

SỐ 614

KINH TỌA THIÊN TAM-MUỘI

Hán dịch: Đời Dao Tần, Pháp sư Cưu-ma-la-thập, người nước Quy Tư.

QUYỂN THƯỢNG

*Khó gặp Đạo sư dạy
Nghe rồi vui cũng khó
Bậc Thánh nhân thích nghe
Kẻ trí kém lại chán.
Chúng sinh thật đáng thương
Rơi đường hiểm già chết
Nô lệ cho ái dục
Chỗ sợ, ngu chẳng sợ.
Thế giới lớn hoặc nhỏ
Các pháp không thường còn
Tất cả chẳng bền chắc
Tạm hiện như tia chớp.
Thân này thuộc già chết
Chỗ quy tụ các bệnh
Da mỏng che vật bẩn
Ngu, lầm bị lừa dối.
Người thường bị giặc già
Tiêu diệt sức trẻ, mạnh
Như tràng hoa héo khô
Tàn tạ, hết tươi tốt.
Công đức vua Đảnh Sinh
Cùng chung tòa Đế Thích
Phước báo thật vô kể
Ngày nay còn gì đâu.
Vua ấy, cõi trời người
Dục lạc là hơn hết
Lúc chết rất thống khổ
Do đó nên tỉnh ngộ.
Các dục ban đầu vui
Về sau thành khổ lớn*

LINH SƠN PHÁP BẢO ĐẠI TẠNG KINH

Như oán lúc đầu thiện
Sau thành họa diệt tộc.
Thân là vật chứa bản
Chín lỗ thường thải ứ
Như ghẻ nhọt Na-lợi
Thuốc hay chẳng trị lành.
Xương, sức xe yếu kém
Gân mạch buộc thức chuyển
Người cho là xe tốt
Tham đắm không hổ thẹn.
Nơi chứa thân người chết
Phơi đầy khắp gò nổng
Khi sống được nuông chiều
Lúc chết đều vát bỏ.
Thường nên nghĩ như vậy
Nhất tâm quán, không loạn
Trừ tối tăm, ngu si
Cần đức để soi sáng.
Nếu lìa bốn niệm chỉ
Ác nào tâm không tạo
Như voi thoát móc sắt
Không theo sự chặn dất.
Ngày nay tạo nghiệp này
Ngày mai tạo nghiệp khác
Tham vui không thấy khổ
Bất chợt giặc chết tới.
Hối hả làm việc mình
Việc khác cũng chẳng xong
Giặc chết không chờ đợi
Đến thì không thoát khỏi.
Như nai vì khát nước
Nên tìm đến dòng suối
Thợ săn không thương xót
Chẳng cho uống, lại giết.
Người ngu cũng như vậy
Chuyên làm đủ các việc
Chết đến chẳng hẹn trước
Ai sẽ giúp cho người?
Tâm người ưa giàu sang
Năm dục lòng chưa đủ
Các vị đại quốc vương
Cũng không khỏi nạn ấy.
Tiên nhân trì chú thuật
Cũng không thoát sinh tử
Vô thường voi lớn giẫm

Đạp sâu, kiến thành đất.
Cho đến tất cả người
Chư Phật - Bạc Chánh Giác
Vượt khỏi dòng sinh tử
Lại cũng chẳng thường còn.
Vì vậy phải nên biết
Những gì người ưa thích
Đều nên sớm xa lìa
Dốc lòng cầu Niết-bàn.
Sau khi bỏ thân này
Ai sẽ chứng biết ta?
Lại được gặp pháp báu
Và người không được gặp.
Mặt trời Phật xuất hiện
Diệt trừ mọi tối tăm
Phóng các luồng ánh sáng
Dạy người đạo, phi đạo.
Ta từ chốn nào đến
Rồi sẽ sinh vào đâu?
Ở đâu được giải thoát
Nghĩ này ai sẽ rõ?
Phật - Đấng Nhất Thiết Trí
Lâu lắm mới xuất hiện
Nhất tâm chớ buông lung
Trừ nghi ngờ cho ông.
Chẳng ưa thích lợi lộc
Tham đắm tâm xấu ác
Vì nuôi dưỡng chúng sinh
Nên cầu tướng pháp thật.
Ai biết được khi chết
Sẽ sinh cảnh giới nào?
Ví như đèn trước gió
Chẳng biết lúc nào tắt.
Đến đạo pháp chẳng khó
Bậc Thánh đã chỉ dạy
Giảng trí và nơi trí
Cả hai chẳng nương ngoài.
Nếu ông không buông lung
Một lòng thường hành đạo
Không lâu chứng Niết-bàn
Chốn an lạc bậc nhất.
Bậc trí gần người hiền
Hết lòng kính pháp Phật
Chán thân ế, bất tịnh
Lìa khổ được giải thoát.

LINH SƠN PHÁP BẢO ĐẠI TẠNG KINH

Thanh vắng, tu tịch tĩnh
Ngồi kiết già giữa rừng
Giữ tâm, không buông lung
Ý tỏ rõ các duyên.
Nếu trong hữu không chán
Ngủ yên không tự tỉnh
Không nghĩ đời vô thường
Đáng sợ mà không sợ.
Phiền não sâu không đáy
Biển sinh tử không bờ
Thuyền vượt biển chưa tạo
Sao an vui ngủ nghỉ?
Do vậy nên giác ngộ
Chớ vì ngủ che tâm
Trong bốn việc cúng dường
Biết lượng, biết vừa đủ.
Nỗi sợ lớn chưa thoát
Nên phải dốc tinh tấn
Khi các khổ ập tới
Hối hận không kịp nữa.
Đắp y ngồi bên cây
Đúng pháp mà thọ thực
Chớ vì tham vị ngon
Mà dẫn đến tự hoại.
Ăn xong rõ vị, xứ
Ngon, dở đều không khác
Ưu thích sinh buồn khổ
Vì vậy chớ tham vướng.
Hành nghiệp trong thế gian
Tốt đẹp, xấu đều thay đổi
Tất cả đã nhận đủ
Vậy nên tự điều phục.
Nếu ở loài súc sinh
Nhai cỏ làm vị ngon
Địa ngục nuốt thối sắt
Nung cháy nóng hừng hực.
Hoặc loài quỷ Bê-lê
Máu mủ và phân giải
Đủ các thứ ế tạp
Cho đó là vị ngon.
Hoặc nơi cung điện trời
Xem đủ loại bầy báu
Ăn toàn vị Tô-đà
Thiên nữ tạo vui thú.
Sinh cõi người giàu sang

LINH SƠN PHÁP BẢO ĐẠI TẠNG KINH

*Đầy đủ bảy vị ngon
Đều đã từng trải qua
Sao nay còn tham luyến?
Qua lại trong thế gian
Nhàm chán việc vui, khổ
Tuy chưa được Niết-bàn
Nên dốc cầu an lạc.*

Người học thiền mới đến gặp Thầy, Thầy nên hỏi:

– Ông có trì giới thanh tịnh? Chẳng phạm tội trọng, tà, ác gì chăng?

Nếu đáp:

– Giới luật của năm chúng đều giữ thanh tịnh, không phạm tội trọng, tà, ác, thì sau đây mới chỉ dạy về đạo pháp.

Nếu đáp:

– Đã phá giới, thì vị Thầy phải hỏi:

– Ông đã phá giới nào?

Nếu trả lời:

– Đã phạm giới trọng.

Thì Thầy nên dạy:

– Như người bị cắt mất tai, mũi, không cần phải soi gương nữa. Hãy trở về siêng năng tụng kinh, khuyến khích tạo phước, có thể gieo trồng nhân duyên đạo pháp cho đời sau, đời này xem như đã bỏ. Ví như cây khô dù có tưới nước, chăm sóc cũng không thể ra lá, đơm hoa và kết trái.

Nếu phá các giới khác thì Thầy nên dạy người ấy đúng như pháp sám hối. Nếu đã được thanh tịnh, như vị Thầy chứng được Thiên nhãn, hoặc Tha tâm trí, thì theo bệnh mà thuyết giảng pháp, dẫn đến với đạo. Nếu Thầy chưa chứng đạt thần thông thì nên xét xem hình tướng, hoặc hỏi người đó:

– Trong ba thứ độc, ông vướng vào loại nào? Dâm dục nhiều chăng? Giận dữ nhiều chăng? Ngu si nhiều chăng?

Làm thế nào để quán xét về tướng mạo?

Nếu là tướng nhiều dâm dục thì người đó nhanh nhẹn, có nhiều mê thiếp, lấm lòi, dễ tin, dấp dấp phong lưu, nói năng lưu loát, dễ hiểu, ít khi giận dữ và lo buồn. Có nhiều năng khiếu về kỹ thuật, lãnh hội tốt, kiến thức rộng, ưa thích văn chương, khéo biện luận, thường quán xét về lòng người, có nhiều lo sợ. Ở trong nhà ưa thích mặc áo mỏng, ham muốn về nữ sắc... tham vướng về đồ nằm, y phục, trang sức hương hoa. Tâm ý mềm mỏng, hay yêu thương, lời lẽ hoa mỹ, thích làm việc phước thiện. Ý muốn sinh lên cõi trời, không còn các nạn khổ, phân biệt kẻ đẹp người xấu, ưa tín nhiệm phụ nữ, lửa dục luôn nung nấu, tâm nhiều thay đổi, hối tiếc, thích tự trang sức, ưa xem tranh vẽ nhiều màu, keo kiệt đối với vật của mình, tham cầu vật của người, thích giao kết với bạn bè, không thích ở một mình, chú trọng về chỗ ở, chạy theo thế tục, chột kinh, chột sợ, tâm chí như khỉ vượn, nhận thức cạn cợt, làm việc không suy nghĩ, xem nhẹ việc làm, hành động theo sở thích, thích khóc thích cười, thân thể ưa tiếp xúc sự mềm mại, không kham nổi những khổ cực, lạnh nóng, dễ chán nản, dễ ưa thích, không thể nhẫn đối với các việc, được ít vui nhiều, mất ít sầu lớn, tự bày ra rồi tự che giấu. Thân ấm, mồ hôi hôi, da mỏng, tóc mềm, mặt nhiều nếp nhăn, nhiều điểm trắng, cắt móng tay, cạo râu nhổ, đánh răng kỹ, đi ra ưa mặc đồ sạch sẽ, học thì không chuyên cần, thích

đạo chơi dây đó, đa tình, nhiều mong cầu, chấp vào thường kiến, nương nơi người có đức, vốn vờ thăm hỏi, thích sử dụng lời nói của kẻ khác, gượng vui, ra vẻ chịu đựng, nghe sự việc chóng hiểu, nhanh nhẹn trong công việc, phân biệt tốt xấu, thương xót người nghèo khổ, tự đại, hiếu thắng, không chịu sự lấn lướt, ưa thích bố thí, dẫn dắt người làm thiện, được thức ăn ngon thì ban cho mọi người, không để tâm việc nhỏ gần chỉ để chỗ lớn xa, mắt tham đắm nơi sắc, công việc ít khi hoàn thành, không có suy nghĩ sâu kín, biết phong tục, tập quán ở đời, quán xét về nhan sắc, dò biết mặt trái nơi lòng người, lời nói hoa mỹ, trí tuệ ưa biện giải, kết bạn không bền, tóc thưa, ít ngủ nghỉ, đi, đứng, nằm, ngồi không mất oai nghi, của cải hiện có thường đem cứu giúp, sau đó lại hối tiếc, thích làm điều nghĩa, vội vàng làm cho được, nhưng lại mau quên, nơi mọi cử động khó tự cải đổi, khó xa lìa tham dục, gây các tội nhỏ.

Những thứ tướng trạng như vậy là tướng dâm dục.

Tướng của người sân giận là người nhiều ưu sầu, hung tợn, ôm lòng phẫn nộ, thân miệng thô bạo, có thể nhẫn chịu các khổ, gặp việc khó nhường nhịn, sâu nhiều vui ít, có thể làm những việc ác lớn, không có lòng thương người, ưa thích tranh cãi, dung mạo tiêu tụy, mắt trợn, mày nhăn, khó nói khó vui, khó làm, khó được. Tâm mình như gẻ nhọn mà thích nói lỗi của người. Luận bàn về nghĩa lý hay ngang bướng, không thể thuyết phục, khó làm lay chuyển, khó gần gũi, khó ngăn cản, ngậm độc khó nêu ra, kiêu tưng không quên, có nhiều tiểu xảo. Không biếng nhác, làm việc mau chóng, ôm lấy những điều mong cầu mà không bày tỏ. Ý sâu khó dò, chịu ân thì báo đáp, có khả năng quy tụ nhiều người theo mình mà không bị ngăn cản, có thể hoàn thành công việc người khác, khó can thiệp, không ngại khó khăn, ví như sư tử rất khó bị khuất phục, thẳng đường tiến tới, không quay đầu lại, nhớ nghĩ ít khi quên, nhiều nghĩ ngợi lo lắng, có trí nhớ tốt, ưa bố thí lợi lạc ít nhưng không thoái lui, làm thầy người lành lợi, lìa dục, ở một mình, ít dâm dục. Tâm ý thường hiếu thắng, tham chấp vào đoạn kiến. Mắt thường hay dòm ngó, lời nói chân thật, phân biệt rõ sự việc, ít bạn thân, chấp nhất nơi làm việc, nhớ kỹ không quên, có nhiều sức mạnh, vai ngực nở nang, trán rộng, tóc đều, tâm cứng rắn khó thuyết phục, mau được, khó quên, có khả năng tự xa lìa tham dục, hay tạo các tội nặng.

Những thứ tướng trạng như vậy là tướng sân giận.

Tướng của người ngu si là người đa nghi, nhiều hối hận, biếng nhác, không biết nhận thức, tự mãn, ít chịu tuân thủ, kiêu mạn, khó dạy bảo, việc đáng tin chẳng tin, việc không đáng tin lại tin, không biết cung kính, nơi nào cũng tin theo, dễ nghe lời người khác, vội vàng đường đột không biết hổ thẹn, làm việc không suy nghĩ, thường trái với lời dạy, chẳng biết chọn bạn, không tự sửa đổi mình, thích mến thầy nơi đạo lạ, không phân biệt thiện ác, khó tiếp nhận, dễ quên, căn cơ thấp kém, lười biếng, chê bai những việc làm bố thí, không có lòng thương xót, không biết tin theo chánh pháp, khi tiếp xúc với việc thì mù mờ, lúc giận dữ thì tối mắt, không có trí tuệ, nhiều mong cầu, lấm nghi ngờ, ít có lòng tin, ganh ghét với người tốt, cho là không có quả báo về tội phước, không phân biệt được lời nói thiện, không nhận biết về lỗi lầm, không nghe theo lời chỉ dạy, luôn bị người thân xa lìa, oán ghét, không biết phép tắc, thích nói lời ác, râu, tóc, móng thường dễ dài, răng miệng hôi hám, áo quần như bẩn, bị người sai khiến, chỗ đáng sợ thì không sợ, việc vui thì lo buồn, việc đáng lo buồn thì vui, chỗ đáng thương xót lại cười cợt, chỗ vui vẻ thì ưu sầu, đợi dẫn dắt mới theo sau, chịu đựng sự khổ, không phân biệt các mùi vị, khó xa lìa tham dục, tạo tội sâu nặng.

Những thứ tướng trạng như vậy là tướng của ngu si.

Nếu người nhiều dâm dục thì dùng pháp môn Quán bất tịnh để đối trị.

Nếu người nhiều sân giận thì dùng pháp môn Quán tâm Từ bi để đối trị.

Nếu người nhiều ngu si thì tư duy về pháp Quán nhân duyên để đối trị.

Nếu người nhiều lo nghĩ thì dùng pháp Quán hơi thở để đối trị.

Nếu người nhiều tham, sân, si bằng nhau thì dùng pháp môn Niệm Phật để đối trị.

Như vậy, có bao nhiêu thứ bệnh thì có bấy nhiêu pháp để chữa trị.

Thứ nhất: Pháp môn đối trị tham dục

Người nhiều dâm dục thì nên tu tập pháp Quán bất tịnh. Nơi thân người từ chân đến tóc toàn là những thứ bất tịnh: tóc, lông, móng, răng, da mỏng, da dày, máu, thịt, gân, mạch, xương, tủy, gan, phổi, tim, lá lách, thận, dạ dày, ruột già, ruột non, phân, nước tiểu, nước mũi, nước dãi, mồ hôi, nước mắt, mật, nước dịch, mỡ, mỡ sa, màng óc... Như vậy trong thân toàn là những loại bất tịnh. Lại nữa, quán bất tịnh theo thứ lớp: quán thân chết máu ứ tím bầm, thân sinh trướng, thối rữa, máu mủ chảy khắp, mùi hôi xông lên, trùng thú rúc rĩa chỉ còn đồng xương tan rã. Đó gọi là Quán bất tịnh.

Lại nữa, người nhiều dâm dục có bảy thứ yêu thích: yêu thích nhan sắc, yêu thích dung mạo tươi đẹp, yêu thích dáng điệu dịu dàng, ưa thích âm thanh, ưa thích xúc chạm, thương yêu mọi người, yêu thích tất cả.

Nếu người yêu thích sắc thì nên tu tập pháp quán thân chết máu ứ tím bầm và những màu sắc vàng, đỏ bất tịnh... cũng như vậy. Nếu yêu thích dung mạo tươi đẹp thì nên tu tập pháp quán thân chết sinh trướng, nứt rã. Nếu yêu thích dáng điệu dịu dàng thì nên tu tập pháp quán thân mới chết, máu chảy tràn trề cho đến khi xương cốt tan rã. Nếu tham đắm âm thanh thì nên tu tập pháp quán hơi thở tắt nghẹn, mạng sống sắp chấm dứt. Nếu ưa thích xúc chạm thì nên tu tập pháp quán bộ xương và các bệnh khiến người khô gầy. Nếu yêu thích mọi người thì nên tu tập sáu pháp quán bất tịnh. Nếu yêu thích tất cả thì nên quán toàn bộ các pháp quán bất tịnh. Hoặc khi thì quán các thứ này, lúc thì quán các thứ khác, tất cả đều là pháp Quán bất tịnh.

Hỏi:

–Nếu thân bất tịnh, giống như thân chết thối rữa thì từ đâu sinh ra yêu thích tham đắm? Nếu cho thân là trong sạch thì thân dù thối rữa cũng vẫn yêu thích. Nếu không yêu thích thân thối rữa thì thân trong sạch cũng không tham đắm, vì cả hai thân đều như nhau chẳng?

Đáp:

–Có thể mong cầu nơi cả hai thân đều thật trong sạch là không thể được. Tâm người mê lầm vì điên đảo che lấp, nên thân bất tịnh cho là tịnh. Nếu tâm điên đảo được phá trừ thì liền có được pháp quán thật tướng. Khi ấy, biết thân là bất tịnh, hư dối không thật.

Lại nữa, thân chết không còn hơi ấm, mạng sống, thần thức và các căn, người biết rõ được thân ấy thì tâm không sinh đắm nhiễm. Do thân có hơi ấm, mạng căn, thần thức và các căn đầy đủ, nên tâm mê hoặc, điên đảo sinh tham chấp. Lại nữa, khi tâm tham đắm sắc thân thì cho đó là tịnh. Tâm tham đắm được diệt trừ liền biết thân là bất tịnh. Nếu thân thật sự là tịnh thì lẽ ra phải thường thanh tịnh, mà hiện tại thì không như thế. Như chó ăn phân cho là sạch, người thấy cho đó là rất bẩn. Trong, ngoài của thân này thấy đều là bất tịnh. Nếu chấp đắm nơi bên ngoài thân thì bên ngoài ấy chỉ là một lớp

da mỏng bao bọc, chỉ cần một phần nhỏ của cơ thể cũng đã là bất tịnh, hướng chi trong thân chứa tới ba mươi sáu thứ ô uế.

Lại nữa, xét về nhân duyên thì toàn thân đều là những thứ bất tịnh. Thân đó là do tinh huyết bất tịnh của cha mẹ hợp thành, lại thường tiết ra toàn thứ chẳng sạch. Áo quần, giường nệm cũng dơ dáy bất tịnh, hướng gì là chỗ có thân chết, vì vậy, nên biết thân người dù sống hay chết, trong, ngoài đều là bất tịnh.

Lại nữa, người tu quán cũng có ba bậc: mới tu tập, đã tu tập, hoặc đã tu tập lâu ngày.

Nếu người mới tu tập thì nên dạy: Ông hãy hủy bỏ các tướng bên ngoài nơi thân tướng, trừ diệt hết những thứ bất tịnh, chỉ quán bộ xương màu đỏ, tập trung ý quán tướng, không nghĩ gì khác, nếu có nhớ nghĩ các duyên bên ngoài thì phải thu giữ niệm.

Nếu người đã tu tập thì nên dạy: Quán tướng trừ bỏ phần da thịt, chỉ quán bộ xương, đều không nhớ nghĩ gì khác, nếu có nhớ nghĩ các duyên bên ngoài thì nên thu giữ lấy niệm.

Nếu người đã tu tập lâu ngày thì nên dạy: Chỉ quán về một phần nhỏ trong thân, tâm, loại bỏ hết phần da thịt, buộc tâm ý vào năm chỗ: trên đỉnh đầu, trên trán, giữa chầng mày, chót mũi và trái tim. Buộc tâm ý vào năm chỗ ấy, quán xương, không nghĩ gì khác, nếu có nhớ nghĩ các duyên bên ngoài thì nên thu giữ niệm. Thường nhớ nghĩ quán xét tâm, nếu tâm khởi lên thì chế ngự. Nếu tâm mệt mỏi thì xả bỏ các duyên bên ngoài và trụ vào đối tượng được duyên.

Ví như khi vượn bị buộc vào trụ cây, cuối cùng mới chịu nằm yên. Đối tượng được duyên như trụ cây, niệm như dây buộc, tâm dụ như khi vượn. Cũng như người vú em thường chăm sóc con nhỏ, không cho thất lạc. Hành giả quán tâm cũng như vậy, dần dần chế ngự tâm khiến trụ một nơi đã duyên. Nếu tâm trụ lâu, đó là ứng hợp với pháp thiền. Nếu chứng đắc thiền định thì có thể được ba tướng.

1. Thân thể điều hòa, nhẹ nhàng, vui vẻ, xương trắng phát ra ánh sáng như ngọc bạch kha. Tâm được an trú nơi vắng lặng, đó là pháp quán tịnh. Khi ấy, tâm liền được trụ ở cõi Sắc. Đó gọi là người mới học pháp thiền, đạt được tâm ở cõi Sắc. Tâm thích hợp với pháp thiền tức là pháp ở cõi Sắc. Tâm được pháp ấy, thân tuy ở cõi Dục nhưng bốn đại rất điều hòa, an lạc, hình sắc trong sạch, mềm dịu tươi tắn, đó gọi là tướng vui vẻ.

2. Hành giả quán tướng xương trắng, trong ấy phát ra ánh sáng màu trắng thanh tịnh, tỏa chiếu khắp.

3. Hành giả trụ tâm vào một chỗ, gọi là quán tịnh, bỏ thịt quán xương nên gọi là quán tịnh.

Ba tướng như trên đều tự mình biết, người khác không thể thấy được. Ba bậc trên:

1. Mới tu tập, trước chưa phát tâm.
2. Đã thực hành tu tập ba bốn năm.
3. Tu tập thực hành lâu khoảng một trăm năm.

Thứ hai: Pháp môn đối trị sân giận

Nếu người nhiều sân giận nên học ba pháp môn Quán tâm Từ mới tu tập, hoặc đã tu tập, hoặc đã tu tập lâu ngày.

Nếu người mới tu tập, nên dạy: Hưởng tâm Từ đến người thân.

Thế nào là hưởng tâm Từ đến người thân và nguyện cho họ được vui?

Nếu hành giả đạt được đầy đủ các loại thân tâm ưa thích, như khi lạnh được mặc ấm, khi nóng được mát mẻ, khi đói khát được ăn uống, khi bận cùng được giàu có, làm việc mệt nhọc được nghỉ ngơi. Những thứ vui ấy đều nguyện cho người thân cùng có được. Vị ấy an trú vào tâm Từ một cách chuyên nhất, không nghĩ gì khác, nếu có nhớ nghĩ các duyên bên ngoài thì phải thu giữ niệm.

Nếu người đã tu tập thì nên dạy: Hưởng tâm Từ đến những người không thân, không sơ.

Thế nào là hưởng tâm Từ đến những người không thân, sơ?

Nếu hành giả có được đầy đủ các loại thân tâm vui thích thì nguyện cho những người thân, sơ đó cùng được hưởng. Hành giả an trú vào tâm Từ, không khiến nghĩ gì khác, nếu có nghĩ đến các duyên bên ngoài thì phải thu giữ niệm.

Nếu người tu tập đã lâu ngày thì nên chỉ dạy: Hưởng tâm Từ đến những người oán ghét.

Thế nào là hưởng tâm từ đến những người thù ghét mà nguyện cho họ được niềm vui?

Nếu hành giả đạt được các thứ thân tâm ưa thích thì nguyện cho người mà mình thù ghét đều được như nhau. Tâm của vị ấy thanh tịnh, rộng lớn xem người thân kẻ oán đều bình đẳng khiến cho mọi chúng sinh trong vô lượng thế giới đều được an lạc, khắp cả mười phương cùng một tâm bình đẳng, rộng lớn, thanh tịnh mười phương như thân mình, thấy họ rõ ràng ngay trước mắt, cùng được an vui. Khi ấy liền chứng đắc tâm Từ.

Lại hỏi:

–Nếu người thân mến và người không thân sơ đó nguyện cho họ đạt được an vui, còn đối với người oán ghét, hung ác thì tại sao lại thương xót và cầu nguyện cho họ được an lạc?

Đáp:

–Nên ban vui cho họ. Vì sao? Vì những người ấy còn có rất nhiều sự việc tốt, là nhân của pháp thanh tịnh, hôm nay, tại sao ta chỉ vì một oán thù nhỏ mà bỏ mất những việc tốt của họ?

Lại suy nghĩ: “Người ấy ở trong đời quá khứ biết đâu là người thân thiện của ta, nay há vì chút giận dữ mà sinh ra oán ghét? Ta nên nhẫn chịu đối với họ đều là việc thiện lợi của ta.”

Lại nghĩ: “Thực hành những pháp nhân đức bao gồm diệu lực Từ bi rộng lớn vô lượng này thì không thể diệt mất!”

Lại suy nghĩ tiếp: “Nếu không có sự oán ghét thì do đâu mà sinh pháp nhẫn? Sinh pháp nhẫn là do kẻ oán, nên kẻ oán tức là thân thuộc của ta. Hơn nữa, quả báo của sự giận dữ là lớn nhất, trong các điều ác nó là hơn hết. Do sân giận mà hại người, tính chất độc của sân là khó kềm chế, tuy muốn thiêu đốt người, nhưng thật ra lại tự hại mình.” Nên tự suy nghĩ: “Bên ngoài mặc pháp phục, bên trong tu tập hạnh nhẫn, đó gọi là Sa-môn, thì đâu vì lời nói xấu mà đối sắc, buông theo tâm xấu ác? Lại nữa, thân năm ấm

LINH SƠN PHÁP BẢO ĐẠI TẠNG KINH

này là rừng khổ, là nơi nhận lấy các điều ác, nên khi khổ nã, xấu ác ập đến thì sao có thể tránh khỏi? Như kim chích vào thân thì đau đớn vô cùng. Các thứ thù oán rất nhiều, không thể diệt trừ hết, nên tự bảo vệ bằng cách mang giày nhẵn nhụa.” Như lời Đức Phật dạy:

*Dùng sân báo sân
Sân lại hại mình
Sân mình không trả
Trừ diệt quân lớn.
Người không sân giận
Pháp bậc Đại nhân
Tiểu nhân sân giận
Như núi khó chuyển.
Sân là độc dữ
Tàn hại rất nhiều
Không hại được người
Trở lại hại mình.
Sân: bóng tối lớn
Có mắt không thấy
Sân là cấu uế
Làm nhiễm tâm trong.
Sân giận như vậy
Phải gấp dứt bỏ
Rắn độc trong nhà
Không trừ tất hại.
Sân giận như thế
Độc hại vô lượng
Thường tu tâm Từ
Dập tắt giận dữ.*

Đó gọi là pháp môn Tam-muội Từ.

Thứ ba: Pháp môn đối trị ngu si

Nếu người nhiều ngu si thì nên học pháp môn theo ba loại tư duy: Hoặc mới tu tập, hoặc đã tu tập, hoặc đã tu tập lâu ngày.

Nếu người mới tu tập thì nên dạy: Sinh duyên nơi lão, tử, vô minh duyên hành. Suy nghĩ như vậy, không nghĩ gì khác, nếu có nghĩ đến các duyên khác thì nên thâm giữ các niệm.

Nếu người đã tu tập thì nên dạy: Hành duyên thức, thức duyên danh sắc, danh sắc duyên lục nhập, lục nhập duyên xúc, xúc duyên thọ, thọ duyên ái, ái duyên thủ, thủ duyên hữu. Tư duy như thế, không suy nghĩ gì khác, nếu có nhớ nghĩ đến các duyên khác thì phải thâm giữ niệm.

Nếu người đã tu tập lâu ngày thì nên chỉ dạy: Vô minh duyên hành, hành duyên thức, thức duyên danh sắc, danh sắc duyên lục nhập, lục nhập duyên xúc, xúc duyên thọ, thọ duyên ái, ái duyên thủ, thủ duyên hữu, hữu duyên sinh, sinh duyên lão tử. Tư duy như vậy, không suy nghĩ gì khác, nếu có nhớ nghĩ đến các duyên khác thì phải thâm giữ niệm.

LINH SƠN PHÁP BẢO ĐẠI TẠNG KINH

Hỏi:

–Tất cả người trí là minh. Tất cả người ngu là vô minh. Trong đó, thế nào là vô minh?

Đáp:

–Vô minh là không biết gì hết. Vô minh ở đây là có thể tạo sinh tử cho đời sau. Việc có cho là không, việc không cho là có, bỏ các pháp thiện, giữ lấy các pháp ác, phá các tướng chân thật, chấp vào tướng hư vọng. Như trong phẩm Vô minh tướng đã nêu:

*Không biết pháp lợi ích
Không hiểu nẻo đạo đức
Nên tạo nhân kết sử
Như lửa cọ sát sinh.
Pháp ác mà tâm chấp
Lìa bỏ các pháp lành
Đoạt chúng sinh, rõ giặc
Suốt quá khứ, vị lai.
Tướng, thường, lạc, ngã, tịnh
Chấp nơi thân năm ấm
Pháp khổ, tập, diệt, đạo
Cũng lại không thể biết.
Đường hiểm nhiều khổ não
Người mù đi trong đó
Phiền não: nghiệp chứa nhóm
Nên nghiệp khổ xoay vần.
Không nên lấy, lại lấy
Nên lấy lại xả bỏ
Theo tối, đi sai đường
Vấp cây, liền té ngã.
Có mặt mà không trí
Dụ này cũng như vậy
Nhân duyên kia tiêu diệt
Trí sáng mới hiển bày.*

Như thế, lược nêu từ vô minh cho đến lão tử cũng như vậy.

Hỏi:

–Trong Phật pháp, lý nhân duyên là rất sâu xa, vậy làm sao người nhiều ngu si có thể quán xét về nhân duyên được?

Đáp:

–Có hai hạng người ngu si: Một là như súc vật. Hai là nhiều tà kiến, là người ngu si bị tà kiến mê lầm tối tăm che lấp.

Đức Phật vì hạng người này mà thuyết giảng pháp quán nhân duyên để tu tập Tam-muội.

Thứ tư: Pháp môn đối trị lo nghĩ

Nếu người nhiều lo nghĩ thù nên tu tập pháp môn Tam-muội quán hơi thở. Có ba hạng người tu học: người mới tu tập, người đã tu tập và người đã tu tập lâu ngày.

Nếu người mới tu tập thì nên dạy: Nhất tâm đếm hơi thở ra vào, hoặc dài hoặc

ngắn, đếm từ một đến mười.

Nếu người đã tu tập thì nên dạy: Đếm hơi thở từ một đến mười, tùy theo hơi thở ra vào, niệm cùng với hơi thở, dừng tâm ở một chỗ.

Nếu người đã tu tập lâu ngày thì nên dạy các pháp: Sổ, tùy, chỉ, quán, chuyển quán và thanh tịnh.

Tam-muội quán hơi thở sáu pháp, chia làm mười sáu đề mục.

Thế nào là nhất tâm đếm hơi thở vào?

Hơi thở vào xong thì đếm một. Hơi thở ra xong thì đếm hai. Nếu thở chưa xong mà đếm thì chẳng phải là sổ. Nếu đếm từ hai đến chín mà lẫn lộn thì phải đếm lại từ đầu là một. Ví như người tính toán: một cộng một bằng hai, hai cộng hai bằng bốn, ba nhân ba bằng chín.

Lại hỏi:

– Vì sao phải đếm?

Đáp:

– Vì quán vô thường dễ đạt được, cũng dễ dứt trừ các suy nghĩ, nên được nhất tâm. Thân tâm sinh diệt vô thường, giống như liên tục nên khó thấy. Nhờ hơi thở ra vào mà sinh diệt vô thường dễ biết, dễ thấy. Lại nữa, nếu tâm buộc ở chỗ đếm hơi thở thì dứt trừ được những suy nghĩ. Đó là suy nghĩ về dục, về giận dữ, về phiền não, suy nghĩ về bà con, xóm làng, về đất nước, về sự bất tử. Người muốn cầu tâm thanh tịnh để hội nhập chánh đạo thì trước hết phải trừ bỏ ba thứ lo nghĩ thô, rồi đến trừ bỏ ba thứ lo nghĩ vi tế. Trừ bỏ sáu thứ suy nghĩ đó rồi thì sẽ được tất cả pháp thanh tịnh. Ví như người đãi vàng, trước hết lựa bỏ những viên sỏi lớn, sau đó loại bỏ cát sạn nhỏ, rồi mới được những hạt vàng.

Lại hỏi:

– Thế nào là bệnh thô? Thế nào là bệnh tế?

Đáp:

– Suy nghĩ về dục, về giận dữ, về phiền não gọi là ba bệnh thô. Lo nghĩ về bà con, về xóm làng, đất nước, về sự bất tử, gọi là ba bệnh tế.

Trừ bỏ hết những thứ lo nghĩ này thì sẽ đạt được tất cả các pháp thanh tịnh.

Lại hỏi:

– Người chưa đắc đạo, các kết sử chưa đoạn trừ, sáu thứ suy nghĩ mạnh mẽ từ tâm dấy khởi, tạo loạn động, thì làm sao có thể đoạn trừ?

Đáp:

– Tâm nhàm chán thế gian, tu quán chân chánh thì có thể ngăn chặn mà chưa nhỏ sạch. Sau khi chứng đạo vô lậu mới có thể nhỏ sạch hết mọi gốc rễ kết sử.

Hỏi:

– Thế nào là quán chân chánh?

Đáp:

*Thấy người nhiều dục, cầu dục khổ
Được rồi giữ gìn, cũng là khổ
Mất đi lo buồn, là khổ lớn
Khi tâm được dục, vẫn còn khổ?
Nhân của dục, vô thường, khổ, không
Đủ các thứ ấy, biết nên bỏ
Như rắn độc vào nơi nhà người*

*Không mau diệt nó, tất bị hại.
Không định, không thật, không quý trọng
Cầu mong đủ thứ vui điên đảo
Như A-la-hán đủ sáu thông
Dạy bảo đệ tử biết các dục.
Ông không phá giới, giới thanh tịnh
Không cùng người nữ ở chung phòng
Rắn độc tham dục đầy nhà tâm
Vui, ái trối buộc chẳng lìa nhau.
Đã biết giới thân không phá hủy
Tâm ông cùng lửa dục ở chung
Ông là người xuất gia cầu đạo
Sao tâm phóng dật đến như vậy?
Cha mẹ sinh ra, nuôi dưỡng ông
Thân thuộc yêu thương, cùng tác thành
Họ đều rơi lệ thương tiếc ông
Ông đành xa lìa không đoái tưởng.
Mà tâm luôn nghĩ nhớ đến dục
Vui đùa cùng dục, không nhàm chán
Thường thích cùng ở chung lửa dục
Vui vẻ, yêu thích, không hề lìa.*

Như thế là các cách chê trách tham dục và những pháp quán chân chánh để diệt trừ tham dục.

Hỏi:

– Thế nào là diệt trừ suy nghĩ về giận dữ?

Đáp:

*Thọ thai, sinh ra luôn bị khổ.
Như vậy chúng sinh chớ giận dữ
Nếu giận khởi lên, Từ bi diệt
Từ bi, sân giận không cùng sánh.
Ông niệm Từ bi, giận dữ dứt
Ví như sáng tối không cùng chung
Nếu giữ giới tịnh, nhớ sân giận
Người đó tự hủy hoại pháp lợi.
Ví như đàn voi vào nước tắm
Lại lấy đất bùn trầy khắp thân
Tất cả đều bị già, bệnh, chết
Vô số roi đánh trăm ngàn khổ.
Vì sao người hiền nhớ chúng sinh
Mà lại tăng thêm lòng giận dữ
Nếu khởi tâm sân muốn hại người
Chưa hại được người, trước hại mình.
Nên thường nhớ nghĩ hành Từ bi
Trong không sinh niệm ác, sân, não
Người luôn nhớ nghĩ hành pháp thiện*

*Tâm ấy thường làm điều Phật nghĩ.
Do đấy không nên nghĩ bất thiện
Thường nghĩ pháp thiện, tâm vui thích
Đời này, đời sau đều an lành
Chứng đạo thường, lạc là Niết-bàn.
Nếu tâm tích chứa nghĩa bất thiện
Tự mình mất lợi, hại kẻ khác
Gọi là người, mình đều bất thiện
Người có tâm tịnh cũng chìm mất.
Ví như đạo nhân ở chốn vắng
Đưa tay kêu gào “giặc cướp tôi”.*

Có người hỏi:

–Ai cướp ông?

Đáp:

–Giặc cướp của cải, tôi không sợ, tôi không chứa của cải để mong cầu lợi lạc ở đời thì giặc cướp của nào hại được tôi? Tôi tích tập căn lành và các Pháp bảo, giác “Giác quán” đến phá hoại lợi ích của tôi. Nếu là giặc cướp của cải thì có thể tránh xa vì có nhiều nơi để cất giấu, còn giặc cướp pháp lành thì không có chốn ẩn lánh.

Như thế là những cách quở trách giận dữ và các pháp chánh quán để dứt trừ suy nghĩ về giận dữ.

Hỏi:

–Làm thế nào để trừ suy nghĩ về phiền não?

Đáp:

*Thế gian trăm ngàn loại chúng sinh
Các bệnh thay nhau đến não hại
Giặc chết luôn rình rập muốn giết hại
Vô lượng các khổ: tự chìm đắm.
Vì sao lại bức não người hiền?
Chê bai, mutu hại chẳng nhân từ
Chứa hại được người lại mang họa
Người đời gây hại có thể tha.
Thế gian việc ấy là nhân ác
Cũng không tự nói ta tu thiện
Người xuất gia cầu đạo thanh tịnh
Mà sinh giận dữ, tâm ganh ghét.
Trời tạnh trong mây phóng lửa độc
Nên biết ác ấy tội rất nặng
Người ở thanh vắng sinh đố kỵ
Bậc La-hán chứng Tha tâm trí.
Dạy quở trách rằng “Sao ngu vậy”
Ganh ghét tự phá cội công đức
Mong cầu cúng dường nên tự hợp
Các gốc công đức trang nghiêm thân.
Nếu không trì giới, thiền, đa văn
Đối mặc y nhuộm, hoại Pháp thân*

*Thật kẻ xin ăn, người tệ ác
Sao cầu cúng dường để lợi thân?
Đói khát, nóng lạnh, trăm ngàn khổ
Chúng sinh thường bị các khổ ấy
Thân tâm khổ sở không cùng tận
Tại sao lại làm hại người hiền?
Ví như ung nhọt dùng kim chích
Như người tù đang bị tra khảo
Khổ sở trói thân, phiền não nhóm
Sao từ bi lại làm khổ thêm?*

Như thế là các cách quở trách về sự suy nghĩ đối với phiền não và các phương pháp quán chân chánh diệt trừ chúng.

Hỏi:

–Làm thế nào để diệt trừ sự suy nghĩ về xóm làng, thân thuộc?

Đáp:

–Nên nghĩ như vậy: Trong thế giới sinh tử, do nghiệp duyên lôi kéo thì đâu là thân thuộc, đâu là chẳng thân thuộc? Chỉ vì ngu si nên sinh tâm tham đắm cho là thân thuộc của ta. Đời quá khứ chẳng phải là thân thuộc, cho là thân thuộc. Đời vị lai chẳng phải là thân thuộc, cho là thân thuộc. Đời hiện tại là thân thuộc, nhưng quá khứ chẳng phải là thân thuộc. Ví như đàn chim tối về đậu trên một cây, sáng sớm tùy theo duyên mỗi con bay đi một hướng. Trong gia đình, xóm làng, thân thuộc cũng lại như vậy. Sinh ra trong thế giới, nhưng tâm mỗi người mỗi khác, duyên hội ngộ thì trở thành thân thuộc, duyên tan rã thì thành xa lạ, không có quả báo của nhân duyên cố định để cùng gắn gũi với nhau mãi. Ví như cát khô nhờ tay nắm lấy, duyên nắm cho yên hợp thành, duyên thả cho nên tan rã. Cha mẹ nuôi con, đến tuổi già thì được báo đáp. Con nhờ cha mẹ bảo bọc, nuôi dưỡng nên phải báo ân. Nếu thuận theo ý của cha mẹ là thân, nếu trái ý của cha mẹ là giặc. Có người thân thuộc, không thể tạo lợi ích, mà lại còn gây hại. Có người chẳng phải là thân thuộc, không gây tổn hại mà còn đem lại lợi ích lớn. Con người do nhân duyên, nên sinh tham ái, cũng do nơi tham ái mà phải chia lìa. Ví như họa sĩ vẽ hình người nữ rồi tự mình yêu thích, ở đây cũng như vậy, tự sinh ái nhiễm rồi tham đắm vật bên ngoài. Trong đời quá khứ, ông có xóm làng thân thuộc, đời hiện tại ông sẽ làm thế nào? Ông cũng không thể làm lợi ích cho người thân trong quá khứ. Người thân trong quá khứ cũng không tạo lợi ích gì cho ông, cả hai đều không giúp ích cho nhau, nên không nghĩ rằng ai là thân hay không thân, trong thế giới không hạn lượng, không nhất định. Như vị A-la-hán chỉ dạy cho đệ tử mới xuất gia còn quyến thuộc người thân, nói: “Như kẻ xấu ác nôn ra thức ăn, rồi muốn ăn lại” ông cũng như vậy. Đã xuất gia, vì sao lại còn tham đắm sắc dục? Cạo bỏ râu tóc, mặc áo hoại sắc là tướng giải thoát, mà còn chấp vào xóm làng, thân thuộc, đã không được giải thoát trở lại bị ái dục trói buộc. Ba cõi vô thường thay đổi, không nhất định, hoặc thân thuộc, hoặc chẳng thân thuộc, tuy nay là xóm làng thân thuộc nhưng lâu dần thì không còn nữa. Như vậy là chúng sinh lưu chuyển, luân hồi trong mười phương, làng xóm thân thuộc không cố định, thì chẳng phải là thân thuộc của ta. Người khi sắp chết thì tâm thức không còn, mắt nhìn thẳng không nhấp nháy, hơi thở tắt, mạng sống chấm dứt, như rơi vào hầm tối, khi ấy gia đình, xóm làng thân thuộc còn đâu! Nếu khi mới sinh, đời trước chẳng phải là thân thuộc, nay tạm hòa hợp làm thân thuộc. Hoặc khi sắp chết thì người thân thuộc trở thành không thân

thuộc. Suy nghĩ như thế thì không nên quyến luyến về thân thuộc. Như đứa trẻ chết, cùng một lúc cha mẹ của ba nơi đều khác. Cha mẹ, vợ con nơi cõi trời, cõi người, cõi rồng đều khóc giả dối. Quán xét đúng theo những cách thức như vậy để diệt trừ sự suy nghĩ về xóm làng, thân thuộc.

Hỏi:

–Làm thế nào để diệt trừ sự suy nghĩ về cõi nước?

Đáp:

–Hành giả nếu nhớ nghĩ về cõi nước tịnh vượng, an ổn, có nhiều người tốt, nên thường bị những suy nghĩ như trên ràng buộc, lôi kéo, nên phải trừ bỏ tâm suy tư lỗi lầm như vậy. Nếu là người trí thì không nên tham vướng vào suy nghĩ. Vì sao? Vì mọi thứ lỗi lầm trong nước ấy như được thiêu đốt nên hoàn cảnh chuyển đổi, cũng có cảnh đói khát, người bị khổ cực, tất cả cõi nước đều không thường, an ổn.

Lại nữa, sự khổ của già, bệnh, chết thì mỗi mỗi nước nào mà không có. Ở chỗ này thân khổ, đến chỗ khác thân cũng khổ, khắp thủy cõi nước không đâu là không khổ. Giả như có cõi nước an ổn thịnh vượng mà có tâm oán kết, phiền não sinh khổ nạn thì chẳng phải là cõi nước tốt. Nếu có thể diệt trừ những thứ xấu ác nơi cõi nước, có thể làm giảm thiểu các kết sử, khiến tâm không còn khổ não thì đó gọi là cõi nước tốt đẹp. Tất cả chúng sinh có hai thứ khổ: Khổ của thân và khổ của tâm, nên thường bị khổ não, không cõi nước nào mà không có hai thứ khổ não ấy.

Lại nữa, có cõi nước rất lạnh, có cõi nước rất nóng, có cõi nước đói khát, có cõi nước nhiều bệnh, có cõi nước nhiều giặc, có cõi nước vương pháp không chân chánh. Đối với những thứ xấu ác của các cõi nước như vậy, tâm không nên đắm chấp. Đó là chánh quán để diệt trừ sự suy nghĩ về cõi nước.

Hỏi:

–Làm thế nào để diệt trừ suy nghĩ về sự bất tử?

Đáp:

–Nếu chỉ dạy cho hành giả như vậy: Hoặc sinh vào nhà quyền quý, hoặc con của dòng họ tài năng, có thế lực hơn người, tất cả đừng nên nhớ nghĩ. Vì sao? Vì khi cái chết đến thì không xem xét già, trẻ, sang, hèn, tài năng, thế lực gì cả. Thân này là các nhân duyên của tất cả sầu khổ. Nếu thấy mình còn trẻ, sống lâu cho là được an ổn, thì đó là kẻ ngu si. Vì sao? Vì sầu não đã nương vào bốn đại này, mà bốn đại tạo thành hình thể như bốn con rắn độc chống trái lẫn nhau, thì không thể an ổn được. Một hơi thở ra thì không tin có thể trở vào.

Lại nữa, người khi ngủ mà muốn tỉnh thức chắc chắn là việc khó tin. Từ khi vào thai cho đến lúc già yếu, cái chết thường đến, cái chết luôn tìm đến mà cứ cho là không chết thì làm sao tin được? Ví như kẻ giết người rút dao, giương cung, tìm người để giết, không chút thương xót. Cuộc sống của người ở thế gian thì sức mạnh của cái chết là hơn hết, không có gì thắng được sức mạnh của cái chết. Dù là người tài giỏi nhất ở đời quá khứ cũng không thể thoát khỏi. Hiện tại cũng không có bậc Đại trí nào có thể thắng nổi. Chẳng thể dùng lời nói nhỏ nhẹ để cầu cứu. Không thể dùng từ ngữ khéo léo, dối lừa, để có thể tránh thoát khỏi cái chết. Cũng không thể trì giới, tinh tấn, để từ bỏ cái chết được.

Vì vậy, nên biết mạng người là mong manh, không thể tin cậy. Chớ tin và cho rằng ta sẽ sống lâu. Bọn giặc chết ấy thường dẫn dắt người đi không đợi đến già rồi sau đó mới giết. Như bậc A-la-hán dạy cho các đệ tử bị những suy nghĩ làm não hại: “Vì sao

các ông không biết nhàm chán thế gian để vào đạo? Sao lại còn khởi lên những suy nghĩ ấy?”

Có người chết khi chưa sinh ra, có người chết trong khi sinh, có người chết lúc còn bú, lại có người chết khi bỏ sữa, có người chết lúc còn bé, có người chết vào thời trai tráng, có người chết khi về già. Trong mọi thời gian đều có sự chết, ví như cây vừa có hoa, hoa liền rơi rụng, hoặc khi thành trái mới rụng, hoặc khi chưa chín đã rụng. Vì thế nên biết, phải nỗ lực tinh tấn để cầu đạo an ổn. Cùng ở với giấc có sức mạnh lớn thì không thể tin. Giấc này giống như cọp rất khéo giấu thân.

Cũng vậy, giấc chết thường tìm để giết người. Mọi thứ hiện có nơi thế gian đều rộng không như bọt nước. Tại sao lại nói phải đợi thời cơ rồi mới vào đạo? Ai có thể biết chắc chắn rằng “Ông sống đến già mới hành đạo được!” Ví như cây to ở bên vực sâu, bên trên gặp luồng gió lớn, bên dưới thì bị dòng nước dữ cuốn khiến cho gốc rễ, đất đai sụp đổ. Ai sẽ tin chắc là cây này tồn tại lâu dài? Mạng người cũng như vậy, lúc trẻ cũng không thể tin. Cha như lúa giống, mẹ như ruộng tốt, nhân duyên, tội phước từ đời trước như trận mưa thấm nhuần. Chúng sinh như cây lúa, sinh tử như việc gặt lúa. Vô số các bậc Thiên tử, Nhân vương trí đức, như Thiên vương giúp chư Thiên đánh phá hàng A-tu-la. Các thứ thọ lạc rất cao sang, tốt đẹp rồi cũng rơi vào chốn tối tăm. Vì thế, chớ tin nơi mạng sống mà nói: “Hôm nay ta làm việc này, ngày mai ta sẽ làm việc ấy.” Như thế là quán chân chánh để trừ bỏ các tư duy về sự “bất tử”. Như vậy trước tiên xả bỏ những suy nghĩ thô, sau thì đoạn trừ những tư duy vi tế, thì tâm được thanh tịnh, chứng đắc chánh đạo, tất cả kết sử đều dứt sạch, từ đây có được nơi chốn an ổn, đó là quả của hàng xuất gia, tâm được tự tại, ba nghiệp thanh tịnh bậc nhất, không còn thọ thai. Đọc tụng vô số kinh sách, nghe nhiều, khi ấy đạt được quả báo. Lúc đạt được như vậy thì hoàn toàn phá trừ hết quân ma, lại được tôn xưng là bậc dũng mãnh đệ nhất. Nếu người từ bỏ phiền não trong thế gian mà đi thì không gọi là mạnh. Ngược lại, nếu người có thể phá trừ giấc phiền não, tiêu diệt lửa ba độc, để được thanh tịnh, mát mẻ, vui vẻ, gối cao đầu an ổn trong rừng Niết-bàn, phát khởi đủ các thứ gió mát thiền định, năm Căn, năm Lực, bảy Giác chi, từ bốn hướng thổi đến, nhớ nghĩ tới chúng sinh bị chìm trong biển ba độc. Người đầy đủ diệu lực của công đức như vậy mới gọi là dũng mãnh. Như thế, những người tán tâm, nên niệm về hơi thở và học sáu pháp để đoạn trừ các suy nghĩ. Do đó nên niệm về sổ tức.

Hỏi:

–Trong bốn pháp quán như pháp Quán bất tịnh, pháp Quán niệm Phật, cũng đoạn trừ được các thứ suy nghĩ, vậy tại sao chỉ riêng nói về Quán sổ tức?

Đáp:

–Do các pháp quán khác rộng rãi nên khó mất, còn Quán sổ tức thì nhanh chóng nên dễ chuyển. Ví như thả bò, vì bò khó mất nên việc chăn giữ có lơ là, còn thả khỉ thì dễ mất nên phải coi giữ cẩn thận. Ở đây cũng như vậy, tâm đếm số hơi thở, không để chút thời gian nào nghĩ về việc khác, nếu nghĩ đến việc khác thì quên mất số đếm. Do vậy, ban đầu muốn đoạn trừ các thứ suy nghĩ thì nên tu tập Quán sổ tức. Đã được pháp Quán sổ tức rồi thì nên thực hành tùy pháp để đoạn trừ mọi thứ suy nghĩ. Khi hơi thở vào đến cùng, nương theo đấy dừng đếm một. Khi thở ra đến cùng nương theo đấy, chờ đếm hai.

Ví như người mắc nợ bị người chủ nợ luôn theo sát không xa rời. Suy nghĩ như vậy, thì hơi thở vào lại thở ra có khác nhau. Hơi thở ra lại thở vào có khác nhau. Khi ấy biết

được hơi thở vào khác, hơi thở ra khác. Vì sao? Vì hơi thở ra ấm, hơi thở vào lạnh.

Hỏi:

–Hơi thở vào, hơi thở ra chỉ là một hơi thở. Vì sao? Vì thở ra rồi lại thở vào. Ví như nước ngâm thì ấm, nhổ ra thì lạnh. Vậy thì nước lạnh trở nên ấm, nước ấm trở nên lạnh?

Đáp:

–Không phải vậy. Do nội tâm động nên có hơi thở ra, ra rồi liền diệt. Mũi, miệng dẫn từ ngoài vào nên có hơi thở vào, vào rồi liền diệt, nên cũng không có hơi thở sẽ trở ra, cũng không có hơi thở sẽ trở vào.

Lại nữa, tùy theo hạng tuổi: người còn trẻ, thanh niên, người già. Người còn trẻ thì hơi thở vô dài, thanh niên thì hơi thở vô ra đều bằng nhau, người già thì hơi thở ra dài. Vì vậy chẳng phải là một hơi thở.

Lại nữa, từ rốn hơi thở phát ra hầu như tương tục, hơi ra đến miệng, mũi, ra rồi liền mất. Ví như hơi trong quả bóng, khi mở ra liền mất. Nếu dùng duyên là mũi, miệng dẫn hơi vào, đó là từ duyên mới phát sinh. Ví như cái quạt, các duyên hợp thành thì có gió mát. Khi ấy biết hơi thở ra vào do nhân duyên mà có, nên là hư giả không thật, luôn sinh diệt vô thường. Suy nghĩ như vậy, thì hơi thở ra là từ nhân duyên của miệng mũi dẫn dắt mà có. Hơi thở vào là do nhân duyên nơi tâm động mà phát sinh. Người mê lầm không biết, cho đó là hơi thở của mình. Hơi thở là gió, cùng với gió bên ngoài không khác. Đất, nước, lửa, hư không cũng lại như vậy. Do nhân duyên của năm đại ấy hòa hợp nên thức sinh. Thức cũng như vậy, chẳng phải là của ta. Năm ấm, mười hai nhập, mười tám giới cũng vậy. Biết rõ như thế tức thuận theo hơi thở ra vào, gọi đó là tùy pháp. Được pháp tùy rồi nên thực hành pháp chỉ.

Pháp chỉ là tâm gắn liền với sự đếm hơi thở nên trụ ý nơi lỗ mũi để nhớ nghĩ về hơi thở ra vào.

Hỏi:

–Vì sao phải thực hành pháp Chỉ?

Đáp:

–Vì nhằm đoạn trừ mọi thứ suy nghĩ khiến tâm không tán loạn. Khi thực hành pháp Sổ và pháp Tùy thì tâm không định được, vì tâm có nhiều căng thẳng. Với pháp Chỉ thì tâm an nhàn, ít làm việc, chỉ trụ một chỗ, nhớ nghĩ về hơi thở ra vào. Ví như người giữ cửa luôn đứng bên cạnh cửa để xem xét người ra vào. Tâm chỉ cũng như vậy, biết lúc hơi thở ra từ rốn lên tim, ngực, cổ họng, đến miệng mũi. Khi hơi thở vào, từ miệng, mũi, cổ họng, tim đến rốn. Giữ tâm và một chỗ như vậy gọi là Chỉ. Lại nữa, trong pháp Chỉ, tâm dừng lại để quan sát. Khi hơi thở vào, năm ấm sinh diệt khác nhau. Lúc hơi thở ra, năm ấm cũng sinh diệt khác nhau. Như thế, tâm loạn động liền được diệt trừ, nhất tâm tư duy làm cho pháp quán tăng trưởng, đó gọi là pháp Quán. Bỏ việc trụ tâm ở mũi, lìa pháp quán thô. Đã lìa pháp quán thô, tức biết hơi thở là vô thường. Đây gọi là chuyển quán. Quán năm ấm là vô thường, cũng nhớ nghĩ về hơi thở ra vào là sinh diệt vô thường, thấy từ đâu hơi thở ra vào không từ đâu tới, kể đến, quán hơi thở sau cũng không có nơi chốn dấu vết. Nhân duyên hòa hợp nên hiện hữu, nhân duyên tan rã nên không còn. Đó là pháp chuyển quán. Trừ diệt năm thứ ngăn che và các phiền não, tuy trước đã đạt chỉ quán mà phiền não chưa tịnh, tâm còn tạp loạn, nay pháp tịnh này làm cho tâm được hoàn toàn thanh tịnh.

Lại nữa, pháp quán trước giống với việc thực hành pháp niệm hơi thở ra vào của các học phái khác. Nay hành pháp vô lậu giống như hành pháp hữu lậu một cách hoàn

hảo, nên gọi là thanh tịnh. Lại nữa, pháp quán ban đầu là một phần trong thân niệm chỉ, dần dần đạt toàn thân niệm chỉ. Kế đến là hành thọ tâm niệm chỉ, trong đó chưa thanh tịnh và còn xa pháp vô lậu. Nay trong pháp niệm chỉ, phải quán mười sáu hành để nhớ nghĩ đến hơi thở ra vào, nhằm đạt được pháp Noãn, Đánh, Nhấn, Thế đệ nhất, Khổ pháp nhấn, cho đến Tận trí của bậc Vô học mới gọi là thanh tịnh. Trong mười sáu pháp ấy, ban đầu là phần hơi thở vào có sáu loại hành Quán số tức. Phần hơi thở ra cũng lại như vậy. Nhất tâm nhớ nghĩ hơi thở ra vào hoặc dài hoặc ngắn. Ví như người lo sợ, chạy lên núi, hoặc mang nặng, hoặc thở lên... Những trường hợp như vậy thì hơi thở ngắn. Còn như người khi mệt được nghỉ ngơi, vui vẻ. Lại như người được thoát ra khỏi ngục tù, các trường hợp như thế thì hơi thở dài. Tất cả hơi thở đều thuộc trong hai loại này: hoặc dài, hoặc ngắn. Thế nên, nói hơi thở dài, hơi thở ngắn, trong ấy cũng hành sáu việc của phép niệm hơi thở.

Niệm về các hơi thở khắp thân, cũng niệm về hơi thở ra vào, đều xem xét trong thân với các hơi thở ra vào, biết rõ toàn thân cho đến ngón chân, ngón tay và các lỗ chân lông, cũng như thấm vào cát. Biết rõ hơi thở ra, từ chân cho đến tóc và khắp các lỗ chân lông cũng như nước thấm qua cát. Ví như hơi thở ra vào đều khắp nơi túi da, hơi thở ra vào nơi mũi miệng cũng như vậy. Quán thấy hơi thở chuyển khắp toàn thân, như lỗ của cọng sen dẫn nước, như lưới đánh cá. Tâm lại quán hơi thở vào ra không riêng nơi mũi miệng mà tất cả lỗ chân lông và chín chỗ trên thân cũng thấy hơi thở ra vào. Cho nên biết hơi thở hiện bày khắp thân, ngoại trừ các hành của thân cũng niệm về hơi thở vào ra.

Người khi mới học quán về hơi thở, nếu thân tỏ ra biếng nhác, mê ngủ, nặng nề thì phải trừ bỏ. Thân thể nhẹ nhàng hòa dịu, thuận theo thiên định, tâm mới thọ nhận được niềm vui. Cũng phải niệm về hơi thở ra vào để trừ tâm, biếng nhác, mê ngủ, nặng nề, được tâm nhẹ nhàng, hòa dịu, thuận theo thiên định, cảm nhận niềm vui trọn vẹn.

Lại nữa, niệm hơi thở vào trong phần niệm chỉ xong, tiếp đến thực hành niệm thọ, quán Chỉ xong thì đạt được Thân niệm chỉ. Đây mới thật là đạt niệm chỉ thọ, mới cảm nhận niềm vui thật sự.

Lại nữa, đã biết tướng thật của thân, nay muốn biết tướng thật của tâm và các pháp của tâm, do đấy cảm nhận niềm vui, cũng niệm hơi thở ra vào, vui thích cũng niệm hơi thở ra vào, làm cho hỷ tăng trưởng, gọi là lạc.

Lại nữa, trong tâm mới sinh vui vẻ gọi là hỷ, sau sự vui ấy hiện bày khắp toàn thân gọi là lạc. Lại nữa, thọ nhận vui trong Sơ thiền, Nhị thiền gọi là hỷ, thọ nhận vui trong Tam thiền, gọi là thọ lạc. Thọ nhận các hành của tâm cũng niệm hơi thở ra vào. Các pháp sinh diệt của tâm, các pháp nhiễm của tâm, các pháp không nhiễm của tâm, các pháp tán loạn, các pháp được thâm tóm nơi tâm, các pháp chánh tà, các tướng nơi tâm như vậy gọi là các hành của tâm. Khi tâm sinh vui mừng cũng niệm hơi thở ra vào. Chỗ thọ nhận vui trước là tự sinh, chẳng phải do tâm tạo niệm mà phát sinh vui mừng.

Hỏi:

– Thế nào là do cố ý của tâm mà sinh vui mừng?

Đáp:

– Vì muốn đối trị hai loại tâm: Hoặc tâm tán loạn, hoặc tâm thâm giữ. Thực hiện như thế thì tâm thoát khỏi phiền não, nên niệm về pháp để tâm được vui vẻ. Lại nữa, nếu tâm không vui vẻ thì cố gắng khiến được vui. Khi tâm được thâm giữ cũng niệm hơi

thở ra vào. Nếu tâm không an định, thì gắng sức chế ngự làm cho nó được an định. Như trong kinh dạy: “Tâm định là đạo, tâm loạn chẳng phải đạo.” Lúc tâm tạo sự giải thoát cũng nên niệm hơi thở ra vào. Nếu ý không được mở bày thì phải dừng mãnh thân phục, khiến được giải thoát. Như con dê vào lùm cỏ gai, bị gai móc, người ta phải dần dần gỡ ra cho nó. Tâm tạo sự thoát khỏi các thứ kết sử, phiền não cũng lại như vậy. Đó gọi là tâm niệm về chỉ để phát khởi giải thoát. Quán vô thường cũng niệm hơi thở ra vào. Quán các pháp là vô thường, sinh diệt, không, không có ta, tôi. Khi sinh, các pháp là không sinh, khi diệt các pháp là không diệt. Trong đó không có nam, không có nữ, không có người, không tạo tác, không thọ nhận. Đó gọi là pháp quán thuận theo vô thường.

Quán các pháp hữu vi hiện bày tan rã cũng nên niệm hơi thở ra vào là vô thường. Đó gọi là hiện bày tan rã. Các pháp hữu vi có mặt trong đời này đều từ nhân duyên hòa hợp nơi quá khứ nên tích tập, do duyên hủy hoại nên tan rã. Như vậy, thuận theo đấy mà quán thì gọi là quán xuất tán.

Quán lia sự trói buộc của dục, cũng niệm hơi thở ra vào. Tâm xa lia các sự trói buộc là pháp bậc nhất. Đó gọi là pháp quán thuận theo sự lia dục.

Quán diệt tận cũng niệm hơi thở ra vào. Các khổ của kết sử ở mọi nơi đều dứt hết là chốn an ổn. Đó gọi là pháp quán thuận theo nỗ diệt tận.

Quán buông bỏ cũng niệm hơi thở ra vào. Các thứ phiền não ái nhiễm nơi thân tâm, năm ấm và các pháp hữu vi đều buông bỏ, là sự an ổn bậc nhất. Pháp quán như thế gọi là quán tùy ý chỉ. Đó là mười sáu phần.

Thứ năm: Pháp môn đối trị đẳng phân

Pháp môn thứ năm cần thực hành để đối trị đẳng phân và người bị tội nặng cầu Đức Phật cứu độ. Những người như vậy nên dạy cho họ pháp Tam-muội nhất tâm niệm Phật. Tam-muội niệm Phật gồm có ba loại. Người mới tu tập, hoặc đã tu tập, hoặc đã tu tập lâu ngày.

Nếu người mới tu tập thì đưa đưa đến nơi có tượng Phật, hoặc dạy họ quán xét kỹ tướng tốt nơi tượng Phật, mỗi mỗi tướng đều thấy rõ ràng, dốc lòng ghi nhớ. Lại đến nơi chốn yên tĩnh, dùng nhãn thức quán xét về tượng Phật, làm cho tâm ý không loạn động, chú tâm vào tượng Phật, không khởi niệm gì khác. Như có những ý niệm khác khởi lên thì thân tóm chúng, khiến luôn trụ vào tượng Phật. Nếu tâm không an trú, thì vị thầy nên dạy: “Ông phải tự trách tâm mình. Do người đã tạo tội không thể tính kể, nơi vô lượng sinh tử, với đủ loại khổ não đã từng lãnh chịu. Nếu ở địa ngục thì uống nước đồng sôi, nuốt sỏi sắt cháy đỏ. Hoặc ở trong loài súc sinh thì ăn phân, nhai cỏ. Còn ở trong loài ngựa quỳ thì chịu các thứ khổ về đói khát. Nếu ở trong loài người thì nghèo cùng, khổ đốn. Nếu sinh vào cõi trời khi mất hết dục lạc chỉ toàn sầu khổ. Vì thường theo người nên nay ta phải chịu vô lượng khổ não về thân tâm. Nay ta phải chế ngự, điều phục người, người phải theo ta, ta buộc người ở một chỗ. Ta hoàn toàn không để người làm cho khổ đốn, phải chịu thêm các thứ khổ độc nữa. Người thường làm khổ ta, ta nay cần phải dùng sự việc này để chế ngự người.” Tự trách liên tục như vậy thì tâm không còn tán loạn. Khi ấy, liền được mắt, tâm sáng suốt, thấy được tướng nơi tượng Phật hết sức rõ ràng, như chỗ mắt thấy không khác. Tâm trụ như vậy gọi là người mới tu tập tư duy.

Bấy giờ, lại nên suy nghĩ: Hình tướng này là ai? Đó là hình tướng của Phật Thích-ca Mâu-ni trong quá khứ. Như nay ta được thấy hình tướng Phật. Hình tướng ấy

không đến, ta cũng không đi. Tâm tưởng như vậy thì thấy Đức Phật quá khứ, từ lúc mới giáng thân đã khiến chấn động cả trời đất, gồm có ba mươi hai tướng của bậc Đại nhân.

1. Lòng bàn chân bằng phẳng.
 2. Dưới bàn chân có hình bánh xe với ngàn tăm.
 3. Ngón tay dài, đẹp.
 4. Gót chân rộng.
 5. Kế ngón tay, ngón chân đều có màng lưới mỏng.
 6. Mu bàn chân cao, bằng, đẹp.
 7. Chân thon, tròn đầy như nai chúa.
 8. Đứng thẳng, tay quá gối.
 9. Tướng mã âm tàng.
 10. Thân tròn thẳng như cây Ni-câu-lô-đà.
 11. Mỗi lỗ chân lông đều có một sợi lông.
 12. Lông hướng lên và xoay qua phải.
 13. Sắc thân hơn sắc vàng ròng.
 14. Hào quang tỏa xung quanh thân một trượng.
 15. Da mỏng, đẹp.
 16. Bảy chỗ đều đầy đặn.
 17. Dưới hai nách bằng, đẹp.
 18. Thân trên như Sư tử.
 19. Thân rất đẹp, ngay ngắn.
 20. Vai tròn, đẹp.
 21. Có bốn mươi cái răng.
 22. Răng trắng, bằng khít, chân sâu.
 23. Bốn răng cửa trắng, lớn.
 24. Má vuông như má sư tử.
 25. Trong vị giác luôn có được vị thượng diệu.
 26. Lưỡi lớn, rộng, dài mà mỏng.
 27. Tiếng Phạm âm sâu xa.
 28. Âm thanh như tiếng chim Ca-lăng-tần-già.
 29. Mắt màu xanh biếc.
 30. Lông mi như bò chúa.
 31. Trên đỉnh có nhục kế.
 32. Giữa chạng mày có tướng bạch hào dài, đẹp xoắn về bên phải.
- Lại có tám mươi vẻ đẹp:
1. Tướng vô kiến đánh.
 2. Mũi cao, thẳng, đẹp, kín.
 3. Lông mày như vầng trăng lưỡi liềm, xanh như màu lưu ly.
 4. Tai đẹp.
 5. Thân như Na-la-diên.
 6. Xương nối kết nhau như mắt xích.
 7. Khi xoay thân như voi chúa.
 8. Khi đi, chân cách đất bốn tấc mà vẫn in dấu.
 9. Móng tay màu như đồng đỏ, mỏng và bóng sáng.

10. Đầu gối tròn, đẹp.
11. Thân tinh khiết.
12. Thân mềm mại.
13. Thân không cong.
14. Ngón tay thon dài.
15. Đường chỉ tay đẹp như bức họa nhiều màu.
16. Mạch sâu không lộ.
17. Mắt cá ẩn không lồi.
18. Thân sáng, bóng láng.
19. Thân vững, không xiêu quẹo.
20. Thân đầy đủ (*tháng năm thọ thai, tháng hai sinh*).
21. Đầy đủ dung nghi.
22. Đứng vững chãi (*như bò chúa không động*).
23. Uy dũng trùm khắp.
24. Chúng sinh thích chiêm ngưỡng.
25. Mặt không dài.
26. Dung mạo đoan nghiêm, không có sắc xen tạp.
27. Môi đỏ như màu quả Tần-bà.
28. Mặt tròn đầy.
29. Âm thanh vang xa.
30. Rốn tròn sâu, không lồi.
31. Lòng khắp thân đều xoay về phía phải.
32. Chân tay đầy đặn.
33. Tay chân như ý (*trong ngoài đều nắm được*).
34. Đường chỉ tay chân đều rõ ràng và thẳng.
35. Chỉ tay dài.
36. Chỉ tay không đứt đoạn.
37. Tất cả chúng sinh có tâm xấu ác, khi trông thấy đều lộ vẻ vui mừng.
38. Mặt rộng, đẹp.
39. Mặt như vàng trắng.
40. Chúng sinh thấy không kinh sợ.
41. Lỗ chân lông tỏa mùi thơm.
42. Miệng thoảng mùi hương, chúng sinh gặp thì có được pháp lạc bảy ngày.
43. Dung nghi như sư tử.
44. Tiến, dừng như voi chúa.
45. Đi như ngỗng chúa.
46. Đầu như quả Ma-đa-la (*quả này không tròn không dài*).
47. Đầy đủ âm thanh (*có sáu mươi loại âm thanh, Phật đều đầy đủ*).
48. Răng sắc bén.
- 49.¹
50. Lưỡi rộng và đỏ.
51. Lưỡi mỏng.
52. Lòng toàn màu hồng, sạch sẽ.

¹ Nguyên bản Hán thiếu

53. Mắt rộng, dài.
54. Khổng môn đầy (*chín khổng môn đủ và đầy đặn*).
55. Chân tay trắng đỏ như màu hoa sen.
56. Bụng không lồi.
57. Bụng không lép.
58. Thân không động.
59. Thân nặng.
60. Thân lớn.
61. Thân cao, lớn.
62. Chân tay sạch, đầy đặn.
63. Quanh thân có hào quang lớn, khi đi ánh sáng tỏa chiếu khắp.
64. Xem chúng sinh đều như nhau.
65. Giáo hóa không chấp trước, không tham cầu đệ tử.
66. Tùy thuận theo tiếng của chúng sinh đầy đủ, không thêm không bớt.
67. Thuận theo ngôn ngữ của chúng sinh mà thuyết pháp.
68. Lời nói không bị ngăn ngại.
69. Thuyết pháp theo thứ tự không bị gián đoạn.
70. Tướng của Phật, chúng sinh chiêm ngưỡng không thể biết rõ hết.
71. Chiêm ngưỡng không nhầm chán.
72. Tóc dài, đẹp.
73. Tóc xoắn, đẹp.
74. Tóc không rối.
75. Tóc không hư.
76. Tóc mềm mại.
77. Tóc màu xanh như ngọc Tỳ-lưu-ly.
78. Bề mặt của tóc mềm.
79. Tóc không thưa.
80. Ngực có chữ Đức, chân có chữ Cát.
Ánh sáng chiếu khắp vô lượng thế giới.
Lúc mới sinh đi bảy bước, miệng nói lên những lời quan trọng.

Xuất gia siêng năng tu tập khổ hạnh, ở nơi cội Bồ-đề, hàng phục các ma. Cuối đêm vừa rạng sáng, thành Bạc Đăng Chánh Giác, hào quang rực rỡ tỏa chiếu khắp mười phương, không đâu là không hiện bày. Chư Thiên nơi hư không đàn hát và rải hoa, mưa hương để cúng dường. Tất cả chúng sinh đều vô cùng cung kính. Một mình đi trong ba cõi, chuyển thân như voi chúa, quán xét về cây Bồ-đề, chuyển pháp luân lần đầu, khiến cho hàng trời, người được giác ngộ, dùng đạo đã tự mình chứng đắc đạt đến Niết-bàn.

Thân Phật như vậy, phát ra sự cảm hóa vô lượng. Dốc lòng niệm Phật không khởi niệm khác, nếu dấy khởi niệm khác theo các duyên thì thân tóm trở lại. Không loạn động như thế, bấy giờ liền thấy được sắc thân của Phật, một Phật, hai Phật, cho đến sắc thân của chư Phật trong vô lượng thế giới khắp mười phương. Do tâm tưởng nên đều được thấy Phật. Đã thấy Phật, lại được nghe thuyết pháp, hoặc tự thưa hỏi. Đức Phật vì mình mà thuyết pháp, giải thích những chỗ còn nghi ngờ. Đã đạt được sự nhớ nghĩ về Đức Phật rồi lại phải nhớ nghĩ đến pháp thân công đức của Phật, với vô lượng đại trí, trí tuệ rộng sâu, công đức không thể tính kể, gồm đủ mười tôn hiệu: Đa-đà-a-già-độ (Như Lai), A-lê (Ứng Cúng), Tam-miêu-tam Phật-đà (Chánh Biến Tri), Tỳ-già-già-la-na-tam-

LINH SƠN PHÁP BẢO ĐẠI TẠNG KINH

bát-na (Minh Hạnh Túc), Túc-già-đà (Thiện Thệ), Lộ-già-bại (Thế Gian Giải), A-nậu-đa-la (Vô Thượng Sĩ), Phú-lâu-sa-đàm-miêu (Điều Ngự Trượng Phu), Xá-đa-đề-bà-ma-nậu-xá-nam (Thiên Nhân Sư), Phật – Bà-già-bà (Phật – Thế Tôn).

Bấy giờ, lại niệm về thân đức nơi một, hai, ba, bốn, năm Đức Phật, cho đến vô lượng tận hư không giới cũng đều niệm như vậy. Lại thấy một Đức Phật có thể làm thành mười phương Phật, có thể thấy mười phương Phật làm thành một Đức Phật. Có thể khiến một sắc tạo thành sắc của kim, ngân, thủy tinh, Tỳ-lưu-ly, tùy theo sự ưa thích của mọi người đều làm cho họ thấy được. Khi ấy, chỉ quán xét hai việc: “Thân Phật như hư không và công đức của Phật”, càng không dấy khởi những niệm khác, tâm được tự tại, ý không giống ruồi, liền chứng được Tam-muội niệm Phật. Nếu tâm giống ruồi theo năm trần, hoặc suy nghĩ về sáu thứ như trước thì phải tự cố gắng hết sức để kềm chế, giữ tâm mạnh mẽ nhằm điều phục nó. Tư duy như vậy: “Thân người khó được, Phật pháp khó gặp, nên gọi là trong các thứ ánh sáng thì mặt trời hơn hết, trong các bậc trí thì Đức Phật là tối thắng. Vì sao? Vì Đức Phật phát khởi tâm đại Bi, thường vì muôn loài dùng đầu, mắt, tủy, não để cứu giúp chúng sinh. Vậy cố sao mình lại buông lơi tâm ý, không dốc lòng niệm Phật mà phụ ân sâu nặng của Ngài? Nếu Đức Phật không xuất hiện ở đời, thì không có đạo lý của hàng trời, người, đạo lý đạt đến giác ngộ, giải thoát. Nếu người dùng hương hoa cúng dường, dùng xương, thịt, máu, tủy xây dựng tháp để cúng dường thì cũng không bằng người dùng pháp cúng dường, đạt đến Niết-bàn. Tuy nhiên, nếu phụ ân Phật thì dù có niệm Phật cũng không đạt được gì cả. Thế nên, cần phải dốc lòng ghi nhớ, không quên để báo đáp ân Phật, huống nữa là niệm Phật đạt được các Tam-muội, có trí tuệ, thành Phật mà không chuyên niệm sao? Cho nên, hành giả thường phải chuyên tâm giữ gìn ý không cho tán loạn thì được thấy Phật, thưa hỏi những chỗ nghi ngờ. Đó gọi là Tam-muội niệm Phật diệt trừ đặng phần và các tội nặng khác.

