suốt người,
Vì ngủ che tâm không thấy gì
Lỗi lớn như thế sao ngủ được.*

Các thứ quả trách cái ngủ như thế, cảnh giác vô thường, dứt bỏ ngủ nghỉ không để mờ tối. Nếu tâm ngủ gục phải dùng thiền trấn, thiền trượng mà đuổi đi.

Bốn là bỏ trạo hối: trạo có ba thứ: Một là thân, hai là miệng, ba là tâm. Thân trạo cử là thân thích chạy nhảy giỡn phá, ngồi không yên. Miệng trạo cử là miệng thích ca ngâm, tranh cãi phải quấy nói bàn vô ích và các lời tục thế gian. Tâm trạo cử là tâm tánh buông lung, mặc tình phan duyên, nghĩ nhớ văn chương hay ho thế gian và các giác quán xấu, gọi là tâm trạo cử. Trạo cử sẽ phá tâm xuất gia, như người nhiếp tâm cũng chẳng được định, hướng chỉ là trạo cử. Như voi say không có móc sắt, mũi lạc đà chẳng có dây dầm, không thể kèm chế được, như kệ nói:

*Ông đã cạo đầu mặc pháp y
Ôm bình bát để xin ăn
Vì sao lại thích dùng trạo cử?
Buông lung tâm tánh, mất pháp lợi.*

Đã không có pháp lợi, lại mất vui thế gian. Biết tội lỗi rồi phải mau bỏ đi. Vì hối như trạo, nếu không hối thì chẳng thành cái. Vì sao? Vì khi trạo thì chưa ở trong duyên, sau đó khi muốn vào định thì hối lớn trước sẽ gây ra buồn rầu che tâm, nên gọi là Cái. Lại nữa, hối có hai thứ: Một là nhân trạo sau sinh ra hối, như ở trước nói; Hai là như người có tội nặng thì thường lo sợ, mũi tên hối đã cắm sâu vào tâm, chẳng thể nhổ ra được, như kệ nói:

*Chẳng nên làm mà làm
Đáng làm lại chẳng làm
Lửa phiền não thiêu đốt
Đời sau đọa đường ác,
Nếu người tội mà hối
Hối rồi không còn lo
Tâm như thể an vui
Chẳng nên thường nghĩ nhiễm
Nếu có hai thứ hối,
Nếu làm mà chẳng làm
Chẳng nên làm mà làm
Ấy là tướng người ngu
Chẳng dùng tâm sửa đổi
Chẳng nên làm mà làm
Các việc ác đã làm
Chẳng thể khiến chẳng làm.*

Các thứ nhân duyên như thế quả trách cái trạo hối, tinh thần thanh tịnh, không bị cái che. Thường ở tại tâm thì vắng lặng an vui. Vì nhân duyên đó tâm được pháp hỷ.

Năm là bỏ cái nghi. Vì nghi che lấp nên đối với các pháp chẳng được tâm định. Không có định tâm thì đối với Phật pháp chẳng được gì. Thí như người vào núi báu nếu không có tay thì không lấy được. Lại nữa, nghi chung rất nhiều, chưa hẳn là chướng định, nay nghi chướng ngại cho định, thì có ba nghi: Một là nghi mình, hai là nghi thầy, ba là nghi pháp. Nghi mình là nếu người làm tự nghĩ rằng: Ta các căn ám độn, tội cấu nặng nề, không phải là người hữu dụng, tự nghi như thế thì pháp định không phát. Muốn bỏ thì không được tự khinh, vì gốc lành đời trước khó lờng; Hai là nghi thầy, người ấy oai nghi đẹp đẽ như thế mà còn vô đạo, làm sao dạy ta được. Nghi mạn như thế liền trở thành chướng đạo. Muốn trừ bỏ thì như trong luận Đại thừa đã nói. Như vàng để trong túi da thú, vì ham vàng mà chẳng bỏ da thú. Hành giả cũng

như thế. Thấy tuy không thanh tịnh nhưng cũng tưởng như Phật. Việc này như trong luận Đại thừa giải thích, luận Tát-đà-ba câu thiện tri thức đủ sáng suốt; Ba là nghi pháp, người đời bản tâm thường chấp đối với các pháp nhận được chẳng thể tin nên chẳng kính tâm vâng làm theo. Nếu tâm sinh do dự thì pháp chẳng thấm nhiễm vào tâm, vì sao? Như trong kệ quả trách nghi nói:

*Như người ở ngã rẽ
 Nghi ngờ chẳng thể quyết
 Đối thật tướng các pháp
 Nghi cũng giống như thế
 Vì nghi chẳng siêng cầu
 Các pháp thật tướng ấy
 Nghi ấy từ si sinh
 Là ác trong các ác
 Trong pháp thiện, bất thiện
 Sinh tử và Niết-bàn
 Định có pháp thật chân
 Trong đó chớ sinh nghi
 Nếu tâm ông nghi ngờ
 Ngục sinh tử lại buộc
 Như sư tử vồ nai
 Chẳng thể được giải thoát
 Ở đời tuy có nghi
 Phải theo pháp khéo mau
 Thí như nhìn đường rẽ
 Tốt đẹp phải nên theo.*

Lại nữa, trong Phật pháp, tin thì vào được. Nếu người không tin tuy ở trong Phật pháp mà không hề được gì. Các thứ nhân duyên như thế biết rõ tội lỗi của nghi thì phải mau bỏ đi. Hỏi: Các pháp bất thiện nhiều vô lượng như bụi, vì sao chỉ bỏ năm pháp? Đáp: Trong năm cái này có ba độc là đẳng phần làm căn bản, cũng được xếp vào tám mươi bốn ngàn trần lao. Vì sao? Cái tham dục tức là tham độc, cái sân nhuế tức là sân độc, ngu và nghi, hai cái này đều là si nhuế tức sân độc, ngu và nghi, hai cái này đều là si độc. Phải biết là đủ ba độc. Cái trạo hối từ biết độc mà khởi, tức thuộc đẳng phần hợp thành bốn phần phiền não, trong một tức có hai mươi một ngàn, trong bốn hợp có tám mươi bốn ngàn. Cho nên trừ năm cái này tức là trừ tất cả pháp bất thiện. Hành giả các thứ nhân duyên như thế mà bỏ năm cái. Thí như thiếu nợ mà được

trả xong, bệnh nặng mà lành, như vào thời đói khát mà được trúng mùa. Như bị cướp bóc mà có người cứu giúp, an ổn không hoạn nạn. Hành giả cũng giống như thế, trừ năm cái này thì tâm an ổn, thanh tịnh vui vẻ. Thí như mặt trăng mặt trời bị năm việc che lấp: khói, mây, bụi, mù, La-hầu A-tu-la dùng tay che thì chẳng thể chiếu. Người ta cũng giống như thế.

Điều năm pháp: Một là điều hòa ăn uống có tiết độ; hai là điều hòa ngủ nghỉ chừng mực; ba là điều thân; bốn là điều hơi thở; năm là điều tâm. Vì sao? Nay muện thí dụ gần để nói về pháp này. Như người thợ đồ gốm muốn tạo các vật trước phải khéo léo nhồi đất sao cho chẳng nhão quá, chẳng khô quá, rồi mới đến bàn quay. Cũng như đàn cầm trước phải lên dây đàn, khiến khoan nhặt đúng chỗ mới vào cuộc chơi phát ra những ca khúc hay. Hành giả tâm cũng giống như thế. Khéo điều năm việc sao cho thích hợp thì Tam-muội dễ sinh. Nếu ai chẳng điều thì có nhiều nạn ngại, gốc lành khó phát.

Một là điều ăn uống, ăn là gốc giúp thân tiến đạo, nếu ăn quá no thì hơi gấp, thân ị ạch các mạch chẳng thông, khiến tâm lấp kín, ngòì niệm cho yên. Nếu ăn ít quá thì thân gầy tâm lơ lửng, ý nghĩ không chắc. Đây không phải là được đạo định. Lại nữa, nếu ăn vật dơ bẩn khiến tâm thức người tối tăm, nếu ăn vật chẳng hợp thân thì gây động bệnh cũ khiến bốn đại trái nhau. Đây là mối tu định, phải rất thận trọng. Nên nói thân an thì đạo thanh. Kinh nói: Ăn uống biết điều độ thì luôn vui ở chỗ vắng lặng, tâm tịnh thích vui tinh tấn. Đó là lời dạy của Chư Phật.

Hai là điều ngủ nghỉ, hễ ngủ thì bị hoặc vô minh ngăn che, tuy chẳng buông lung, nhưng nếu không ngủ thì tâm thần lơ lửng, nếu ngủ quá nhiều thì chẳng những không tu Thánh pháp mà cũng phế bỏ công phu, khiến tâm tối tăm gốc lành tiêu mất. Phải biết rõ vô thường mà điều phục ngủ nghỉ khiến Thân đạo sáng trong, niệm tâm thanh tịnh. Như thế mới gá tâm vào cảnh Thánh, được Tam-muội mới hiện ra. Cho nên kinh nói đầu hôm, gần sáng cũng không uể oải. Không vì nhân duyên ngủ nghỉ để cho tất cả luống qua không được gì. Phải nghĩ lửa vô thường thiêu đốt thế gian sớm cầu tụ độ chớ nên ngủ nghỉ.

Ba là điều thân. Bốn là điều hơi thở. Năm là điều tâm, đây phải hợp dụng chẳng được nói riêng chỉ có đầu, giữa, cuối, phương pháp khác nhau. Ấy là vào trụ, xuất tướng có khác.

Một là nhập thiền điều ba việc, hành giả muốn nhập vào Tam-muội thì phải điều thân. Nếu ở ngoài định thì đi đứng, tới lui, động tịnh làm việc đều phải xét kỹ. Nếu chồ làm thô tháo thì hơi thở đều thô. Hơi

thở thô thì tâm tán động khó dùng, lại gồm khi ngồi ồn ào, tâm chẳng vắng lặng. Do đó tuy ở ngoài định mà cũng phải dụng tâm làm nghịch phương tiện. Khi vào thiền thì phải khéo an thân đúng chỗ. Khi mới đến giường thiền thì trước phải ngồi yên chỗ, thường khiến an ổn lâu mà không ngại. Kế phải lo về chân. Nếu ngồi Bán-già thì để chân trái lên đùi phải, kéo chân sát thân khiến chân trái ngang đùi phải, chân phải ngang đùi trái. Nếu ngồi toàn già thì chân phải để trên chân trái chéo nhau. Kế mở rộng áp và lưng quần, ngay thẳng không để cho khi ngồi rơi ra. Kế để tay trái trên lòng bàn tay phải, các ngón tay đối nhau, để trên chân trái, ngay ở giữa thân và ngồi thẳng mình. Trước phải lắc mình và tay chân bay, tám lần, đúng như pháp tự xoa bóp, chớ để tay chân không đúng cách. Sau ngồi thẳng mình không khum không uốn, đầu cổ ngay thẳng, mũi đối rún không nghiêng lệch, đầu không cúi xuống không ngước lên, mặt ngó thẳng. Kế mở miệng nhả hết khí dơ trong ngực ra thật hết, tưởng một trăm mạch trong thân chỗ nào chẳng thông đều theo hơi thở mà ra hết. Rồi ngậm miệng hết thanh khí bằng mũi vào như thế ba hơi. Nếu thân và hơi thở điều hòa chỉ một cũng đủ. Kế ngậm miệng môi răng vừa khít lưỡi hướng lên trên vòm họng. Kế nhắm mắt vừa chừng, để không nhìn thấy ánh sáng mà thôi. Vững mình ngồi ngay cũng như cột đá. Thân đầu và tay chân không được lay động. Ấy là điều thân khi mới vào thiền. Tóm lại chẳng nhanh chẳng chậm là tướng điều thân.

Hai là điều hòa hơi thở khi vào thiền. Điều hơi thở có bốn tướng: Một là phong, hai là suyễn, ba là khí, bốn là tức. Ba thứ trước là tất cả chẳng điều, một thứ sau là tướng điều. Thế nào là Phong? Là khi ngồi hơi thở trong mũi ra vào có tiếng. Thế nào là Suyễn? Là khi ngồi tuy ra vào không có tiếng mà dính mắc chẳng thông. Thế nào là Khí? Là khi ngồi tuy không có tiếng, cũng không kết ngại mà ra vào không nhẹ nhàng. Đó gọi là khí. Còn tức (hơi thở) thì chẳng có tiếng, chẳng kết trệ, chẳng thô mà ra vào nhẹ nhàng dường như còn dường như mất, giúp thân an ổn tình vui vẻ. Đây là tướng tức, giữ phong thì tán, giữ suyễn thì kết, giữ khí thì nhọc, giữ tức thì định. Lại khi ngồi có ba tướng phong khí, v.v... ấy là chẳng điều mà dụng tâm thì là tai họa. Tâm cũng khó định. Nếu muốn điều thì phải theo ba cách sau: Một là hạ tâm an trước, hai là chậm thân thể, ba là tưởng khí khắp lỗ chân lông ra vào thông suốt, không chướng ngại. Nếu tế tâm khiến hơi thở nhẹ nhàng. Nhưng hơi thở đều thì các bệnh hoạn chẳng sinh, tâm ấy dễ định. Đó gọi là phương pháp điều tức khi hành giả vào định. Nói cốt yếu là chẳng rít

chẳng trơn, ấy là tướng điều tức (hơi thở).

Ba là điều tâm vào định. Điều tâm có hai nghĩa: Một là điều phục loạn niệm chẳng để cho buông lung, hai là phải khiến cho trầm phu khoan cấp được chỗ. Thế nào là Trầm? Nếu khi ngồi trong tâm tối tăm, không ghi nhớ gì, đầu ưa gục xuống, ấy là tướng trầm. Bấy giờ, phải buộc niệm mũi thẳng, khiến tâm trụ vào trong duyên, khiến không tán ý. Đây có thể trị trầm. Thế nào là Phù? Nếu khi ngồi tâm thần xao động, thân cũng chẳng an, niệm nghĩ duyên khác. Đây là tướng phù. Khi ấy, tâm phải an hưởng xuống, hệ duyên mà chế các loạn niệm thì tâm trụ định. Đây thì tâm dễ an định. Tóm lại, chẳng trầm chẳng phù, ấy là tướng điều tâm. Hỏi: Tâm có tướng khoan cấp chẳng? Đáp: Cũng có, tâm có tướng cấp là do ngồi nắm tâm dụng niệm mong được do đây mà vào định, thế nên khí hướng lên lồng ngực đau tức. Phải vận buông bỏ tâm ấy, tưởng khí đi xuống, bệnh tự hết. Tâm có tướng khoan, là biết tâm chí buông khơi, thân thích uốn éo, hoặc miệng chảy nước dãi, hoặc có lúc tối đen. Khi ấy phải liễm thân cấp niệm khiến tâm trụ vào trong duyên, thân thể giữ nhau, ấy là cách trị. Tâm có tướng trơn rít, suy đây có thể biết. Ấy là phương pháp điều tâm khi mới vào định. Khi muốn vào định vốn là từ thô vào tế. Ấy vì thân đã làm thô, hơi thở ở giữa, tâm rất là tế, khéo dùng phương tiện điều thô đến tế khiến tâm an tịnh. Đây là phương tiện mới vào định.

2, Là trong ngồi trụ mà điều ba việc, phải một thứ trong khi ngồi, tùy thời gian dài ngắn mà nhiếp niệm dụng tâm. Trong đó mà khéo biết ba thứ thân, hơi thở và tâm điều và không điều. Nếu trong khi ngồi tuy điều thân ý mà khiến thân hoặc chậm hoặc gấp hoặc nghiêng lệch hoặc còng lưng, cúi ngửa chẳng đều, biết rồi thì sửa cho ngay, thường khiến trong an ổn không chậm gấp, bình thật chánh trụ. Lại nữa, đang khi ngồi thân tuy điều hòa mà hơi thở (khí) hoặc chẳng điều. Tướng chẳng điều là như trên đã nói, hoặc phong suyễn, hoặc khí cấp, trong thân đầy lên thì phải dùng các phương pháp trước mà trị, thường khiến hơi thở nhẹ nhàng dường như có dường như không. Lại nữa, trong khi ngồi thân và hơi thở tuy điều mà tâm hoặc trầm hoặc phù, chậm gấp chẳng đều. Khi ấy nếu biết thì phải dùng các phương pháp trên mà điều hòa cho thích hợp vừa phải. Ba việc này không có trước sau hoặc chẳng điều mà phải điều cho thích hợp, sao cho khi ngồi ba thứ thân, hơi thở và tâm thích hợp, không trái ngược nhau, dung hòa chẳng hai. Đây có thể trừ được bệnh xưa. Chướng ngại chẳng sinh. Đạo định sẽ được.

3, Hoặc ngồi thiền sắp xong, khi muốn xuất định thì trước phải

buông tâm duyên khác, mở miệng nhả khí ra, tưởng hơi thở từ các mạch tùy ý mà tan. Rồi sau đó mới động thân nhẹ nhàng, động vai và đầu cổ, kế động hai chân cho mềm mại. Sau mới dùng hai tay xoa khắp các lỗ lông, xoa hai tay vào nhau cho ấm rồi áp vào hai mắt. Sau mới bỏ tay, mở mắt. Kế đợi sức nóng trong thân tan hết rồi mới tùy ý ra vào. Nếu chẳng như thế thì hoặc được trụ tâm, xuất ra đột ngột thì tế pháp chưa tan, còn ở trong thân sẽ bị nhức đầu, trăm xương đau nhức giống như phong lao, mà kỳ ngồi sau nóng nảy chẳng yên, nên tâm chẳng muốn ngồi. Thường phải tùy ý. Đây là phương pháp điều thân hơi thở và tâm khi xuất định, để từ tế ra thô. Đó gọi là khéo nhập xuất trụ. Có kệ rằng:

*Tới lui có thứ lớp
Thô tế chẳng trái nhau
Như khéo huấn luyện ngựa
Muốn đi hoặc muốn dừng.*

Thực hành năm pháp: 1. Dục; 2. Tinh tấn; 3. Niệm; 4. Xảo tuệ; 5. Nhất tâm. Dục (muốn) là hành giả khi mới tu thiền định, muốn từ cõi dục thoát ra. Muốn được Sơ thiền, cũng gọi là chí, là nguyện, là ưa thích. Trong tâm người này có chí nguyện ưa thích các thiền định. Hỏi: Tâm trông mong trong tu thiền là chướng ngại. Vì sao lấy đây làm phương tiện? Đáp: Phạm dục chỉ là tâm có chí lớn thành tựu ưa thích, nên gọi là Dục (muốn), chẳng phải khi dụng tâm mà khởi niệm mong muốn nhớ tưởng. Nếu tâm mong muốn khởi lên thì chẳng được lắng yên. Nếu tâm chẳng lắng yên, thì các Tam-muội không do đâu mà phát được; Hai là tinh tấn, có hai thứ: Một là thân tinh tấn, hai là tâm tinh tấn. Nếu hành giả tu được mười hai hạnh Đầu-đà thì đó là đầy đủ thân tâm tinh tấn. Như Phật bảo Ca-diếp: Tỳ-kheo tu hạnh a-lan-nhã xa lìa hai thứ dính mắc, thân tâm thanh tịnh, thực hành hạnh Đầu-đà. Đầu-đà có mười hai việc: Một là ở A-lan-nhã, hai là thường đi khát thực, ba là thứ lớp khát thực, bốn là ngày chỉ ăn một bữa, năm là ăn uống chừng mực, sáu là sau giờ Ngọ không uống sữa hay nước trái cây, bảy là mặc áo xấu (đắp y xấu), tám là chỉ có ba y, chín là ở nơi gò mả, mười là ngủ dưới gốc cây, mười một là ngồi ở ngoài trời, mười hai là thường ngồi chẳng nằm. Đây là mười hai hạnh Đầu-đà, như trong kinh Đầu Đà có nói. Trong ấy nói Đầu-đà dịch là phủ dũ, phủ dũ thân tâm các pháp bất thiện. Nếu khi tu thiền thực hành các pháp này thì gọi là hạnh không buông lung, thân tâm đầy đủ tinh tấn. Phải biết người này sẽ được quả Thánh ba thừa, hưởng chi là thiền định thế gian. Lại nữa, hành giả vì tu

thiền nên trì giới thanh tịnh bỏ hết năm cái, đầu hôm, gần sáng chuyên tịnh chẳng bỏ phế. Ví như dùi lửa chưa cháy thì không bao giờ nghỉ. Đó gọi là tinh tấn. Như Phật bảo A-nan rằng: Chư Phật một lòng siêng năng tinh tấn cho nên được Tam-bồ-đề, hưởng chi là các hạnh lành khác. Ba là niệm nghĩ, như trong luận Đại thừa nói: Nghĩ cõi dục là bất tịnh, lừa dối thấp hèn, nghĩ sơ thiền là tôn trọng đáng quý. Đây ý đồng với sáu hạnh, chỉ là khác tên.

Sáu Hành quán: Một là nhằm chán khổ thô chướng có ba, tức là quán dục bất tịnh, đối trá thấp hèn, phan duyên với thắng diệu, chia ra làm ba, tức là quán sơ thiền là tôn trọng đáng quý. Nay giải thích sáu pháp. Tự có hai ý: Một là nói theo quả, hai là nói theo nhân. Một là y cứ quả cõi dục mà nói: Nói chán khổ dưới thô chướng, là chán haon nạn cõi dục, cõi sắc thấp hèn, tâm thô trọng. Hành giả nghĩ rằng nay cảm báo thân cõi dục đói khát, lạnh nóng, bệnh tật, dao gậy, v.v... các thứ ép ngặt gọi đó là Khổ. Còn thô là thân này ba mươi sáu vật, cốt đái dơ bẩn tạo thành nên gọi là Thô, thô là xấu xí. Chướng là thân này chất ngại không được tự tại, bị núi sông, vách đá ngăn cách, nên gọi là Chướng. Kế nói theo quả cõi sắc: Phan duyên với thượng thắng. Hành giả nghĩ rằng: Biết vui cõi sắc là thượng thắng, như vui cõi dục là khổ, vui cõi sắc là thượng thắng, được vui hơn khổ nên gọi là thượng thắng, diệu là diệu thân cõi sắc như bóng trong gương, tuy có hình sắc mà không có chất ngại nên gọi là Diệu. Xuất là được năm thông, thấy suốt các việc ngoài chướng (ngăn che), vách núi không trở ngại nên gọi là Xuất; Hai là nói sáu hạnh trong nhân. Trước là y cứ nhân cõi dục nói chán khổ dưới thô chướng hành giả nghĩ rằng: Nếu đối báo thân mà khởi tâm thường duyên với tham dục chẳng thể xa lìa. Như kinh nói: Tất cả chúng sinh là tôi tớ của ái nên gọi là Khổ. Thô là duyên với năm trần của cõi dục mà tán động khởi ác nên gọi là thô. Còn chướng, là cái phiền não che đậy nên gọi là chướng. Kế là nói theo nhân cõi sắc, phan duyên với Thượng thắng diệu xuất. Hành giả nghĩ rằng: Sơ thiền là vui thượng thắng, từ trong vui mà phát ra nên gọi là Thượng thắng. Vui tham dục từ ngoài năm trần sinh, nóng bức oán kết cho là thấp kém, chẳng bằng như diệu. Vui thiền định là tâm định chẳng động mà vui pháp thành tựu nên gọi là Diệu. Vui tham dục thì tâm loạn động bay nhảy nên gọi là Thô. Xuất, là tâm được xa lìa cái chướng đến Sơ thiền nên gọi là Xuất. Cũng như sỏi đá chẳng từ ngoài đến mà từ bên trong phun ra. Nay do sáu hạnh này mà giải thích nghĩa niệm, ý rất dễ thấy. Hỏi: Nay nói đệ tử Phật tu thiền đâu cần phải nói sáu hạnh quán pháp của phàm phu? Đáp:

Đã nói ba cõi chung thiên, cũng phải biết nhân đã làm. Nếu đệ tử Phật thì dùng tám Thánh chủng khởi mười sáu hạnh quán, lia dục làm niệm, vào sơ thiên thì không lầm lỗi. Ở dưới nói trong thiên vô lậu phải phân biệt rộng. Bốn xảo tuệ, là suy tính vui của cõi dục, vui của Sơ thiên về các tướng được mất nặng nhẹ. Nay lật lại hai giải thích. Nói suy tính tức là dùng trí tuệ mà suy tính. Đắc thất, thì vui cõi Dục là mất, vui Sơ thiên là được. Vui sơ thiên không lỗi nên được, vui cõi Dục có lỗi nên mất. Cũng có thể nói vui Sơ thiên là mất, vui cõi dục là được. Vui cõi dục thô nên chấp là thật mà sinh tâm trọng được. Sơ thiên là mất, vì biết thân vắng lặng nhận các vui vi tế dường như không có, chẳng thể định lấy, mất tướng vui nên gọi là mất. Nói về nặng nhẹ thì cõi dục là khinh, Sơ thiên là trọng, cõi dục là khinh, vì năm thức tương ứng mà được vui nhanh chóng cạn cợt nên gọi là Khinh. Sơ thiên được vui trọng, vì ý thức tương ứng ở lâu duyên sâu nên là Trọng. Trọng vì quý báu trọng. Cũng được nói vui cõi dục là trọng, vui Sơ thiên là khinh. Vì vui cõi dục chung lụy nặng với tâm phiền não nên gọi là Trọng, còn vui Sơ thiên có ít lụy tâm nên gọi là Khinh. Kế có Sư nói xảo tuệ, là hành giả khi mới tu thiên khéo biết phương tiện trong ngoài mà khéo dùng, chẳng thất nghi mà mau được thiên định nên gọi là xảo tuệ; Năm là một tâm, hành giả đã khéo léo về xảo tuệ, dụng tâm suy tính không lầm. Nay chỉ phải chuyên tâm giữ một mà làm nên gọi là Nhất tâm. Như người muốn đi phải khéo biết tướng đường xá thông bít, quyết định biết rồi liền nhất tâm mà đi. Nói không phải trí thì chẳng có thiên, không phải thiên thì chẳng có trí là nghĩa ở đây.