

MA-HA CHỈ QUÁN

QUYỂN 8 (Phần Đầu)

Thứ hai, Quán cảnh phiền não: Ở trên, ấm giới nhập không ngộ thì chúng sinh ấy chẳng thích hợp mà quán sát không dừng, phiền não lay động, tham sân phát tác. Vậy thì xả ấm nhập, quán sát phiền não. Trước hết quả trách năm dục biết lỗi tội của năm dục, bỏ cái là xả ấm nhập bình thường, quán sát quả báo, ở trong đó cầu sự hiểu biết, nay quán sự phát tác sinh khởi dữ dội, nặng về tham sân, như sắt không hợp với lửa nhưng đen, nếu hợp với lửa thì phải là đỏ. Lại, pháp quả báo tầm thường không lúc nào mà không bị quả trách, xả bỏ thì dễ, nếu sinh khởi phiền não muốn khống chế thì khó. Vì sao? Vì tuy sân nhưng can gián kịp thời thì sẽ dứt hết, nay phát sinh sự hung dữ gầm thét đáng sợ, sinh ra điên đảo vọng tưởng chột khởi chột diệt, nay phát sinh sự ấm ức mà không bỏ, đời sau sắc dục ức chế có thể dừng lại, nay phát sinh không phân biệt ngựa chết, huống gì là chủng loại. Đây do mê hoặc bên trong phát sinh mạnh mẽ hừng hực, nếu thấy cảnh bên ngoài tâm cuồng loạn, mắt tối tăm, thí như dòng nước bất giác cuộn cuộn chảy, cảnh tượng ấy có sóng lăn tăn khởi, cũng như người mạnh khỏe không biết có năng lực xúc chạm, phiền não nằm nép phục như có như không, đạo tràng sám hối quán ấm giới nhập, như sư tử gầm thét tiếng vang động khắp nơi, nếu không biết thì có thể lôi kéo người vào tội nặng, chẳng những Chỉ Quán không thành lại còn làm cho tội nghiệp thêm nhiều, rơi xuống hầm sâu tâm tối, không thể thoát khỏi, vì nghĩa ấy cho nên phải quán cảnh phiền não. Quán này chia làm bốn: 1. Nói lược về tướng ấy. 2. Nói về nhân duyên. 3. Nói về trị khác. 4. Tu Chỉ Quán.

1. Nói lược về tướng ấy: Trước hết giải thích tên gọi, phiền não là pháp hôn mê, phiền muộn làm não loạn tinh thần, lại cùng tâm tạo tác phiền muộn, làm cho tâm bị não loạn, tức là kiến tư lợi độn, một phần số này, năm độn sử đầu hẳn là tham sân, như các loài động vật mềm nhũn cọ quậy, không suy tìm lý, nhưng con ngao mỗi khi cử động thì

giương to mắt. Thường là bò dưới đáy, thấp hèn yếu kém đâu thường chấp trước đi đứng nằm ngồi, thường khởi tâm chấp ngã cho nên năm độn chẳng phải không lợi ích. Năm lợi đâu chỉ là kiến hoặc, tư hoặc, nay y cứ vào phần vị không để lầm lẫn nhau, nếu chưa sinh khởi thiền thì tuy có trí thế gian, suy lý phân biệt thông minh, thấy tướng còn yếu kém, tất cả mười sử đều thuộc về độn, nhân nơi định phát sinh kiến chấp, tâm kiến chấp mạnh mẽ, tất cả mười sử từ gượng thọ đều thuộc về lợi, như hai người đồng học, một người đặc ý pháp tranh cãi thì mạnh, một người đặc ngôn ngữ thì tranh cãi yếu, đặc ngã như không, thiền đặc ý như phát định. Nếu phát định rồi mà khởi kiến hoặc, như sở quán ở dưới. Nếu chưa phát định mà khởi phiền não chính là sở quán này. Nếu trong lợi có độn thì kiến đế chỉ dứt, đối với lợi độn thì vẫn còn. Trong luận Tỳ-đàm cho rằng độn trên lợi là gọi trái với sử, ở trên khi kiến đế đoạn thì chánh sử đã bỏ, sự trái ngược với sử cũng bỏ, tư duy cũng giống như vậy. Nếu khai mở độn này thành tám mươi bốn ngàn, nay chỉ tóm lược làm bốn phần, ba độc riêng phát thành ba phần, như ba cảnh đẳng duyên gọi là đẳng phần, ba độc riêng khởi thì giác quán chẳng nhiều, ba độc đồng khởi gọi là giác quán nhiều, hoặc ít hoặc nhiều đều gọi là tán động, đều làm chướng ngại định, vô ký là quả báo tán động thì không chướng ngại định. Kinh chép: Từ diệt định xuất nhập trong tán tâm, trong tán tâm lại nhập các định, tán không ngăn chướng ngại định, tức là nghĩa này. Thành luận chép: Tán tâm bao gồm cả ngu si vô tri, làm chướng ngại định, nếu vậy tán gồm cả sân dục, sao không chướng ngại định ư? Nay giải thích riêng có ý như trên, trong xả cái có nói. Nhưng tướng phiền não rộng không thể cùng tận, hoặc phân biệt đầy đủ chướng ngại quán môn. Kinh Pháp Hoa chép: Trong hai mươi năm thường làm việc đốt phân, phân tức là pháp phiền não ô uế, nếu phân sạch thì được giá trị một ngày, nếu trụ phân biệt nhiều ít thì không bao giờ được giá trị, nay quán phân phiền não cầu được tiền trí tuệ, chẳng muốn tướng phân biệt kiến tư hoặc. Nếu vậy thì năm trăm vị La-hán lấy gì phân biệt, vì giữ gìn Phật pháp, làm người dẫn dắt chúng sinh, thông hiểu các thứ khó khăn, phải phân biệt rộng, nay chính là vào đạo, sức chưa đầy đủ cũng đối với quán chẳng gấp, chỉ biết chung bốn phần phân uế siêng năng mà đốt bỏ, nếu từ không nhập giả thì phải bỏ sự phân biệt. Lại nữa, lợi độn hợp lại đều tóm tắt chia làm bốn phần, đồng là giới nội cùng Nhị thừa đoạn gọi chung là phiền não, nếu giới ngoại chia làm bốn phần, hàng Nhị thừa không dứt gọi là biệt phiền não, nếu làm tương quan thì đâu được lia thông có biệt, thông hoặc làm

cảnh, biệt hoặc làm gốc, đắc chân trí đoạn cảnh, đắc trung trí đoạn gốc, nếu tác bất tư nghì thì chỉ còn giới nội, phiền não tức Bồ-đề, đâu được chẳng phải là biệt hoặc, đã như trước nói.

2. Nói về nhân duyên phiền não sinh khởi: Nhân duyên có ba thứ như ở sau sẽ nói, tướng khởi có bốn câu: sâu mà không lợi, lợi mà không sâu, vừa sâu vừa lợi, không sâu không lợi, tức thuộc về thông đồ quả báo hoặc tướng, bình thường liên quan đến nhau cho nên nói chẳng sâu chẳng lợi. Ba câu khởi động khác thường tức thuộc về phiền não phát tướng, khi phát sâu nặng không thể cấm chỉ, xúc đối cảnh càng tăng thì không thể ngăn chế, đó gọi là tướng sâu, thường thường phát khởi, thường thường sâu nặng, cho nên gọi là lợi, lợi mà không sâu, sâu mà không lợi, y cứ theo đây có thể biết. Về nhân duyên: 1. Tập nhân chủng tử. 2. Nghiệp lực trói buộc tạo tác. 3. Ma kích thích phát động. Tập: Từ vô lượng kiếp đến nay phiền não chứa nhóm sâu nặng, thành tựu hạt giống, huân tập nối nhau, như ngựa chạy, như dòng nước trôi thuận theo bất giác chạy nhanh. Tóm lại thì biết gắng sức chạy nhanh, hành nhân mặc cho phiền não trôi chảy vào biển sinh tử, đều do không giác biết. Nếu tu đạo phẩm thì ngược với các dòng sinh tử, phiền não cao ngất sinh khởi, chỉ nên khuyên cố gắng lên, đặc biệt xuất ra khỏi ngày đêm gồm cộng. Nghiệp: từ vô lượng kiếp đến nay hành động ác thành tựu, như mang oán trách, đâu được khiến ông tu đạo xuất ly cho nên nghiệp ác sinh khởi, phá hoại quán tâm, làm cho pháp lành không lập, như dòng sông vắng lặng bất giác nổi sóng, gió mạnh chợt đến, sóng như các hòn núi liên tục nối tiếp, nếu chiếc thuyền bánh lái bị vỡ thì phải chánh niệm nhất tâm, trước sau người đi thuyền mới được thoát nạn. Ma: Nếu làm ma đi là thuộc về dân, cho nên không động loạn, nếu hành đạo vượt ngoài ba cõi, bỏ ba cõi này nương tựa cõi kia, mười quân thâm nhiếp nắm bắt, cho nên mê hoặc sâu xa lạnh lợi tự nhiên đến, như nước dưới biển lớn tuy không có gió thổi động mà nước hút sạch hết, muôn vạn thoát nhanh, sức không thể chống lại nổi, chỉ chuyên tâm xưng sinh hiệu Phật mới được thoát khỏi. Nếu y cứ vào lửa làm ví dụ thì phải dữ như thói quen, gió phong tục quạt như nghiệp, thấm nhuần phù hợp như ma, nghiệp ma như ở dưới sẽ nói, quán tập chuyển động phiền não là sở quán ở đây.

3. Cách trị khác nhau: Cách trị của Tiểu thừa có năm, đối với chuyển, bất chuyển bao gồm đầy đủ, năm thứ này cùng trị bốn phần phiền não, khởi ngăn chướng đạo như nghiệp cảnh ở dưới v.v... Đối trị: Một phần phiền não thì có ba thứ, hợp thành mười hai, đối với ở đây

cũng có hai mươi, như đối với giặc bày trận, đó gọi là đối trị. Chuyển trị: Như bất tịnh là tham dục đối trị, mà chẳng thích nghi với kia, nên dùng tịnh quán được thoát, chuyển tu từ tâm, niệm dùng tịnh pháp an vui đầu lại thêm ược nhục, đó gọi là chuyển trị. Nếu người sân thì dạy bất tịnh, người si dạy tư duy biên vô biên, người trác táng dạy dùng trí tuệ phân biệt, đây là bệnh bất chuyển mà trị chuyển, đều gọi là chuyển trị. Nếu thuốc và bệnh đều chuyển thì vừa gọi chuyển trị vừa gọi là đối trị. Bất chuyển trị: Bệnh tuy chuyển trị cuối cùng không chuyển nên tu pháp này chỉ để trị đây, trị chuyển bất chuyển bệnh cho nên gọi là bất chuyển trị. Gồm trị: Bệnh gồm thuốc cũng gồm, như tham dục gồm sân bất tịnh, phải có từ tâm, bệnh gồm một, hai, thuốc cũng gồm một, hai, đó gọi là gồm trị. Cụ trị: Cụ là dùng pháp trên cùng trị một bệnh, đó gọi là Tiểu thừa trước dụng năm trị sau dùng để trí, liền được nhập chân. Đại thừa nói trị chẳng phải đối, chẳng phải gồm v.v... gọi là Đệ nhất nghĩa trị, như thuốc A-kiệt-đà năng trị các thứ bệnh, hàng Tiểu thừa thường dùng ba Tất-đàn làm thuốc trị, Đại thừa thường dùng Đệ nhất nghĩa Tất-đàn làm thuốc trị. Trong không vô sinh ai là phiền não, ai là năng trị, nếu không phiền não làm sao vật chuyển, đã không sở chuyển cũng không bao gồm đầy đủ, chỉ dùng một phương pháp vô sinh trị khắp tất cả, đây là tóm lược cùng cực phải khéo nhận lấy ý.

4. Tu Chỉ Quán: Lại chia làm mười ý: ban đầu phân biệt cảnh tư nghị: một niệm dục giác ban đầu sinh khởi rất nhỏ nhiệm không ngăn dùng lập tức thì dần dần thêm lớn, làm việc tham dục cho nên tham dần dất không còn đạo đức, cho nên gây ra bốn tội trọng, năm tội nghịch, đó gọi là phiền não sinh cõi địa ngục; vì nhân duyên tham dục không biết hổ thẹn chạm phải tối tăm dốt nát không còn lễ nghĩa, quên mất giống người, đó gọi là tham dục cõi súc sinh; lại vì nhân duyên tham dục keo kiệt bõn sẻn giữ gìn, cũng keo kiệt cho nhà người khác, đó gọi là tham dục sinh cõi ngạ quỷ; vì nhân duyên tham dục mà sinh tâm ganh ghét, nghi ngờ đố kỵ phòng bị trừ tính thường muốn hơn người khác, dùng trăm phương ngàn kế độc hại khiến cho người khác chịu thua thoái lui, đó gọi là tham dục sinh cõi A-tu-la, lại vì nhân duyên dục ái sâu nặng ưa dùng sinh lễ chọn lấy vợ đẹp, thường kèm chế đê nén, thuận theo nhân nghĩa, vì muốn an vui đời vị lai nên giữ gìn năm giới đó gọi là tham dục sinh cõi người; lại dục khởi thì ham muốn, ở cõi người dục thô thì mong cầu cõi trời, siêng tu mười điều lành, ngăn chỉ thuần thực, nhậm vận không sinh khởi, đó là quán tham dục sinh sáu tầng trời cõi Dục, lại quán tâm dục, quả trách xả bỏ sự thanh tịnh, năng phát sinh

thiền định, là các tầng trời cõi Sắc, cõi Vô sắc; lại quán dục là tập, do tập mới chiêu cảm khổ, nhằm chán sự khổ tập này mà tu tập mong cầu xuất ly, đó là cõi Thanh văn. Nếu quán dục là vô minh, vì vô minh dục mà gây ra các hành, xoay vần không bờ bến, nếu dừng chỉ dục thì vô minh hành, v.v... cũng đều dừng, chỉ đó là cõi Duyên giác; nếu quán dục là xấu xa bại hoại liền khởi từ bi mà thực hành đối với xả, lo sợ vô thường cho đến quán dục là si v.v... là cõi Sáu Độ; nếu quán dục vốn tự mình không sinh khởi, nay cũng không trụ, tương lai sẽ không diệt, dục tức là không, không tức là Niết-bàn, đó là cõi Thông giáo; lại quán dục tâm có vô lượng tướng, tập đã chẳng phải một, khổ cũng vô lượng, biết căn tánh dục, đều do dục tâm phân biệt đầy đủ, đó là cõi Biệt giáo. Các cõi kia ba phiến não xuất sinh các pháp cũng giống như vậy, theo thứ lớp sinh tất cả pháp, đó gọi là cảnh tư nghị.

Cảnh bất tư nghị: như kinh Vô Hành chép: Tham dục tức là đạo, nhuế si cũng giống như vậy, như vậy trong ba pháp đầy đủ tất cả pháp. Bốn phần này dù tức là Đạo, lại không được tùy, tùy người đời sau hưởng về đường ác, lại không được đoạn, đoạn thành tăng thượng mạn, không đoạn si ái mà sinh khởi tự thông minh giải thoát thì mới gọi là Đạo, không trụ nơi điều phục, không trụ nơi không điều phục, trụ nơi không điều phục là tướng người ngu, trụ nơi điều phục là pháp Thanh văn. Vì sao? Vì phạm phu tham nhiễm, thuận theo bốn phần sinh tử chứa nhóm nhiều tội ác khó điều phục, đó gọi là bất điều, hàng Nhị thừa sợ hãi sinh như oán giặc đuổi theo, mau vượt khỏi ba cõi, chứng A-la-hán gọi là Bất điều, Hoặc trong ba cõi hết, không còn hoặc đáng điều phục, như vậy không điều mà gọi là điều. Hạt giống bị cháy không thể nảy mầm, hư nát không dùng, Bồ-tát thì không như vậy, ở trong sinh tử mà có sức mạnh, ở trong Niết-bàn mà không đắm vị, mạnh mẽ đối với sinh tử, vô sinh mà sinh, không bị pháp sinh làm ô nhiễm, như hoa ở giữa bùn lầy mà như thuốc trị được các thứ bệnh, không đắm vị Niết-bàn, biết không, bất không, không vì pháp không sở chứng, như chim bay trên không không trụ trên không, không dứt phiến não mà nhập Niết-bàn, không dứt năm dục mà thanh tịnh các căn, tức là ý không trụ điều phục, không trụ bất điều phục. Nay đời mạt pháp người ngu si nghe vị ngọt của quả yêm-la liền đập nát hạt quả kia mà nếm thử rất là đắng, hạt giống và vị ngọt của quả tất cả đều mất, vì không có trí tuệ cho nên đập nát hạt quả sức cũng giống như vậy. Nghe chẳng điều phục, chẳng phải không điều phục, cũng không ngại điều phục, cũng không ngại không điều phục, do không ngăn ngại cho nên gọi vô ngoại đạo, do vô

ngại đạo cho nên dâm dật rõ ràng, cùng nhau thực hành phi pháp, không một chút hổ thẹn, không khác với loài cầm thú, đây là do ăn muối quá nhiều khát nước thành bệnh. Kinh chép: Tham chấp pháp vô ngại là hạng người cách Phật quá xa như trời với đất. Đại kinh chép: Nói mình tu vô tướng thì chẳng phải tu vô tướng. Nay người tu hành đối với phi đạo mong muốn thông suốt đến Phật đạo, lại thì tự mình bị lấp bít đồng với phàm phu, đó là trụ nơi bất điều chẳng phải không trụ. Lại có hành nhân nghe không trụ điều phục không trụ bất điều phục, sợ hãi hai bên, tự mình cố gắng giữ gìn, muốn tu trung trí dứt phá hai bên, người ấy không thể ngay nơi tham dục là đạo, dứt bỏ tham dục rồi mới gọi là Đạo, đây chính là trụ nơi tâm điều phục, chẳng phải không trụ, phương Bắc có đủ hai lỗi này. Lại nữa, ban đầu học Trung quán, dứt bỏ tham dục không được lợi ích, phóng tâm hành, không điều sự, một hành ban đầu mỏng manh được chút lợi ích, từ đây về sau thường hành không nghỉ, cũng không còn lợi ích, thực hành không thay đổi, lấy sự lợi ích của mình ban đầu hành đem giáo hóa cho người khiến họ hành. Lại dẫn trong kinh làm chứng, người người thọ nhận sự giáo hóa ấy, luống chỉ tham dục lạc, không mảy may được lợi ích của Đạo, nhảy vọt hư hỏng đắm mê rượu chè, trở thành phong tục, làm ô nhục giới luật, ô uế Tam bảo, làm nghiêng ngửa ngôi nhà Phật pháp, đều do đây mà ra, trụ này bất điều và trụ nơi điều, đâu có liên quan đến bất trụ điều và bất điều, đó gọi là đại ngại, đâu có liên quan đến vô ngại, là tăng trưởng phi đạo, đâu có liên quan đến Phật đạo, như vậy điều và bất điều đều gọi là bất điều. Vì sao? Vì tất cả đều là chúng sinh phàm tình, chứ chẳng phải hạnh hiền Thánh. Nay nói không trụ điều phục, không trụ bất điều phục, không trụ phi điều phục, phi bất điều phục, vừa không trụ điều phục vừa bất điều phục, vừa trụ điều phục vừa trụ bất điều phục, cũng trụ phi điều phục, phi bất điều phục, không trụ vừa điều phục vừa bất điều phục. Vì sao? Vì phiền não tức không, cho nên không trụ bất điều phục, phiền não tức giả cho nên không trụ điều phục, phiền não tức trung cho nên không trụ vừa điều phục vừa bất điều phục, vì song chiếu phiền não, cho nên không trụ phi điều phục, phi bất điều phục, tuy không trụ điều bất điều v.v... mà thật trụ nơi điều bất điều v.v... Tuy thật trụ điều bất điều mà không trụ nơi điều bất điều... vì sao? Vì không thiên chấp quán một câu, một câu tức các câu, vì tất cả phá đưa đến tham dục, vì tham dục đều là các pháp, dùng ý này thì trải qua tất cả câu, đó là chấp tham dục thì gọi là trụ bất điều phục, vì chấp là vô trụ điều phục, như vậy v.v... Nói tự tại v.v... Thông đạt như vậy gọi là vô

ngại đạo, tất cả người vô ngại thẳng đường vượt ra sinh tử, làm sao để vượt ra được? Có lúc thông suốt tham dục rốt ráo thanh tịnh không bị ô nhiễm, kệ lụy cũng như hư không, vượt ra sinh tử, đó gọi là trụ nơi điều phục được lợi ích. Hoặc khi tâm buông lung, quán gốc ngọn nhân duyên của tham dục này, bao nhiêu thứ bệnh, bao nhiêu thứ thuốc, như Hòa-tu-mật-đa nhập mé ly dục độ thoát chúng sinh, thực hành như vậy sẽ vượt ra sinh tử, đó gọi là trụ bất điều được lợi ích. Hoặc có khi quán cả hai đều được lợi ích. Hoặc khi đều quán tất cả được lợi ích, khéo léo như vậy nên trụ không, nên trụ tự tha đều được lợi ích, đối với pháp của Bồ-tát không bị tổn giảm, dùng bốn Tất-đàn mà tự chiêm chước, như Hỷ Căn vì các cư sĩ nói pháp khéo độ, đều được vô sinh nhẫn, Tỳ-kheo Thắng Ý thực hành pháp vụng độ không có công dụng, về sau đạo đến xóm làng nghe Hỷ Căn nói tham tức là đạo bèn giận dữ nói với Hỷ Căn: Tại sao ông vì người khác nói pháp chướng đạo? Khéo thực hành pháp tấn xuất chưa thành thì Hỷ căn vì Thắng Ý nói bài kệ, tức thời ngay nơi thân Thắng Ý bị đất rút, Bồ-tát biết vị kia do không tin sẽ bị đọa vào địa ngục, vì vậy cho nên gương nói gây nhân cho đời sau, khéo quán Tất-đàn, hoặc tự hoặc tha hoặc gần hoặc xa, trụ nơi điều phục, bất điều phục v.v... đều không lỗi lầm, không trụ điều, bất điều v.v... cũng đều không lỗi lầm. Nếu không hiểu được ý bốn Tất-đàn, hoặc trụ, không trụ tự dẹt lười ái, khởi tâm chê bai khinh thường người khác, tự ngăn ngại mình, ngăn ngại người khác, chẳng phải vô ngại. Nếu một niệm tâm phiền não khởi đủ mười cõi, một trăm pháp, không chướng ngại lẫn nhau, tuy nhiều mà bất hữu, tuy một mà chẳng phải không, nhiều không chứa nhóm, một cũng không tán, nhiều không khác, một không đồng, nhiều tức một một tức nhiều. Kinh chép: Trong tối bóng cây tối cho nên không thấy, thiên nhãn thấy được, đó là trong tối có sáng, trí chướng rất tối tăm, đó là trong sáng có tối. Cũng như ban đầu đèn và bóng tối ở chung, như vậy sáng tối không ngăn ngại lẫn nhau, cũng không phá nhau. Vì sao? Vì thế gian hiện thấy trong nhà đốt đèn không biết bóng tối bỏ đi đến chỗ nào, nếu đèn tắt thì bóng tối lại đến, đến không có nguồn gốc, đi không có dấu vết, tối đã như vậy, sáng cũng lại như vậy, tìm tối không tối, ánh sáng không phá, tìm sáng không sáng, bóng tối không che đậy, tuy không sáng tối, phá hay che đậy, nhưng rõ ràng, không thọ, không đấm chấp, không nghĩ nhớ, không phân biệt, mới khởi gọi là không thọ, khởi lâu gọi là không chấp đấm, không chấp trong gọi là không niệm, không chấp ngoài gọi là không phân biệt, diệt tuệ sáng suốt rõ ràng, do nghĩa ấy nên gọi là bất tư nghị không ngăn ngại nhau,

không trừ diệt nhau. Nếu đèn thế trí diệt thì bóng tối mê hoặc lại đến, nếu trí Trung đạo sáng thì thường trụ bất động, như hạt châu quý báu thường chiếu sáng thì bóng tối không đến, quán phiền não tối tăm tức đại trí sáng suốt, hiển Phật Bồ-đề thì mê hoặc không đến, y cứ vào cảnh ấm nhập ở trên thì có thể biết v.v... Như vậy, khi quán sát lại việc đã qua xót xa lỗi mình mà rộng thương xót chúng sinh. Vì sao? Vì lý chẳng phải sáng suốt, do mê hoặc cho nên sinh khởi khổ tập tối tăm, hiểu rõ phương pháp trị liệu cho nên có đạo diệt sáng suốt, y cứ vào tối cho nên bi, ước về sáng cho nên từ, tâm thế rộng lớn cùng cảnh đều sinh khởi, vì mãn nguyện cho nên lập hạnh vững chắc, hạnh vững chắc chẳng phải Chỉ Quán ở trước, thể của bốn phần phiền não tức không, gọi là thể chân chỉ nhập không quán. Quán các phiền não thuốc bệnh v.v... gọi là tùy duyên chỉ nhập giả quán, quán các phiền não đồng với mé chân, gọi là dứt nhị biên chỉ nhập Trung đạo quán. Khéo léo an tâm tu ba chỉ ba quán này, thì thành một tâm ba nhãn ba trí, nếu nhãn trí chưa khai phá chướng khiến cùng khắp thì quán bốn phần phiền não niệm niệm ba giả, chẳng phải tự tha cùng lìa đơn, phức, cụ túc, kiến tư hoặc không sinh khởi, biết bệnh biết thuốc, vô tri bất sinh, chẳng chân chẳng chuyên thì vô minh bất sinh, phá khắp ngang dọc, đối với tức không lại thành khổ tập, đó gọi là biết bít đối với khổ tập thấu đạt tức không, đó gọi là biết thông đối với các thuốc pháp lại thành bệnh, đó gọi là biết bít, đối với các pháp bệnh thì có thể biết thuốc trị, đó gọi là biết thông, lại lấy pháp tánh làm vô minh thì gọi là bít, vô minh chuyển biến thành minh gọi là Thông. Lại quán phiền não mà tu đạo phẩm, bốn phần tâm khởi thì ô nhiễm năm ấm, một ấm là vô lượng ấm, thọ tướng hành thức cũng lại vô lượng, các ấm tức không, phàm phu đảo phá, cây khô nhỏ thành, các ấm tức giả Nhị thừa đảo phá cây tươi lớn thành, các ấm tức trung, phế bỏ giáo khô tươi, hai bên vắng lặng, nhập đại Niết-bàn, cho đến mở cửa ba giải thoát, vào ao mát mẻ. Nếu ngăn chướng nặng thì phải tu trợ đạo, đã hiểu rõ tướng mê hoặc thì nên giữ gìn tìm cách cứu giúp, bên ngoài tham dục khởi do bất tịnh trợ giúp, bên trong tham dục khởi do tám bối xả trợ giúp, tham dục trong ngoài khởi do tám thắng xứ trợ giúp, trái với pháp sân khởi do chúng sinh từ bi cứu giúp, thuận pháp sinh khởi do duyên từ trợ giúp, hỷ luận sân khởi do vô duyên từ trợ giúp, chấp đoạn thường khởi do nhân duyên ba đời trợ giúp, chấp ngã, chấp nhân khởi do nhân duyên hai đời trợ giúp, chấp thật tánh khởi do một niệm nhân duyên trợ giúp, minh lợi giác khởi do đếm hơi thở trợ giúp, hôn trầm giác khởi do quán hơi thở trợ giúp, nửa chìm nửa sáng giác

khởi do theo hơi thở trợ giúp. Trợ đạo mạnh cho nên có thể mở cửa Niết-bàn, khi chưa mở hoặc được một thứ tâm giải, hoặc được một thứ thiền định phải chín chắn suy nghĩ tính toán, cỏ cây gạch ngói chớ lằm cật giữ, cho là ngọc lưu ly, nếu cho là đúng thì làm sao dứt bỏ các phiền não Kiến tư, trần sa, vô minh hoặc, các vị hoàn toàn không, lằm cho là đúng, giống như tiếng chuột rên rỉ, nếu nói không không như không chim không. Do chưa biết thứ lớp quán hành tương tự, hoàn toàn chưa tương ứng, lằm dụng địa vị trên, do đó thành quái lạ, nếu chướng trong ngoài sinh khởi phải khéo an nhẫn, nếu không vượt qua nhẫn thì làm hư hoại pháp Bồ-tát, nếu an nhẫn bất động thì tát-đỏa có thể thành, sẽ được đền đáp ban thưởng tự thiên định trí tuệ đạo, được đền đáp thì chớ sinh pháp ái, vì ái làm chướng ngại đạo chân thật. Nếu không đỉnh đọa, tự tại vô ngại như gió bay trên không, nhập địa vị Đồng luân, phá vô minh hoặc thành vô sinh nhẫn, được một xe lớn cao rộng đẹp đẽ, có kẻ hầu người hạ đi theo bảo vệ, thừa là xe báu thẳng đến đạo tràng, đó gọi là bốn phiền não đầy đủ tất cả Phật pháp, cũng gọi là thực hành phi đạo thông đạt Phật đạo, cũng gọi phiền não tức Bồ-đề, cũng gọi không dứt phiền não mà nhập Niết-bàn. Nói rộng có ba mươi sáu câu, phải lập trước bốn câu: Nghĩa là không dứt phiền não, không nhập Niết-bàn, dứt phiền não nhập Niết-bàn, vừa dứt vừa không dứt, vừa nhập vừa không nhập, chẳng phải đoạn chẳng phải bất đoạn, chẳng phải nhập chẳng phải bất nhập, câu đầu là gọi phàm phu, câu tiếp là gọi người vô học, câu ba là gọi người hữu học, câu bốn lý đúng, đó là bốn câu căn bản. Mỗi câu đều khai làm bốn: nghĩa là bất dứt bất nhập, dứt bất nhập, vừa dứt vừa không dứt bất nhập, chẳng phải đoạn chẳng phải bất đoạn bất nhập, câu đầu là phàm phu khởi ác, câu hai là đắc thiên ngoại đạo, câu ba là đắc thiên khởi kiến ngoại đạo, câu bốn là người vô ký, bốn câu tiếp: Đó là dứt nhập, không dứt nhập, vừa dứt vừa không dứt nhập, chẳng phải dứt chẳng phải không dứt nhập, câu đầu phân tích pháp vô học, câu hai nói về thể của pháp Vô học, câu ba phân tích thể và pháp của người hữu học, câu bốn là nói tánh chân lý sâu kín, tức là nhập. Bốn câu thứ ba vừa dứt vừa không dứt, vừa nhập vừa bất nhập, dứt vừa nhập vừa bất nhập, không dứt vừa nhập vừa bất nhập, chẳng phải dứt, chẳng phải không dứt, vừa nhập vừa bất nhập câu đầu phân tích thể của người học, câu hai phân tích pháp của người học, câu ba là nói thể pháp người học, câu bốn là thông chân lý của người học và vô học. Bốn câu thứ tư: Chẳng dứt chẳng phải không dứt, chẳng phải nhập, chẳng phải bất nhập, dứt chẳng phải nhập, chẳng phải bất nhập, không dứt chẳng phải nhập,

chẳng phải bất nhập, vừa dứt vừa không dứt, chẳng phải nhập, chẳng phải bất nhập, câu đầu là phạm Thánh đồng ý, câu hai phân tích lý pháp Thánh, câu ba là thể nhập lý pháp, câu bốn phân tích lý thể của người học. Ở đây nói mười sáu câu, y cứ vào bốn câu căn bản, hợp lại thành hai mươi câu nhập Niết-bàn. Lại nữa mười sáu câu xuất Niết-bàn: bốn câu căn bản đầu tiên: Nghĩa là không dứt phiền não, không xuất Niết-bàn, dứt phiền não xuất Niết-bàn, vừa dứt vừa không dứt phiền não, vừa xuất vừa bất xuất, chẳng phải dứt chẳng phải không dứt, chẳng phải xuất, chẳng phải bất xuất, mỗi câu đều có bốn câu. Bốn câu đầu: Không dứt phiền não không xuất Niết-bàn, không dứt phiền não xuất Niết-bàn, không dứt vừa xuất vừa không xuất, không dứt phiền não chẳng phải xuất chẳng phải bất xuất, câu một là thể pháp của Nhị thừa, câu hai là thể pháp của Bồ-tát xuất giả, câu ba là thể pháp Bồ-tát vừa không vừa giả, câu bốn là thể pháp chân lý. Bốn câu thứ hai: Dứt phiền não xuất, dứt phiền não bất xuất, dứt phiền não vừa xuất vừa bất xuất, dứt phiền não chẳng phải xuất chẳng phải bất xuất, câu một là phân tích pháp Vô học phụ giúp Phật làm lợi ích chúng sinh, câu hai phân tích pháp Vô học tức nhập diệt, câu ba phân pháp người học tự lợi, lợi tha, câu bốn là chân lý. Bốn câu thứ ba: Vừa dứt vừa không dứt, vừa xuất vừa bất xuất, vừa không dứt mà xuất, vừa dứt vừa không dứt mà bất xuất, vừa dứt vừa bất dứt chẳng phải xuất chẳng phải bất xuất, câu đầu là bao gồm dụng phân tích, thể nhập không Bồ-tát, câu hai là bao gồm dụng phân tích thể xuất giả Bồ-tát, câu ba bao gồm dụng phân tích thể Nhị thừa, câu bốn là lý thể pháp sâu kín chân chánh. Bốn câu thứ tư: chẳng phải dứt chẳng phải không dứt, chẳng phải xuất chẳng phải bất xuất, chẳng dứt chẳng phải không dứt mà xuất, chẳng phải dứt chẳng không dứt không xuất, chẳng phải dứt chẳng phải không dứt, vừa xuất vừa bất xuất, câu đầu nói lý thể, câu hai là thể pháp xuất giả Bồ-tát, câu ba thể pháp Nhị thừa, câu bốn là thể pháp nhập không Bồ-tát. Nếu mỗi vị lập xuất tám câu hai căn bản thì thành bốn mươi câu, nếu hợp căn bản làm bốn câu thì thành ba mươi sáu câu.

Hỏi: ba mươi sáu câu chỉ tại Tam tạng và Thông, cũng được làm Biệt Viên ư? Đáp: ý của thể pháp bao trùm tất cả. Nếu lại nói biệt thì y vào bốn môn biệt Viên để phân biệt. Bốn câu căn bản là: Bất đoạn bất nhập không môn, đoạn hữu nhập môn, vừa đoạn vừa bất đoạn vừa nhập vừa bất nhập, vừa không vừa hữu môn, phi đoạn phi bất đoạn phi nhập phi bất nhập, tức phi không phi hữu môn. Trong mỗi môn lại chia làm bốn: Bất đoạn bất nhập thế giới Tất-đàn, bất đoạn nhập vị nhân

Tất-đàn, bất đoạn vừa nhập vừa bất nhập đối trị Tất-đàn, bất đoạn phi nhập phi bất nhập Đệ nhất nghĩa Tất-đàn. Lại trong một môn chia làm bốn môn: Nghĩa là bất đoạn bất nhập gọi là không môn, bất đoạn nhập gọi là hữu môn, bất đoạn vừa nhập vừa bất nhập gọi là vừa không vừa hữu môn, bất đoạn phi nhập phi bất nhập gọi là phi không phi hữu môn. Một môn này đã có thể hiểu, ba môn còn lại mỗi môn phân biệt lệ theo trước có thể hiểu. Y bốn môn nhập Niết-bàn đã như vậy, xuất Niết-bàn mười sáu môn thì thế nào? Đó là bất đoạn bất xuất, bất đoạn xuất, bất đoạn vừa xuất vừa bất xuất, bất đoạn phi xuất phi bất xuất, câu đầu là không môn, câu hai là hữu môn, câu ba vừa không vừa hữu môn, câu bốn phi không phi hữu môn. Một môn bốn câu như vậy, ba môn còn lại có thể biết, ba mươi sáu hay bốn mươi y cứ theo trước có thể biết, ở đây bao gồm ý cùng khắp tiểu đại phân tích thể, nếu hiểu được ý này lệ theo tất cả pháp cũng nên như vậy.

Hỏi: Nếu đúng như pháp quán Phật, Niết-bàn và Bát-nhã là ba thì có một tướng, Niết-bàn đã nêu rõ ba mươi sáu câu Bát-nhã thì thế nào? Đáp: Nếu Niết-bàn đã tức là Bát-nhã thì đâu đợi phải hỏi. Nay sẽ nói lại, các pháp sinh Bát-nhã sinh, các pháp bất sinh Bát-nhã bất sinh, các pháp vừa sinh vừa bất sinh, Bát-nhã vừa sinh vừa bất sinh, các pháp phi sinh phi bất sinh, Bát-nhã phi sinh phi bất sinh, là bốn câu căn bản. Câu đầu lại chia làm bốn: các pháp sinh Bát-nhã sinh, các pháp sinh Bát-nhã bất sinh, các pháp sinh Bát-nhã vừa sinh vừa bất sinh, các pháp sinh Bát-nhã phi sinh phi bất sinh, câu đầu là cảnh tục phát sinh đạo chủng trí Bát-nhã, câu hai là cảnh tục phát sinh Nhất thiết trí Bát-nhã, câu ba cảnh tục cả hai đều phát hai thứ Bát-nhã, câu bốn cảnh tục phát sinh Nhất thiết chủng trí Bát-nhã. Bốn câu thứ hai: Các pháp bất sinh Bát-nhã bất sinh, các pháp bất sinh Bát-nhã sinh, các pháp bất sinh Bát-nhã vừa sinh vừa bất sinh, các pháp bất sinh, Bát-nhã chẳng phải sinh, chẳng phải bất sinh, câu đầu là cảnh chân phát sinh Nhất thiết trí Bát-nhã, câu hai là cảnh chân phát sinh đạo trí Bát-nhã, câu ba là cảnh chân phát cả hai hai thứ Bát-nhã, câu bốn cảnh chân phát sinh Trung đạo trí Bát-nhã. Bốn câu thứ ba: Đó là các pháp vừa sinh vừa bất sinh, Bát-nhã vừa sinh vừa bất sinh, các pháp vừa sinh vừa bất sinh Bát-nhã sinh, các pháp vừa sinh vừa bất sinh Bát-nhã phi sinh phi bất sinh, câu đầu là nói hai cảnh đều phát hai trí, câu hai là hai cảnh cùng chung phát tục trí, câu ba là hai cảnh cùng phát chân trí, câu bốn là hai cảnh cùng phát trung trí. Bốn câu thứ tư: Các pháp phi sinh phi bất sinh, Bát-nhã phi sinh phi bất sinh, các pháp phi sinh phi

bất sinh Bát-nhã vừa sinh vừa bất sinh, câu đầu là cảnh trung phát sinh trung trí, câu hai là trung cảnh phát tục trí, câu ba là cảnh trung phát sinh chân trí, câu bốn là cảnh trung cả hai phát nhị trí. Đã nói mười sáu câu xong. Kế đến nói Bát-nhã sinh các pháp sinh, Bát-nhã sinh các pháp bất sinh, Bát-nhã sinh các pháp vừa sinh vừa bất sinh, Bát-nhã sinh các pháp phi sinh phi bất sinh. Câu đầu là đạo trí chiếu cảnh tục, câu hai là đạo trí chiếu cảnh chân, câu ba là đạo trí chiếu hai cảnh, câu bốn là đạo trí chiếu cảnh trung. Kế là nói về Bát-nhã sinh các pháp bất sinh, Bát-nhã bất sinh các pháp sinh, Bát-nhã bất sinh các pháp vừa sinh vừa bất sinh, Bát-nhã bất sinh các pháp phi sinh phi bất sinh. Ở đây nói về nghĩa chân trí chiếu các cảnh, y cứ theo trước có thể biết. Kế đến nói về Bát-nhã bất sinh vừa bất sinh, chia làm bốn câu, ở đây nói về đạo chủng chân trí v.v... chiếu bốn cảnh v.v... Kế đến nói về Bát-nhã phi sinh phi bất sinh, trí Trung đạo chiếu bốn cảnh có thể biết v.v... đó là mười sáu câu, y cứ vào căn bản hợp thành ba mươi sáu câu.

Hỏi: Pháp thân lại thế nào? Đáp: Bát-nhã đã tức là Pháp thân, đâu đợi phải hỏi lại, nếu muốn phân biệt thì nên dùng ý mà biết chứ không cần đến văn ghi chép phiền phức. Lại nữa, bốn thân, pháp, báo, ứng hóa làm căn bản, nơi mỗi thân khởi bốn thân, nghĩa là từ Pháp thân khởi báo thân, khởi ứng thân, hóa thân, khởi đủ ba thân, các thân còn lại cũng giống như vậy, đó là mười sáu thân. Lại từ bốn thân nhập vào một thân, mỗi thân cũng lại như vậy, lại có mười sáu thân hợp với căn bản trước đó gọi là ba mươi sáu thân, mỗi thân đều là pháp giới cho nên đều có khả năng sinh khởi, cho nên đều năng nhập.

Thứ ba: Quán cảnh bệnh hoạn: Hễ có thân thì có bệnh, bốn con rắn tánh nó khác nhau, nước lửa chống trái lẫn nhau, như chó mèo ở chung nhà, như trần và chuộc cùng hang, đồ đựng thuốc độc, gánh nặng, rừng các khổ, bốn nước làm lóng giềng lại xâm tổn hủy hoại lẫn nhau, sức bằng nhau thì tạm hòa, tấn công bất ngờ thì thân các nước khác, bốn đại dừng hay không, thí dụ này có thể biết. Cách thăm hỏi của các Đức Phật rằng: ít bệnh ít não, Phật đồng nhân pháp, người đã bị bệnh thì quyền biến chẳng thể không có, chỉ nói ít thôi! Bệnh có hai nghĩa: 1) Trong nhân thật bệnh. 2) Trong quả truyền bệnh, như ngài Duy-ma nằm trong thành Tỳ-da thị hiện bệnh để dạy, nhân dùng thân bệnh để dạy bảo, phạm phu thế tục chê bai Tiểu thừa, quả trách Đại thừa, liền cùng Văn-thù nói rộng nguyên nhân bệnh có ba thứ điều phục, nói rộng quả bệnh bốn thứ vỗ về an ủi. Lại Như Lai mượn diệt để nói về thường, nhân bệnh và nói về sức lực, đều là quyền biến khéo léo nhập pháp

môn bệnh để dẫn các thứ bệnh não, quyền biến bệnh như thế chẳng phải sở quán ở đây, nay sở quán này là nghiệp báo sinh thân, bốn rần chuyển động làm phước bỏ sự tu Thánh đạo, nếu quán xét càng thêm dụng tâm, bậc thượng trí lợi căn hiểu về an nhẫn ở trước thì đối với cảnh bệnh thông đạt không nhọc công phải nói lại, vì người ấy không hiểu nên ở đây lại phân biệt, như cây đại thọ nghiêng ngã, búa chặt nhiều nhất liền gãy, như mài giữa ngọc đá lớn mười muôn trở xuống mới xuyên thủng cho nên nói lại. Bệnh lâu ngày làm ngăn chướng sự thiền định, hoặc thân nhiễm bệnh làm mất sự tu phước, sinh vô lượng tội. Kinh chép: Phá hoại phao nổi, triệt bỏ chiếc cầu, quên mất chánh niệm, bệnh cố hủy giới như phá phao nổi, phá thiền định như triệt bỏ chiếc cầu. Khởi tâm tà kiến điên đảo luyến tiếc thân máu mủ hôi tanh, phá Pháp thân thanh tịnh gọi là quên mất chánh niệm, vì nghĩa ấy cho nên phải quán cảnh bệnh hoạn.

Lại nữa, có người bình thường khỏe mạnh ung dung tự đắc, ỷ lại lười biếng, nếu bệnh cấp bách thì lại chuyển dụng tâm, có thể làm xong các việc, lại cơ nghi khác nhau, ngộ lẽ ra nhờ bệnh, tức là bốn Tất-đàn nhân duyên lẽ ra phải là cảnh bệnh hoạn. Quán bệnh có năm: 1) Nói về tướng bệnh. 2) Nhân duyên sinh bệnh. 3) Nói về phương pháp trị. 4) Nói về sự tổn hại và lợi ích. 5) Nói về Chỉ Quán.

1. Tướng bệnh: Nếu thầy thuốc giỏi thì khéo biết bốn đại, thầy thuốc bậc thượng nghe tiếng, thầy thuốc bậc trung nhìn sắc tướng, thầy thuốc bậc hạ chẩn mạch, nay không cần phương pháp tinh chế của thầy thuốc chỉ lược biết mà thôi! Xét rằng phương pháp bắt mạch liên quan đến đạo đức của thầy thuốc không thể nói đầy đủ, lược nêu tướng bệnh của ngũ tạng, như tướng bệnh mạch máu chảy thẳng vào gan, nhẹ mà phù là bệnh tướng của tâm, mũi nhọn đâm chích là bệnh tướng phổi, như chuỗi hạt ngọc là bệnh của tướng thận, nặng nề chậm chạp là bệnh tướng của tỳ, xác thật tinh tế như phương thức các nhà trị liệu nói, nếu thân thể khổ nặng kết cục chắc chắn đau đớn, sức yếu tê liệt gầy gò đó là bệnh tướng đại địa, nếu bệnh thủng sưng phù yếu đuối là bệnh tướng thủy đại, hoặc cử động thân thể các khớp xương đau nhức, đó là bệnh tướng hỏa đại, hoặc tâm chơi vơi hốt hoảng, hối hận buồn bã, quên mất lằm lẩn là bệnh tướng của phong đại. Lại mặt mũi không sáng suốt, tay chân không có mồ hôi là bệnh tướng của gan, da dễ xanh xao là bệnh tướng của tâm, da mặt đen xỉ là bệnh tướng của phổi, thân không có sức mạnh là bệnh tướng của thận, thân thể nhám nhít như võ trấu là bệnh tướng của lá lách (tỳ), nếu trên gan có vật trắng khiến con

người đau đớn, có mạch máu đỏ thành mắc hột, hoặc bi hư, hoặc trên mí, dưới mí sinh ghẻ, hoặc gặp gió lạnh nước mắt chảy ra, hoặc ngứa hoặc bị châm chích đau đớn, hoặc con người bị lõm, gặp việc thường tức giận, là phổi hại đến gan mà sinh bệnh này, có thể dùng hà hơi để trị, hoặc tâm lạnh nhạt nóng chảy, tay chân ngược lại lạnh, tâm buồn bức thiếu sức lực, môi miệng khô khan nóng bỏng, dưới rún có khối u, nóng ăn không tiêu, ăn thức ăn lạnh tâm rối loạn buồn bã ưa ngủ, tâm thường quên mất, đầu óc rối loạn, miệng nói chậm chạp, hai vai gánh vác việc nặng, tứ chi rã rời đau đớn, tâm nhọc nhằn, thân thể nóng chảy, tựa như sốt rét, hoặc tạo sự chứa nhóm, hoặc bị thủy trướng, mắt như bị lụa che, chỉ nhìn thấy gần không thể thấy xa, đó là do thân hại tâm thì phải nên dùng hơi thở để trị. Hoặc phổi sưng, bụng tắt nghẽn, hai bên ngực trở xuống đau đớn, hai vai cùng đau dường như gánh nặng, đầu cổ đau cứng, hơi thở gấp gáp, chỉ thở ra không thở vào, khắp thân thể sinh ung nhọt, cổ họng ngứa ngáy như vì trùng làm nghẹn cứng, mửa ra cũng không được, như bị ung nhọt làm tắc nghẽn, hoặc bị trúng gió máu mủ trong mũi chảy ra, mắt mờ mịt tối tăm, mũi đau đớn vì trong mũi sinh một khối thịt, thở không thông, không phân biệt mùi vị thơm hôi, đó là do tâm hại đến phổi thành bệnh. Hoặc uống nước lạnh, ăn thức ăn nóng, xúc chạm nhau thành bệnh, nên dùng hơi thở dài để điều trị. Hoặc trăm mạch máu không lưu thông, mỗi đốt xương đau đớn, thân thể sưng vù, tai điếc mũi nghẹt lưng đau, vai khỏe mạnh và tâm bụng sưng đầy, hơi trên bụng tắc nghẽn bốn chi nặng nề, mặt đen xấu, bào thai cấp bách, đau đớn buồn phiền. Hoặc bị bệnh lậu, hoặc chảy nước dãi bất lợi cho chân và đầu gối bị lạnh, là do lá lách hại đến thận. Lại nữa, bị bệnh quỷ kia như táo quân, không đầu không mặt, một khi đến chụp lấy người có thể dùng hơi thở mạnh để trị. Hoặc trên thân ngoài mặt bị phong ngứa thành sẹo, khắp thân ngứa ngáy phiền muộn, đó là gan hại đến lá lách, vì sắc kia bị loang lổ như đứa trẻ được nuôi trong máng ngựa, hoặc như bị gió cuốn xoay tròn có thể dùng hơi thổi để trị, lại như nhiều mê loạn là trong gan không có hồn, trước sau phần nhiều quên mất là trong tâm không có thần, hoặc nhiều sợ hãi, bệnh điên là trong phổi không có vía, hoặc nhiều đau xót cười giỡn là trong thận không có chí, hoặc nhiều mê hoặc là trong lá lách không có ý, hoặc nhiều buồn bã ảm ức là trong ấm không có tinh, đây là tướng bệnh của sáu thần.

2. Nói về nhân duyên sinh bệnh, có sáu: 1. Bốn đại không thuận cho nên bệnh. 2. Ăn uống không điều tiết cho nên bệnh. 3. Ngồi thiền không điều cho nên bệnh. 4. Quỷ thần được dịp làm hại. 5. Bệnh ma. 6.

Khởi nghiệp cho nên bệnh.

1. *Bốn đại không luận*: làm việc nặng nhọc không thời hạn, ỷ vào sức mạnh gánh vác vật nặng, xúc chạm nóng lạnh, bên ngoài nóng như lửa, lửa mạnh nên phá nước, đó là tăng thêm bệnh hỏa, bên ngoài lạnh giúp cho nước, nước tăng thì hại hỏa, là tăng thêm bệnh thủy, gió bên ngoài giúp cho khí, khí thổi lửa, lửa động đến nước, đó là bệnh phong; hoặc ba đại tăng thêm hại đến đất, gọi là đẳng phần bệnh; hoặc thân phần tăng, hại đến ba đại, cũng là đẳng phần. Bốn bệnh thuộc địa này đã chuyển động, các sự bức não tranh nhau phát sinh.

2. *Ăn uống không điều tiết*: cũng có thể sinh bệnh, các thứ như gừng quế cay làm tăng hỏa, đường mật ngọt lạnh làm tăng thủy, lê làm tăng phong, mỡ béo làm tăng đất; bí ngô bị bệnh nhiệt mà làm nhân duyên tức là ăn thức ăn không tốt, người ăn cần phải phân biệt tánh chất của các loại thức ăn, ăn rồi vào bụng tiêu hóa, thô thì thành phần tiểu, tế thì tan thành nước, từ eo lưng có ba lỗ chảy vào tứ chi, thanh lọc sạch biến thành máu thấm nhuần vào thân, như bụi bặm gặp nước, hoặc máu trong thân không đủ khô khan tiêu giảm, ô trước thì sẽ biến thành mỡ, các căn sẽ giảm và biến thành cấu uế, các căn mới ngưng đọng lại thành thịt. Lại thân hỏa ở dưới tiêu tan hết thức ăn, khiến thức ăn uống hóa chảy lưu thông khắp thân thể, muốn được tuổi thọ mạng lâu dài thì phải ôn hòa bộc lộ ra ngoài, nếu thân hỏa trên lại ăn uống không yên, thân ăn uống thì bị bệnh não. Kế nữa nếu ăn ngũ vị làm tổn hại ngũ tạng thêm, vị chua làm tăng gan tổn hại tỳ, vị đắng làm tăng tim tổn hại phổi, vị cay làm tăng phổi tổn hại gan, vị mặn làm tăng thận tổn hại tim, vị ngọt tăng tỳ tổn hại thận. Nếu biết ngũ tạng có phòng bị nên đừng làm tổn hại mà ăn các vị kia làm tăng trưởng tổn hại, dùng ý chăm trước.

3. *Ngồi thiền không điều tiết*: Hoặc ngồi dựa vách cột y phục, hoặc đại chúng chưa ra mà ngồi, tâm biếng lười thì ma nhân cơ hội đến phá, khiến cho thân thể gầy yếu mệt mỏi, xương lóng đau đớn, gọi là chú bệnh rất khó chữa trị. Kế đến hơi thở không điều, phần nhiều khiến cho người mắc chứng sốt rét, ăn không tiêu, gân mạch co rút, hoặc phát sinh tám thứ cảm xúc, do hơi thở trái ngược xúc chạm thành bệnh. Bát xúc: Tâm và bốn đại hợp thì có bốn chánh thể xúc lại có bốn y xúc hợp thành tám xúc; nặng như chìm xuống, nhẹ như đang bay lên, lạnh như hang đá, nóng như nhà lửa, nhám như vỏ cây, trơn nhờn như mỡ, mềm như không có xương, thô như vỏ trấu da, tám xúc này bốn trên bốn dưới. Hơi thở vào thuận với đất nên nặng, hơi thở ra thuận với phong đại nên

nhẹ, lại hơi vào thuận với thủy đại nên lạnh, hơi thở ra thuận với hỏa đại nên nóng, lại hơi thở vào thuận với đất nên nhám, hơi thở ra thuận với phong đại nên trơn, lại hơi thở vào thuận với thủy đại nên mềm, hơi thở ra thuận với hỏa đại nên thô. Nếu phát xúc chạm nặng nên thường thở ra, trái với xúc nên thành bệnh, những thứ còn lại y theo đây có thể biết. Lại chỉ dùng chỉ, không có phương tiện nên thành bệnh, nếu thường chỉ tâm xuống thì thường bị bệnh động địa, nếu thường chỉ tâm trở lên thì thường bệnh động phong, nếu thường chỉ tâm gấp rút thì phần nhiều bị bệnh động hỏa, nếu thường chỉ tâm chậm rãi thì bị bệnh động thủy. Kế đến dùng quán không điều, thiên chấp thành bệnh, ban đầu gá thai thì dùng tâm suy tư, khởi sự chiêu cảm vào thai mẹ, mẹ liền tư duy năm thứ sắc, thanh, hương, vị, xúc v.v... một chút khí động thành nước, nước thành máu, máu thành thịt, thịt thành năm căn năm tạng, nay người thiên tọa tư duy quán nhiều tổn hại năm tạng thành bệnh. Nếu duyên sắc nhiều thì động gan, duyên thanh nhiều thì động thận, duyên hương nhiều động phổi, duyên vị nhiều thì động tim, duyên xúc nhiều thì động tỳ. Lại nữa, nhãn duyên mầu sinh nhiều thì động gan, duyên mầu đỏ nhiều thì động tim, duyên mầu trắng nhiều thì động phổi, duyên mầu đen nhiều thì động thận, duyên mầu vàng nhiều thì động tỳ. Tai duyên tiếng kêu gọi nhiều là động gan, duyên lời nói nhiều thì động tim, duyên khóc nhiều động phổi, duyên tiếng rên than nhiều động thận, duyên tiếng ca nhiều động tỳ. Mũi duyên mùi thịt tanh hôi nhiều động gan, duyên lo buồn nhiều động tim, duyên thịt sống tanh nhiều động phổi, duyên mùi hôi nhiều động thận, duyên mùi thơm nhiều động tỳ. Lưỡi duyên giấm chua nhiều động gan, duyên đắng nhiều động tim, duyên cay nhiều động phổi, duyên mặn nhiều động thận, duyên ngọt nhiều động tỳ. Thân duyên cứng nhiều động gan, duyên ấm nhiều động tim, duyên nhẹ nhiều động phổi, duyên lạnh nhiều động thận, duyên nặng nhiều động tỳ, đây là năm tạng sinh nhau, nếu duyên phá phần dễ đưa đến bệnh. Nếu y cứ vào sự tương khắc, thì duyên mầu trắng nhiều khắc gan, duyên mầu đen nhiều khắc tim, duyên mầu đỏ nhiều khắc phổi, duyên mầu vàng nhiều khắc thận, duyên mầu xanh nhiều khắc tỳ, ngoài ra thanh v.v... lệ theo đây có thể biết. Nếu năm tạng bệnh thì kín đáo khó biết. Ngồi thiền và chiêm bao: nếu ngồi thiền và chiêm bao thường thấy mầu xanh, người xanh, các loài thú sư tử, cọp sói mà sinh tâm sợ hãi thì mắc bệnh gan, nếu ngồi thiền bị mộng nhiều thấy mầu lửa đỏ khởi người đó, cầm thú đao trượng đỏ, trẻ em nam nữ đều đỏ, gần gũi giữ gìn, hoặc cha mẹ anh em sinh vui sinh sợ tức là tâm bệnh,

kế đây lệ theo mẫu sắc xem xét có thể biết.

Lại nữa, quán sự chuyển động của bốn đại: Hoặc quán cảnh bất tịnh, hoặc duyên đây, hoặc duyên kia tâm liền thành cạnh tranh, vì cạnh tranh cho nên loạn phong khởi thành bệnh phong, như giữ gìn hạnh anh nhi chỉ mặc kệ mà thôi, gấp gáp lôi kéo hy vọng nhanh thẩu đạt liền bị tai họa. Lại chuyên chấp giữ một cảnh, khởi tâm hy vọng, bị báo phong nhiệt mạnh bất tận thành bệnh nhiệt. Lại quán cảnh tâm sinh thì cho là diệt, diệt thì cho là sinh, tâm chổng trái nhau mà sinh ra đau đớn thành bệnh địa. Lại không có cảnh sở quán của vị mà gượng làm thủy đại tăng thành bệnh thủy.

4. *Quý bệnh*: bốn đại năm tạng chẳng phải quý, quý chẳng phải bốn đại năm tạng, nếu nhập bốn đại năm tạng đó gọi là bệnh quý. Nếu nói không có bệnh quý thì là giáo đồng cốt chuyên làm trị quý có khi mắc sai lầm, nếu nói không có bệnh bốn đại thì thầy thuốc chuyên làm thuốc thang trị có khi mắc sai lầm, có một vị vua bị quý bệnh ở chỗ không xử, thường bị kim châm chích sát hại, quý vương tự đến trụ ở trong tâm, người châm chấp tay, cho nên cũng có bệnh quý, quý cũng không buông tha người bệnh, bởi do người nghĩ tà các thứ việc, trông mong biết lành dữ, quý Đâu-hô-la biến hóa các thứ, các màu sắc xanh, vàng, v.v... Từ năm căn vào thì ý địa tà giải có thể biết lành dữ, hoặc biết việc lành dữ của một thân, một nhà, một thôn, một nước, đây chẳng phải là Thánh biết. Nếu không mau trị để lâu ngày thành giết người.

5. *Bệnh ma*: Cũng chẳng khác với quý, quý chỉ bệnh thân sát hại thân, ma thì phá tâm quán, phá Pháp thân tuệ mạng, khởi tà niệm muốn cướp đoạt công đức của người, có khác với quý, cũng do hành giả trong khi ngồi thiền khởi tà niệm lợi dưỡng, ma hiện các thứ y phục ăn uống, các vật xen lẫn bảy báu, liền lãnh thọ vui mừng nhập tâm mà thành bệnh, bệnh này khó trị, trong pháp trị ở dưới sẽ nói.

6. *Bệnh nghiệp*: Hoặc chỉ là nghiệp đời trước, hoặc đời nay phá giới động đến nghiệp đời trước, do nghiệp lực thành bệnh. Lại căn cứ năm căn biết có phạm tội, nghiệp giết hại là bệnh gan mắt, tội nghiệp uống rượu là bệnh miệng, tội nghiệp dâm dục là bệnh thận tai, tội nghiệp nói dối là bệnh tỷ lưỡi, tội nghiệp trộm cắp là bệnh phổi mũi, tội nghiệp phá năm giới thì năm tạng năm căn mắc bệnh, nghiệp dứt mới hết. Nếu đời nay giữ giới cũng động nghiệp thành bệnh, cho nên nói: Nếu có tội nặng tha thiết sám hối thì được trừ tội, đáng đọa địa ngục lại bị người xem thường, đây là nghiệp sắp hết cho nên bệnh. Bệnh nghiệp có nhiều thứ, thủng đây vàng hư, tất cả các bệnh hoạn phải dùng tâm tìm xét cẩn thận, biết nguồn gốc

bệnh sau đó mới dùng thuốc trị.

3. Nói về cách trị liệu, thích hợp hay chống đối khác nhau: Nếu làm việc ăn uống mà đến nỗi bệnh hoạn, thì phải có phương thuốc dinh dưỡng mới lành, hoặc ngồi thiền không điều hòa đến nỗi bệnh hoạn, đây lại phải ngồi thiền khéo điều hòa hơi thở, quán mới được lành, vậy thì chẳng cần thuốc thanh thích nghi. Nếu bị hai bệnh quỷ ma xâm hại thì phải dùng năng lực thực quán thật sâu và đại thần chú mới được lành bệnh. Nếu bệnh nghiệp: thì bên trong dùng sức quán, bên ngoài thành tâm sám hối mới được lành, các cách trị liệu khác nhau, thích nghi khéo hợp ý ấy, không thể cầm đao mà tự làm tổn thương. Nay y cứ pháp ngồi thiền lược có sáu phương pháp trị: 1) Chỉ. 2) Khí. 3) Tức. 4) Giả tưởng. 5) Quán tâm. 6) Phương thuật.

1. Dùng chỉ trị: Ôn sư nói rằng: buộc tâm ở trong rún như hột đậu lớn, cõi y thấy rõ chấp tướng, sau đó nhắm mắt ngậm miệng, răng cử động lưỡi hướng về vòm họng, khiến hơi thở điều hòa vững chắc, nếu tâm không ruổi theo bên ngoài thì phải thâm nhiếp trở lại, hoặc niệm không thấy lại cõi y xem xét, quen chấp tướng mạo lại như trước, như vậy mới có thể trị các bệnh, cũng có thể phát sinh thiền định, thực hành quán như thế thì cũng có vô lượng tướng mạo, hoặc đau đớn như châm chích, hoặc gấp nhanh như bị dây lôi kéo, hoặc bị ngứa ngáy như trùng rút rĩa ăn, hoặc lạnh như vị tươi nước, hoặc nóng như lửa đốt, khi các sự xúc chạm ấy sinh khởi thì phải nhất tâm tinh tấn, không để lui sụt, nếu tránh được các sự xúc chạm ấy thì sẽ phát sinh các thiền định, nếu thần ý vắng lặng tức là tướng định điện quang, đây còn có thể chứng đắc thiền, huống chi không thể hết bệnh ư? Sở dĩ buộc tâm nơi rún, là do hơi thở từ rún mà ra, trở lại vào rún, ra vào dùng rún làm giới hạn có thể dễ ngộ vô thường. Lại nữa, khi người mới gá thai, thần thức mới hòa hợp với huyết, trói buộc nơi rún có thể liên tục giữ gìn, lại là các nguyên nhân của ruột và bao tử, tìm nguyên nhân có thể thấy bất tịnh, phải dùng tham dục. Như bốn Niệm xứ quán rún sẽ thành thân niệm xứ, môn hoặc thực hành sáu diệu môn, rún là chỉ môn, bao gồm năng nhập đạo cho nên dùng nhiều. Chính để trị bệnh: Đan điền biến hơi, có công năng bao gồm muôn thứ bệnh, nếu chỉ tâm ở đan điền thì hơi thở điều hòa, cho nên có thể mau chóng lành bệnh tức là ý này. Lại có nhà sư nói: Hơi trên, bụng đầy, hai xương sườn đau lớn, sau vai xương sống nóng nẩy, hai vai đau đớn, tâm nóng nẩy hối hận, đau đớn phiền muộn, ăn không được, tâm thũng dưới bụng lạnh. Trên nóng dưới lạnh, âm dương không hòa, hơi thở có đàm, có mười hai bệnh, đều dùng ở đan điền, đan điền

cách dưới rún hai tất rưỡi. Hoặc có người đau đốn, dời tâm cách ba dặm, đau đốn vẫn không hết thì lại dời tiếp hai chân, hai ngón cái để ngang như văn trên, để cho vừa chừng mực, nhức đầu, đau mắt đỏ, môi miệng nóng, bào tử quanh mũi, bụng rất đau đốn, hai tai điếc, đằng trước đằng sau cổ đều cứng, bên phải mắc sáu bệnh, giữa hai chân phải đặt cảnh giới để tâm chuyên theo, trong chốc lát nước đầy bụng rất đau đốn, chỉ biết nhất tâm chuyên chú vào cảnh, nếu tâm buồn phiền thì phải thở nhẹ nhàng, thở nhẹ có thể lại sinh khởi nương tựa, thực hành lại trước, nếu thở nhẹ trừ hết bệnh thì nên dùng pháp trị. Nếu nhân đó mà eo lưng chân đều đau, liền muốn bỏ hai chân xuống thì phải tưởng cái hầm sâu một trượng, dời cảnh giới trước đặt xuống đáy hầm, để tâm trụ vào đó, tự sẽ hết bệnh. Phải ở trong nhà vắng yên tịnh, lại thường dùng tâm nơi chân có thể trị tất cả bệnh. Vì sao? Vì năm thức tại đầu, tâm duyên trên nhiều, tâm sai khiến gió, gió động lửa, lửa dung nước, nước nhuần thấm thân, vì vậy cho nên phần trên điều hòa mà phần dưới loạn để đến nỗi mắc các bệnh, hoặc hai chân dẫn đến đau hai bên hông. Lại năm tạng như hoa sen lãng xăng rơi xuống, thức duyên trên nhiều, gió mạnh xung động phủ tạng lại phá thành bệnh, nếu tâm duyên dưới thổi lửa hướng xuống, ăn uống tiêu hóa thuận với năm tạng, dùng tâm nơi chân trị rất tốt, nay thường dùng rất có lợi ích, lấy đó mà trị cho người khác thường có hiệu nghiệm, Tưởng Ngô Mao v.v... Tức là người ấy. Lại tùy theo các bệnh mà xét kỹ tâm chỉ, không ngoài ba ngày, không có duyên khác thì không bệnh gì không lành. Vì sao? Vì như cửa mở thì gió vào, cửa đóng thì tĩnh lặng, tâm duyên cảnh ngoài như cửa mở, dùng tâm như cửa đóng, lý thường như vậy. Lại tâm như vua, bệnh như giặc, tâm an chỗ này thì giặc tan hoại. Lại chưa hẳn một bề dùng tâm nơi bệnh, như bí pháp của Hoàng đế bảo rằng: Hai khí trời, đất giao hợp đều có năm hành: Kim, mộc, thủy, hỏa, thổ, như sự tuần hoàn, cho nên kim hóa mà thủy sinh, thủy chảy mà mộc tươi, mộc động mà hỏa sáng, hỏa bốc cháy mà thổ thành bằng phẳng, đây là tương sinh; hỏa gặp thủy thì diệt ánh sáng, thủy gặp thổ mà không hành, thổ gặp mộc mà bị mục trương, mộc gặp kim mà bị thương tích, đây là tương khắc. Như kim khắc mộc, phổi mạnh mà gan yếu. Phải dùng tâm nơi phổi, nhiếp lấy bạch khí thì làm bệnh gan, bốn tạng còn lại có thể hiểu. Lại dùng chỉ trị bốn đại: Nếu gấp thì chỉ trị thủy, chậm thì chỉ trị hỏa, dùng trên đỉnh đầu thì trị địa, dùng dưới chân thì trị phong.

2. *Dùng khí trị*: Nghĩa là thổi ra, thở ra hít vào, hà hơi, hà hơi ra sẽ đều ở mép môi, nhả ra thu vào chuyên về răng lưỡi, thông thả rõ ràng,

vận tâm buộc tướng làm hơi, nếu lạnh thì dùng phương pháp thổi ra như thổi lửa, nóng thì dùng pháp thổi ra, trầm đốt đau đớn thì dùng phương pháp hít vào, cũng trị bệnh gió, nếu mệt nhọc bụng đầy hơi thì dùng phương pháp hà hơi, nếu bị đàm mắc nghẹn thì dùng phương pháp thổi. Nếu mệt nhọc thì dùng phương pháp xoa bóp: sáu khí trị năm tạng: Hà hơi trị gan, thổi nhả hơi trị tim, hà hơi ra sẽ trị phổi, hít hơi vào trị thận, trị tỳ. Lại nữa, sáu khí vấn trị một tạng, tạng bị lạnh thì dùng phương pháp thổi, bị nóng thì thổi ra, bị đau thì hít vào, bị mệt nhọc thì dùng xoa bóp, bốn tạng còn lại cũng giống như vậy. Lại nữa, miệng thổi đỡ lạnh mũi từ từ ấm bên trong, yên lặng nhẹ nhàng mà vào chỗ để cho xung đột. Đối với một cách ngồi trên có bảy lỗi, nhưng sau đó thì an tâm, khi an tâm ít thì lại dùng khí, đây là dùng để trị ý. Nếu bình thường nhả ra đồ dơ bản một, hai miếng liền đủ, miệng thổi ra đỡ nóng, trong mũi mát mẻ, miệng hít vào đỡ đau trừ được gió trong mũi an hòa, miệng hà hơi đỡ buồn phiền, hơi dưới tan đàm, tướng đàm ở ngực, phần trên theo miệng ra, phần dưới theo hơi thổi thông suốt, cho nên không cần trong mũi bổ sung. Hà hơi sẽ đỡ đầy bụng, trong mũi che kín yên ổn, xoa bóp đỡ mệt nhọc, trong mũi điều hòa lợi ích, dùng tâm nhẹ nhàng thổi ra vào chỗ để quá phần, khéo léo châm chước thêm bớt cho thích hợp, chẳng những tự mình trị bệnh mà còn cứu giúp cho người khác.

3. *Dùng hơi thổi để trị*: Sắc tâm nương nhau mà thổi, thí như củi lửa nhờ nhau mà có khói, xem khói trong đục thì biết củi khô hay ướt, xét hơi thổi mạnh khỏe hay yếu đuối thì biết thân thể khỏe hay bệnh, nếu thân hành gió khởi ngang thì đau ốm thành bệnh, đầu rảnh dụng tâm, pháp gấp trị. Trước biết hơi thổi có bốn bạn: Có âm thanh gọi là gió, giữ gìn thì tan, kết đọng gọi là khí, coi giữ thì kết, ra vào vô tận gọi là thổi, giữ gìn thì mệt nhọc, không tiếng không chậm, ra vào đều hết, gọi là thổi, giữ hơi thổi thì định. Nên tìm nơi yên tịnh ngồi kiết già, thân ngay thẳng, mặc cho thân thể tan rã, tứ chi mỗi một, bố trí xương gân phải tương ứng với thời tiết, không dựa không cong lưng, chậm rãi xoay chuyển điều hòa theo ý mình, đặt tay trái lên tay phải, hai ngón cái đụng vào nhau, buông thả hai má, miệng hơi mở thả bốn, năm hơi dài, kế là đầu ngay thẳng, từ từ nhắm mắt, chỗ để cho mắt nhắm quá nhanh, thường để cho thoải mái, sau đó mới dùng hơi thổi. Dùng hơi thổi trị tám xúc trái với bệnh. Nếu do trọng xúc thành bệnh địa đại thì riêng dùng hơi thổi ra để trị, nếu phát sinh khinh xúc thành bệnh phong thì riêng dùng hơi thổi vào để trị, nếu phát lãnh xúc thành bệnh thủy thì riêng dùng hơi thổi ra để trị, nếu phát nhiệt xuất thành bệnh hỏa dùng hơi thổi

vào để trị, những thứ bệnh còn lại cũng giống như vậy, nếu được điều hòa ngay gần quân bình thì tùy ý dùng, ở đây thường dùng pháp đếm hơi thở chẳng phải chỉ riêng hơi thở. Kế đến là vận dụng riêng mười hai hơi thở: Đó là trên dưới, khốn khổ, đầy đủ, tăng trưởng, hoại diệt, lạnh ấm, xung đột, giữ gìn, điều hòa, bổ sung, mười hai hơi thở này mang theo tâm giả tưởng. Vì sao? Vì nếu sơ niệm nhập thai thức là có hơi thở báo ứng, hễ hơi thở mẹ dứt thì con dần dần lớn, gió lộ thì hoạt thành, từ đó hơi thở ra vào của đứa bé không còn theo mẹ, sống ở nơi khác mỗi mỗi đều có hơi thở gọi là hơi thở báo ứng. Nương hơi thở là nương tâm mà khởi, như sân dục thì hơi thở hưng thịnh, đây gọi là nương hơi thở, sáu khí trước căn cứ theo hơi thở báo ứng mang tướng, mười hai hơi thở nương hơi thở mang tướng cho nên khác với trước. Trước nói rõ duyên năm sắc thành bệnh năm tạng, đây thì nương tạng mà thành bệnh cho nên ở đây dùng nương hơi thở mà trị. Trên hơi thở trị bệnh địa trầm trọng, dưới hơi thở trị bệnh phong huyền hoặc, hơi thở bổ sung trị sinh đầy bụng, hơi thở đầy đủ trị bệnh ốm gầy, hơi thở thêm mạnh mẽ có công năng sinh trưởng bốn đại, ngoại đạo uống khí, chỉ nên uống khí sinh trưởng này thôi! Hơi thở hoại diệt làm tan các lớp màng mỏng, hơi lạnh trị nhiệt, hơi ấm trị lạnh, nơi xung đột trị các khối u và ung nhọt độc, giữ gìn hơi trị sự trạo cử xao động bất an, bổ sung hơi trị yếu đuối mỗi mệt, hơi thở điều hòa dung thông bốn đại. Khi tạo ra các hơi thở thì mỗi mỗi tùy tâm tưởng đều khiến thành tự, hiểu biết các bệnh mà dùng các hơi thở, chớ để dùng lầm lẫn.

4. *Dùng giả tưởng trị*: Trong hơi thở trước bao gồm cả dùng tướng, ở đây chỉ dùng giả tưởng mà trị, như nói về thầy trị bấu, như người bị khối u thì dùng cách châm, như trong kinh A-hàm nói dùng lá tía tô hâm nóng cho uống trị bệnh mệt nhọc hao tổn, như phương pháp nuốt rắn, v.v...

5. *Quán tâm trị*: Hơi thở không mang tướng thì quán thẳng nơi tâm, trong ngoài suy tìm tâm không thật có, bệnh đến bức ép, ai là người chịu bệnh.

6. *Phương thuật trị*: phương pháp trị liệu không biết thì xa, biết thì gần, như pháp trị cổ họng, trị răng, như hai ngón tay cái ấn mạnh vào nhau là trị bệnh gan v.v... kỹ thuật cạn cợt, thể thường huyễn hóa, chẳng phải người xuất gia cần dùng đến thì vốn không nên học, nếu học rồi thì phải bỏ gấp. Nếu tu bốn Tam-muội, thân như bọt nước, thêm hay bớt không nhất định, mượn dùng trị bệnh, thân an đạo còn cũng không bị hiềm nghi, nếu dùng để mong cầu danh lợi thế tục thì đó là ma huyễn

hóa, ma ngục tạo, bỏ gấp bỏ gấp ba mươi sáu loài cầm thú đến quá nhiều, người tu thiền nên tụng chú ba biến.

Ba đề đà, tỳ da đa, na ma na, cát lợi ba, a vi và, suy ma đà, nan đà la, ưu đà ma, cát lợi ma, tỳ lợi cát.

Gia-đà-ma, ban đầu chứng đắc tâm nhỏ nhiệm, ngoại cảnh xúc chạm tâm sợ hãi, lúc ấy hơi trên đầy bụng, trong lòng buồn phiền, đầu đau đớn, đây là lục thần du hý khắp thân, do sợ hãi nên đánh mất sự giữ gìn, bên ngoài có ác thần nhập vào thân thể, cướp đoạt trụ xứ kia cho nên khiến như vậy, nếu dùng phương pháp trị, miệng im lặng kính cẩn, mũi không để thở ra, đợi hơi tràn khắp thân, sau đó buông hơi thở cho dài ra, từ đầu đến chân khắp toàn thân đều thực hành xuất tưởng, lôi kéo khiến cho cùng tận, như thế ba biến: sau đó tụng trú rằng:

Chi ba họa, ô tô ba họa, phù lưu ba họa, khiên khí ba họa.

Tụng xong ba biến, sau đó điều hòa hơi thở từ một đến mười, sai khiến hơi thở ra vào rằng: A na ba na, A Họa ba họa thì bệnh liền lành. Nếu bị kiết lỵ đi ra phân đỏ hoặc trắng, hoặc trúng gió, mặt xanh xao, mắt trợn ngược, môi thâm đen, không phân biệt được người, thì dùng ngón tay ấn mạnh, đờn điển trong chốc lát liền lành. Lại thân trên có chỗ nào đau thì tay cầm gậy đánh vào chỗ đau ấy bốn, năm mươi lần, đây là ý gì? Xét rằng tất cả các bệnh đều do tâm tạo, tâm có buồn phiền suy tư lo lắng gì thì tà khí xâm nhập vào, nên nay đau đớn bức bách không cần phải tìm ở đâu xa, nếu tà khí đi thì bệnh lành.

4. Nói về sự tổn hại và lợi ích: Tổn hại hay lợi ích đều có tiệt đốn, nếu dùng hơi thở thái quá thì năm tạng sinh hoạt nhanh, tuy chưa nhanh nhưng dần dần sẽ thêm mạnh dữ dội do đó mà nhanh, nếu người khéo tu thì hoát nhiên nhanh ấy có lợi ích, tức tuy giữ gìn với bệnh nhưng sau sẽ dần dần thành, như uống thuốc thang, trải qua năm tháng dần dần thấm thuốc sẽ có lợi ích, trị bên trong cũng như vậy. Hoặc tâm lợi bệnh nhẹ, tâm lợi bệnh nặng, tâm độn bệnh nhẹ, tâm độn bệnh nặng, đến nỗi có tiệt đốn khác nhau. Xét rằng y dược của thế gian phí tài dụng công, lại đắng nhám khó uống, cấm kỵ nhiều thứ, nuôi dưỡng thương tiếc thân mạng, sắp chết lo tính mỗi nhữ người, nay không phí bỏ một văn, không bỏ nửa ngày công, không lo lắng đắng miệng, tha hồ ăn uống mà mọi người đều không chịu thực hành, người nghèo hèn không có cửa cải riêng, phong nhã thanh cao và đờn độc, ta rất thương xót hạng người đó. Nếu có đủ mười pháp thì có hiệu nghiệm tốt. Một là tín, hai là dụng, cho đến thứ mười là biết ngăn chướng. Tín là nguồn gốc của đạo, là môn ban đầu của Phật pháp, như trị bệnh ghẻ ngứa người

tín máu huyết là sữa, kính trọng xương lạc đà là chân xá-lợi, quyết tin pháp này có thể trị bệnh này không nghi ngờ, tin mà không dùng thì đối với bản thân mình không lợi ích, như cầm kiếm bén mà không dùng để chống giặc thì ngược lại còn bị chúng hại, không dùng cũng giống như vậy. Vì sao phải siêng năng? Đầu hôm, nửa đêm, gần sáng, sớm tối chuyên tâm tinh tấn, do công lao ấy mới đạt đến mục đích, dù gỗ lấy lửa mà dùng nửa chừng thì khó có thể lấy được, người không siêng năng cũng giống như vậy. Vì sao gọi là hăng? Hăng dùng pháp trị, niệm niệm tại duyên mà không động loạn. Thế nào là biệt bệnh? Nhân biệt bệnh khởi như trên nói. Nếu không biết căn bệnh thì thật hành phương pháp trị liệu không đúng, đối với việc ấy không đem lại lợi ích. Thế nào là phương tiện? Khéo dùng phương pháp trị nhả hút đúng chỗ, vận tưởng thành tựu không mất cách thức, như gãy đàn chậm nhanh xoay chuyển vận dây đàn ngón tay nhẹ nặng tùy theo thanh vận mới điều hòa. Thế nào là lâu? Nếu dùng chưa lợi ích thì không kể ngày tháng thực tập không dừng nghỉ. Thế nào là biết lấy bỏ? Lợi ích thì siêng dùng, tổn hao thì sửa đổi. Thế nào là biết tương hộ? Khéo biết cấm kỵ, đi đến nơi ăn uống không để cho xúc chạm. Thế nào là biết ngăn chướng? Dụng có lợi ích chớ nói là chưa, có lợi ích chớ nghi ngờ hủy báng, nói cho người khác nghe chưa lành không lành, lành rồi lại phát bệnh lại, có trị lại cũng không lành, nếu lành thì công lao gấp bội. Nếu có thể mười pháp đầy đủ, dùng các cách trị trên ấy có lợi ích. Không nghi ngờ, ta sẽ vì ông bảo đảm việc này, không hề luống dối.