

Phẩm 23: SỔ TỨC

*Oai thần chói lọi như mặt trời
Đức sáng rực rỡ hơn Thiên đế
Sắc diện đẹp đẽ như trăng đầy
Phá tan bóng tối, trừ cấu bần.
Miệng nói lời pháp, như cam lồ
Phát lời êm dịu, khen ngợi thiện
Dốc hết lòng tin quy Thế Tôn
Xin đánh lễ Phật, Đấng Cao Tột.
Xem chọn các kinh như vào biển
Chọn được Thiên định không rơi rớt
Mới dám xưng là đệ tử Phật
Vì vậy đánh lễ Đấng Tối Thắng.*

Người tu hành tự nghĩ: Thế nào gọi là đạt đến bậc Thiên thứ nhất vô lậu? Thế nào gọi là đệ tử của Thế Tôn?

Nếu người tu hành ở tại bậc thiên còn bị thoái đọa thì thường khởi ý nghĩ: Ta đắc bậc Thiên thứ nhất nên còn bị thoái đọa. Vì còn bị thoái đọa nên thực hành bậc thứ nhất được sinh làm Phạm thiên. Ở đó phước mỏng, khi thọ mạng hết thì sẽ bị đọa vào địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh và tại nhân gian. Nghĩ rằng hạng người này, tuy ở cõi Phạm nhưng xét kỹ, dù là Tỳ-kheo nhưng chẳng thoát khỏi loại phạm phu, cõi ác. Vì sao? Vì chưa giải thoát.

Bài tụng rằng:

*Giả sử mới học được lậu thiên
Người tu ấy lọt như lỗ thủng
Tuy sinh Phạm thiên rồi đọa lại
Mưa trên áo tơ biến đổi màu.*

Ví như nhà vua có một vị đại thần phạm trọng tội, ra lệnh: Trước hết tra khảo, chịu đủ năm loại cực hình, sau đó mới trói lại bỏ vào ngục, cho mặc áo rách, cho ăn cơm thô, rơm cỏ làm giường không cho người nhà vào thăm, nhốt tại phòng gần nhà xí, nơi xú ối. Thuộc hạ nhận lệnh rồi, liền theo lời vua, tra khảo như pháp. Ngày trước, người này có chút công giúp vua, nên vua nghĩ đến và sai bảo quan cai ngục thả người ấy được tự do bốn tháng, vui chơi thoải mái, cùng với bà con an ủi chúc tụng. Xong bốn tháng rồi trở vào trong ngục.

Bài tụng rằng:

*Như có bầy tôi phạm phép vua
Vua nghĩ ân xưa, cho ra ngục
Tự do vui chơi theo ý muốn
Rồi sau nhốt lại vào trong ngục.*

Quan coi ngục nhận lệnh, làm như lệnh vua bảo. Người ấy được thả ra, tắm rửa, phục sắc cùng các tùy tùng ra đi du ngoạn, tự do hưởng năm dục. Tuy cùng hưởng dục lạc nhưng lòng lại lo nghĩ: Nay cùng tùy tùng tự do hưởng năm dục lạc, nhưng tại sao thả rồi lại bắt vào ngục? Ba thời than thở: Lại sẽ bị khảo tra, mặc áo rách, ăn cơm thô, nằm rơm cỏ, cùng ở một chỗ với bọn tiểu nhân, có gì đau đớn bằng. Còn sẽ bị bọ chét,

rận rệp, ruồi nhặng, muỗi mòng chích đốt, ở trong ấy thật ghê tởm. Mùa hạ thì quá nóng, mùa đông thì quá lạnh, chuột ban đêm kêu chạy trong bóng tối từng đàn, đồ dơ bẩn bất tịnh, máu chảy tràn lan mặt đất, đầu tóc rối bù, khảo tra đủ thứ. Hoặc có kẻ bị xẻo tai, cắt mũi; hoặc bị chặt đứt tay chân, ô uế bất tịnh, giống như là ở bãi tha ma, khổ đau không kể xiết, sẽ cùng với bọn tội lỗi này ở một chỗ.

Bài tụng rằng:

*Quan ấy lo nghĩ sau bốn tháng
Cùng bà con thân ái vui chơi
Sẽ trở lại ngục bị tra khảo
Gặp nguy, đau khổ chẳng thể lường.*

Lại sẽ chứng kiến các tội nhân bị cột nhốt. Chúng phạm tội ác, làm các việc trái đạo như đâm dăng, trộm cắp, cướp đoạt con cái người, thiêu đốt nhà người và nhà chứa ngũ cốc; dùng độc hại người, ưa khinh mạn; hoặc giết nam nữ, mổ giết trâu bò; cướp phá các làng xóm, huyện ấp, thành quách, nghĩ điều hại nước. Lại sẽ chứng kiến năm loại cực hình, đánh đập bàn tay, bàn chân, tai, mũi bê bết máu; hoặc thấy chém vào đầu, vết thương lở loét, mủ máu rịn ra; hoặc bị đánh nặng, thân thể sưng phù, vô số ruồi nhặng bu bám nơi thân, nằm ở trên đất giống như con heo; hoặc người mới vào ngục mặt, mắt, tay chân đều bị lở lói, phù thũng bong lên như bị phỏng, sần khổ không kể xiết, đứng yên chẳng dám động, hoặc gầy ốm như bộ xương đứng, nhan sắc xấu xí giống như quỷ đói; hoặc ở lâu trong ngục vì hơi phù thũng, đầu rối móng dài; hoặc có người trong đó hằng ngày trông mong ra khỏi; hoặc có kẻ tự nghĩ: Ta ở trong ngục, không có kỳ hạn ra khỏi nên chẳng áy náy. Những kẻ mới vào, chứng kiến cảnh thất cổ chết, hoặc khảo tra, hoặc đâm chém, hoặc miệng nhận tội, hoặc dùng dây trói thân, hoặc cùng người chết nằm chung giường chiếu, hoặc dẫn ra nằm trên cầu xí. Nếu thực hiện con đường tu hành thì hoàn toàn chẳng bị khảo tra.

Bài tụng rằng:

*Người ác thật quá nhiều
Tội lỗi thật đáng ghét
Cùng ở với người ngu
Giống như ở với heo.
Khóc than rơi nước mắt
Khổ như quỷ cùng nhà
Đại thần ấy sầu lo
Sao chịu vào lại ngục?*

Những tội nhân này ở trong ngục hình, ai cũng bàn luận về việc vua chúa, đạo tặc hoặc nói về gạo thóc, ăn uống, hoa hương, kỹ nhạc, nam nữ hoặc nói chuyện lên núi, xuống biển xa xưa. Hoặc nói chuyện đánh nhau của nước khác. Hoặc ta thán về việc làm đã qua của vua. Hoặc nói vua ác, trị nước không đúng chính sách, nếu giặc đến công phá thì sẽ mất nước. Hoặc nói vua băng hà sẽ có tân vương lên thay, rồi ban lệnh đại xá, hay là hoàng hậu mang thai đến ngày sinh nở thì tù nhân được phóng thích. Hoặc trong thành phát lửa, nhiều chỗ bị thiêu cháy, cửa ngục được mở, chúng ta thoát ra. Hoặc họ cùng bàn luận: Nếu thấy điềm lạ như có chim thú đến kêu, đậu trên cổng ngục, hay đậu trên cửa ngục kêu lên, mộng thấy lên nhà trên, hoặc lên núi cao, lại vào long cung, rơi vào ao sen, đi thuyền qua biển, thì tự biết là chẳng bao lâu sẽ thoát được cảnh khổ.

LINH SƠN PHÁP BẢO ĐẠI TẠNG KINH

Bài tụng rằng:

*Các người phạm pháp vua
Bàn luận, tự khích lệ
Tự họp, tâm hoan hỷ
Hy vọng được giải thoát.
Như bày trâu sụp hầm
Rơi giếng hiểm như thế
Khi đại thần nghĩ vậy
Người vô phước rất lo.*

Khi đại thần suy nghĩ: Ta nên làm thế nào để nghe lại lời bàn luận của bọn đạo tặc ấy, thì có kẻ bảo nhau: “Nếu quan coi ngục có hỏi thì sẽ trả lời thế này: Dùng cực hình khảo tra thì chẳng qua khỏi mười bốn ngày thân thể đã quen, chẳng còn đau đớn. Giả sử đem thân xẻ ra từng khúc, thì dù dao để trên đỉnh đầu cũng chẳng thốt ra lời dối trá là tôi phạm tội này. Chớ nói cái gian nhà nơi tàng giấu của ở chỗ nào. Chớ dẫn chỉ người nào là đồng đảng, hoặc có dụ hỏi thì đừng tin. Ngục tốt khùng bố thì các người phải thận trọng không khuất phục. Nếu bị khảo tra cũng không được sợ hãi.”

Bài tụng rằng:

*Lần lượt khuyến khích nhau
Bảo nhau cách từ chối
Suy nghĩ đáp thế nào
Khi quan ngục hỏi đến.
Đại thần và quyến thuộc
Lại nghĩ khổ trong ngục
Đã quen với năm dục
Nên lòng ôm sầu não.*

Tù nhân bảo nhau: Các người không thấy người ta bỏ cha mẹ, anh em, thân thuộc, chẳng tiếc thân mạng, xa lìa quê hương, băng trên gai góc, tre cây, rừng rậm, núi đồi hoang vu hiểm trở, chẳng đoái hoài đến thân, vào biển tìm cầu của cải. Chúng ta chẳng trải qua gian khổ mà đạt được vật báu. Vì vậy nên phải chịu đựng khảo đánh, để khỏi mất của cải, lọt vào tay người.

Bài tụng rằng:

*Giặc cướp của người khác
Của chẳng phải tự có
Nghĩ vậy, chẳng tiếc thân
Mất của lại gặp nguy.*

Đại thần ấy tự nghĩ, sao ta chịu chứng kiến ngục tốt đứng trước kêu gọi người rồi nói: Ta và chức nữ tam tinh là chỗ thâm giao, đời trước trực thuộc vua địa ngục, sinh vào lúc nửa đêm ngày hai mươi chín. Các người chẳng nghe khi ta mới vừa tới ngục, đất nước có các họa hoạn, nhiễu động bất an, phát sinh nhiều điều quái lạ sao? Không có tiếng núi lở mà đất bị chấn động, bốn phương trông thấy đỏ rực, rồi bỗng dưng tối sầm. Chim diều thừ, quạ, thước, chồn, sói, thú hoang, chim chí, chim kiêu sinh ở bãi tha ma, ăn thịt người, quỷ thần, yêu quái, tu hú, quỷ cây nêu, quỷ chuồng xí, nữ thần phản túc đều vui mừng: “Ngục tốt này được sinh ra chính là cho chúng ta. Nếu khi lớn lên hại nhiều người vất tại bãi tha ma, chúng ta sẽ có được máu thịt và mỡ, tủy não của người

chết để làm thức ăn. Vì vậy nên chúng ta phải bảo hộ người ấy để thọ mạng được lâu dài.” Khi mới sinh ra, ta vì có sự cứu hộ ấy nên chẳng sợ ai.

Bài tụng rằng:

*Không có xót thương, nói bạo ác
Người ấy vô có ôm oán kết
Nghĩ lời ngục tốt, quan buồn rầu
Tuy thích vui chơi nhưng lo sầu.*

Ngục tốt nói: Ta có đôi tay thuận tiện, không có gì là chẳng nắm bắt được, không có gì sánh bằng, đâu có gì hơn nổi? Trước sau ta dùng đôi tay thuận tiện này giết vô số người. Lại cắt tay, chân, tai, mũi và đầu, dùng tay móc mắt khỏi dùng đao nhọn, bắt tù nhân đứng thẳng nhấc lên đánh thọt lét, cọ xát vào bờ nhám, cột đầu dùng kẹp tre kẹp ở giường, dùng năm cực hình trị tội, cột vải trên ngón tay, tẩm dầu dùng lửa đốt; chế mỡ trên tóc, chích lửa đốt; bó cổ khô trên thân dùng lửa đốt; cắt thân thể nát như thịt vằm để lấy lời khai; cạy miệng, cắt môi, lóc da mặt miệng nhai ngón tay như nhai rau. Nếu đánh người bằng roi thì dùng gậy trúc, roi da. Ngục tốt ưa thích dùng kim đâm vào ngón tay; dùng dây cột ngang bụng, treo đầu trên ngọn cây.

Bài tụng rằng:

*Dại thân chẳng vui sợ về ngục
Khảo tra như vậy rất đáng sợ
Ngục tốt luôn đến nói tội hình
Có nỗi lo này chẳng được yên.*

Ngục tốt lại nói, ta không ghét, yêu; chẳng ưa đạo xem, nghe tiếng ca hát. Nếu có tử tội, đã niêm yết, đánh trống, binh lính vây quanh dẫn đến đô thị, thì ta phải chặt đầu. Tuy có tướng cầm đầu quân trận dũng mãnh, bậc giàu sang cao cả, nhưng cũng sợ bàn tay thuận lợi như bóp nát gà voi của ta; bọn nghịch tặc cang cường, kẻ thiện nhân khinh mạn, ta đều treo cổ; cha mẹ, anh em, thân thuộc khóc lóc van xin một tí thôi, ta cũng chẳng nghe. Lại cha, con kêu la nháy dựng như là hổ kêu, thì ta vắn họng khiến không có tiếng.

Bài tụng rằng:

*Dại thân, bà con cùng vui chơi
Nghĩ đến ngục tốt nói ngục hình
Ví như người đang uống rượu ngon
Có kẻ say sưa giỡn ồn ào.*

Ngục tốt lại nói: “Ta có hơi độc; hơi độc trong mắt phát ra, hễ mở mắt nhìn người thì ngục bị xé ra, đầu bể ra giống như rạch nước. Nam, nữ thấy ta không ai mà chẳng sợ, tuy có hình người nhưng làm hạnh của quỷ mị.” Ở nơi cửa ngục, nói như vậy rồi, liền bỏ đi, thì vừa lúc họa hoạn đau khổ ập đến. Tuy ở tại cung điện, tự vui với năm dục, nhưng đâu có cho là vui.

Bài tụng rằng:

*Có nỗi khổ như vậy
Do tội lỗi bất tịnh
Ai cho là vui thích
An ổn không lo buồn?
Như tù nhân đến chết*

LINH SƠN PHÁP BẢO ĐẠI TẠNG KINH

*Tìm hoa đội trên đầu
Do vua được tạm tha
Sẽ trở lại thọ hình.*

Người tu hành tự suy nghĩ: Dù Phạm thiên cũng sẽ trở lại cõi ác; ở trong bào thai nằm trên thực tạng, dưới sinh tạng, dơ bẩn bất tịnh, năm hệ buộc ràng.

Bài tụng rằng:

*Tu hành đắc Thiên lậu
Được vậy nửa vời thôi
Sinh tại cõi trời Phạm
Chẳng thể mãi an ổn.
Trong tâm nghĩ như vậy
Mạng dứt rơi cõi ác
Như người tạm ra ngục
Hạn hết lại bị khảo.*

Ví như đứa bé bắt được một con chim sẻ, nắm giữ sinh phiền bức, mới dùng sợi dây cột chân mà thả bay đi. Chim cho là đã được thoát chẳng gặp nguy hiểm nữa, muốn bay đến cây có quả, ao nước mát mẻ để ăn uống tự do, an ổn, không lo, nhưng sợi dây đã hết mức, lòi nó trở lại, tiếp tục bị bắt, buồn rầu như xưa không khác. Người tu hành cũng vậy, tự suy nghĩ: Tuy đến Phạm thiên cũng sẽ trở lại Dục giới, chịu khổ như thế.

Bài tụng rằng:

*Ví như có chim bị cột chân
Vừa bay, hết dây, kéo trở lại
Tu hành cũng thế, lên cõi Phạm
Trở lại cõi Dục, chẳng là khổ.*

Người tu hành tự nghĩ: Thân ta nếu đắc Thiên vô lậu thì bấy giờ mới thoát chốn khổ đau sợ hãi, xứng danh Phật tử, chẳng bị sự ăn uống làm mê vọng, để thoát khỏi do dự, đối với chánh đạo, đạt bậc Thiên thứ nhất, phải trải qua, nương tựa và thâm nhập chánh kiến.

Bài tụng rằng:

*Để đắc Đệ nhất thiên
Hạnh vô cấu thanh thang
Như trước sau khó thoát
Tinh tấn đạt dễ dàng.*

Người tu hành tự nghĩ: Quán chiếu các việc thiện, ác cho đến bậc Thiên thứ nhất, vốn do bộ xương này mà đạt được thôi. Hình hài vô thường, khổ, không, vô ngã ấy do bốn đại hình thành.

Bài tụng rằng:

*Bậc Thiên thứ nhất do thân đạt
Do bốn đại thành, nhất tâm hành
Vô thường, khổ, không, thoát chấp ngã
Quán chiếu như vậy, thường tinh tấn.*

Cái tâm vận dụng tư duy quán sát của người tu hành vốn cũng lại là vô thường, khổ, không, vô ngã, do bốn đại tạo thành, đều từ nhân duyên chuyển biến dắt dẫn nhau

LINH SƠN PHÁP BẢO ĐẠI TẠNG KINH

rồi do tâm tưởng họa phúc nương gá vào hình hài trở về vô thường, khổ, không, vô ngã, do bốn đại hợp thành. Như ta nhận chịu cái thân năm ấm này là rỗng không, không sở hữu; do mười hai nhân duyên nối kết quá khứ, vị lai, hiện tại, cũng giống như vậy. Tưởng các ấm của Dục giới, ấm của Sắc giới, ấm của Vô sắc giới giống như thế đều là mong manh. Thấy ba cõi là rỗng không, gốc rễ của nó sâu xa, và là tà chớ không chánh, làm chấn động, đốt thiêu, và thấy cái không nơi ấm cũng đều là tịch tĩnh, chí chăm chăm hướng đến vô vi, không có niệm nào khác, y vào Nê-hoàn. Bảy giờ, tâm thành nhuần nhuyễn chẳng trái sự tu hành; khi ấy dùng cái thấy để thẩm xét về đế lý, mới thành A-na-hàm, chẳng còn trở lại nữa, hoàn toàn giải thoát cái khổ của Dục giới.

Bài tụng rằng:

*Tâm tư duy kia đều nhuần nhuyễn
Ý chí nương tựa vào thân ấy
Hiểu rõ năm ấm cả ba đời
Đều thấy rỗng không, gọi Thánh hiền.*

Người tu hành tự nghĩ: Thân ta mãi bị năm ấm ngăn che, là nơi xú uế bất tịnh, đã bị đánh lừa. Ví như đám côn đồ hung nghịch lấy cái bình đẹp đựng đầy đồ bất tịnh, rồi dán miệng lại, dùng hoa rải trên xe, dùng hương xông vào, đem cho người nhà quê và nói: “Người cầm bình này đến nơi công viên nọ, đứng đợi bọn ta. Trong bình đựng đầy rượu và đường rất ngon. Bọn ta trở về nhà làm xong công việc rồi cùng tới đó ăn uống. Giữ kỹ chớ để mất, sẽ nghĩ đến công lao của người.

Người nhà quê tin lời vui vẻ ôm bình, tâm tự nghĩ: Nay sẽ được tự do ăn uống vui chơi. Khi đến công viên ấy rồi, chẳng cho ruồi bu đậu trên ấy, đợi mãi cho đến quá trưa, bụng lại đói khát mà bọn ấy không đến, lo rầu than thở. Ngày đã về chiều, leo lên cây nhìn bốn phía, chẳng thấy ai đến, tuột xuống lại đợi bọn họ cho đến hoàng hôn, tâm tự nghĩ: “Quá giờ đóng cửa thành rồi mà bọn họ vẫn chưa đến, nay bình đường và rượu ngon đã thuộc về ta, ta sẽ đem bán nó có thể trở nên giàu có. Trước tiên nên thưởng thức xem sao.” Liền rửa tay sạch sẽ, mở bình ra thì thấy trong bình chứa đầy đồ bất tịnh, bấy giờ mới biết bọn côn đồ kia đã lừa dối mình.

Người tu hành cũng vậy, khi đã thấy Thánh đế rồi thì biết từ lâu xa đến nay đã bị năm ấm lừa dối.

Bài tụng rằng:

*Thọ thân trước khi chết
Năm ấm đã dối lừa
Lại thường trải khổ, vui
Gọi thọ mạng ta người.
Năm dục lừa người tu
Về sau mới tự thấy
Như người được bình đẹp
Mở ra biết bất tịnh.*

Ví như vị đạo sư có nhiều của báu cưới cho con một người vợ đoan trang, đẹp đẽ không chê vào đâu, người con rất thương yêu, chẳng làm phật ý, xa nhau trong khoảnh khắc coi như đã chết.

Bảy giờ trong nước, giao thông bị cắt đứt tới mười hai năm, không có người đến. Về sau, người khách buôn từ phương xa tới, dừng chân tại nước láng giềng, nghỉ ngơi

chưa đi tiếp. Vị Đạo sư nói với con:

–Con đi đến đó mua sắm rồi trở về.

Người con nghe bảo, lo rầu chẳng vui, như mũi tên bắn vào tim, nói với bạn bè:

–Các người không biết ta thương vợ lắm sao. Nay cha ta bảo ta lìa bỏ nàng mà đi buôn bán. Vừa nghe lệnh ấy lòng ta tan nát, nay ta sẽ phải chết thôi, tự nhảy xuống nước, hay là từ trên núi cao rơi xuống hang sâu.

Bài tụng rằng:

*Tuổi trẻ thương yêu vợ
Ái dục rất mạnh mẽ
Nghĩ đến lời cha dặn
Trí những mãi lo sầu.
Lòng buồn rầu muốn chết
Cớ sao lìa vợ yêu
Đứa con rất đau buồn
Như voi núi bị cột.*

Bạn bè nghe vậy liền đáp:

–Sở dĩ sinh con là để coi trông coi gia môn, đi bốn phương tìm của về để cung cấp cho cha mẹ. Giả sử không lao động thì lấy gì sinh sống? Dù ở trên trời còn chẳng an nhàn hưởng gì ở chốn nhân gian.

Đã nghe lệnh của cha và được bè bạn khuyên can, người con xót xa rơi lệ, hai tay đấm ngực chuẩn bị ra đi.

Bài tụng rằng:

*Bạn bè, trí thức cùng khuyên can
Nghe lời cha dạy mới lên đường
Cảm thương vì dục như tên trúng
Lòng thương nhớ vợ thật mênh mang.*

Lòng luôn tưởng nhớ vợ chưa từng gián đoạn, đi đến nơi ấy mua sắm rồi liền trở về nước. Trên đường về, vui mừng nghĩ: “Như thế là chẳng bao lâu nữa ta sẽ gặp nàng.” Sớm tối nghĩ nhớ vợ vừa về tới nhà đã hỏi vợ ở đâu.

Bài tụng rằng:

*Mua sắm xong xuôi lại trở về
Luôn luôn tưởng nhớ vị hiền thê
Khi về tới cửa thăm hỏi trước
Vợ đâu, cho biết ta đã về.*

Người vợ ấy nghĩ nhớ chồng lòng buồn sâu muộn. Do đời trước phước mỏng nên vừa bị lâm bệnh, tuy mạng sống vẫn còn mà thân thể đã sinh bao thứ ghẻ lở, máu mủ ràn rụa, bị bệnh hàn nhiệt, lại bị chứng điên, nước trong bụng khô kiệt, hơi bốc lên, thân thể nóng bức, mặt tay chân phù thũng, vô số ruồi nhặng bu khắp thân, đầu tóc. Ốm như ngã quỵ, nằm trên đệm cỏ y phục rách nát.

Bài tụng rằng:

*Chồng nàng hết mực thương yêu
Kiếp xưa phước mỏng nên nhiều tai ương
Bị vô số bệnh liệt giường
Bỏ rơi tòa đẹp lại nương đất nằm.*

LINH SƠN PHÁP BẢO ĐẠI TẠNG KINH

Khi ấy, người chồng vào nhà hỏi gia nhân:

–Vợ ta đâu rồi?

Nô tỳ e ngại, rơi lệ khóc lóc thảm thiết, thưa:

–Dạ vợ của hiền lang ở trên gác kia.

Người chồng tự lên gác tìm, thấy vậy biến sắc vì chưa từng gặp một dung mạo như thế. Xấu xí chẳng dám nhìn. Bao nhiêu ý niệm yêu thương, ân tình, vĩnh viễn tan biến hết, không còn mảy may ưa thích, nhàm chán tất cả, chẳng muốn thấy nữa.

Bài tụng rằng:

*Quán sát nhan sắc chẳng ham thích
Giống như cây chết ở tha ma
Ốm như bộ xương không da thịt
Như cát chìm nước mất dạng tằm.*

Người tu hành cũng giống như vậy, nhàm chán ái dục, khởi quán bất tịnh cầu đạt tịch tĩnh.

Bài tụng rằng:

*Là người tu hành đã lìa dục
Nhàm chán năm dục cũng như vậy
Như người thấy vợ bị ghẻ lở
Lại thêm nhiều bệnh nằm liệt giường.*

Thế nào là tu hành quán Sở tức giữ tâm ý để cầu tịch tĩnh?

Nay sẽ giảng nói phương pháp sở tức. Thế nào là sở tức? Thế nào là An? Thế nào là Ban?

Hơi thở ra là An; hơi thở vào là Ban. Theo dõi hơi thở ra vào không nghĩ một điều gì khác, thì gọi đó là đếm hơi thở ra vào. Thế nào gọi là tu hành đếm hơi thở, để giữ ý, đạt tịch tĩnh? Đếm hơi thở để giữ ý, có bốn việc. Thực hiện hai điều không lỗi và mười sáu điều đặc thù.

Bài tụng rằng:

*Người tu hành muốn cầu tịch tĩnh
Nên biết hơi thở ra và vào
Không có hai lỗi hiểu bốn việc
Phải có mười sáu điều đặc thù.*

Những gì là bốn việc?

1. Sở tức.
2. Tương tùy.
3. Chỉ quán.
4. Hoàn tịnh.

Bài tụng rằng:

*Nên dùng Sở tức và Tương tùy
Quán sát vạn vật trong thế gian
Thực hành Hoàn, Tịnh để chế tâm
Dùng bốn việc này mà định ý.*

Những gì là hai lỗi? Hơi thở quá dài hoặc quá ngắn, đó là hai lỗi, phải loại trừ hai lỗi ấy.

Bài tụng rằng:

LINH SƠN PHÁP BẢO ĐẠI TẠNG KINH

*Hơi thở dù ngắn dài
Lộn xộn không thứ lớp
Để An ban - Thủ ý
Loại trừ hai lỗi ấy.*

Mười sáu điều đặc thù là những gì? Hơi thở dài thì biết, hơi thở ngắn cũng biết, hơi thở làm động thân thì biết, hơi thở êm dịu liền biết, gặp vui thì biết, được an lạc liền biết, tâm hướng đến đâu thì liền biết, tâm nhu thuận thì biết, điều phục tâm thì biết, tâm hoan hỷ thì biết, tâm chế phục liền biết, tâm giải thoát liền biết, thấy vô thường thì biết, vô dục thì biết, quán tịch tĩnh liền biết, thấy đường hướng về đạo liền biết. Đó là mười sáu điều đặc biệt thù thắng của Sổ tức.

Bài tụng rằng:

*Riêng biết hơi thở dài hay ngắn
Khi rõ hơi thở làm động thân
Điều hòa ra vào thân được định
Vui mừng như vậy được an lạc.*

*Biết an ổn là sáu
Chỉ hành đó là bảy
Để khiến tâm tâm nhu hòa
Thân hành kể là tám.
Đã biết rõ tâm ý
Nhân đó được hoan hỷ
Chế phục tâm được định
Tự tại khiến thuận hành.
Vô thường các dục diệt
Nên quán ba việc ấy
Và biết chỗ hướng đến
Là mười sáu đặc, thắng.*

Thế nào gọi là Sổ tức?

Nếu người tu hành ngồi nơi vắng vẻ không có người, giữ chí không loạn động đếm hơi thở ra vào cho đến mười. Bắt đầu từ một đến hai, nếu tâm loạn động thì đếm lại một, hai cho đến chín, nếu tâm còn loạn động thì phải đếm lại, đó gọi là sổ tức. Cứ như thế, hành giả ngày đêm tập hơi thở một tháng, hoặc một năm, cho đến khi được mười hơi thở mà tâm không loạn động.

Bài tụng rằng:

*Tự tại bất động giống như núi
Đếm thở ra vào cho được mười
Ngày, đêm, tháng, năm chẳng dừng nghỉ
Tu hành như vậy giữ hơi thở.*

Sổ tức đã định thì nên hành Tương tùy. Ví như có người đi trước, có cái bóng đi theo, tu hành cũng vậy, theo dõi hơi thở ra vào, không có một niệm nào khác.

Bài tụng rằng:

*Sổ tức tâm tịch được tự tại
Đếm hơi ra vào là tu hành
Tâm mà theo dõi không loạn động*

Số tức chế tâm gọi Tương tùy.

Người tu hành đã được Tương tùy rồi thì bấy giờ nên quán. Như người chần trâu đứng bên trâu trông coi nó ăn. Như vậy là hành giả từ khi bắt đầu đếm hơi thở, theo dõi hơi thở chậm, nhanh mà quán sát, xem hơi thở đến đâu, biết giới hạn hơi thở ra vào, đó là hơi thở dài. Đếm hơi thở ngắn cũng giống như vậy.

Bài tụng rằng:

*Hơi thở dài thì biết
Thở lại cũng như thế
Nếu theo dõi như vậy
Biết hơi thở dài ngắn.*

Thế nào là đếm hơi thở mà động thân thì biết? Quán hết các hơi thở nặng nhọc ở trong thân, hơi thở vào ra cũng như vậy.

Thế nào là đếm hơi thở làm thân thoải mái liền biết? Khi vừa khởi hơi thở, nếu thân lười mệt và buồn ngủ, thân thể nặng nề thì trừ bỏ đi, nhất tâm đếm hơi thở, đếm hơi thở trở vào cũng như thế.

Thế nào là đếm hơi thở được vui liền biết? Là khi mới đếm hơi thở mà có sự hoan hỷ. Hơi thở vào cũng vậy.

Thế nào là đếm hơi thở được an lạc liền biết? Khi bắt đầu quán hơi thở thì được an ổn; hơi thở vào cũng vậy.

Thế nào là đếm hơi thở mà tâm hướng về đâu liền biết? Khởi đếm hơi thở, theo dõi quán chiếu các hiện tượng; hơi thở vào cũng vậy.

Thế nào là đếm hơi thở, tâm nhu thuận liền biết? Mới bắt đầu đếm hơi thở, các niệm tưởng phân biệt thuận theo hơi thở; hơi thở vào cũng vậy.

Thế nào là đếm hơi thở mà điều phục tâm liền biết? Lúc mới phát khởi hơi thở, thức tưởng biết các quán mà đếm hơi thở; hơi thở vào cũng vậy.

Thế nào là đếm hơi thở mà tâm vui mừng liền biết? Khi mới bắt đầu đếm hơi thở, nếu tâm chẳng vui thì khuyến khích khiến vui để thuận với hơi thở ra; hơi thở vào cũng vậy.

Thế nào là tâm chế phục, hơi thở ra liền biết? Nếu tâm chẳng định cương chế khiến tịch lặng để đếm hơi thở; hơi thở vào cũng vậy.

Thế nào là đếm hơi thở tâm giải thoát liền biết? Nếu điều khiển hơi thở ra mà ý chẳng thật cởi mở thì chế phục khiến vượt qua, rồi đếm hơi thở ra, hơi thở vào cũng vậy.

Thế nào là đếm hơi thở thấy vô thường liền biết? Thấy các hơi thở nặng nề đều là vô thường, đó là hơi thở ra, hơi thở vào cũng vậy.

Thế nào là đếm hơi thở ra thấy vô dục liền biết? Thấy sự khởi diệt của hơi thở, như vậy là lìa dục, đó là quán hơi thở ra lìa dục liền biết, hơi thở vào cũng vậy.

Thế nào là đếm hơi thở, quán tịch tĩnh liền biết? Khi hơi thở phát ra quán thấy diệt tận, đó là quán tịch diệt nơi hơi thở liền biết, hơi thở vào cũng vậy.

Thế nào là đếm hơi thở hướng về đạo liền tự biết? Thấy hơi thở ra tịch diệt. Thấy như vậy rồi về sau tâm liền lìa mọi khách trần, vì xa lìa vô dục, bỏ tam giới ý liền giải thoát. Giữ gìn được ý này đó là đếm hơi thở ra và hơi thở vào. Đó là đã nói mười sáu điều đặc biệt thù thắng. Sở dĩ hành giả quán hơi thở ra vào cốt là cầu tịch tĩnh cho nên khiến tâm an định. Từ sự tịch tĩnh đó mà có hai hạng: một là phàm phu, hai là đệ tử Phật.

Thế nào là phàm phu mà cầu tịch tĩnh? Nếu muốn tâm dừng lại thì trừ diệt năm

Ấm cái. Vì sao muốn diệt trừ các họa hoạn của ấm cái? Vì muốn đạt Đệ nhất thiên. Vì sao muốn cầu bậc Thiên thứ nhất? Vì muốn chứng đắc ngũ thông. Thế nào là đệ tử Phật muốn cầu tĩnh lặng? Sở dĩ cầu là muốn được ôn hòa. Vì sao cầu ôn hòa? Muốn đạt đến pháp Đảnh. Thấy năm ấm là không, tất cả đều chẳng phải ngã sở, đó gọi là pháp Đảnh. Vì sao cầu pháp Đảnh? Vì thấy bốn Đế thuận với pháp Nhẫn. Vì sao theo cầu pháp Nhẫn? Vì muốn được pháp tối thượng của thế gian? Vì sao cầu pháp tối thượng của thế gian? Vì muốn biết biết các pháp đều là khổ, nhân đó đạt được phân biệt ba mươi bảy pháp đạo phẩm. Vì sao muốn biết cái khổ của các pháp? Vì muốn được Địa thứ tám. Vì sao? Vì ý chí của người ở Địa thứ tám là muốn đạt đến Đạo tích.

Thế nào là phạm phu do đếm hơi thở mà đạt đến tĩnh lặng? Vì tâm gắn liền với hơi thở chú ý không loạn động, không có ý niệm khác. Do đó từ sự đếm hơi thở mà đạt được tĩnh lặng, và do phương tiện ấy mà năm ấm cái đều bị tiêu diệt. Bấy giờ, hơi thở dù điều khiển ra vào, thường cùng với tâm duyên với niệm tưởng, hơi thở vào cũng vậy. Nếu quán sát chỗ đến của hơi thở ra vào thì đó gọi là hành, trong tâm hoan hỷ thì gọi đó là vui vẻ, cái vừa ý thì gọi đó là an; tâm tôn quý đệ nhất mà được tự tại thì gọi đó là định ý, bắt đầu trừ năm ấm cái trong tâm thuận chiều giải thoát từ đó lia chấp trước. Thế nào là lia chấp trước? Là xa lia các tưởng về ái dục, các pháp hành bất thiện. Như vậy, niệm tưởng được hoan hỷ, an ổn, tâm đắc đệ nhất định, dứt trừ năm phẩm, đầy đủ năm phẩm nhờ vào pháp đếm hơi thở ấy. Do đạt năm đức, đắc bậc Thiên thứ nhất, đã đắc bậc Thiên thứ nhất tập mãi không bỏ. Bậc Thiên thứ nhất vừa an định, vững chắc không động, muốn cầu thần thông, chí được thần túc, Thiên nhãn thấy khắp, Thiên nhĩ nghe hết, biết từ đâu sinh đến, biết tâm niệm người, pháp ý tự tại. Ví như thợ vàng dùng đủ màu vàng tự do làm ra các loại anh lạc, nhẫn, xuyên, ngọc dao như ý muốn đều thành. Khi đã đắc bậc Thiên thứ tư thì cũng tự tại như thế, đây là năm thông.

Thế nào là đệ tử Phật đếm hơi thở ra vào mà được tĩnh lặng? Người tu hành ngồi nơi vắng vẻ không người, thu nhiếp tâm ý chẳng cho giông ruổi, tinh chuyên, quán hơi thở ra vào. Hơi thở từ mũi chuyển đến yết hầu, rồi đến giữa rốn, từ rốn trở lại mũi, phải tỉnh táo quán sát. Hơi thở ra có khác, hơi thở vào chẳng giống, điều ý theo dõi hơi thở ra vào, khiến tâm bất loạn. Do đếm hơi thở ấy mà tâm chí định được tĩnh lặng, vĩnh viễn không có niệm tưởng nào khác xen vào, chỉ nghĩ về đức tánh của Phật, Pháp và Thánh chúng, thông suốt nghĩa của bốn đế Khổ, Tập, Tận, Đạo liền được vui thích, đó gọi là ôn hòa. Như người thổi lửa, sức nóng đến nơi mặt chớ lửa chẳng chạm mặt, chỉ có hơi nóng thôi. Sức nóng của lửa ấy chẳng phải do thổi mà có, nên biết như thế. Ôn hòa cũng như vậy.

Thế nào là pháp Ôn noãn? Chưa đầy đủ văn bản thiện, gồm có chín việc: Có vị nhu hòa, hạ nhu hòa, thắng nhu hòa. Có hạ trung, có trung trung, có thắng trung. Có thượng nhu hòa, có trung thượng nhu hòa, có thượng thượng nhu hòa. Biết vi nhu hòa và hạ nhu hòa ấy, gọi là căn bản thiện an hòa. Hạ trung, trung trung, và thượng trung ấy gọi là căn bản thiện pháp Đảnh. Hạ thượng, trung thượng và thượng thượng nhu hòa ấy, gọi là pháp Nhẫn nhu hòa chân thật. Cái thượng ở trong cái thượng, đó là pháp tôn quý của thế gian, là ý nghĩa căn bản thiện của chín việc. Vì vậy các lậu thế gian chưa hết, nếu người tu hành đắc hạnh ôn hòa, gắn chặt tư tưởng vào pháp đếm hơi thở, nhân đó chuyên nghĩ tưởng hơi thở, nếu thở trở lại thì ý cũng theo dõi hơi thở không có niệm nào khác. Nếu hơi thở phát ra thì biết hơi thở trở lại, tâm thể nhập Phật, Pháp và Thánh chúng, Khổ, Tập, Tận, Đạo như ở trong sự ôn hòa, tâm trở nên thăng tiến, đó gọi là

pháp Đảnh. Giống như có người đứng trên núi cao quán sát bốn phương, hoặc có kẻ leo lên núi: Hoặc có kẻ leo xuống, hoặc có người vào đường Thánh, hoặc vào chốn phàm phu. Người tu hành đã đạt được pháp Đảnh mà nhập vào chốn phàm phu, thật đáng buồn. Ví như nước ở trên núi chảy xuống rất nhanh, tạo thành dòng xoáy. Có người muốn vượt qua, lội vào dòng nước, bơi qua bờ bên kia, bị dòng nước xoáy lôi lại, bị khốn giữa dòng, đã mệt mỏi, hết sức liền bị dòng nước nhận chìm xuống đáy, người ấy nghĩ chắc chắn là chết chẳng còn nghi ngờ gì nữa. Người đứng bên bờ, buồn cho người ấy. Tu hành cũng vậy, đã gặp được minh sư sớm tối thức tỉnh, ngồi theo lối kiết già, áo thô cơm đạm, ngồi trên mền cỏ, khốn khổ xác thân, tạo hạnh như thế, nhưng bị dòng xoáy sinh tự ngăn cản, đắm vào ân tình, chẳng thể chuyên nhất, hoàn toàn chìm vào ao nước các tướng thì đâu được ánh sáng của đạo, vì vậy người tu hành lo rầu cho họ. Ví như người lái buôn có nhiều cửa báu đi ngang qua con đường nơi đồng vắng hiểm trở, về gần tới nhà, bỗng nhiên gặp bọn giặc cướp, cướp mất hết tiền của, mọi người áy náy cho ông, cũng sẽ vì người tu hành mà lo lắng như vậy. Ví như nông gia cày gieo ngũ cốc, hạt chắc tươi tốt đến khi sắp gặt hái thì bỗng dưng có trận mưa đá làm dập nát trái hạt, chỉ còn cỏ rác, người ấy buồn rầu. Tu hành cũng vậy, đã được pháp Đảnh mà sa vào chốn phàm phu, nên bị áy náy lo âu. Đã được pháp Đảnh rồi mà lại bị thoái đạo. Hoặc gặp bạn ác nghĩ đến ái dục, bất tịnh cho là tịnh, tịnh cho là bất tịnh, ưa du hành xa, chẳng được tinh chuyên. Hoặc bị bệnh kinh niên, hoặc gặp mất mùa, đói khát, khốn khó, chẳng có gì ăn đỡ đói. Hoặc nghĩ việc nhà, cha mẹ, anh em, vợ con, thân thuộc. Hoặc ngồi chẳng đúng chỗ, nơi ồn ào náo nhiệt. Đã đắc pháp Đảnh mà chưa thành đạo quả, già nua kéo đến, tâm liền mê hoặc, bỗng lâm bệnh khốn, mạng sống sắp đứt. Niềm tin đối với Phật, Pháp, Thánh chúng và sự chấm dứt Khổ, Tập, Tận, Đạo đã có thì vĩnh viễn không còn tin nữa. Thiên định đang tập, thì xả bỏ; cái nên quán thì không quán nữa; Tinh tấn thì trở thành bê trễ. Cái pháp vốn đã suy nghĩ vĩnh viễn không khởi lại. Vì vậy, nên từ pháp Đảnh ấy mà bị thoái đạo.

Thế nào là pháp Đảnh chẳng thoái lui?

Như đã tin thì càng ngày niềm tin ấy càng tăng lớn. Như định tâm vốn có khiến chẳng lay động, đối tượng quán chiếu chẳng mất, luôn luôn quán sát, tinh cần càng gia tăng, pháp đã suy nghĩ tinh chuyên chẳng bỏ. Vì vậy cho nên chẳng mất pháp Đảnh. Tu hành như vậy, do sự tinh chuyên mà tâm định tĩnh, luôn luôn tư duy pháp cứu cánh, vì ngay từ đầu chưa từng lay động, chẳng nghĩ gì thêm. Như thế liền biết hơi thở ra có khác, hơi thở vào chẳng giống, khiến sinh tâm phân biệt: hơi thở ra vào có khác nhau. Thấy biết như vậy, không có nghĩ gì khác. Đó gọi là bậc thượng trong bậc trung mà đắc pháp Nhẫn. Tâm không nghĩ tưởng gì khác mà khởi quán như thế, niệm trước, niệm sau chưa từng lẫn lộn, phân biệt quán sát tâm qua lại. Thế nào thì gọi đó là pháp Nhẫn nhu hòa, thấp nhất trong bậc thượng trung? Nếu khiến tâm ưa thích chuyên nghĩ, ý chí chẳng dời đổi, lảng xãng, thì gọi đó là pháp nhu hòa bậc thượng trung.

Nhẫn ấy thuận hướng đến chỗ nào?

Thuận hướng đến bốn Đế, thẩm xét đúng như thật, nhờ vậy tâm đạt đến thanh tịnh, đó gọi là Tín. Tuy nhiên, đạt đến điều đó là chưa thành Tín căn. Vì được lòng tin như vậy, thân, khẩu, ý kiên quyết thì gọi đó là tinh tấn, còn chưa thể thành Tinh tấn căn. Chí hướng đến các pháp đó gọi là hữu tâm chưa thành Niệm căn. Vì tâm chuyên nhất, gọi đó là định ý, chưa thành Định căn. Cái mà quán các pháp phân biệt nghĩa, gọi là trí tuệ chưa thành Tuệ căn. Nghĩ năm pháp ấy, hướng đến các căn chưa thành đạo căn. Có

niệm có tướng, còn có sự hiện hữu và thấy có sự nhiều động thì chưa thành định, ý đó gọi là đạt cái cao nhất trong bậc thượng, là pháp tôn quý của thế tục. Người tu hành cần hiểu rõ điều này, nơi sắc khởi, diệt, thống ý pháp, quán nguồn gốc của sự khởi diệt, xem xét nhân duyên của nó ở quá khứ, vị lai, thực hành định vô nguyện, theo vào cửa giải thoát, quán xét khổ nơi sinh tử. Nghĩ rằng năm ấm này chính là nỗi ưu lo, họa hoạn, không còn hồ nghi nữa. Bấy giờ mới đạt được pháp Nhẫn thoát khổ. Đã thấy nguồn gốc khổ rồi liền thấy tuệ nhẫn, trừ diệt mười kết. Đó là: Một là tham thân, hai là kiến thân, ba là tà kiến, bốn là do dự, năm là mất giới, sáu là hồ nghi, bảy là ái dục, tám là sân hận, chín là cao ngạo, mười là ngu si.

Trừ bỏ mười kết ấy, đã đạt được tâm này thì mới hướng đến vô lậu nhập vào chánh kiến, vượt qua phần vị phàm phu, trụ ở Thánh đạo, chẳng phạm tội lỗi về địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh, chẳng bị chết oan, thành tựu Đạo tích, thực hành thiền định, chẳng quản ba thời, đã hướng đến cửa giải thoát, chưa khởi pháp ác thì chẳng sinh lại, các ác tự hết. Pháp thiện chưa khởi sẽ khiến hưng phát, pháp thiện đã hưng khiến thành đầy đủ, tâm đã như vậy, thì tùy theo sở thích, đó gọi là Tam-muội tự ý khiến chí chuyên nhất, gọi là định ý tự tại. Từ đó, lần lượt tin tưởng, tinh tấn quán sát, giữ gìn thân mạng gọi đó là tín. Tư duy hạnh ấy gọi là Tam-muội tự ý, chuyên tinh tu đạo đạt được thần túc. Giả sử tu hành thân, khẩu, ý kiên quyết thì gọi đó là pháp định ý tinh tấn. Ý chí chuyên vào tâm thức thì gọi là định ý. Muốn vào nghĩa đạo thì gọi là định ý sát giới. Do nhân duyên ấy đạt được bốn Thần túc. Đã đạt được thần túc rồi thì gọi là Tín căn; thân tâm kiên cố thì gọi là Tinh tấn căn; pháp có thể tư duy thì gọi là Ý căn; tâm chuyên nhất thì gọi là Định căn; có khả năng phân biệt pháp và biết chỗ hướng đến, đó gọi là Trí tuệ căn. Như vậy là đầy đủ năm Căn. Lòng tin mà ôn hòa thì gọi là Tín lực, Tinh tấn lực, Ý lực, Tịch ý lực, Trí tuệ lực cũng giống như thế. Thành tựu năm Lực luôn luôn theo dõi các pháp, tâm tĩnh thức, phân biệt các pháp thì gọi là tinh cầu các pháp giác ý, thân tâm kiên cố thì gọi là Tinh tấn giác ý, tâm luôn vui vẻ phấn khởi được như ý muốn thì gọi là Hân duyệt giác ý, thân ý nương nhau, tin tưởng nhu hòa chẳng loạn động thì gọi là Tín giác ý, tâm chuyên nhất tịch tĩnh thì gọi là Định giác ý, tâm đã diệt các cấu dâm, nộ, si chí đạt sở nguyện là Hộ giác ý. Vậy là bảy Giác ý thành tựu. Nếu quán riêng ý nghĩa các pháp thì gọi là chánh kiến, các điều tư duy không có ước muốn tà vạy thì đó là chánh niệm. Thân ý kiên cố là chánh phương tiện, tâm hướng về nghĩa kinh là chánh ý, tâm chuyên nhất là chánh định, thân ý và sự tạo nghiệp cả ba đều thanh tịnh. Lúc đó mới đắc thành tám hạnh Chánh đạo. Trong tám Chánh đạo này chánh kiến, chánh niệm, chánh phương tiện đó là ba việc thuộc về thân; chánh ý, chánh định là hai việc thuộc về tịch tĩnh; hai quán tịch tĩnh này như hai con ngựa đóng vào một chiếc xe để chở đi.

Nếu tâm vô lậu không chuyên nhất về một pháp mà biến nhập vào ba mươi bảy pháp phẩm và vì thế đầy đủ ba mươi bảy pháp này, thì hiểu biết khổ. Nếu thường xuyên như vậy thì liền đắc tâm vô lậu thứ hai.

Bấy giờ tư duy: Như nay năm ấm của Dục giới có khổ thì Sắc giới và Vô sắc giới cũng vậy không khác. Đó gọi là thành tựu trí tuệ tùy nhẫn tri khổ, đạt được tâm vô lậu thứ ba.

Đã đắc hạnh ấy vì thấy khổ cho nên trừ được mười tám kết: siêu vượt Sắc giới, Vô sắc giới, thuận chiều trí tuệ, liền đắc tâm vô lậu thứ tư.

Đã đạt được bốn tâm vô lậu rồi, vượt qua tội lỗi khổ đau của ba cõi liền tự biết: “Ta đã vượt qua họa hoạn, không có các phiền não vượt qua các khổ.” Rồi tự tư duy:

Khổ vốn do đâu? Vốn do ân ái mà sinh mê đắm ràng buộc. Từ lâu xa đến nay tập quen với ân ái này nên bị họa hoạn. Nay vĩnh viễn nhổ gốc ân ái thì không còn các khổ não. Biết cái nạn ân ái dễ ưa thích từ đâu mà có thì gọi là hiểu rõ tập đoạn trừ pháp nhẫn, đó là tâm vô lậu thứ năm.

Trừ diệt các tập nhiễm của Dục giới thì dứt được bảy kết, biết nhờ các họa hoạn của Dục giới gọi đó là tâm vô lậu thứ sáu.

Người tu hành tự nghĩ: Gốc của Sắc giới vốn do đâu mà phát khởi? Quán chiếu kỹ nguồn gốc của nó là từ dục mà khởi, ưa phát sinh ân ái dễ ưa thích, đó là tâm vô lậu thứ bảy.

Vì có hạnh này nên vượt qua Sắc giới còn mười hai kết của Vô sắc giới, tâm theo nếp sống của tuệ, đó là tâm vô lậu thứ tám. Đó gọi là tám nghĩa hạt giống đầu tiên của sự giác ngộ.

Bấy giờ, tâm nghĩ: “Ta thấy ba cõi vì trừ khổ tập đối với dục không ưa thích” đó gọi là an ổn, chỉ ưa vắng lặng êm ái dễ chịu đó là nhẫn pháp tuệ diệt tận. Đây là tâm vô lậu thứ chín.

Đã được nghĩa này thắng diệt hết gốc đối với Dục giới, trừ sự ràng buộc của bảy kết, đó là tâm vô lậu thứ mười.

Rồi tự nghĩ: Nếu chẳng tham đắm chấp trước nơi cõi Sắc và Vô sắc thì gọi là tịch tĩnh, đó gọi là tâm vô lậu thứ mười một, rồi trừ mười hai nghi kết, đã vượt qua họa hoạn này liền đắc tuệ diệt tận, đó là tâm vô lậu thứ mười hai.

Bấy giờ, tự nghĩ: Được điều chưa từng có đúng như Đức Phật Thế Tôn giảng giải pháp. Nhờ đạo nghĩa ấy, biết khổ của Dục giới nên vứt bỏ đi. Biết là do từ tập mà phát sinh nên xa lìa tập, đạt được tận diệt nhân đây được nhập vào pháp tuệ đạo nhẫn, đó là tâm vô lậu thứ mười ba.

Bấy giờ, dùng đạo lực thấy cõi Dục, bỏ tám kết, bỏ vậy rồi, nhiên hậu mới đạt được pháp tuệ hưng long ấy, đó là tâm vô lậu thứ mười bốn.

Ngay khi đó, tâm nghĩ, được điều chưa từng có. Do đạo hạnh ấy biết nỗi khổ của Sắc giới, Vô sắc giới mà trừ diệt các tập, chứng đắc tận diệt, đó là tâm vô lậu thứ mười lăm.

Tùy theo ý mình trừ diệt mười hai kết ở cõi Sắc và Vô sắc, trừ kết ấy rồi thì phát khởi đạo tuệ đó là tâm vô lậu thứ mười sáu.

Ngay khi trừ hết tám mươi tám kết, thì nên bỏ mười kết tưởng. Vì sao? Vì lấy một giọt nước từ sông Hằng thì rót cuộc cái tính chất cũng như nước sông Hằng. Những cái mà chưa trừ diệt như một giọt nước liền thành Đạo tích, đạt đến Thánh hiền, bảy lần sinh lên trời, bảy lần trở lại nhân gian, vĩnh viễn dứt hết gốc khổ. Người tu hành lấy đó noi theo, nhổ gốc rễ các khổ não, dứt dòng sinh tử thì tâm mừng vui, đã vượt ba đường, chẳng phạm ngũ nghịch, lìa các tà đạo, vượt qua tri kiến, chẳng theo ngoại đạo mong cầu vinh hiển, các đức hỗ trợ thì chung chẳng đối, họa hoạn bảy phen chưa từng phạm giới, thấy vô số quang minh, ngày đêm hoan hỷ. Ví như có người tránh nơi đói khát đến nước nhiều của cải, thoát hiểm được an như bị nhốt ngục được thả ra, như bệnh được lành, tâm luôn phấn khởi. Tu hành như thế do An ban Thủ ý mà được tịch tĩnh. Muốn cầu tịch tĩnh phải tu tập như thế.

Bài tụng rằng:

*Biết rõ ngũ nghĩ thêm biếng lười
Phân biệt hơi thở từ thân ra*

LINH SƠN PHÁP BẢO ĐẠI TẠNG KINH

*Tu hạnh thở vào nhớ là vào
Gọi là hành trì quán hơi thở.*

