

# BÁT NHÃ BA LA MẬT ĐA TÂM KINH

## TẬP 2

Người giảng: Lão Pháp sư Tịnh Không

Địa điểm: Thánh Hà Tây

Cẩn dịch: Vọng Tây cư sĩ, Viên Đạt cư sĩ

Biên tập: Phật tử Diệu Hiền

Tông chỉ tu học quan trọng nhất của bản kinh chính là đoạn thứ nhất của kinh văn: “*Quán tự tại Bồ Tát, hành thâm bát nhã ba la mật đa thời, chiếu kiến ngũ uẩn giai không*”. Phía trước đã giới thiệu sơ lược qua năm uẩn rồi. Sắc uẩn đã bao gồm mọi hiện tượng vật chất. Tinh thần đối lập với vật chất, phương diện này tổng cộng có bốn uẩn là thọ, tưởng, hành, thức. Bốn loại này cũng là pháp do nhân duyên sanh. Trong kinh đại thừa thường nói: “Tánh không duyên khởi”, phàm là pháp do nhân duyên sanh đều không có tự thể. Đây là quan sát đến tướng chân thực của hiện tượng vật chất và hiện tượng tinh thần. Tướng chân thực là tướng không. Trong tiêu chú đã giới thiệu đơn giản nghĩa không này có bốn loại.

- Ý của cái không thứ nhất nghĩa là không hề có gì cả, cái này dễ hiểu. Pháp do nhân duyên sanh đều không có tự tánh, cho nên tự thể của nó không phải thật và rốt cuộc đều là không. Điều này dễ hiểu.

- Ý thứ hai có nghĩa là hư không, tuy không có tướng thô, nhưng nó có tướng vi tế. Tất cả các pháp đều có nghĩa của hư không, chúng ta cần phải dùng trí tuệ quan sát, mới có thể thể hội được.

- Ý thứ ba nghĩa là không tâm.

- Ý thứ tư nghĩa là không pháp.

Nghĩa không mà trong kinh luận đại thừa thường nói, kỳ thực là thiên về hai loại phía sau này. Không tâm là trong tâm thanh tịnh, không hề có mảy may nhiễm trước, đây có nghĩa là không tâm, cũng có nghĩa là lìa niệm. Trong kinh luận thường nói: lìa tướng ngôn thuyết, lìa tướng danh tự, lìa tướng tâm duyên thì chúng ta mới có thể quan sát được chân tướng của sự thật. Cách nói này, thầy đều đã bao hàm bốn loại nghĩa không này. Không pháp, nghĩa là không là chân tướng của các pháp, vì tất cả pháp thì tướng có, thể không, sự có, lý không. Do đó, tất cả các pháp rốt cuộc không thể được. Trong Kinh Kim Cang dùng mộng huyễn bào ảnh để hình dung là vô cùng thích hợp. Người nào có thể nhìn thấu, thấy rõ ràng, thấy tường tận được chân tướng sự thật rồi, thì tất cả mọi khổ nạn này tự nhiên sẽ biến mất. Vậy rốt cuộc là đạo lý gì vậy? Mọi khổ nạn sinh ra là do mê nên làm mất đi chân tướng sự thật. Khi đã mê mất chân tướng sự thật thì sẽ có vọng tưởng, sẽ có chấp trước. Vọng tưởng, chấp trước khiến chúng ta bị vô lượng vô biên khổ nạn. Thấy rõ chân tướng sự thật rồi, thì vọng tưởng được tiêu trừ, chấp trước vĩnh viễn chấm dứt, cho nên liền xa lìa tất cả khổ nạn. Đây gọi là qua tất cả

khổ nạn. Trong biểu giải nói đơn giản cho chúng ta. Thứ nhất là bảo chúng ta “Đề quán thân tâm, đản kiến ngũ uẩn”. Đề có nghĩa là tỉ mỉ. Quán là dùng trí tuệ quán sát. Thân của chúng ta là sắc uẩn. Tâm là thọ, tưởng, hành, thức. Quán sát tỉ mỉ, chỉ thấy năm uẩn. Trong năm uẩn tìm tướng nhân ngã đều không thể được, thế là vô lượng kiếp đến nay, cái chấp trước hư vọng về chấp ngã này liền bị phá. Mọi phiền não đều sinh ra từ chấp ngã, cho nên không còn chấp ngã thì phiền não liền dứt. Sau khi phiền não dứt rồi, chúng ta muốn tìm sáu cõi luân hồi cũng không thể được. Nguyên nhân gì vậy? Sáu cõi luân hồi là từ phiền não chướng biến hiện ra. Cho nên bốn quả La Hán của tiểu thừa đoạn được kiến tư phiền não, họ liền thoát khỏi sáu cõi luân hồi, đạo lý là ở chỗ này. Như vậy là trong sáu cõi phần đoạn sinh tử đã xong.

Chúng ta lại dùng trí tuệ quán sát tỉ mỉ năm uẩn. Uẩn từ duyên sanh, nên sắc, thọ, tưởng, hành, thức cũng không có tự thể, duyên sanh tánh không. Như vậy tìm tướng năm uẩn cũng là không thể được, chấp pháp của chúng ta cũng không còn. Chướng ngại mà chấp pháp sinh ra chính là sở tri chướng. Sở tri chướng làm chướng ngại Bồ Đề, làm chướng ngại Niết Bàn. Hết sở tri chướng thì Bồ Đề, Niết Bàn tự nhiên sẽ hiện ra và biến dịch sanh tử cũng dứt. 600 quyển đại Bát Nhã, nghĩa kinh chân thật của nó là ở quyển này. Cho nên đức Phật vì chúng ta nói ra chân tướng sự thật quả thật không khó, có thể chỉ cần nói một câu là xong, một câu là tột lý. Nhưng tại sao trong một câu này chúng ta rất khó lãnh hội, rất khó tiếp nhận, rất khó khế nhập vậy? Đó là do chúng ta từ vô lượng kiếp đến nay, vọng tưởng, chấp trước quá kiên cố, không gì phá vỡ nổi. Cho nên phải nhọc đến bốn sư Thích Ca Mâu Ni Phật vì chúng ta mà mất hết thời gian 22 năm để nói ra chân tướng sự thật này. Bộ Tâm Kinh đây chính là tổng cương lĩnh của chân tướng này.

Khởi đầu là nói tông chỉ tu học Bát Nhã. Dưới đây phải nói rõ cận kề năm uẩn, cái chân tướng của 12 xứ và 18 giới để tiện lợi cho chúng ta quán sát. Nếu như không có sự quán chiếu của trí tuệ chân thật thì rất khó mà thấu triệt được những chân tướng sự thật này. Cho nên đoạn thứ hai của kinh văn là trình bày rõ về sắc không.

Xin xem kinh văn: “Xá Lợi Tử, sắc bất dị không, không bất dị sắc. Sắc tức thị không, không tức thị sắc. Thọ, tưởng, hành, thức, diệc phục như thị”. Trong đoạn kinh văn này nói rõ đạo lý của năm uẩn đều là không. Ở trong Phật pháp nói không, không phải là không có. Nếu không mà cho là không có gì cả thì đó chẳng có gì khó hiểu, cũng không cần Thế Tôn phải mất 22 năm để giải thích nó. Cái khó là không phải lià sắc tướng để hiểu được cái nghĩa không này, cũng không phải mất đi sắc tướng mà nói nó là không. Mà là nói không và có là đồng thời, không và có là một sự việc, điều này quả là khó lãnh hội vô cùng. Quan niệm của người thế gian cho không và có là đối lập, là tương đối. Có thì không phải không, không thì không phải có, cái này người thế gian chúng ta hiểu. Nếu như nói có chính là không, không chính là có, thì chúng ta nghe rất khó tiếp nhận, rất khó hiểu, nhưng nó là chân tướng của sự thật. Nên trong Bát Nhã nói sắc và không ở đây là không ngay trong sắc, đây gọi là chân không. Sắc ngay trong

không thì sao? Thì gọi nó là diệu hữu. Diệu hữu phi hữu, chân không bất không. Vì sắc là hiện tượng của bốn tổ hợp, chính là tướng hợp nhất mà trong kinh kim Cang đã nói. Không chính là lý chân không của Bát Nhã. Pháp không là nói trung đạo đệ nhất không chứ không phải nghiêng về không. Cho nên bản kinh năm uẩn giai không là chủ đề. Bốn câu dưới đây có thể nói là để chú giải về nó, tất cả các pháp, không những là pháp thế gian mà Phật pháp cũng không ngoại lệ. Tất cả các pháp đều là tướng hợp nhất, đều là giả có, đều không tự tánh. Nếu như chúng ta quan sát tỉ mỉ từ chỗ này, thì sẽ không khó hiểu được chân tướng của sự thật. Trong Trung Luận nói: “Pháp do nhân duyên sanh, ta nói nó là không”. Chữ ta đây là Phật nói, cũng gọi là giả danh, cũng là nghĩa trung đạo. Bốn câu này nếu hợp chung lại xem, chính là bốn câu này của tâm kinh. Từ đó cho thấy, sắc mà Phật nói, nói là không, nói là danh, nói là trung đạo, quả thật chỉ để nói rõ một sự thật, chỉ để nói rõ một sự việc. Do chúng ta không lãnh hội được, nên chúng ta cho bốn cái danh tướng này thành bốn sự việc, không hiểu rằng tất cả những gì Phật nói ra là chỉ để nói đến một sự việc. Từ một sự việc mà nhận ra được, thì chân tướng không khó lãnh hội.

Sắc pháp như vậy, thì nghĩa của thọ, tưởng, hành, thức so với trước là hoàn toàn tương đồng. Nếu phải nói tỉ mỉ thì sao? Chỉ cần đổi sắc thành thọ, tưởng, hành, thức là xong ngay. Ví dụ nói: Sắc bất dị không, chúng ta đổi cái sắc này thành thọ, thì thọ bất dị không, không bất dị thọ; thọ tức thị không, không tức thị thọ. Cho đến cuối cùng là thức. Thức bất dị không, không bất dị thức; thức tức thị không, không tức thị thức. Chúng ta đọc như vậy, đọc nhiều lần. Cổ nhân thường nói, đọc qua ngàn lần sẽ tự rõ nghĩa, không cần ghi vào trong ý thức. Cái gì gọi là ý thức vậy? Phân biệt, chấp trước. Xa lìa mọi phân biệt, chấp trước, chúng ta niệm đi niệm lại, niệm không ngừng bốn câu này, thì liền nhận ra được ý nghĩa thôi.

Phản trước kinh văn, trong tiêu đề nhỏ này đã nói rõ quan hệ sắc không cho chúng ta. Câu thứ nhất là từ giả vào không, chính là câu “sắc bất dị không” này. Câu thứ hai là từ không ra giả, không bất dị sắc. Không là chân như, là tự tánh, là bản thể. Sắc là nói mọi hiện tượng, mọi hiện tượng là dựa vào bản thể mà biến hiện ra. Cho nên thể đã không thể được, thì tướng đương nhiên cũng không thể được. Thể không thể chấp trước, thì tướng đương nhiên cũng không thể chấp trước. Câu thứ hai: “không bất dị sắc” là từ không ra giả. Tất cả vạn tượng tận hư không khắp pháp giới thấy đều từ tự tánh biến hiện ra. Cuối cùng hai câu này là không giả nương nhau, nói rõ nó là một không phải hai. Cho nên sắc tức là không, không tức là sắc. Một pháp đã như vậy, thì mọi pháp đều như thế, không có một pháp nào là ngoại lệ. Cho nên trong Kinh Hoa nghiêm, Phật nói: “Phá nhất vi trần, xuất đại thiên kinh quyền”. Lại nói, Phật ở trên đầu một cọng lông, chuyển đại pháp luân trên đó, đều là cái ý này. Nếu như sắc và không không nương nhau, tánh tướng không nương nhau, thì làm sao có thể có loại hiện tượng kỳ diệu này chứ! Chúng ta hiểu rõ đạo lý này rồi, hiểu rõ sự thật này rồi, thì bao nhiêu cảnh giới

không thể nghĩ bàn mà Phật đã nói trong kinh, tự nhiên chúng ta có thể tin và có thể tiếp nhận.

Tổng cương lĩnh năm uẩn đều không mà Bát Nhã đã nói có quan hệ rất trọng yếu đối với người niệm Phật cầu sinh Tịnh Độ chúng ta. Tịnh tông thường hay nói: Người niệm Phật nhiều, nhưng người vãng sanh thì ít. Những lời này quả thật đúng như vậy. Trước đây khi tôi cầu học tại Liên Xã Đài Trung, Thầy Lý đã từng nói qua mấy lần với tôi. Liên hữu của Liên Xã có hơn 20 vạn người, thầy Lý vô cùng cảm khái nói, chân chánh Niệm Phật vãng sanh cũng chẳng qua là ba đến năm người mà thôi. Đương nhiên lời của thầy là vô cùng khiêm tốn, vì chúng tôi hiểu, Liên Xã Đài Trung từ nhiều năm nay, người chân thật niệm Phật vãng sanh, con số cũng tương đối khả quan. Nếu nói trong một vạn người có ba đến năm người, thì cách nói này là tương đối chính xác, nhưng tỉ lệ này vẫn là vô cùng lớn. Mấu chốt là ở đâu vậy? Thành thật mà nói, chính là thấy chưa thấu, buông chưa được. Sự giúp đỡ lớn nhất của Kinh Bát Nhã đối với chúng ta chính là giúp chúng ta biết rõ, giúp chúng ta buông xả. Nói cách khác, Kinh Bát Nhã quả thật có thể giúp chúng ta niệm Phật được sanh về Tịnh Độ. Vì thế chúng ta cũng không thể không xem trọng bộ kinh này, đây là mục tiêu cốt lõi của việc nghiên cứu thảo luận tâm kinh lần này của chúng ta.

Trong năm uẩn thì sắc là thân thể; thọ, tưởng, hành, thức là tâm lý và tác dụng của tâm lý. Giai không chính là nói rõ cái thân này của chúng ta là không thật. Tâm cũng không thật. Thật và giả mà trong Phật pháp nói, định nghĩa của nó là: Thật thì là vĩnh viễn không thay đổi, còn phàm cái gì có thay đổi thì đó chính là giả, là không phải thật. Thế chúng ta nghĩ xem, cái thân thể này của chúng ta có sinh, già, bệnh, chết, nó đang thay đổi theo từng sát na, đang sinh diệt theo từng sát na, vậy là nó không phải vĩnh hằng, nó không phải bất biến. Đây tức là nói cái thân tướng này là giả có chứ không phải thật có. Vậy tâm và tâm lý thì sao? Cũng là như vậy. Thọ, tưởng, hành, thức, cái hiện tượng của tâm và tâm lý này, tác dụng của tâm lý cũng sinh diệt trong từng sát na. Ý niệm này sanh thì ý niệm kia diệt, đây là điều mà chúng ta có thể nhận ra được. Nếu như chúng ta luôn niệm, có thể duy trì cái niệm này không bị mất đi, thế là đã thành tam muội rồi, liền gọi là định rồi. Cái định này không trụ được, thì gọi đó là vọng niệm. Kỳ thực dù được định, thành tựu Tam Muội rồi nhưng Tam Muội chẳng qua cũng là tướng tương tục của một ý niệm mà thôi. Tại sao vậy? Cảnh giới của cái định đó, đã có được thì đương nhiên sẽ có mất. Có được thì có mất, có sanh thì có diệt, cho nên định là tướng tương tục. Tứ thiên bát định của thế gian, định thứ tám thì có thể duy trì được đến tám vạn đại kiếp, họ cũng không mất. Sau tám vạn đại kiếp thì sao? Họ vẫn phải bị mất. Đây là nói rõ cảnh giới của định là tướng tương tục của một ý niệm mà thôi.

Vậy thì định như thế nào mới là chân định vậy? Trong kinh đại thừa, Phật bảo với chúng ta, tự tánh vốn định đó mới gọi là Tam Muội chân thật. Tại sao vậy? Vì tự tánh vốn định không có sanh diệt, không có nhập định, xuất định, không có xuất nhập. Như trong Kinh Lăng Nghiêm nói Thủ Lăng Nghiêm đại định, đây gọi là tự tánh vốn định.

Định mà trong Kinh Hoa Nghiêm, Kinh Pháp Hoa nói cũng là cảnh giới này, cái này mới gọi là chân thực. Tánh định và tu định là hoàn toàn không giống nhau. Phạm cái gì thuộc về tu mới có đều là tướng tượng tục của một ý niệm. Chỉ có tánh định là lia tâm ý thức rồi. Nói cách khác, mọi vọng tưởng, phân biệt, chấp trước thấy đều xả bỏ rồi, thì tự tánh liền hiện tiền, tự tánh vốn định. Từ đó cho thấy, tánh định không phải do tu mà có. Vậy tánh định hiện tiền khi nào vậy? Đến khi nào bạn thật sự soi thấy năm uẩn đều không thì lúc này tánh định liền hiện tiền ngay. Tại sao vậy? Khi năm uẩn đều không, không còn chấp ngã nữa thì phiền não chướng hết, không còn chấp pháp nữa thì sở tri chướng hết, tự tánh liền hiện tiền ngay, nên tự tánh vốn định đương nhiên cũng hiện tiền thôi. Cái này nói thì dễ, nhưng làm thì quả thực là khó lắm. Tại sao vậy? Đây chính là điều mà phía trước đã nói rồi, phạm phu chúng ta từ vô thủy kiếp đến nay, tập khí chấp ngã nặng vô cùng. Cổ đức đã nói: “Lý có thể đốn ngộ, nhưng sự phải tiệm tu”. Phật chỉ cần mấy câu là có thể nói tột ra những chân tướng sự thật này cho chúng ta rồi. Người căn tánh lanh lợi, người có thiện căn sâu dày nghe qua có thể tiếp nhận, có thể hiểu. Nhưng muốn chuyển cảnh giới trở lại, thì vẫn phải cần tu trì trong một thời gian tương đối, cho nên sự phải tiệm trừ. Sự, cách trừ như thế nào vậy? Điều đó nhất định phải rõ lý, phải biết lý và sự là một không phải hai. Tức là trong việc xử sự đối nhân, tiếp vật trong đời sống thường ngày, chúng ta đối với người, chúng ta quan sát vạn vật, chúng ta đối với sự việc, trong tâm từng giây từng phút luôn đề khởi công phu quán chiếu, đó chính là thấy rõ năm uẩn đều không, soi thấy mọi người, mọi việc, mọi vật đều là các pháp không tướng. Chúng ta tu gì ở trong các pháp không tướng này vậy? Là đem những kiến giải sai lầm, tập khí và ý nghĩ sai lầm từ vô thủy kiếp đến nay của mình, dần dần qua ánh sáng trí tuệ Bát Nhã đào thải cho thật sạch sẽ. Đây gọi là tu hành chân chánh.

Trong Kinh Đại Phương Quảng Phật Hoa Nghiêm, đặc biệt là hội sau cùng, Thiên Tài Đồng Tử 53 lần tham học đã tạo nên tám gương tốt trong việc luyện tâm, chân thật tu hành cho chúng ta thấy. Chúng ta có thể học được nhiều, tư duy nhiều, thể hội nhiều nhằm ứng dụng vào trong đời sống thường ngày, thì có thể dứt phiền não, có thể dứt tập khí, có thể biết rõ rồi buông xả. Sau đó mới có thể có sự thể hội chân thực, mới có thể có vài phần tương ứng với hạnh nguyện của Phật A Di Đà, quyết chí cầu sanh Tịnh Độ, trong một đời này tự nhiên được thành tựu. Đây là sự giúp đỡ rất lớn, lợi ích rất lớn của kinh Bát Nhã đối với chúng ta.

Kinh nói năm uẩn, nói sắc trước rồi nói tâm sau, cái thứ tự này cũng có đạo lý trong đó, vì căn nguyên của ngũ uẩn là do chùng chất mà sinh ra, do một niệm bất giác. Điều này trong Kinh Lăng Nghiêm, Phật nói rất thấu triệt, nói rất nhiều, nói rất rõ ràng. Một niệm bất giác này liền chuyển biến tự tánh chân như thành vô minh nghiệp thức. Những lời này phải nghe cho tường tận, không được tư duy tưởng tượng. Đúng như Bồ Tát Mã Minh đã nói: “Chúng ta phải lia tướng ngôn thuyết, lia tướng danh tự, lia tướng tâm duyên”. Nói cách khác, chúng ta chỉ nghe, nghe thật ngoan ngoãn, không được nghĩ đến ý nghĩa của nó. Vừa nghĩ thì sao? Liền sai rồi! Tại sao vừa nghĩ liền sai? Tức là

như tôi vừa mới nói, một niệm bất giác liền chuyển tự tánh chân như thành vô minh nghiệp thức. Bạn nghe tôi nói vậy bèn nghĩ chân như bản tánh là chân thực, tại sao nó lại biến thành vô minh nghiệp thức? Bạn vừa nghĩ vậy là bạn đã chuyển biến bản tánh chân như thành vô minh nghiệp thức rồi, bạn không thể không nói như vậy. Sự thật, chân như sao có thể biến thành nghiệp thức được? Không thể. Thí dụ chúng ta nói trời âm u, hôm nay trời âm u, mặt trời bị mây che phủ rồi, chúng ta nghe qua thì hiểu ý ngay. Ô! Hôm nay trời âm u. Tại sao trời âm u? Là mặt trời bị mây che phủ. Giả như nếu bạn nghĩ thật kỹ nữa, mặt trời lớn hơn trái đất rất nhiều, mặt trời sao có thể bị mây che phủ được chứ? Vậy ngay đó đã sanh khởi vọng tưởng rồi. Nói thật, mặt trời vĩnh viễn sẽ không bị mây che phủ. Tự tánh chân như vĩnh viễn sẽ không biến thành vô minh nghiệp thức. Cái vô minh nghiệp thức đó là gì vậy? Chính là một niệm bất giác kia, đây gọi là vô minh bản, là gốc của vô minh. Khi đã có cái này, khi bản tánh chân như khởi tác dụng, trên tác dụng đội thêm cái này, giống như thí dụ, mắt của chúng ta có thể thấy, mắt là tự tánh, chúng ta đeo mắt kiếng vào, cái mắt kiếng này là phần phụ, đeo mắt kiếng vào thì mắt vẫn có thể thấy. Mắt đã nhìn xuyên qua kiếng thấy cảnh tượng bên ngoài, chúng ta bèn gọi nó là vô minh nghiệp thức, gọi nó là thức thứ tám. Có phải mắt kiếng đã thật sự làm tổn hại đến mắt phải không? Không hề. Quan hệ ở trong đây nhất định phải hiểu cho thật rõ ràng, thật sáng tỏ.

Do có thức, đây chính là A Lại Da Thức, nên mới có hành. Vì có hành, nên mới có tướng. Vì có tướng, nên mới có thọ. Vì có thọ, nên mới có sắc. Đây là chúng ta từ trên năm uẩn mà nói. Từ trong tám thức mà nói, đó chính là “vô minh bất giác sinh tam tế, cảnh giới vi duyên tướng lục thô”. Cách nói tuy khác nhau, nhưng ý nghĩa giống nhau, đều cùng nói lên cái chân tướng sự thật này. Đó chính là nói sự phát triển của hiện tượng tự nhiên này, là từ tế đến thô, nó có thứ lớp, cho nên nó có trật tự, nó không rối loạn. Người thế gian không biết chân tướng sự thật, nhìn thấy cái tinh cầu này vận hành trong thái không, đại địa xuân hạ thu đông bốn mùa rõ rệt, không hiểu được cái chân tướng sự thật này, cho rằng có một thần minh làm chủ tế và an bài ở trong đó, an bài có lớp lang như vậy, có trật tự như vậy. Họ không hiểu được sự diễn biến của đại tự nhiên này là có thứ tự. Điều này cũng giống như con người chúng ta mặc y phục. Mặc y phục nhất định trước tiên phải mặc một chiếc ở trong, sau đó mới mặc chiếc ở ngoài, rồi mới mặc áo khoác bên ngoài, là mặc từng chiếc từ trong ra ngoài. Và khi muốn cởi ra, đương nhiên cởi bên ngoài trước rồi đến bên trong sau, cái thứ tự này không thể đảo lộn. Cho nên khi mê, thì từ vô minh cứ dần dần phát triển đến tướng thô. Và khi chúng ta muốn quay về tự tánh, thì nhất định trước tiên phải bắt đầu từ bên ngoài, cho nên quán sắc không trước, sau đó mới quán hành không. Tức là trừ sắc uẩn của năm uẩn trước, sau đó theo thứ lớp mà trừ thọ, tướng, hành, thức.

Trong Kinh Lăng Nghiêm nói: “Sanh do thức mà có, diệt phải trừ từ sắc”, chính là nói cái ý này. Cho nên thứ lớp của năm uẩn là như vậy, quyết định không thể đảo lộn. Chúng ta dụng công trong đời sống thường ngày, đối với người niệm Phật mà nói có sự

giúp đỡ rất lớn. Chúng ta hiểu rõ ràng, hiểu sáng tỏ chân tướng sự thật rồi, tức là biết rõ rồi. Sau khi biết rõ thì công phu chân chánh chính là buông xả.

Thứ nhất, chúng ta không chấp trước đối với mọi sắc pháp nữa. Chúng ta biết sắc tức là không, không tức là sắc; Sắc chẳng khác không, không chẳng khác sắc. Đối với sắc thân, thân thể của mình, cho đến tất cả mọi người, sự, vật của cái thế giới này, thấy đều thuộc sắc pháp, thì chúng ta có thể buông xả được. Đây là thứ nhất.

Tiến thêm một bước, chúng ta đối với thọ cũng buông xả được. Tức là nói không đuổi theo hưởng thụ nữa, sự hưởng thụ khổ vui, sâu thích có thể tùy duyên chứ không phan duyên. Đúng như Bồ Tát Phổ Hiền đã nói: “Hằng thuận chúng sanh, tùy hỷ công đức”. Khổ vui sâu thích là có chứ không phải không, nhưng tâm chúng ta ở trong cảnh thuận cảnh nghịch đều thanh tịnh, đều bình đẳng. Trong cảnh thuận không khởi thọ lạc, trong cảnh nghịch không khởi thọ khổ. Cái thọ này của chúng ta đã thật sự buông xả rồi, tiến thêm một bước là tưởng, hành, thức cũng giống như ví dụ này phía trước vậy, đều có thể xả ly, đều có thể buông bỏ. Thế là niệm Phật liền tự nhiên được thành tựu Tam muội, liền tự nhiên được nhất tâm bất loạn thôi.