



VIETNAMESE **ZEN**  
at the end of the 20th century

Zen Master THÍCH THANH TỬ

Annotations THUAN BACH  
Translated TOAN KIEN  
Edited FRAN MAY

## 1. VÀO CỔNG NHÀ THIỀN

**1.1** Tất cả chúng ta hiện giờ biết được chính mình chưa? Hằng ngày chúng ta tự xưng là tôi, là ta, là mình, ấy là gì? (Có khi chúng ta chỉ thân, có khi chỉ tâm, hoặc cho cái suy nghĩ là tôi.)

### 1.2 Về Thân

1.2.1 Nếu phần xác thịt này là mình, thì nó có hoàn toàn còn mãi với chúng ta không? Ví như cái tay được coi là một bộ phận của mình, khi cái tay bị bệnh phải cưa đi, ráp cái tay khác vào thì cái gọi là mình đó có còn thật là mình hay không?

1.2.2 Hầu hết mọi người đều nói thân này là thật, nhưng Phật nói thân này là giả. Phàm cái gì có hình thể cố định, không do vay mượn tạm bợ, không do sự hỗ trợ bên ngoài, mà tự có riêng mới là thật. Nếu thân chúng ta là thật thì nó phải không vay mượn. Nhưng hiện giờ chúng ta đang thở, nghĩa là mũi chúng ta đang hít không khí của trời đất vào, rồi trả không khí ấy ra. Chúng ta đâu làm ra cái không khí đó, rõ là vay mượn. Từ sáng đến trưa chúng ta phải uống bao nhiêu tách nước? Làm sao chúng ta nói nước ấy là của tôi?

## 1. THE ZEN GATE

**1.1** Do we know who we are? Every day we say “I”, how do we define the “I” or “Self”? (Are we referring to our physical being or to our mind or thoughts. Is our True Self our physical body or our mind, or neither?)

### 1.2 Our Physical Body

1.2.1 If our physical body is our “self”, then it should be permanent. For example our arms are part of our body. If for some reason one of our arms were badly injured, and were amputated and replaced by an artificial arm, would we consider the “borrowed” arm (artificial limb) as truly our self?

1.2.2 We all believe that our physical being is real, but the Buddha said otherwise. A real thing must have a fixed form that is unchanging, and not dependent on anything outside of itself. If this physical being were real, it would not need to borrow sustenance from its surroundings. Right now, we are breathing; that is, we are inhaling the air around us, then exhaling it. We do not create or own the air; we borrow it, so it is not ours. Similarly, when we drink water, it is not ours, either.

Đến các thức ăn để bồi bổ cơ thể này, chúng ta mượn ngày hôm nay, ngày mai phải trả ra. Như vậy chúng ta hoàn toàn vay mượn đất, nước, gió, lửa bên ngoài, lại bảo chúng là của tôi.

1.2.3 Như vậy kiểm lại xem, chúng ta sống là sống với cái gì? Chỉ là một chuỗi dài mượn và trả<sup>1</sup>. Ví như chúng ta xây cất một căn nhà xong, đến hàng xóm mượn bàn tủ v.v... để trưng bày, khi ấy chúng ta liền tuyên bố tất cả những vật ấy là của tôi<sup>2</sup>. Như vậy có phải chúng ta kém trí tuệ hay không? Nếu ngay nơi cuộc sống mà chúng ta không hiểu nó, hoặc hiểu một cách mờ mịt, làm sao chúng ta hiểu đúng sự thật những việc chung quanh cuộc sống. Chính vì lẽ thiết yếu đó, đức Phật mới tìm giác ngộ nơi con người, vì con người là căn bản. Giác ngộ ngay nơi con người là thấy được nơi chúng ta cái nào giả, cái nào thật. Nếu hết làm về con người thì chúng ta cũng hết làm luôn về tất cả sự vật chung quanh.

1.2.4 Như chúng ta lầm thấy thân này là thật thì chúng ta sẽ quý nó, và những nhu cầu của nó cũng lầm, cho là quý trọng.

---

<sup>1</sup> Những gì chúng ta vay mượn không mất hẳn mà sẽ tuần hoàn trở lại trong đời sống để chúng ta lại vay mượn tiếp.

<sup>2</sup> Như thế chúng ta sống như trong mộng, không biết là tử, bần không phải của mình mà muốn là của mình.

With respect to all food and nutrients on which our body depends, we must consume and then discard them. Even the four basic elements of life (earth-water-air-heat) are borrowed to keep us alive, but we believe that they belong to us, they become our body.

1.2.3 Let's examine this state of being alive. It is simply a long process of borrowing and giving back<sup>3</sup>. For example, we have just built a house. We temporarily borrow the furniture from our neighbor; then we claim it as our own<sup>4</sup>. This signifies a lack of wisdom on our part. Are we aware of what we are doing? If we cannot comprehend this concept, we will not be able to understand the truth of our life. For this reason the Buddha determined to find the enlightenment that is within all human beings, and which is the basis of all life. Enlightenment in a human being means the ability to distinguish the real from the unreal. Once we are aware of the truth about ourselves, we will be aware of all phenomena.

1.2.4 Our ignorance leads us to believe our body is real; as a result, we exaggerate our body's importance, and give great value to its needs.

---

<sup>3</sup> Everything we "borrow" and discard is not lost, but is returned to the cycle of life and eventually is borrowed by us once again.

<sup>4</sup> If we do so, we are living in a dream and are unaware that the furniture is only borrowed and is not ours. We want it to be ours and therefore insist that it is.

Từ đó chúng ta sanh tham đắm những nhu cầu cho thân, quý trọng những gì bồi bổ và tô điểm cho thân. Chúng ta muốn được sung túc dư dả nên gom thâu về mình thật nhiều của cải.

Do đó chúng ta sẽ đụng chạm đến người khác, họ cũng mê lầm cho thân này là thật, và tham đắm những nhu cầu cho thân họ được dư dả sung túc. Si, tham, sân gọi là Tam độc, tạo ra không biết bao nhiêu nghiệp đau khổ.

### **1.3 Về Tâm**

1.3.1 Phần trên chúng ta đã hiểu về thân, còn về tâm như thế nào?

1.3.1.1 Trong kinh Lăng Nghiêm, đức Phật muốn độ ngài A-nan nên hỏi rằng: "Ông nhân đâu mà phát tâm xuất gia?"

Ngài A-nan bạch Phật: "Con nhân thấy ba mươi hai tướng của Phật tốt đẹp trang nghiêm phi thường, khác hơn tất cả người thế tục, nên con phát tâm xuất gia."

We become greedy to fulfill our body's demands and we indulge and embellish it endlessly. The desire to have abundant material gain causes us to crave and to accumulate wealth.

Our ignorant greed causes conflicting emotions in us, such as anger, love, hate, ect. Our craving also causes conflict with others who are also ignorant and believe their bodies are real. Ignorance, Greed and Anger are the three poisons that create the countless sufferings for all sentient beings.

### **1.3 Our Mind**

1.3.1 In the previous section A, we explained the truth about our body. Now we describe the realities of our mind.

1.3.1.1 According to the Surangama Sutra, the Buddha wanted to help his disciple Ananda become liberated. So he asked him, "What made you decide to leave the secular world?"

Ananda replied, "I saw the Tathagata's thirty-two characteristics which were supremely beautiful, wondrous, and incomparable. His entire body had a shimmering transparency, just like crystal. Upon seeing this, I felt a powerful longing to leave home, follow this superb being, and become a monk."

1.3.1.2 Phật hỏi: "Ông lấy cái gì thấy và lấy cái gì mà phát tâm?" Ngài A-nan thưa: "Con lấy mắt thấy Phật và lấy tâm suy nghĩ mà phát tâm."

1.3.1.3 Bảy giờ đức Phật tiến vào "Thất xứ trung tâm", tức là bảy lần gạn hỏi về tâm.

Ngài hỏi: "Cái gì là tâm ông, tâm ông ở chỗ nào?"

Ngài A-nan thưa: "Cái suy nghĩ đó là tâm con và cái tâm suy nghĩ hiểu biết đó ở trong thân."

Rồi Ngài nói tâm ở ngoài thân, tâm ở trong con mắt v.v... Nói tâm ở chỗ nào cũng bị Phật bác.

### 1.3.2 Cái Gì Là Tâm?

Như vậy tâm ở chỗ nào? Hầu hết chúng ta đều lầm chấp cái hay suy nghĩ phân biệt là tâm của mình.

Danh từ chuyên môn trong kinh Lăng Nghiêm gọi là "Năng suy vi tâm" nghĩa là cho cái hay suy nghĩ là tâm. Nếu cái hay suy nghĩ là tâm của mình thì nó là mình chớ gì!

1.3.1.2 Buddha then asked Ananda: "What did you use to see the Buddha and what did you use to feel what you felt toward him?" Ananda replied, "I used my eyes to see and my mind to feel."

1.3.1.3 The Buddha then asked Ananda the same question seven times: "How do you define your mind?"

Ananda replied seven times, "My thinking is my mind; my mind is inside of me; my mind is outside of me; my mind is in my eye, etc."

Most of us would give the same answer that Ananda gave, but Buddha rejected all of Ananda's answers.

### 1.3.2 What Is Our Mind?

What is our mind and where does it come from? We often make the mistake of believing that our ability to think, to feel, and to distinguish is a function of our mind.

The technical term for this incorrect idea is "Năng Suy Vi Tâm" (from the Surangama Sutra) which means "the ability to think is our mind." If our ability to think and our thinking are our mind, then are this ability and our thoughts ourselves?

### 1.3.3 Kiến Thức Là Vay Mượn

Các kiến thức chỉ là vay mượn của thầy của bạn. Bao nhiêu kiến thức thâm thập được chúng ta chấp làm kiến thức của mình gây ra bao điều tỵ hiềm đau khổ cho nhau. Sự tranh chấp tư tưởng diễn ra từ cá nhân này đến cá nhân khác, từ nhóm người này đến nhóm người khác, từ xã hội này đến xã hội khác.

Vì vậy người Phật tử chân chánh phải đi đến đạo Phật bằng trí tuệ và giác ngộ.

### 1.3.4 Đức Tin và Trí Huệ

Trong kinh Hoa Nghiêm có câu "Tín vi đạo nguyên công đức mẫu v.v..." nghĩa là tin là nguồn của đạo, là mẹ của tất cả công đức. Tại sao chúng ta phải vào đạo bằng trí tuệ, không bằng niềm tin? Chữ tin trong đạo Phật là tin sau khi trí tuệ đã nhận xét đúng. Ví như chúng tôi nói thân này là giả, tư tưởng là vay mượn, quý vị phải nhận xét xem có phải thân này là giả, tư tưởng là vay mượn hay không?

### 1.3.3 Our Knowledge Is Also Borrowed

The knowledge that we acquire during our lifetime is also borrowed - from the people with whom we associate, from books, etc. We believe that we own our borrowed knowledge. We acquire or borrow many concepts, opinions, and views from others. We believe that these concepts and views are our self, our mind. This causes suffering for ourselves and others because we become attached to our borrowed ideas and concepts. If others don't agree with our ideas, we feel the need to prove that we are correct, and to defend our views. This causes conflict between us, between individuals, and between communities.

In order to realize our true self, our true mind, it is necessary for us to understand and practice the Buddha's teachings.

### 1.3.4 Belief and Wisdom

Some people contend that the Avatamsaka Sutra says, "Belief is the source of the Way, the mother of all merits and virtues". Why should we enter the Way by means of wisdom, not mere belief? It is because in Buddhism belief must be based on wisdom. For example, when I stated that this body and our thoughts are borrowed. You should analyze for yourself whether what I have said is true or false.

Sau khi nhận xét suy nghĩ thấy đúng, quý vị mới tin, tin đó là tin bằng trí tuệ. Cho nên nghe rồi phải suy nghĩ, suy nghĩ rồi mới tin, sau khi tin rồi mới thực hành.

Trong nhà Phật gọi đó là Văn, Tư, Tu. Vì vậy niềm tin đó là mẹ của công đức, là cội gốc của đạo. Nếu nghe đâu tin đó, không hiểu chi hết, đó là mê tín, là sai lầm.

## **1.4 Pháp Tu Thiền**

1.4.1 Thiền là một phương pháp tu để thấy được lẽ thật nơi con người. Cái gì giả biết là giả, cái gì thật biết là thật. Cho nên chủ trương của Thiền tông là Kiến tánh. Tánh là Phật tánh, Pháp thân, hòn ngọc vô giá. Sau khi biết rõ cái giả rồi, chúng ta không còn bị mê lầm nữa. Nhận ra cái thật, chúng ta không còn bị cái giả lôi cuốn vào đường sanh tử. Nhận ra cái thật, chúng ta sống an nhàn tự tại trong cái bất sanh bất diệt.

Only after careful consideration should we believe what we hear. This kind of belief comes from wisdom. Hence, after hearing anything, we should think carefully about what we have heard, and then put it into practice.

In Buddhism, this process is called Learning, Thinking, and Practicing. If belief is arrived at by this process, it can be said that “Belief is the mother of all virtues, the root of the Way.” On the contrary, if we blindly trust and believe whatever we hear, without thinking about it or checking it out, we are simply being superstitious.

## **1.4 Zen Practice**

1.4.1 Zen is a method of practice that makes it possible for us to realize the truth within us. Through the practice of Zen, we can learn to differentiate truth from falsehood. The goal of Zen is to realize our True Nature, our Buddha Nature - the Dharmakaya, the priceless gem. After understanding clearly what is false, we can realize what is true and right. Once we have realized the truth, we will no longer be attracted to the false, and no longer will we drift on the ocean of birth and death. After realizing the true self, we will be liberated, live in peace, and abide in the unborn and undying.

1.4.2 Chúng tôi xin dẫn chứng bài kệ của thiền sư Vạn Hạnh ở đầu nhà Lý:

Thân như điện ảnh hữu hoàn vô  
Vạn mộc xuân vinh thu hựu khô  
Nhậm vận thịnh suy vô bố úy  
Thịnh suy như lộ thảo đầu phô.

*(Thân như bóng chớp có rồi không  
Cây cỏ xuân tươi, thu nhuốm hồng  
Mặc cuộc thịnh suy, đừng sợ hãi  
Thịnh suy như cỏ hạt sương đông.)*

1.4.3 Nhìn về thân thì thân này như bóng, như chớp, không thật, có đó rồi mất đó. Cũng như cây cối bên ngoài, mùa xuân tươi tốt, mùa thu héo tàn. Thế thì thân, cảnh và cuộc đời mặc nó trôi qua. Hoặc suy hoặc thịnh, hoặc tốt hoặc xấu (trong) cuộc đời là giả tạm có gì đâu sợ hãi, như hạt sương đọng ở đầu ngọn cỏ. Hiểu như vậy, thấy như vậy là đúng tinh thần Thiền.

1.4.4 Thiền sư Viên Chiếu giữa đời Lý cũng có bài kệ tương tự như sau:

Thân như tường bích dĩ đời thì  
Cử thể thông thông thực bất bi,  
Nhược đạt tâm không vô sắc tướng  
Sắc không ẩn hiển nhậm suy đi.

1.4.2 We would like to offer you some gathas to illustrate these truths. The first one is by Zen Master Van Hanh who lived in the early Ly Dynasty:

*This body, like lightning, appears, then disappears.  
Plants and trees are fresh in the Spring, wither in the Fall.*

*Accept growth and decay without fear.*

*All things are like dewdrops on a blade of grass.*

1.4.3 Consider the body. It is only a shadow, an image, an illusion. It's here one moment and gone the next, like the foliage of trees whose life cycle follows the four seasons. Let your body, your surroundings, and your life flow like driftwood. The ups and downs, the good and the bad that we encounter throughout our life are as impermanent as the morning dew. If we live thus, we shall feel no fear. That is the spirit of Zen.

1.4.4 Zen Master Viên Chiếu in the Ly Dynasty left the following gatha:

*This body is like a shaking, old wall.*

*Worldly people are all worried about it.*

*If they could attain the empty and no-form mind,*

*When form and emptiness appear or disappear,*

*People would let them take their turn, without fear.*



*(Thân như tường vách đã lung lay  
Đau đầu người đời luống xót thay  
Nếu đạt tâm không, không tướng sắc  
Sắc không ẩn hiện mặc vẫn xoay.)*

1.4.5 Thân người như tường vách, đã tới lúc suy sụp thì cả thế gian người đời ai ai cũng đều lo sầu thảm não. Nếu đến chỗ tâm vọng tưởng đã lặng thì không còn sắc tướng nữa. Chừng đó hoặc sắc hoặc không mặc nó ẩn hiện, có gì là lo buồn.

1.4.6 Chúng ta thấy rõ thiền sư nào cũng thấy thân này là giả dối, tạm bợ, không có chân thật. Hiểu như vậy, thấy như vậy rồi, đối với cuộc đời, đối với sự sống, các ngài an lành tự tại. Khi sống với thân này thì không chấp vào nó, khi thân này sắp hoại thì cười chơi, chớ không than khóc. Tại sao khi thân sắp hoại lại than khóc? Vì sợ nó mất. Thân đã là giả thì mất đâu có quan trọng gì. Thân như bóng như bọt, có gì quan trọng đâu! Vì vậy chúng ta sống không khổ vì thân, chết cũng không bị thân làm khổ. Như thế không phải tự do tự tại là gì?

\*

1.4.5 The content of the poem reflects the philosophy of Zen in that it compares the human body to the wall of a structure. When the wall collapses, the whole structure crumbles; that is the reason why people are sad and worried. If we could maintain a calm mind, we would no longer worry about form and shape. Then we would not care whether things come or go, appear or disappear.

1.4.6 Zen masters focus their teachings on emptiness. They see clearly that this body is impermanent and not self. With such wisdom, they simply live in peace and contentment. When this body is in good condition, they don't become attached to it; when it deteriorates, they smile at it without tears. Why do we cry when we're about to die? Because we fear the loss of our body. If the body is not our true self, why should we mourn its loss? If our physical body is only an image, a bubble, why do we give it such importance? If we do not give it such importance, while we are living we will not suffer. And when we are dying, we also will not suffer. This is liberation.

\*

## 2. VÀO CỬA KHÔNG

### 2.1 Tâm Thiền

Cửa thiền là cửa Không. Vào được cửa Không tức là vào nhà thiền. Nhưng "Không" cái gì và làm sao để nó "Không"?

2.1.1 Như tất cả chúng ta đã biết, sở dĩ luân hồi sanh tử là tại nghiệp. Do nghiệp nên chúng ta bị dẫn đi trong lục đạo, nghiệp là động cơ đã lôi chúng sanh vào vòng luân hồi. Nhưng nghiệp đó phát xuất từ đâu? Chắc không ai nghi ngờ nghiệp gồm có thân nghiệp, khẩu nghiệp và ý nghiệp. Như vậy ai dẫn chúng ta đi trong luân hồi?

Chính chúng ta chủ động trong việc luân hồi do thân, khẩu, ý của mình. Nhưng trong ba nghiệp thân miệng và ý, cái nào là chủ? Ai cũng biết ý là chủ, vì ý nghĩ thiện thì miệng mới nói điều lành, thân mới làm điều lành, ý nghĩ ác thì miệng nói lời ác, thân làm việc ác. Do đó khi chúng ta tụng kinh, muốn đầy đủ công đức thì phải làm sao? Tức ý phải định, phải chú tâm, phải lạng vọng tưởng. Thiền định là một phương pháp để cho tâm mình an định.

## 2. ENTERING THE GATE OF EMPTINESS

### 2.1 Zen Mind.

The Zen gate is the Gate of Emptiness. When we enter the Gate of Emptiness, we enter the Zen house. Yet, what is Emptiness and how do we realize Emptiness?

2.1.1 We are well aware that the cause of Samsara (the cycle of birth and death) is Karma. Depending on the type of Karma accumulated during our lifetime, we will be reborn in one of the six realms of existence. Where does karmic consequence come from? There is no doubt that it derives from the three actions: speech, deeds, and thoughts. What causes us to be reborn into Samsara, the cycle of birth and death?

We are responsible for our own Karma. Our speech, our deeds, and our thoughts are the causes of our rebirth. Which one of these three actions plays the leading role? We all know it is our thoughts. If we think good thoughts, we will say good things and do good deeds, and good karma will prevail. Our negative deeds and thoughts will produce negative Karma. When reciting the sutras, if we want to earn good merits, we must focus on the sutras, our mind unperturbed and calm. Zen is a method of pacifying one's mind.

Tâm an định tức là nhiếp tâm. Nhiếp tâm bằng cách nào để được "vào cửa Không"?

2.1.2 Ngày xưa Tổ Hoài Nhượng ở núi Nam Nhạc. Một hôm, nhân đi dạo Tổ Hoài Nhượng thấy một vị tăng (Mã Tổ Đạo Nhất) ngồi thiền hết sức nghiêm chỉnh, ngồi từ sáng đến trưa, từ trưa đến chiều.

Một hôm Ngài lên tiếng. Vị tăng đang tọa thiền nhìn thấy Ngài.

Ngài liền hỏi: "Ông ngồi thiền mong làm gì?"

Vị tăng thưa: "Con ngồi thiền mong làm Phật."

Ngài trở về không nói gì. Đến hôm sau cũng vào giờ đó, thấy vị tăng ngồi thiền, Tổ đem một hòn gạch đến tảng đá gần bên và mài.

Vị tăng thấy lạ, hỏi: "Hòa thượng mài gạch để làm gì?"

Ngài trả lời: "Ta mài gạch để làm gương."

Vị tăng lắc đầu: "Vô lý làm sao! Gạch làm sao mài thành gương được?"

When the mind is pacified, it is unperturbed, and we attain one-pointedness of mind. How do we focus our mind in order to enter the gate of emptiness?

2.1.2 While Zen master Huai-jang of Mount Nan-yueh made his daily stroll, he came across a monk, Mat-su Tao-I, who had been sitting still in the same place everyday and all day long.

One day, Master Huai-jang cleared his throat to make a sound. Mat-su opened his eyes and saw the Master.

The Master Huai-jang asked, "Why are you sitting in meditation?"

Mat-su replied, "I am meditating to become enlightened like the Buddha."

The Master walked back into his quarters without saying anything. The next day, he brought a piece of brick and settled by a big rock near the monk and started to polish the brick.

Mat-su asked, "Why are you polishing the brick?"

The Zen master responded, "I want to make a mirror out of it."

Mat-su said, "That makes no sense. How can you make a mirror out of a piece of brick?"

Ngài trả lời: "Nếu gạch mà không làm gương được thì người ngồi thiền làm sao thành Phật được. Nếu người nói ngồi là thiền thì người đã hại thiền, ngồi là Phật là người đã giết Phật..."<sup>5</sup>

2.1.3 Thường thường chúng ta nghe nói Giới Định Tuệ. Sự thật thiền là một phương pháp gìn giữ cả định và tuệ đồng thời. Mọi hành động trong mọi thời gian đều là tu, đi đứng nằm ngồi đều sống với định tuệ: đốn củi, hái rau, thổi cơm, gánh nước cũng là thiền, như vậy mới là biết tu thiền. Đợi tới ngồi ngay thẳng mới là tu thiền thì một ngày chỉ tu một giờ hai giờ, còn mười giờ kia làm gì? Biết tu thiền thì suốt mười hai giờ đều là giờ của mình tu.

2.1.4 Trở lại câu chuyện trên, vị tăng ngồi thiền Mã Tổ Đạo Nhất, là một thiền sư nổi tiếng ở Trung Hoa. Ngài thắc mắc câu trả lời của Tổ Hoài Nhượng nên hỏi: "Thưa Ngài, thế thì làm sao mới đúng?"

---

<sup>5</sup> Thân ngồi không thể là Phật được, chỉ là ảo tưởng về Phật.

The Zen Master Huai-jang replied, "Well, if the brick can not be polished into a mirror, how can you just sit there and become a Buddha? If you think that sitting in meditation is the true Zen, you really destroy the meaning of Zen; and if you think sitting will make you become a Buddha, you have 'killed the Buddha!'"<sup>6</sup>

2.1.3 We often hear the terms Precepts, Concentration, and Wisdom. Zen is simply a method of maintaining both wisdom and concentration at the same time. (Sitting in meditation is not the only way to attain wisdom and concentration). We can also attain concentration and wisdom through any action at any time. While we are cutting logs, gathering vegetables, cooking or carrying water we can practice Zen. If we wait until we sit down and compose ourselves to practice meditation for a couple of hours, then what happens to the remaining hours of our day? We should practice Zen all day and every day.

2.1.4 Let's return to the story of the sitting monk, Mat-su Tao-I. After hearing the comments of the Zen Master Huai-jang, he asked, "Master, then what is the right way to practice?"

---

<sup>6</sup> The posture of the body cannot be Buddha, it is an allusion of Buddha.

Tổ trả lời: "Ví như con trâu kéo xe, nếu chiếc xe không đi, đánh trâu là phải hay đánh xe là phải?"

## 2.2 An Tâm

Làm sao dẹp cái chủ động (tạo nghiệp) đó?

2.2.1 Tổ Bồ-đề-đạt-ma sang Trung Quốc chín năm ngồi quay mặt vào vách ở Thiếu Lâm<sup>7</sup>. Sau này có ngài Thần Quang đến hỏi đạo. [Thần Quang] được thu nhận làm đồ đệ, và được đổi tên là Huệ Khả. Khi xưa chính Tổ Huệ Khả ngồi thiền quên ăn quên ngủ mà tâm vẫn không an.

---

<sup>7</sup> Tọa thiền chỉ mới là tư thế thù thắng nhất để điều tâm. Yếu tố quyết định kết quả thiền định, tức là tỉnh giác hoặc trí tuệ, là tâm. Tổ Đạt-ma đã giác ngộ, tổ tọa thiền để đào sâu sở ngộ của ngài. Trong khi Mã Tổ và Huệ Khả lúc bấy giờ chưa giác ngộ, nên trường hợp tọa thiền của hai ngài khác với tổ Đạt-ma.

The Zen Master replied, "Well, for instance, an ox pulls a cart. If the cart does not move, should the farmer beat the cart or the ox.

## 2.2 Pacifying the Mind

How can we eliminate the principal cause of karmic consequence (our "thoughts" or mind)? [To explain how, I will recount the story of Bodhidharma and Shen-kuang.]

2.2.1 After the Zen Master Bodhidharma came to China, he lived for nine years in a cave on Shao Lin Mountain, and all during that time he sat in meditation<sup>8</sup> facing a wall of the cave. One day, Shen-kuang come to the cave to ask Bodhidharma's instructions. He was given the name Hui-k'o when he became Bodhidharma's disciple (and later became the second Zen Patriarch in China). Shen-Kuang had spent many years in meditation, depriving himself of food and sleep, but he still had not pacified his mind.

---

<sup>8</sup> Sitting is only the most effective posture for meditation practice in order to harmonize our body. The factor which decides the result of the meditation, that is the awareness or the wisdom, is the mind. Bodhidharma is enlightened, his sitting meditation is to make his enlightenment deeper. The sitting meditation in the case of Mat-su and Hui-k'o who were not enlightened, is not the same as Bodhidharma.

Vì vậy khi được thu làm đồ đệ, câu hỏi đầu tiên và có thể là quan trọng nhất của đời Ngài là câu xin "Phương pháp an tâm".

Tổ Bồ-đề-đạt-ma trả lời: "Đem tâm ra ta an cho".

Ngài trả lời: "Bạch Hòa thượng, con tìm tâm không được."

Tổ Bồ-đề-đạt-ma chỉ nói một câu nhẹ: "Ta đã an tâm cho ngươi rồi."

Liền đó Tổ Huệ Khả ngộ được phương pháp an tâm.

2.2.2 Ngay chính Tổ Huệ Khả cũng cho cái suy nghĩ là tâm của mình. Nếu biết rõ vọng tưởng không phải là tâm của mình thật, chỉ là bóng dáng của sáu trần thì nó hết khả năng lôi cuốn mình.

Theo Duy Thức Học, những vọng tưởng dấy lên gọi là "lạc tạ ảnh tử", tức bóng dáng của sáu trần rơi rớt lại trong tàng thức của mình. Nếu biết rõ những vọng tưởng là giấc, không phải là mình thì khi chúng vừa dấy lên, chúng ta nhất quyết từ chối không theo, các vọng tưởng ấy tự nó hết. Đó là một lối tu hết sức đơn giản không khổ nhọc gì, chỉ cần nhận đúng như vậy là đã biết tu thiền rồi.

Therefore, when he first met Bodhidharma, he asked, "Venerable, my mind is not at peace. Would you please teach me how to calm my mind, to liberate it from all defilements?"

Bodhidharma replied, "Bring your mind to me, and I shall pacify it for you."

Shen-kuang exclaimed, "I cannot find my mind." Bodhidharma simply said, "I have just pacified your mind for you."

At that moment, Shen-kuang was enlightened. He learned how to pacify his own mind.

2.2.2 Hui-k'o himself believed that his thoughts were his mind. If we understand that our thoughts are not our true mind, but simply the images of the six sense objects, we will no longer be disturbed by our thoughts.

In the Only Consciousness School, our thoughts are called "memory images of the sense objects", these images are retained in our store consciousness. If we recognize that our ordinary mind has only these false thoughts and emotions, and that they are our "enemies", then we can let them go as soon as they appear. The simplest way of practicing meditation is to keep your mind clear of all thoughts.

2.2.3 Như thế, chúng ta muốn vào cửa thiền phải thấy rõ tâm vọng tưởng không thật, ba thời đều không thật, chỉ là bóng dáng giả dối. Đến trần cảnh bên ngoài là thật có hay là không? Ví như cái bàn ở trước mặt chúng ta là có hay là không? Với con mắt phàm tục thì cái bàn là thật có. Nhưng với con mắt trí tuệ Bát-nhã thì cái bàn thể tánh là không, do duyên hợp giả có.

## **2.3 Ba Bài Kinh về Lý KHÔNG**

2.3.1 Trong bài Bát-nhã Tâm Kinh có câu "Quán Tự Tại Bồ-tát hành thâm Bát-nhã ba-la-mật-đa thời, chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhất thiết khổ ách". Nghĩa là Bồ-tát Quán Tự Tại khi thực hành sâu trí tuệ Bát-nhã, Ngài soi thấy thân năm uẩn này tự tánh là không thì qua hết khổ nạn. Nếu thấy thân năm uẩn là thật thì khi bị nhục mạ, chúng ta sẽ đau khổ. Nếu thấy thân năm uẩn là không thật, thì còn gì khổ nạn. Ứng dụng trí tuệ Bát-nhã vào việc tu hành mới độ được mình, độ được người và tất cả chúng sanh. Kinh Bát-nhã nói "Sắc tức là không". Ngay nơi tánh không, nhờ duyên hợp giả có sự vật, nên kinh nói "Không tức là sắc".

2.2.3 In order to enter the Zen gate, we must be aware that our thoughts and emotions are not real. As they arise, we should release them. We must acknowledge the fact that the past, the present, and the future are nothing but illusions. Let's look at our environment and things around us. Are they real? Is this table real? To our eyes it seems real. However, when perceived by the Prajna eyes (the eyes of wisdom), it becomes evident that the table is formed by conditioned causes. Its nature is therefore empty.

## **2.3 Three Sutras on Emptiness**

2.3.1 In the Heart Sutra, the first sentence states, "Avalokitesvara Bodhisattva, when practicing deeply the Prajna Paramita, realized that all five skandhas are empty; thus he overcame all suffering." If we assume that the five skandhas (or the five aggregates - form, feeling, perception, mental formation (volition), and consciousness) are real, we will suffer when we are criticized. But if we recognize that the five skandhas are empty, there is no suffering at all. Thus, when applying the Heart Sutra to our daily life, we will be able to save ourselves, other people, and all sentient beings. The Heart Sutra states that "Form is Emptiness." Although phenomena are empty, they are temporarily formed by conditioned causes.

Đó là lý chữ "Không" trong Bát-nhã, không phải cái không trống rỗng. Thế nên trí tuệ Bát-nhã rất là cần thiết để vào cửa thiên, vào nhà đạo.

2.3.2 Trong kinh Pháp Hoa đức Phật nói "Vào nhà từ bi, mặc áo nhẫn nhục, ngồi tòa nhất thiết pháp không". Tòa nhất thiết pháp không là chỗ ngồi vững chắc nhất của đức Phật.

2.3.3 Trong kinh Kim Cang Bát-nhã, khi Bồ-tát làm việc bố thí ba-la-mật, tức là bố thí cứu kính, thì phải tam luân không tịch, nghĩa là ba phần rỗng lạng.

Người bố thí, kẻ thọ thí và vật bố thí, cả ba thể tánh đều là không. Người bố thí (và nhận của bố thí) năm uẩn là không. Vật bố thí, do tứ đại duyên hợp, tánh là không. Hằng xét nét nhận định như vậy là bố thí ba-la-mật. Vì thế khi hành Lục độ Ba-la-mật: Bố thí, Trì giới, Nhẫn nhục, Tinh tấn, Thiền định và Trí tuệ, đều phải có trí tuệ Bát-nhã mới đến cứu kính, sự tu hành mới tiến lên dễ dàng được.

## 2.4 Lý Không Nhìn Theo Thiên

Thiền sư Duy Tín đời Tống nói rằng:

This is the real meaning of "Emptiness", as stated in the Heart Sutra. It does not mean voidness or nothingness. Thus realizing the meaning of the Heart Sutra is necessary if we are to enter the Way or the Zen Gate.

2.3.2 In the Lotus Sutra, the Buddha preached, "Enter the house of compassion, put on the robe of patience, and sit on the seat of Emptiness." This seat of Emptiness is the throne of Buddha, which is permanently indestructible.

2.3.3 In the Diamond Sutra, the Bodhisattva practices "dana paramita," the ultimate practice of giving, in which the giver, the receiver and the gift are all empty by nature.

The giver and the receiver are composed of five aggregates which are empty. The gift, which is composed of four elements, is also empty. Therefore, when cultivating the Six Paramitas (generosity, discipline, patience, diligence, meditation, and wisdom), we must always base our practice on Prajna Wisdom in order to attain the final goal of enlightenment.

## 2.4 Zen Teaching on Emptiness

The Zen Master Wei-hsin in the Sung dynasty explained his awakening as follows:



"Trước ba mươi năm tôi thấy núi sông là núi sông<sup>9</sup>, sau gặp thiện tri thức chỉ dạy, tôi thấy núi sông không phải núi sông<sup>10</sup>.

Và sau ba mươi năm tôi thấy núi sông là núi sông<sup>11</sup>."

Trước khi đến đây nghe giảng, quý vị thấy nhà là nhà, đường là đường, người là người, cái gì cũng thật hết. Đến khi nghe giảng giải, khéo dùng trí tuệ Bát-nhã thấy thân ngũ uẩn tánh là không, sự vật tánh là không, thì núi không thật là núi, sông không thật là sông. Đến ba mươi năm sau, cuối cùng đến chỗ tâm như cảnh như, thì thấy núi sông là núi sông.

Để kết luận bài giảng hôm nay, chúng tôi đọc bốn câu kệ của ông cư sĩ Bàn Uẩn:

Thập phương đồng tụ hội  
Cá cá học vô vi  
Thử thị tuyên Phật trường  
Tâm không cập đệ qui.

---

<sup>9</sup> Trước khi học Bát-nhã Tâm Kinh chúng ta thấy núi sông là thật có và thường hằng.

<sup>10</sup> Sau khi học Bát-nhã Tâm Kinh chúng ta nhận thấy thể tánh của núi sông là không.

<sup>11</sup> Sau khi thể hội tánh không của các pháp, chúng ta tiếp tục công phu và sau đó chúng ta nhận ra tính như thị của các pháp.

"Thirty years ago, I perceived that rivers are rivers, and mountains are mountains<sup>12</sup>. Then I met great teachers and realized that rivers and mountains were not rivers and mountains<sup>13</sup>.

Thirty years later, again I perceived that rivers are rivers, and mountains are mountains<sup>14</sup>." By the same token, before coming to this lecture, you perceived houses as houses, roads as roads, and people as people. Everything seemed real to you. Now you are able to realize that the five aggregates are empty, you will be able to realize that all phenomena are empty, and you realize that mountains are not mountains, and rivers are not rivers. It can take thirty years to fully attain the realization of the suchness of the mind and all phenomena. Only then can we perceive the mountains and rivers, as they are.

To conclude today's lecture, I would like to quote the following poem by layman P'ang-yun:

---

<sup>12</sup> Before studying the Prajna Paramita Sutra we perceive that rivers and mountains are real and permanent.

<sup>13</sup> After learning and practicing Prajna Paramita we realize that the true-nature of rivers and mountains is emptiness.

<sup>14</sup> After attaining the emptiness-nature of all phenomena we continue to practice and we will next realize the suchness of all phenomena.

*(Mười phương đồng tụ hội  
Mỗi mỗi học vô vi<sup>15</sup>  
Đây là trường thi Phật  
Tâm không thi đậu về.)*

\*

### 3. CHỈ ÔNG CHỦ

#### 3.1 Định Nghĩa Ông Chủ

Trong kinh Lăng Nghiêm đức Phật nói đến danh từ khách trần, Ngài giải thích như sau: "Như trong hư không, mỗi sáng khi mặt trời lên, chúng ta thấy những hạt bụi lửng lơ trong hư không. Hư không là chẳng động mà hạt bụi chuyển động, hư không là không sanh diệt mà hạt bụi là tướng sanh diệt. Hạt bụi là trần đối với hư không". Chử khách đức Phật nói rằng "Ví như có người khách đi đường, tạm nghỉ đêm nơi nhà trọ, sáng lại sửa soạn hành lý ra đi. Như vậy (giống như hạt bụi là trần) khách là người tạm có mặt rồi mất, (trong khi) ông chủ là người thường xuyên trong nhà. Chúng ta thấy rõ cái gì tạm có rồi mất gọi là khách, cái gì có mãi không mất gọi là chủ.

---

<sup>15</sup> Vô vi là làm tất cả việc mà không dính mắc.

*From the ten directions, we have gathered here  
To learn non-doing<sup>16</sup>.  
This place is a school to attain Buddhahood,  
Those who have realized the empty mind will  
graduate.*

\*

### 3. RECOGNIZING THE TRUE NATURE

#### 3.1 Definition of the True Nature

In the Surangama Sutra, the Buddha defined the terms "Guest" and "Dust" as follows, "In the space around us, every morning at sunrise, we can see many tiny grains of dust floating and dancing in the sunlight. Space is motionless while dust is always moving. Space has no birth or death; while dust has birth and death. Therefore, dust is an object in space. So is the word "Guest". According to the Buddha, for instance, a traveler rents a hotel room for the night and will leave there the next morning. Just like dust, the "Guest" comes and goes, while the Owner of the hotel remains there. Therefore, a "Guest" is impermanent, and an "Owner" is permanent.

---

<sup>16</sup> Non-doing is doing everything without attachment.

Ngoài tên Ông Chủ ra, đức Phật hay các Thiền sư còn dùng những tên khác như Phật tánh, Pháp thân, Như Lai tạng, Chân tâm, Trí tuệ Phật, Tri kiến Phật, Bản lai diện mục v.v... Ông Chủ này là thể hằng giác chưa bao giờ sanh diệt cho nên gọi là Trí tuệ Phật.

Ông Chủ này là cái thấy biết thường hằng của mọi chúng sanh nên gọi là Tri kiến Phật. Ông Chủ này là cái kho Như Lai nên gọi là Như Lai tạng. Ông Chủ này là cái tâm bất sanh bất diệt nên gọi là Chân tâm. Ông Chủ này là cái thể không bao giờ đổi thay cho nên gọi là Pháp thân. Ông Chủ này là bộ mặt thật sẵn có của tất cả mọi người cho nên gọi là Bản lai diện mục v.v... Do tùy chỗ đặt tên nên có rất nhiều tên để chỉ Ông Chủ.

### **3.2 Làm sao nhận ra Ông Chủ**

#### **3.2.1 Nhận Ra Ông Chủ Qua Sáu Căn**

Để chỉ thẳng Ông Chủ, chúng tôi xin dẫn kinh Lăng Nghiêm, đức Phật nói "Từ nhất tinh minh sinh lục hòa hợp", là từ một cái trong sáng sanh ra sáu cái hòa hợp. Ví dụ như có cái nhà nhỏ, trong nhà có một ngọn đèn néon đang cháy sáng. Nhà ấy có sáu cửa, mỗi cửa đều mở toang ra.

According to the Buddha, the word "Owner" can mean many different things, such as Buddha Nature, Buddha- Knowledge, Original Face, etc. This Owner is the ever-awaken, who is never born and never dies. Therefore, it is called Buddha Wisdom. This Owner has complete knowledge of all sentient beings which is called Buddha-Knowledge.

This Owner can store a supreme knowledge, so it is called the Tathagata Store. This Owner is the Mind that has neither births nor deaths, thus it is called the True Mind. This Owner is immutable, so is called the Dharmakaya. This Owner is the inherent nature (True Nature) of everyone, so it is called the Original Face. It has many names because the Buddha and Patriarchs named it depending upon the demands of different situations.

### **3.2 How to recognize the True Nature**

#### **3.2.1 Realizing the True Nature through our six sense organs**

In order to point out the True Nature, I am going to use a gatha from the Surangama Sutra to illustrate. It says that, "a wonderful bright light (wonderful wisdom) can produce six functioning units." Imagine that a little house has six wide open doors.

Ban đêm có người đứng ngoài tối muốn biết trong nhà có đèn hay không thì phải nhìn vào các cửa, nếu thấy ánh sáng từ các cửa phát ra là biết bên trong có ngọn đèn. Thật sự chúng ta chưa thấy được ngọn đèn, chỉ thấy được ánh sáng của ngọn đèn phát ra từ sáu cửa. Như vậy chủ yếu của kinh Lăng Nghiêm là đức Phật muốn chỉ chân tâm hay là Như Lai tạng đã có sẵn nơi mọi người chúng ta. Nơi mắt tai mũi lưỡi thân ý đều có mang ánh sáng của cái tinh minh đó, mà chúng ta không thấy.

### 3.2.2 Ông Chủ Không Lay Động

Đức Phật muốn chỉ cho Tôn giả A-nan và toàn chúng biết.

Ngài đưa tay lên xòe ra nắm lại, xòe ra nắm lại, hỏi A-nan: "Ông có thấy không?"

A-nan thưa: "Dạ thấy."

Phật hỏi: "Ông thấy cái gì?"

At night, when we stand outdoors (far away from the house) and wonder if this house has a light, we must look at the house's doors. If there are bright lights radiating out through those doors, we can tell that the house has a light. We have not actually seen the lightbulbs inside the house, but we have seen the radiance that beams through six doors. In the Surangama Sutra, the essential truth that the Buddha would like to demonstrate is the True Mind or the Tathagata Store, which is inherent in each of us. This True Mind or the Tathagata Store is the bulb of light in us, a wonderful wisdom. The six functioning units are our six sense organs: eye, ear, nose, tongue, body, and mind. In these sense organs, there are always beams of light, but we do not realize or see them in the right way.

### 3.2.2 The True Nature is immovable

To demonstrate the True Nature to Ananda and the holy Sangha Assembly, the Buddha raised his hand with his fingers spreading out, then slowly folded them to form a fist, and repeated the action.

He then asked Ananda, "Did you see it?"

"Yes, Master." Ananda replied.

"What did you see?" The Buddha asked.

A-nan thưa: "Con thấy tay Thế Tôn đưa lên xòe ra nắm lại."

Phật hỏi: "Như vậy tay ta động hay cái thấy của ông động?"

A-nan trả lời: "Tay của Phật động, cái thấy của con không có tịnh hưởng nữa là động".

Sau ví dụ xòe nắm tay, đức Phật lại dùng hào quang phóng qua bên trái ngài A-nan, Ngài xoay đầu ngó qua bên trái, Phật phóng hào quang bên mặt ngài A-nan, Ngài xoay đầu ngó qua bên mặt. Phật hỏi A-nan: "Tại sao cái đầu của ông hôm nay lay động vậy?"

Ngài A-nan thưa: "Con nhìn hào quang của Phật phóng qua bên trái, bên phải con, nên đầu con xoay qua xoay lại."

Phật hỏi: "Như vậy cái đầu của ông lay động hay cái thấy của ông lay động?"

Ngài A-nan thưa: "Cái đầu của con lay động, cái thấy của con không lay động."

Cái đầu tượng trưng cho thân, thân mình là cái động, vì động nên sanh diệt. Cái thấy là cái không động, không động nên không sanh diệt.

Ananda answered, "I saw that you raised up your hand with your fingers spreading out then folded those fingers into a fist."

The Buddha asked, "Then, did my hand move or your seeing move?"

Ananda answered, "Your hand moved. My seeing was not calm much less active."

After testing Ananda with a hand, the Buddha used his halo to radiate to the left side of Ananda. Ananda turned his head to the left. Then in the same motion, the Buddha's halo radiated to the right side of Ananda. This time, Ananda turned his head to the right. The Buddha then asked:

"Why was your head moving?"

Ananda responded, "I was following the halo rays."

"Then, was your head or your seeing moving?" The Buddha asked.

Ananda replied, "My head was moving. My seeing remained still."

Again, a head represents our physical body, and it can be active. However, our Seeing is tranquil and immovable.

### 3.3 Nhận Ra Ông Chủ Qua Tánh Thấy

Vua Ba-tư-nặc nghe Phật nói mình có cái chưa từng sanh chưa từng diệt, ông nghi nên hỏi Phật: "Tôi nghe chúng ngoại đạo nói chết rồi là hết, tại sao Phật lại nói ngay thân này có cái chưa từng sanh chưa từng diệt?"

Phật hỏi: "thân ông hiện nay là thân sanh diệt hay không sanh diệt?"

Ông thưa: "Thân tôi là thân hoại diệt."

Phật hỏi: "Ông chưa hoại diệt sao ông nói thân ông hoại diệt?"

Vua Ba-tư-nặc thưa: "Thân tôi tuy chưa hoại diệt nhưng tôi tự biết thân này hoại diệt từ từ. Khi tôi mười tuổi cho đến hai mươi tuổi thì đổi khác rồi, cho đến hiện giờ tôi đã trên sáu mươi tuổi, nó đã già hơn hồi bốn mươi, năm mươi tuổi rất nhiều."

Phật hỏi: "Ngay nơi thân hoại diệt đó ông có thấy cái gì chưa từng hoại diệt chẳng?"

Vua Ba-tư-nặc thưa: "Không thấy."

Phật hỏi: "Nhà vua hồi mấy tuổi thấy được sông Hằng?"

### 3.3 Realizing the True Nature through the Seeing

After hearing the Buddha's comment that we all possess the no-birth and imperishable one, the King Pasenadi asked, "The heretics said that our life ends after we die. Now why do you state that this body possesses the no-birth and imperishable one?"

The Buddha then asked, "Is your body perishable or not?"

The King responded, "It is perishable."

The Buddha said, "You are still here, why do you say your body is perishable?"

The King replied, "Eventhough my body has not yet perished, I know that it is gradually dying. It is deteriorating over the years. My body at sixty is totally different with my body when I was ten years old."

The Buddha asked, "Then, right in this perishable body, have you ever recognized the one that is never destroyed?"

The King answered, "No, I have not."

The Buddha then asked, "How old were you when you first saw the Ganges river?"

Vua thưa: "Khi tôi ba tuổi, được mẹ bồng đi yết kiến thần Kỳ-bà-thiên, đã đi qua sông Hằng, và đã thấy được sông Hằng."

Phật hỏi: "Khi ba tuổi thấy sông Hằng, đến khi mười tuổi, hai mươi tuổi thấy sông Hằng, cái thấy có đổi khác không?"

Vua thưa: "Cái thấy không có đổi khác."

Phật hỏi: "Từ hai mươi tuổi đến ba mươi, bốn mươi tuổi ông thấy sông Hằng, cái thấy có đổi khác không?"

Vua thưa: "Cái thấy không có đổi, cho đến hiện giờ tôi sáu mươi mấy tuổi, cái thấy vẫn như xưa không đổi."

Phật nói: "Ông lo thân ông bị hoại diệt, ngay nơi thân ông có cái chưa bao giờ đổi thay. Cái gì có đổi thay thì cái đó bị hoại diệt. Cái chưa từng đổi thay tại sao lo rằng nó bị hoại diệt, mà ông còn tin rằng thân này chết rồi là hết?"

Như thế chúng ta thấy rõ cái tánh thấy sẵn có nơi mình, cái tánh thấy ấy không trẻ không già.

### **3.4 Nhận Ra Ông Chủ Qua Tánh Nghe**

Đến giai đoạn thứ ba đức Phật chỉ Ông Chủ qua tánh nghe thường trụ.

The King said, "I first saw it when I was three years old. On my visit to Ky Ba Thien Temple with my Mother, we rode across the Ganges river."

The Buddha said, "Did your Seeing of the Ganges river at the age of three differ with the Seeing of the Ganges river at the age of ten, twenty?"

The King responded, "The Seeing did not change."

The Buddha asked, "What about when you were at the age of twenty, thirty, and forty?"

The King replied, "The Seeing has never change, even now that I am sixty years old."

The Buddha concluded that You are concerned about this deteriorating body, but within your physical body, there is an existence that has never changed and aged. That which changes will obviously perish. Why are you worried that one that never changes will perish? You also believe that our life will end after we die."

Now, do you understand clearly the Seeing nature inherent in each of us? It never ages.

### **3.4 Realizing the True Nature through the permanent Hearing**

The Buddha demonstrated the True Nature through the permanent Hearing.

Phật bảo ngài La-hầu-la đánh một tiếng chuông "boong", rồi hỏi ông A-nan và đại chúng: "Các ông có nghe không?"

Đại chúng trả lời: "Có nghe."

Khi tiếng chuông lặng dứt, Phật hỏi: "Có nghe không?"

Ông A-nan và đại chúng đều đáp: "Không nghe."

Phật lại hỏi: "Tại sao gọi là nghe, tại sao gọi là không?"

Ngài A-nan và đại chúng thưa: "Khi đánh chuông, âm ba vang ra gọi là nghe, khi âm ba bật hết gọi là không nghe."

Đức Phật lại bảo ngài La-hầu-la đánh một tiếng chuông nữa rồi hỏi ông A-nan: "Có tiếng không?"

Ông A-nan và đại chúng đáp: "Có tiếng."

Giây lâu tiếng chuông im bật, Phật hỏi: "Có tiếng không?"

Ông A-nan và đại chúng đều đáp: "Không tiếng."

Phật lại hỏi: "Tại sao gọi là có tiếng, tại sao gọi là không tiếng?"

Ông A-nan và đại chúng đều thưa: "Khi đánh chuông âm ba vang ra gọi là có tiếng, khi âm ba lặng đi gọi là không tiếng."

He instructed Rahula to strike a bell once, then he asked Ananda and the Sangha Assembly, "Did all of you hear that?"

Everyone replied, "Yes."

When the sound ended, the Buddha asked, "What about now? Are you still hearing?"

Everyone answered, "No. We did not hear."

The Buddha asked again, "How could you hear it and now not hear it?"

Ananda explained, "When a bell was struck, its sound vibrated causing us to hear the sound. When the sound stopped, we could not hear it."

The Buddha asked Rahula to strike a bell again and asked, "Is there a sound?"

Everyone responded, "Yes."

When the sound ceased, the Buddha asked, "Is there a sound now?"

Everyone replied, "No, there is no sound."

The Buddha asked again, "How do we recognize sound and no sound?"

The assembly replied, "The sound presented when we struck a bell, and when we did not strike it, a sound ceased."



Đức Phật hỏi: "Tại sao hôm nay các ông điên đảo lắm vậy?"

Nếu chúng ta trả lời các câu hỏi của Phật như ngài A-nan và đại chúng, thì tất cả chúng ta đều điên đảo mà không hay biết. Vì sao? Vì tiếng thuộc về thanh trần tức là âm ba bên ngoài, còn nghe là cái hay nghe nơi mình, của chính mình. Tiếng và cái nghe, chúng ta đồng hóa là một, phải điên đảo là gì? Chúng ta hằng ngày sống trong điên đảo. Tiếng là cái sanh diệt, cái nghe thì khi có tiếng có nghe, không tiếng vẫn có nghe,(tức không thay đổi).

### 3.5 Phản Quan Tự Kỷ Bỏ Phận Sự<sup>17</sup>

Như ở trên tôi đã ví dụ, trong căn nhà, có một ngọn đèn néon thấp sáng, ánh sáng xuyên qua các cửa. Nếu nhìn ánh sáng xuyên qua các cửa, chúng ta thấy có ánh sáng hình vuông to, hình vuông nhỏ, có ánh sáng hình dài, có ánh sáng hình tròn v.v... khác nhau. Rõ ràng chúng ta thấy ánh sáng không khác, mà có khác là do từ các cửa. Nếu đứng ngay tại cửa mà xây mặt nhìn ra ngoài thì chúng ta thấy tất cả sự vật bên ngoài, không bao giờ thấy được ngọn đèn.

---

<sup>17</sup> Thay vì chỉ nhìn bên ngoài và dính mắc trần cảnh, chúng ta quay lại (Phản quan) rõ biết những vận hành của tâm thức. Đó là phận sự căn bản của người tu.

The Buddha scolded, "Why are all of you foolish today?"

If we gave the same answers to the Buddha's questions, we would also be reprimanded. Why? Again, a bell's sound is an outer existence, which is the object of hearing. However, Hearing is our own possession. It is permanent. Here, we incorporated a sound and a hearing into one function. Is that crazy? Everyday, we live with an up-side-down mind. A sound comes and goes, while a hearing is permanent. When there is a sound or not, our hearing capacity remains the same.

### 3.5 Reversing our gaze away from externals and looking inside ourself is our principal duty<sup>18</sup>

Let's return to the example of the light and the six doors of the little house. Do the shadows change shape because of the light or the doors? We recognize that the light is unchanged and that the doors create the different shapes of the shadows. If we stand inside the house looking outward through the doors, we can see the outdoor areas, but we cannot see the light behind us.

---

<sup>18</sup> Instead of being focused on externals, and being attached to the six sens objects, we turn our observation inward to become aware of the activities of our mind. This is our principal duty in order to become Buddha.

Nếu chịu khó xây mặt trở vào thì chúng ta không còn thấy cảnh vật ở ngoài nữa mà chúng ta thấy ngọn đèn.

Cho nên Điều Ngự Giác Hoàng tức là vua Trần Nhân Tông, Tổ thứ nhất của phái Trúc Lâm, khi đồ đệ là Pháp Loa hỏi: "Yếu chỉ của sự tu hành là thế nào?" Ngài đáp: "Phản quan tự kỷ bỏn phận sự." Nghĩa là xoay nhìn lại chính mình, đó là phận sự gốc của người tu.

### 3.6 Kinh Điền Chỉ Ông Chủ

Trong kinh Lăng Nghiêm, không riêng đức Phật Thích-ca mà mười phương chư Phật đồng nói cho ngài A-nan và đại chúng nghe rằng "Chính sáu căn của các ông là gốc của sanh tử luân hồi, cũng chính sáu căn của các ông là gốc của Bồ-đề Niết-bàn". Cũng trong kinh Lăng Nghiêm có câu "Tri kiến lập tri tức vô minh bản, tri kiến vô kiến tư tức Niết-bàn", nghĩa là thấy biết mà lập thấy biết là gốc của vô minh.

Thấy biết mà không lập thấy biết, đây là Niết-bàn<sup>19</sup>.

---

<sup>19</sup> Nếu chỉ có kiến thức Phật học mà không thực tu, chúng ta không thể đạt trí tuệ hoặc Niết-bàn. Kiến thức có được lần đầu (tri kiến) qua nghe Phật pháp hoặc đọc sách Phật (Văn), sau đó nhờ suy nghĩ (Tư). Chúng ta thường lầm lẫn cho "suy nghĩ" là chứng ngộ. Chỉ có Tu chúng ta mới có thể chứng đạt trí tuệ hoặc Niết-bàn.

Now, if we turn around and look into the house, we will no longer see the outdoor areas and we will be able to see the light within the house.

Therefore, when asked by his disciple Phap Loa (Dharma Drum) about the most essential element of self-cultivation, the king Tran Nhan Tong, the first patriarch of the Vietnamese Bamboo Forest Zen School, replied, "Reversing your gaze away from externals and looking inside yourself is your principal duty."

### 3.6 The Sutras pointing to the True Nature

In the Surangama Sutra, the Buddha Sakya Muni and all other Buddhas of the ten directions advised Ananda and the disciples that, "Your six sense organs are the roots of Samsara. They are also the roots of Nirvana." The sutra further states "We first acquire primary knowledge and on this basis acquire more and more knowledge. This is the root of ignorance.

If in the other hand we first acquire primary knowledge and on this basis do not acquire more and more knowledge, this is Nirvana.<sup>20</sup>"

---

<sup>20</sup> If we have knowledge without practice, we cannot attain wisdom or Nirvana. Knowledge is gained first through hearing or reading, and secondally by thinking. People often mistake "thinking" for realization. Only through Practice can we attain realization of wisdom or Nirvana.

Bởi chấp cái phân biệt<sup>21</sup> cảnh vật ấy nên gọi là "tri kiến lập tri", đó là nguồn gốc của vô minh, tức là quên mình chạy theo cảnh. Khi chúng ta vẫn thấy, vẫn nghe, vẫn biết mà không phân biệt tốt xấu hay dở, không thêm một lớp vọng tưởng phân biệt, gọi là "tri kiến vô kiến", là gốc Bồ-đề Niết-bàn<sup>22</sup>.

Kinh Diệu Pháp Liên Hoa<sup>23</sup> nói "Chư Phật ra đời vì một đại sự nhân duyên, khai thị chúng sanh ngộ nhập Tri kiến Phật". Tri kiến Phật đó chính là Diệu Pháp. Phẩm chỉ Ông Chủ (trong kinh Pháp Hoa) là phẩm Hiện Bảo Tháp.

---

<sup>21</sup> Phân biệt có nghĩa không những chỉ thấy sự khác biệt giữa những hiện tượng mà còn phản ứng một cách chủ quan với những sai khác đó với cảm xúc, phán đoán và chọn lựa. Chúng ta phân biệt từ sự dính mắc vào trần cảnh và ảo tưởng về bản ngã.

<sup>22</sup> Cái thấy biết đầu tiên (tri kiến) có sai biệt nhưng chưa phân biệt. Sai biệt nghĩa là thấy biết sự vật sai khác, ví dụ như là màu đỏ khác màu vàng hoặc cây cối khác nhà cửa. Không có sự dính mắc và ngã chấp khi chúng ta thấy biết sai biệt, và chúng ta tỉnh giác rõ biết các hiện tượng như chúng đang là.

<sup>23</sup> Chữ "Pháp" có hai:

- "pháp" là những hiện tượng, muôn sự vật.
- "Pháp" là Phật Pháp do đức Phật thuyết giảng, còn gọi là Pháp bảo, Diệu Pháp, Thực Tại, Chân lý tối hậu.

Thus, discriminating<sup>24</sup>, and chasing after sense objects is the root of the deluded mind. Yet, if we are aware of all things outside of ourselves without discrimination, evaluation, deluded thinking or thoughts and after acquiring primary knowledge we don't acquire more and more knowledge we will attain the Bodhi mind or Nirvana<sup>25</sup>.

The Wonderful Dharma Lotus sutra<sup>26</sup> states: "All Buddhas appeared in the world with only one great purpose: To reveal the Buddha-knowledge (Buddha-nature); to explain its meaning; to cause all sentient beings to understand and realize it." In this sutra the most important chapter that focuses on the True Nature is Beholding the Precious Stupa.

---

<sup>24</sup> Discrimination means not only to perceive the difference between various phenomena but to react subjectively to these differences with emotions, judgments and preferences. Our discriminations arise from our attachments and our illusion of a personal self.

<sup>25</sup> Primary knowledge involves differentiation without discrimination. Differentiation means to perceive the objective differences between various phenomena, such as the difference between red and yellow or tree and house, for example. There is no attachment and no-self involved when we differentiate, and we are aware of phenomena as they are.

<sup>26</sup> There are two kinds of Dharma:

- "dharma" as phenomena (everything).
- "Dharma" as Buddhadharma, the Dharma taught by Buddha, which is also called the Second Jewel, Wonderful Dharma, Reality or Ultimate Truth.

Trong hội Pháp Hoa, các Bồ-tát và thánh chúng đang nghe kinh, bất thần có tháp báu ở dưới đất vọt lên và trụ giữa hư không. Trong tháp ấy vang ra tiếng nói của Phật Đa Bảo khen ngợi đức Thích-ca Mâu-ni.

Quý vị còn nhớ đoạn nói về “Vào nhà Như Lai, mặc áo Như Lai, ngồi toà Như Lai” chăng? Nhà Như Lai là lòng từ bi, áo Như Lai là hạnh nhu hòa nhẫn nhục, toà Như Lai là nhất thiết pháp không, tức là thấy tất cả pháp, tánh nó là không.

Như thế bảo tháp vọt lên lơ lửng trong hư không, tượng trưng cho tất cả pháp không<sup>27</sup>. Không dính với sáu trần cho nên mới thấy cái gốc của chính mình là Tri kiến Phật hay là Phật Đa Bảo ngay chính mình, không phải Phật Đa Bảo ở trong tháp báu kia. Phật Đa Bảo tượng trưng cho Pháp thân, cho Tri kiến Phật. Tháp làm bằng bảy báu là kim ngân, lưu ly, xa cừ, mã não v.v... chính là thân thất đại của chúng ta.

---

<sup>27</sup> “Tháp” tượng trưng cho các hiện tượng. “Đất” tượng trưng cho đất tâm từ đó mọi hiện tượng xuất hiện. “Hư không” tượng trưng cho tánh không của mọi sự vật.

While Buddha was teaching the Lotus Sutra to the assembly of the Bodhisattvas, suddenly a stupa of seven precious jewels sprung up from earth and hung in the air. From the stupa, the Buddha of Abundant Treasures spoke words of praise for Sakya Muni.

Do you remember the paragraph from the Lotus Sutra that highlighted the saying “Entering the Buddha’s home, clad in Buddha’s robe, and sitting on Buddha’s throne”? Buddha’s home symbolizes ultimate compassion; Buddha’s robe symbolizes humility and patience; and Buddha’s throne symbolizes the empty nature of all phenomena.

The stupa that rose from earth and floated in the sky symbolizes the Empty Nature of all phenomena<sup>28</sup>. When we are no longer attached to the six sense objects, we can realize our own root which is our own Buddha-knowledge or our own Buddha-Abundant-Treasures. The Buddha-Abundant-Treasures is our Dharma Body, and our Buddha-knowledge. The stupa built of Seven Jewels (gold, silver, lapis lazuli, crystal, agate, red pearl and carnelian) stands for the Seven Elements - earth, water, air, fire, space, sight and perception.

---

<sup>28</sup> The “stupa” symbolizes all phenomena; “earth” symbolizes our mind from which all phenomena arise; the “sky” symbolizes the empty nature of all phenomena.

Nơi chúng sanh mê lầm gọi là thất đại, khi chúng ta ngộ được Pháp thân rồi, gọi là thất bảo<sup>29</sup>. Trong các kinh, khi nói đến chỗ chân thật đều dùng các thứ báu (và hạt châu) để tượng trưng cái mình có sẵn, tức là Tri kiến Phật hay Pháp thân.

### 3.7 Thiền Sư Chỉ Ông Chủ

Các Thiền sư cũng thường nói đến của báu ấy.

Có vị Thiền sư đến hỏi Hòa thượng Thạch Cự, đệ tử của Mã Tổ: "Trong tay Bồ-tát Địa Tạng có hạt minh châu, đó là ý nghĩa gì?"

Ngài hỏi lại: "Trong tay ông có hạt minh châu không?"

Vị Thiền sư thưa: "Con không biết." Hòa thượng liền nói kệ:

Bất thức tự gia bảo    *(Báu nhà mình chẳng biết*  
Tùy tha nhận ngoại trần *Theo người nhận ngoại trần*  
Nhật trung đào ảnh chất    *Giữa trưa chạy trốn bóng*  
Cảnh lý thất đầu nhân.    *Kẻ nhìn gương mất đầu.)*

<sup>29</sup> Đây là biểu trưng sự chuyển hóa từ phàm phu thành Phật.

As long as we live in delusion there are Seven Elements. When we become enlightened, the Seven Elements become the Seven Jewels<sup>30</sup>. (In the sutras, the ultimate truth is often symbolized by jewels).

### 3.7 Zen Masters reveal the True Nature

Zen masters often refer to the True Nature as a jewel, as illustrated by the following story:

A Zen master said to Venerable Shih-chiu, a Mat-su disciple, "There is a jewel in the palm of Bodhisatva Ksitigarba. What does it signify?"

**Shih-chiu** replied, "Do you have a jewel in your hand?"

The Zen master replied, "I don't know". Immediately the Venerable composed the following poem:

*(Because) You don't know you have the treasure at home,  
You waste your time running after externals.  
It is like trying to run away from your own shadow,  
Or like the man who is frightened when not seeing his head's reflection in the mirror, after putting the mirror face down.*

<sup>30</sup> This is a metaphor for the transformation of an ordinary human being into a Buddha.

Trong Chứng Đạo Ca, Huyền Giác ở Vĩnh Gia nói:

Ma-ni châu nhân bất thức  
Nhu Lai tàng lý thân thâm đắc  
Lục ban thần dụng không bất không  
Nhất khóa viên quang sắc phi sắc.

(Ngọc ma-ni<sup>31</sup>, người chẳng biết?  
Nhu Lai kho<sup>32</sup> ấy thâm trọn hết  
Sáu ban thần dụng không chẳng không  
Một điểm viên quang<sup>33</sup> sắc chẳng sắc.)

Một thiền khách đến, ngài Pháp Đăng hỏi: "Đầu sào trăm trượng làm sao tiến được?" Thiền khách trả lời: "Câm." Ngài cứ khán câu đó hoài trong ba năm. Một hôm Ngài cưỡi ngựa đi qua cây cầu ván, ván mục, ngựa sụp chân té nhào, quăng Ngài rơi xuống cầu. Vừa rơi xuống Ngài liền ngộ, nói bài kệ:

Ngã hữu minh châu nhất khóa  
Cửu bị trần lao quang tỏa  
Kim triêu trần tận quang sanh  
Chiếu phá sơn hà vạn đóa.

<sup>31</sup> Hạt châu Ma-ni chỉ cho Phật tánh. Ma-ni có nghĩa màu nhiệm. Trong đạo Phật viên ngọc màu nhiệm vì giúp chúng ta lúc nào cũng sống với chân hạnh phúc.

<sup>32</sup> Kho Như Lai là thức thứ tám đã chuyển hóa sau khi giác ngộ. Kho này rỗng rang, không còn chứa chủng tử thiện lẫn ác.

<sup>33</sup> Chỉ cho Chân Tánh.

The Zen master Hsua-chueh from Yung-chia states:

*The Mani pearl<sup>34</sup> is unknown to people  
You can find it in the Tathagata Store<sup>35</sup>*

*The wonderful functions of six senses are both empty and not empty,*

*(And arise from) One perfect light<sup>36</sup> with form yet formless.*

The Zen monk Phap Dang asked a Zen guest, "How can you reach the top of a hundred-yard pole?" The Zen monk replied: "By just keeping silent". Phap Dang meditated on that statement for over three years. One day, he rode a horse across a wooden bridge. Part of the bridge gave away and Phap Dang and the horse were thrown off the bridge. At that moment Phap Dang became enlightened and composed the following poem:

*I have a precious gem<sup>37</sup>  
It was deeply buried within me for a long time  
Today I am completely cleansed,  
And I can now see the luster (of the jewel).*

<sup>34</sup> The Mani Pearl is the True Nature. "Mani" means the magic which grants wishes. In Buddhism, the magic pearl grants true happiness at all times.

<sup>35</sup> The Eighth consciousness transformed by enlightenment. It has neither bad nor good Karmic seeds. It is empty.

<sup>36</sup> True Nature.

<sup>37</sup> True Nature



*(Ta có một viên minh châu<sup>38</sup>  
Đã lâu bị bụi vùi sâu  
Hôm nay bụi sạch phát sáng  
Soi thấu núi sông muôn vật.)*

### 3.8 Chỉ Ông Chủ Qua Giai Thoại Thiền

Trong hội Phật nói kinh ở núi Linh Thứu, đức Phật lên tòa, tay cầm hoa sen đưa lên, cả chúng hội đều ngo ngác, chỉ có ngài Ca-diếp chum chim cười.

Phật bảo "Ta có chánh pháp nhãn tạng, Niết-bàn diệu tâm, thật tướng vô tướng, vi diệu pháp môn, nay phó chúc cho Ma-ha Ca-diếp v.v..."

Ngài nhìn thấy (hoa sen) rồi ngộ đạo, được truyền tâm ấn<sup>39</sup>. Trong nhà thiền gọi là "Kiến sắc minh tâm", thấy sắc mà ngộ được tâm của mình.

Đức Phật đưa cành hoa sen, không phải để nói về hoa sen, nhân nhìn thấy hoa sen biết được mình có cái chưa bao giờ sanh diệt. Ngài Ca-diếp mỉm cười, biết được ý Phật, nên nhận tâm pháp của Phật truyền trao.

---

<sup>38</sup> Chỉ cho Chân Tánh

<sup>39</sup> Khi đệ tử ngộ, được thầy "ấn chứng". Dấu ấn này có nghĩa là tâm của đệ tử bây giờ y hết tâm của thầy. Như thể hình ảnh đóng dấu lúc nào cũng y hết hình ảnh khắc trên con dấu. Cho dù như thế, "trò vẫn kém thầy nửa đức".

*It illuminates rivers and mountains all over the world.*

### 3.8 Recognizing the True Nature through Zen anecdotes.

On the Ling-shan mountain (Vulture Peak), the Buddha ascended his Dharma throne and held up a single lotus flower before all his disciples. No one understood his gesture except Maha Kassapya who smiled serenely.

Immediately the Buddha said: "I have the True Dharma Eyes Store, Nirvana True Mind, and True Form without Form. I now transmit them to Maha Kassapya." This was heart-to-heart transmission. In the Zen tradition we say, "Seeing the form, the True Mind is revealed".

The Buddha had no intention of talking about the flower when he showed it to everyone. As he observed the flower, Maha Kassapya realized that he had within himself something unborn and imperishable, and he smiled. He communicated with the Buddha's mind, and received the mind-seal<sup>40</sup> from the Buddha.

---

<sup>40</sup> When a student becomes enlightened, he receives the "mind-seal" from his master. This means that his mind is now identical to his master's mind. The image produced by the stamping of a seal is always the same as the image engraved on the seal. Although the student's mind is now identical to his master's mind, the student's "virtue" is less than that of his master.

Một hôm Mã Tổ đi dạo vườn với thị giả là Bá Trọng Hoài Hải, thành linh có bầy chim bay qua.

Mã Tổ hỏi Bá Trọng: "Cái gì đó?"

Bá Trọng nhìn lên thấy bầy chim bay qua, nói: "Dạ, bầy chim le le bay."

Giây lát Mã Tổ hỏi: "Đâu rồi?"

Bá Trọng trả lời: "Bay qua mất rồi!"

Khi nghe trả lời như thế, Mã Tổ nắm mũi của Bá Trọng véo mạnh đau điếng. Bá Trọng la lên thất thanh.

Tổ bảo: "Sao không nói bay qua mất đi?"

Ngài Bá Trọng nhân đó liền ngộ.

Bầy chim bay qua là bay mất đi, nhưng cái thấy bầy chim bay và cái thấy bay mất, cái thấy ấy đâu có mất bao giờ. Có thấy là có biết, cái biết đó là tâm, có nghe là có biết, cái biết đó là tâm. Cái biết đó không bao giờ động, bất sanh bất diệt và thường hiện hữu. Nhận ra cái ấy là đã bước vào con đường của chư Tổ đã đi.

\*

Ma-tsu Tao-i while strolling one day in the garden with his disciple Pai-chang Hui-hai, saw a flock of wild geese in flight.

Ma-tsu asked Pai-chang, "What was that?"

Pai-chang replied, "That was a flock of geese."

"Where are they now", asked Ma-tsu.

"They just flew away", replied Pai-chang.

Upon hearing this response, Ma-tsu grabbed Pai-chang's nose and twisted it so painfully that the latter screamed.

Ma-tsu then said, "Why don't you say, 'This too has just flown away?'"

Immediately, Pai-chang became enlightened.

The geese flew by and were gone but the Seeing was not gone. Seeing is knowing; hearing is knowing. They come from the True Mind which is unchanging, unborn, undying and ever-existing. When we realize this Knowing, we will be able to travel on the same path the Zen Patriarchs have followed.

\*



## MỤC LỤC

1. VÀO CỔNG NHÀ THIỀN	3
2. VÀO CỬA KHÔNG	19
3. CHỈ ÔNG CHỦ	35

## TABLE OF CONTENTS

1. THE ZEN GATE	4
2. ENTERING THE GATE OF EMPTINESS	20
3. RECOGNIZING THE TRUE NATURE	36

