

THÍCH THIÊN BA-LA-MẬT THỨ ĐỆ PHÁP MÔN

QUYỂN 7

CHƯƠNG VII: GIẢI THÍCH TU CHỨNG THIÊN BA LA MẬT (Tiếp Theo)

Tu chứng thiên vừa thế gian vừa xuất thế gian

Nay y cứ ba pháp môn để nói về thiên vừa hữu lậu vừa vô lậu: một là Sáu diệu môn, hai là mười sáu đặc thắng, ba là quán. Ba pháp môn này cũng được gọi là Tịnh thiên. Trong đây nói tịnh thiên có hơi khác với A-tỳ-đàm về thứ lớp cạn sâu, như trong năm quyển trước đã nói. Nhưng giáo môn phân một tức một tức đạo, lập ba thứ thiên để hóa độ chúng sinh. Nay sẽ lược suy ý giáo này phần nhiều là đối ba hạng người căn tánh khác nhau này: một là có các chúng sinh tuệ tánh nhiều mà định tánh ít, mà vì nói sáu diệu môn. Trong sáu diệu môn vì tuệ tánh nhiều, ở trong sơ thiên cõi Dục phát được vô lậu, ở đây chưa hẳn là đến các thiên Thượng địa. Hai là có chúng sinh định căn nhiều mà tuệ căn ít thì vì nói mười sáu thắng. Vì tuệ căn tánh ít nên thuộc về hạ địa, tức chẳng phát vô lậu. Vì định tánh nhiều nên phải đủ các thiên Thượng địa mới được tu đạo. Ba là có các chúng sinh căn tánh định tuệ bằng nhau mà vì nó Thông minh. Thông minh cũng đủ căn bản thiên mà quán tuệ khéo léo, từ hạ địa cho đến thượng địa đều có thể phát vô lậu. Đây là tùy cơ mà nói, nếu tùy đối trị thì trái với tướng này. Như ý trong năm môn trước, có thể hiểu.

1- *Giải thích Sáu diệu môn*: có ba: một là giải thích tên gọi, hai là nói về vị thứ, ba là nói tu chứng.

a) *Giải thích tên gọi*: Nói Sáu diệu môn thì một là Sở, hai là Tùy, ba là Chỉ, bốn là Quán, năm là Hoàn, sáu là Tịnh. Gọi chung là Sáu diệu môn, diệu là Niết-bàn, pháp diệu này thông đến Niết-bàn, nên gọi là Diệu môn, cũng gọi là Sáu diệu môn, sáu diệu môn này có ba pháp là định, ba pháp là tuệ, định thì ái, tuệ thì sách, vừa hữu lậu vừa vô lậu, nghĩa ở đây.

b) Nói về vị thứ, sáu diệu môn này vị thứ không nhất định. Vì sao? Vì nếu ở vị đáo địa cõi Dục khéo thực hành sáu pháp, tịnh tâm thứ sáu thành tựu thì phát ba thừa vô lậu, hướng chi là tiến lên các thiên Thượng địa mà chẳng nhanh chóng chứng đạo hay sao? Tuy đây có khác với trước, ấy vì kinh Thụy Ứng nói: Do sáu pháp này mà đạo dừng, ba lần bốn sinh ra mười hai. Lấy đây mà suy cho nên biết sáu diệu môn này vị thứ bất định.

c) Nói về tu chứng: Nếu nói rộng sáu pháp tu chứng thì các thiên đều thuộc sáu diệu môn này. Nay chỉ lấy chánh yếu thứ lớp sinh nhau vào đạo để nói tướng tu chứng của sáu diệu. Nay nói tu chứng của sáu diệu môn mở làm mười hai môn. Vì sao? Như số có hai: một là tu số, hai là số tương ứng. Cho đến tu tịnh cùng tương ứng cũng giống như thế. Nay y cứ tu chứng phân biệt có mười hai môn.

Một là tu số: Hành giả điều hòa hơi thở, chẳng rít chẳng trơn, từ từ an lành mà đếm từ một đến mười, nhiếp tâm đếm chẳng để tán loạn, đó gọi là Tu số.

Hai là tương ứng với số là biết tâm nhậm vận từ một đến mười chẳng gia thêm công lực. Tâm và hơi thở tự tại, hơi thở đã hư ngưng tâm tương dần tế, sợ đếm làm thô, ý chẳng muốn đếm. Bấy giờ, hành giả sẽ phải bỏ đếm số mà tu Tùy (theo hơi thở).

Tùy cũng có hai: một là tu tùy, hai là tương ứng với tùy. Một là tu tùy: là bỏ đếm, một tâm y theo hơi thở ra vào (tùy tức), tâm trụ ở hơi thở không phân tán ý là tu Tùy; Hai là tương ứng với tùy, tâm đã phân tế, biết hơi thở dài ngắn khắp thân ra vào, hơi thở nhậm vận nương ý lự vui vẻ ngưng tịnh, đó gọi là tương ứng với tùy. Biết tùy là thô tâm nhằm chán muốn bỏ. Như người rất mệt mỗi muốn ngủ, chẳng muốn làm việc.

Bấy giờ, hành giả sẽ phải bỏ Tùy mà tu Chỉ, Chỉ có hai: một là tu chỉ, hai là tương ứng với chỉ. Một là tu chỉ, trong ba chỉ thì chỉ dùng để chế tâm chỉ. Chế tâm dứt các duyên lự, chẳng nghĩ nhớ số, tùy mà ngưng tịnh tâm mình, đó gọi là tu chỉ; Hai là tương ứng với chỉ tự biết thân tâm tan mất mà nhập vào định, chẳng thấy tướng mạo trong ngoài. Như vị đáo địa cõi Dục các định pháp trì tâm nhậm vận bất động. Khi ấy hành giả liền nghĩ: nay Tam-muội này lại vắng lặng mà không có tuệ phương tiện thì chẳng thể phá hoại sinh tử. Lại nghĩ rằng: nay định này đều thuộc nhân duyên, Ấm nhập giới hòa hợp mà có, đối lừa chẳng thật. Nay ta chẳng biết, cần phải soi rõ nghĩ thế rồi nên không đắm mê chỉ.

Khởi quán phân biệt cũng có hai thứ: một là tu quán, hai là tương ứng quán. Một là tu quán, quán có ba thứ: một là tuệ hạnh quán, là tuệ quán chân; Hai là đặc giải quán, tức là giả tưởng quán; Ba là Thật quán, như sự mà quán. Nay sáu điều môn này mười sáu đặc thắng, thông minh, v.v... đều do dùng thật quán mà thành tựu. Sau đó mới dùng tuệ quán mà quán lý vào đạo. Vì sao? Gọi thật là như chúng sinh một kỳ hạn (một mong ước) quả báo thật là do bốn đại bất tịnh, ba mươi sáu vật mà thành. Chỉ vì vô minh che đậy, mắt tâm chẳng mở sáng, nên chẳng y theo thật mà thấy. Nếu xét kỹ quán sát, mắt tâm mở sáng, y theo thật mà thấy, thì gọi là thật tuệ hạnh quán, và đặc giải quán ở dưới, bốn đế mười hai nhân duyên, chín tưởng, bối xả, v.v... sẽ phân biệt rộng. Thế nào là tu tập thật quán? Là hành giả ở trong định tâm dùng mắt tâm quán chắc trong thân này hơi thở rất nhẹ, ra vào tưởng như gió trong không có ba mươi sáu vật như da gân, xương thịt, v.v... như thân cây chuối không thật, trong ngoài bất tịnh rất đáng chán ghét. Lại quán trong định, hỷ lạc, v.v... các thọ đều có tướng phá hoại, là khổ chẳng vui. Lại quán trong định, tâm thức vô thường sinh diệt, sát-na chẳng dừng không đáng mê đắm. Lại quán trong định, tâm thức vô thường sinh diệt, sát-na chẳng dừng không đáng mê đắm. Lại quán trong định các pháp thiện ác đều thuộc về nhân duyên, đều không có tự tánh. Như thế khi quán hay phá bốn đảo chẳng có nhân ngã, thì định nương chỗ nào. Đó gọi là tu quán; Hai là tương ứng với quán. Như thế thì quán biết hơi thở ra vào khắp các lỗ lông. Mắt tâm mở sáng thấy suốt bên trong ba mươi sáu vật và các ổ vi trùng trong ngoài bất tịnh. Các khổ ép ngặt, sát-na đối khác, tất cả các pháp đều không có tự tánh, tâm sinh buồn vui, không có chỗ nương. Quán giải đã phát, tâm duyên với cảnh quán, phân biệt chia chẻ, biết niệm lưu động chẳng phải đạo chân thật. Khi ấy sẽ phải bỏ Quán mà tu Hoàn.

Hoàn cũng có hai: một là tu tập Hoàn, hai là tương ứng với hoàn. Một là tu tập hoàn: đã biết quán từ tâm phát, nếu theo cảnh phân tích thì đây không gặp bản nguyên, nên phải quán ngược lại tâm này từ đâu sinh ra, là từ quán tâm sinh hay không phải quán tâm sinh, nếu từ quán tâm sinh thì trước đã có quán, nay thật chẳng như thế. Vì sao? Vì trong ba pháp Sở, Tùy, Chỉ chưa có Quán. Nếu không phải quán tâm sinh thì nếu chẳng quán tâm là diệt mà sinh hay chẳng diệt mà sinh. Nếu chẳng diệt mà sinh thì tức là hai tâm đồng thời. Nếu pháp diệt rồi mất thì chẳng thể sinh ở hiện tại. Nếu nói vừa diệt vừa chẳng diệt sinh ra. Cho đến chẳng phải diệt chẳng phải chẳng diệt sinh thì đều chẳng thật có,

phải biết quán tâm vốn tự chẳng sinh, chẳng sinh nên chẳng có, chẳng có nên tức không. Không nên chẳng quán tâm, nếu chẳng quán tâm thì đâu có quán cảnh. Cảnh trí cùng mất là sẽ trở về nguồn. Đó gọi là tu Hoàn; Hai là tương ứng với hoàn, là tâm tuệ khai phá chẳng cần gia công, nhậm vận tự hay chia sẻ, trở về nguồn gốc, đó gọi là tương ứng với hoàn. Đã tương ứng rồi hành giả phải biết, nếu lìa cảnh trí muốn về không cảnh trí, chẳng lìa cảnh trí thì buộc tâm theo hai bên. Bấy giờ, phải bỏ Hoàn mà an tâm tịnh địa, cũng có hai: một là tu định, hai là tương ứng với tịnh. Một tu định, là biết sắc tịnh nên chẳng khởi vọng tưởng phân biệt thọ-tưởng-hành-thức cũng giống như thế. Dứt cấu vọng tưởng, dứt cấu phân biệt, dứt cấu chấp ngã, gọi là tu Tịnh. Tóm lại, nếu tâm như bản tịnh thì gọi là Tu tịnh. Cũng chẳng được năng tu, sở tu và tịnh, bất tịnh, đó là tu tịnh; Hai là tương ứng với tịnh: khi tu như thế thì bỗng nhiên rỗng rang tâm tuệ tương ứng, phương tiện vô ngại nhậm vận khởi phát, Tam-muội chánh thọ tâm không nương cậy. Chứng tịnh cũng có hai: một là tương tự chứng, năm thứ phương tiện tương tự vô lậu huệ phát. Hai là chân thật chứng, khổ pháp nhãn cho đến vô ngại, đạo thứ chín, v.v... Ba thừa chân vô lậu tuệ phát. Cấu ba giới hết rồi nên gọi là chứng tịnh. Lại nữa, quán chúng sinh không, nên gọi là Hoàn. Quán bình đẳng không nên gọi là Tịnh. Lại nữa, tương ứng không Tam-muội nên gọi là Quán, vì tương ứng với không tương Tam-muội nên gọi là Hoàn, tất cả chẳng phải nội, chẳng phải ngoại quán gọi là Tịnh. Cho nên Phạm Chí Tiên-ni nói: Chẳng phải nội quán cho nên được trí tuệ ấy, chẳng phải ngoại quán cho nên được trí tuệ ấy, cũng chẳng phải không quán cho nên được trí tuệ ấy. Lại nữa, Bồ-tát từ giả vào không quán nên gọi là Quán. Từ không vào giả quán nên gọi là Hoàn. Không giả nhất tâm quán nên gọi là Tịnh. Nếu như thế mà tu thì phải biết sáu diệu môn tức là Đại thừa. Nay muốn lại nói các việc khác cho nên nói lược chẳng đầy đủ.

2- *Giải thích mười sáu đặc thắng*: có ba ý: một là giải thích tên gọi, hai là nói quán môn chế lập đồng, ba là nói tu chứng.

a) Giải thích tên gọi: nói mười sáu đặc thắng gồm: một là biết hơi thở vào, hai là biết hơi thở ra, ba là biết hơi dài ngắn, bốn là biết hơi thở khắp thân, năm là trừ các thân hành, sáu là thọ hỷ, bảy là thọ lạc, tám là thọ các tâm hành, chín là tâm làm hỷ, mười là tâm làm nhiếp, mười một là tâm làm giải thoát, mười hai là quán vô thường, mười ba là quán xuất tán, mười bốn là quán dục, mười lăm là quán diệt, mười sáu là quán buông bỏ. Gọi chung mười sáu đặc thắng, mười sáu tức là

số pháp, đặc thắng là từ nhân duyên mà được tên gọi. Như khi Phật chưa ra đời, ngoại đạo đều đã tu được bốn thiền, bốn không mà không có quán hạnh đối trị cho nên chẳng ra khỏi sinh tử. Như Lai thành đạo trước vì các lợi căn đệ tử như Câu-lân và xá-lợi-phất, v.v... nói bốn chân đế liền được dấu vết của Đạo. Lại vì Ma-ha Ca-diếp, Hy-na, v.v... thắng nghe chân lý bốn đế mà chẳng ngộ. Lại nói quán bất tịnh để đối trị phá các phiền não. Do đây trước chín tướng, bối xả, v.v... các thiền bất tịnh quán. Bấy giờ hành giả quán này được đạo vô lượng. Lại có một căn cơ chúng sinh bị tham dục buộc ràng. Nếu tâm chán ghét lại quán kỹ bất tịnh, liền càng sinh chán ghét thân này. Vô lậu chưa phát liền có ý tự hại. Việc này như luật có nói rõ. Phật do đây mà bảo các Tỳ-kheo bỏ quán bất định, lại tu thắng pháp, gọi là mười sáu đặc thắng, tu thì sẽ được đạo. Mười sáu đặc thắng này có định có quán, trong ấy đầy đủ các thiền dùng các pháp hỷ lạc mà ái dưỡng nên không có lỗi tự hại, mà có thật quán sát chẳng mê đắm các thiền, do đó mà phát sinh vô lậu. Đã tiến lùi thông dong chẳng rơi vào hai bên, cũng đạt được đạo nên gọi là Đặc thắng. Hỏi: Nếu thế phải ở sau quán thiền mà nói tịnh thiền. Vì sao, vì nếu chấp giáo môn thì ở sau quán thiền. Nếu nói về hành pháp đã thắng hai bên thì cũng phải ở sau. Đáp: nay nói tướng cạn sâu của thiền định, lực dụng thì không phải là lúc đối duyên lợi vật. Vì sao? Vì là bối xả thắng xứ đều là quán được giải, sức quán đã chuyển được tướng chuyển được tâm, nghĩa dứt kiết rất mạnh. Nay đặc thắng này, chỉ là thật quán ba mươi sáu vật trong thân. Lực dụng yếu kém chẳng thể nhanh chóng dứt kiết sử, công đức cạn mỏng nên phải nói trước. Lại nữa, nếu quán bất tịnh xương người tan mất thì chẳng thể được lại quán hơi thở ra vào lỗ lông của thân người. Nếu đối với thật quán sau chuyển thành chín tướng, bối xả, v.v... thì thành tựu nghĩa không lỗi. Lại nữa kinh đại phẩm phẩm Quảng thừa quán mười sáu đặc thắng. Lại nữa, nói các quán thiền như chín tướng bối xả, v.v... đây là nói chứng, chớ nên sinh nghi.

b) Nói quán môn chế lập khác nhau: có hai giải thích: một là có người nói A-na-ba-na có mười sáu pháp quán này là đối với bốn niệm xứ. Nếu nói theo bốn niệm xứ, thì phải biết chỉ vị đáo địa ở cõi dục cho đến Sơ thiền thì đầy đủ. Thượng địa cõi Dục không phải chẳng được, chỉ vì quán pháp thức thiếu chẳng đầy đủ. Như bốn thiền đã không có thở ra vào và hỷ lạc, v.v... Nếu y cứ hơi thở và hỷ muốn nói niệm xứ thì chẳng tiện. Trên dưới so sánh mà biết. Cũng nói đối thân, ba thứ giữa đối thọ, hai thứ kế đối tâm, năm thứ sau đối pháp. Sư này nói mười sáu

đặc thắng tự bảo y theo thiền kinh nói: một là quán hơi thở vào đến khi hết hơi; hai là quán hơi thở ra mà ngưng ở chót mũi; Ba là quán hơi thở dài ngắn, nếu thân chẳng an, tâm thường tán loạn, hơi thở ra vào đều ngắn. Nếu thân an tâm tịnh thì hơi thở ra vào đều ngắn. Nếu thân an tâm tịnh thì hơi thở ra vào đều dài; Bốn là hơi thở khắp thân, thân tâm đã an thì đường hơi không bị bít, giống như nuốt khí đã thông khắp thân; năm là trừ các thân hành. Căn thọ là tâm hành, giác quán là khẩu hành, thở ra vào là thân hành. Đã thở khắp thân sợ nó giác động thô niệm, vì trừ các thô nên gọi là trừ thân hành, năm thứ này thuộc về thân niệm xứ. Thọ niệm xứ có ba, nghĩa là thô tức trừ vì thân tâm an ổn; Sáu là thọ hỷ; Bảy là thọ lạc, tuy là có hỷ lạc rất nhỏ nhiệm nhưng đầy khắp thân. Đã đầy nội tâm vui vẻ nên gọi là Lạc; Tám là thọ các tâm hành, đã ôm thọ lạc thì có số pháp nương theo lạc cảnh của tâm nên gọi là thọ các tâm hành. Tâm niệm xứ có ba; Chín là tâm thực hành hỷ, đã dừng tâm ở một cảnh nhưng chưa có tuệ giải sẽ bị tâm chìm đắm che đậy, dùng hỷ nâng lên không để chìm đắm, ngủ gục) nên gọi là làm hỷ; Mười là tâm làm nhiếp, hỷ tâm động tán thì lỗi vượt mức nên thường nhiếp giữ khiến trở về, không chạy theo các duyên, nên gọi là làm nhiếp; Mười một là tâm làm giải thoát, là tâm chẳng trạo tán, quân đặng mà không lụy, nên gọi là giải thoát. Pháp niệm xứ có năm; Mười hai là quán vô thường đã được tự tại, chẳng bị bại ở chìm nổi, nên quán các pháp vô thường, niệm niệm sinh diệt chẳng có gì đáng vui; Mười ba là quán tán hoại, thân này chẳng bao lâu sẽ bị tan hoại, là pháp sẽ mất đi, chẳng phải chân thật có; Mười bốn là quán lìa dục, thân này chỉ là khổ bản tâm muốn lìa, nên gọi là lìa dục; Mười lăm là quán diệt, tâm ấy trụ diệt có nhiều lỗi lầm nên chẳng muốn trụ nữa; Mười sáu là quán buông bỏ, A-na-ba-na mười sáu hạnh này là tuệ tánh, không có một hơi thở ra vào nào mà chẳng biết, Sư ấy tự bảo y kinh nói mười sáu đặc thắng. Nay chưa thấy văn kinh, chỉ thuật lại mà không làm, cũng không dám sửa. Sư kế giải thích riêng rằng nếu đối với bốn niệm xứ khởi mười sáu hạnh, tất cả đều như thế, chỉ phân mà không điều, như mười sáu hạnh vô lậu y cứ vào bốn đế, một đế có bốn, bốn lần bốn là mười sáu. Hữu lậu cũng như thế, nhưng y cứ trong bốn niệm xứ mà nói trong một có bốn, bốn lần bốn là mười sáu nghĩa cũng thế.

Vừa nói thân niệm xứ có bốn để trừ thân hành thuộc thân, thì nghĩa này chẳng đúng. Vì sao? Như tâm và hơi thở là thân hành, thì như kinh Đại Tập nói hơi thở chung cho ba hành, chẳng phải chỉ thuộc thân hành. Nay là nói thân hạnh, như luận Đại thừa nói hành gọi là thân

nghiệp. Nay nói các nghiệp thiện ác đều từ tâm sinh, hơi thở của thân là pháp vô tri chẳng thể tạo thiện ác, chỉ là hạnh làm duyên. Nay thân vì tâm đến mà thọ thân khiến thân có tạo tác, nên gọi là Thân. Nay nói hạnh phá thọ tâm tức là phá hạnh, cho nên biết đây thuộc về thọ niệm xứ, phải biết trong thọ cũng có đủ bốn pháp. Vừa nói trong pháp có năm, quán vô thường thuộc về pháp niệm xứ. Ở đây cũng chẳng phải như thế. Vì sao? Vì trong kinh đều nói quán tâm vô thường, quán pháp vô ngã. Nay nói quán vô thường chính là tâm niệm xứ. Đây thì trong một đều nói có bốn, bốn lần bốn mươi sáu, nghĩa ấy rất hợp.

Có Sư thứ hai nói: mười sáu pháp này phải đọc đối các thiền, tám quán pháp có liên quan. Vì sao? Vì một là biết hơi thở vào, hai là biết hơi thở ra, đây là đối với sổ tức, ba là biết hơi thở dài ngắn, là đối với định cõi dục, bốn là biết hơi thở khắp thân, là đối với định Vị đáo địa, năm là trừ thân hành, là đối với chi Sơ giác, sáu là thọ hỷ là đối hỷ chi của Sơ thiền, bảy là tâm thọ lạc, là đối với lạc chi của Sơ Thiền, tám là thọ các tâm hành, là đối với chi nhất tâm của Sơ thiền, chín là tâm làm hỷ là đối với nội tịnh hỷ chi của nhị thiền, mười là tâm làm nhiếp, là đối với một tâm chi của Nhị thiền, mười một là tâm trụ giải thoát là đối với lạc chi của Tam thiền, mười hai là quán vô thường, là đối định bất động của Tứ thiền, mười ba là quán xuất tán là đối Không xứ, mười bốn là quán ly dục là đối Thức xứ, mười lăm là quán diệt, là đối Bất dụng xứ, mười sáu là quán buông bỏ, là đối với phi tưởng, phi phi tưởng xứ. Ở đây thì từ mỗi điều tâm cho đến phát các thiền định mà nói quán hạnh đầy đủ, giải thích này là hơn.

c) Nói về tu chứng: sở dĩ tâm gọi là tu chứng, là vì tâm làm tu tập, tâm chưa tương ứng với chứng tức là nhậm vận khai phát tâm được tương ứng. Đã có ba Sư chế lập pháp quán khác nhau. Nay cũng có hành giả chứng khác nhau.

Sư thứ nhất nói: Ở Vị đáo địa cõi Dục và sơ thiền y cứ bốn niệm xứ mà nói mười sáu đặc thắng, thì pháp quán đại ý cũng chẳng khác. Như pháp quán trong sáu diệu môn nói ở trước chẳng phải không có khác chút ít mà danh mục cũng có khác, khéo tìm phối nhau thì nghĩa sẽ hiểu, nên đây chẳng cần nói thêm về tu chứng. Nay chính là nói Sư thứ hai, đọc đối ba cõi là nói chân đặc thắng, từ trên chứa nói phương pháp quán tuệ này. Nay sẽ nêu ra tướng tu chứng, đọc nói tu mười sáu đặc thắng: một là biết hơi thở vào, hai là biết hơi thở ra, đây là đối thay đến hơi thở. Phương pháp điều hơi thở các việc như trong sổ tức đã nói. Hành giả đã điều hơi thở miên mật, nhất tâm nương theo hơi thở. Khi

hơi thở vào thì biết từ mũi vào đến rún, khi thở ra thì biết từ rún ra đến mũi. Nhất tâm như thế biết rõ y theo hơi thở chẳng loạn. Khi ấy biết tướng hơi thở là thô hay tế. Nếu thô là biết như phong, suyễn, khí là thô. Nếu tế là biết Như tức là tế. Nếu khi thở vào là thô thì phải điều khiển tế. Đó gọi là biết tướng thô tế. Ví như người giữ cửa biết người ra vào ai tốt ai xấu, nếu biết tốt thì cho vào, xấu thì ngăn lại. Lại nữa, biết thô tế, là hơi thở vào thì thô, hơi thở ra thì tế. Vì sao? Vì khi hơi thở vào thì nhanh gấp, nên là tướng thô. Còn hơi thở ra thì rít chậm nên tế. Lại biết nặng nhẹ, là biết khi hơi thở vào thì nhẹ mà khi thở ra thì nặng. Vì sao? Vì khi thở vào thì trong thân có gió nên thể nhẹ còn khi thở ra thì thân không có gió nên biết là nặng. Lại biết rít hơn khi hơi thở vào thì trơn, hơi thở ra thì rít. Vì sao? Vì hơi thở từ ngoài đến hơi gió nhanh nên trơn, còn từ trong thân thở ra có các căn dơ lấp các lỗ lông cho nên rít. Lại biết lạnh Ấm, biết hơi thở vào thì lạnh, hơi thở ra thì Ấm. Vì sao? Vì hơi thở từ ngoài đến lạnh, nên khí vào thì lạnh, hơi thở từ trong ra có sức nóng trong thân nên khí ra Ấm. Lại biết lâu mau, hơi thở vào mau, hơi thở ra lâu. Vì sao? Vì hơi thở vào nhanh thì dễ biết, còn hơi thở ra rít chậm khó hết nên lâu. Lại phải biết do hơi thở ra thì có tất cả các khổ phiền não sinh tử qua lại trôi lăn chẳng dừng, tâm biết kinh sợ. Hành giả khi tùy tức thì biết có hơi thở như thế, các pháp tướng chẳng phải một, nên nói biết hơi thở ra vào. Hỏi: Vì sao lấy đây mà thay số tức. Đáp: Nếu là số tức thì thẳng che tâm số không có quán hạnh. Khi tu chứng sinh nhiều ái kiến mạn, v.v... các bệnh phiền não. Ái là ái trước số tức này. Kiến là thấy ta năng đếm (số), mạn là bảo ta năng đối địch, lấy đây mà khinh chê người khác. Nay ta đã dùng Tùy mà thay Số. Khi tùy tức (theo lời thở) thì biết hơi thở này là vô thường, mang sống nương vào hơi thở này, lấy hơi thở làm mạng sống, một khi hơi thở không trở lại thì mạng không còn. Đã biết hơi thở vô thường, biết thân mạng bị nguy ách. Biết hơi thở vô thường thì chẳng sinh ái, biết hơi thở không phải ngã thì chẳng sinh kiến, ngộ vô thường thì chẳng sinh mạn. Ở đây thì từ phương tiện đầu đã phá được các kiết sử, chẳng giống với số tức (đếm hơi thở). Lại nữa hành giả nhất tâm nương hơi thở khiến tâm chẳng tán mà được, vào thiền định nhập, do đó cũng gọi là Ái, giác ngộ vô thường nên cũng gọi là Sách, tương ứng với định cũng gọi là hữu lậu, quán hạnh chẳng mê đắm cũng gọi là Vô lậu. Lại nữa, khi số tức tối tăm mà đếm, đã không soi rõ sau này khi chứng định thì tâm không thấy. Nay tùy hơi thở đã sáng, tâm soi hơi thở, sau này chứng định thì mắt tâm mở sáng, thấy ba mươi sáu vật của thân mà phá ái kiến mạn. Đây thì đặc thẳng

hơn số tức. Ba là biết hơi thở dài ngắn, đây là đối với định cõi Dục. Nếu khi chứng định cõi Dục thì phải là định trong sáng, đều chẳng biết tướng mạo trong hơi thở. Nay trong đây khi mới được định liền biết tướng dài ngắn của hơi thở. Thế nào là Giác? Nếu khi tâm định thì biết hơi thở vào dài, hơi thở vào dài, hơi thở ra ngắn. Vì sao? Vì tâm đã tĩnh trụ trong hơi thở, tùy tâm mà vào nên vào thì biết dài, tâm đã chẳng duyên ngoài nên ra thì biết ngắn. Lại nữa biết hơi thở dài thì tâm tế, biết hơi thở ngắn thì tâm thô. Vì sao? Vì tâm tế thì hơi thở tế, hơi thở tế thì vào từ mũi đến rún nhẹ Ấm mà dài. Hơi thở ra từ rún đến mũi cũng thế. Tâm thô thì hơi thở thô, hơi thở thô thì vào từ mũi đến rún gấp nhanh ngắn, hơi thở ra từ rún đến mũi cũng thế. Lại nữa, hơi thở ngắn nên biết tâm tế, hơi thở dài nên biết tâm thô. Vì sao? Như tâm đã chuyển tịnh, hơi thở ra từ rún đến ngực liền hết, hơi thở vào từ mũi đến cổ họng liền biết hết. Đây là tâm tịnh nên biết hơi thở ngắn, biết dài cho nên tâm thô, như hành giả tâm thô, cho nên biết hơi thở từ rún đến mũi, từ mũi đến rún, khoảng đường dài xa. Đây thì tâm thô nên biết hơi thở dài. Lại trong ngắn mà biết dài thì là định tế, trong dài biết ngắn thì là định thô. Vì sao? Vì hơi thở từ mũi đến ngực thì hết, ở đây thì chẳng đi tuy ngắn mà thời gian lâu mới đến rún, đây thì chỗ đi ngắn mà thời gian dài. Nếu ở đây mà nói trong ngắn biết dài thì định tế, biết trong dài mà ngắn là thô. Như tâm thô cho nên hơi thở từ mũi đến rún, khoảng đường rất dài mà thời gian ngắn trong khoảng giây lát liền ra đến mũi. Vì sao? Vì tâm thô, thì hơi thở đi nhanh. Ở đây tuy dài mà ngắn, vậy hơi thở này ngắn thì là tâm thô. Cho nên nói dài trong ngắn mà tế, ngắn trong dài mà thô, như đây biết thời gian dài ngắn, biết vô thường do tâm sinh diệt bất tịnh. Nay tướng mạo hơi thở dài ngắn chẳng phải một. Khi được định này giác ngộ vô thường lại càng rõ ràng. Chứng định cõi dục nên gọi là Ái, quán hạnh biết vô thường nên gọi là Sách. Đây là nói lược thứ ba là biết hơi thở dài, ngắn mà phá định cõi dục; Bốn là biết hơi thở khắp thân là đối với định vị đáo địa, nếu Vị đáo địa căn bản biết ngay thân tướng tan mất như hư không. Khi ấy thật có thân dứt, chỉ vì mắt chẳng mờ nên chẳng biết, chẳng thấy. Nay trong đặc thắng khi phát Vị Đáo địa cũng tan mất mà vào định, liền dần biết có thân như mây bóng. Biết hơi thở ra khắp lỗ lông. Khi ấy cũng biết tướng hơi thở dài ngắn. Thấy hơi thở vào mà không chứa nhóm, thở ra mà không phân tán vô thường sinh diệt. Biết thân không giả chẳng thật, cũng biết sinh diệt sát na chẳng dừng, ba việc hòa hợp nên có định sinh, ba việc đã không thì định không chỗ nương. Biết không cũng không, nên ở trong định không mê đắm, định tức là phá vị

đáo địa căn bản, nghĩa ái sách đã ở trong ấy. Hỏi: Trong Đại thừa và các kinh phần nhiều nói quán hơi thở ra vào. Vì sao nói biết hơi thở ra vào? Đáp: Ở đây nói biết là quán, mà pháp quán thật chưa đầy đủ, nên nay nói là biết. Trong phẩm Quảng Thừa của kinh Đại Phẩm có nói tướng mười sáu đặc thắng, đều nói biết hơi thở ra vào dài ngắn. Lấy văn ấy làm chứng, nên nói biết thì không trái văn nghĩa. Quán tuệ ở sau sẽ nói thiền có hai: một là nói thân hành, hai là nói trừ thân. Thân hành là trong thân cỡi dục phát được Sơ thiền. Bốn đại cỡi sắc tạo thân sắc xúc cỡi dục. Thân căn cỡi dục sinh ra thân thức, biết sắc xúc này. Sắc của hai cỡi vì cùng nương trụ nên gọi là Thân. Thân hành tức là quán chi. Quán chi này từ thân phần sinh ra biết pháp trong thân có sự tạo tác, nên gọi là thân hành; Hai là nói trừ thân hành, vì biết hơi thở khắp thân mà phát được Sơ thiền. Mắt tâm mở thấy ba mươi sáu vật của thân hôi thúi dơ bẩn đáng ghét. Bấy giờ, liền biết ba mươi sáu vật vì bốn đại có sáu phần như đầu v.v... mỗi món đều chẳng phải thân, trong bốn đại mỗi đại đều chẳng phải thân. Ở đây tức là trừ thân cỡi dục. Trừ thân Sơ thiền, là trong thân cỡi dục tìm bốn đại cỡi sắc chẳng thật có, gọi là trừ thân Sơ thiền. Vì sao? Nếu nói có cỡi sắc tạo sắc là từ ngoài đến hay từ trong ra, nay ở khoảng giữa, khi quán như thế thì rất ráo chẳng thật có? Chỉ vì điên đảo nhớ tưởng nên nói thọ xúc cỡi sắc. Quán kỹ chẳng thật tức là trừ thân Sơ thiền. Thân trừ cho nên thân hành liền diệt. Lại nữa, khi chưa được Sơ thiền, thì trong thân cỡi dục khởi các hạnh thiện ác, nay thấy thân bất tịnh thì chẳng tạo ra các kết nghiệp thiện ác, nên gọi là trừ thân hành. Nay nói định này cũng có hai thứ: một là năm chi căn bản như trước nói; hai là năm chi tịnh thiền. Biết ba mươi sáu vật của thân là luống dối chẳng thật thì gọi là Giác. Phân biệt thiền này cùng cỡi dục và căn bản, công đức có hơn kém thì gọi là Quán. Đã được pháp hỷ tâm rất mừng rỡ, thì gọi là Hỷ. Đối với vô cấu thọ vui điềm đạm thì gọi là Lạc, chánh định giữ tâm chẳng để lay động gọi là Nhất tâm. Trong đây chi trừ thành tựu hỷ lạc thắng diệu, mà tâm không đắm nhiễm nên gọi là Tịnh thiền. Lại nữa, như trong A-tỳ-đàm nói có nghĩa ẩn một vô ký có cấu hay chẳng ẩn một có ký vô cấu, y theo hai thứ thiền này mà phân biệt rộng; Sáu là thọ hỷ, tức là đối phá hỷ chi của Sơ thiền, trong thiền căn bản thì hỷ chi từ ẩn một có cấu sau giác quán mà sinh đã không có quán tuệ soi rõ thì sinh ra nhiều phiền não, vì vậy chẳng nên thọ. Nay nói thọ hỷ, ở trong giác quán chi của Tịnh thiền sinh ra, vì có quán hạnh chia chẻ giác quán tánh không, phải biết từ giác quán tánh không, phải biết từ giác quán sinh hỷ cũng không, tức đối với trong

hỷ chẳng mê đắm không có các tội lỗi nên nói là thọ hỷ. Như bậc La-hán chẳng mê đắm tất cả cúng dường, nên gọi là Ứng cúng. Lại nữa, như tri kiến chân thật được chân pháp hỷ nên nói là Thọ hỷ; Bảy là thọ lạc, là đối lạc chi của thiền căn bản. Thiền ấy đã không có lạc trong quán tuệ vì nhiều nhiễm, chẳng nên thọ. Nay nói thọ lạc, là thọ không lạc, biết lạc tánh không, đối với lạc không mê đắm. Đã không có lỗi lầm của lạc, trên không chứng lạc vô vi riêng, nên nói là thọ lạc; Tám là thọ các tâm hành, đây là đối phá chi nhất tâm của căn bản. Nay nói năng thông các pháp nên gọi là các tâm hành. Tâm hành có hai: một là động hành, hai là bất động hành. Có người giải thích rằng: từ Sơ thiền đến Tam thiền cũng là động hành. Tứ thiền trở lên gọi là Bất động hành. Nay y cứ nói bất động hành; bốn chi như Giác, v.v... là động hành, chi nhất tâm sau là bất động hành, cũng gọi là tâm hành, tức là chi nhất tâm là hạnh bất động. Nếu khi thiền căn bản vào nhất tâm mà tâm sinh đắm nhiễm, thì nhất tâm này chẳng nên thọ. Nay nói thọ các tâm hành, là biết nhất tâm này luống dối chẳng thật, nhất tâm chẳng phải tâm, liền chẳng mê đắm, đã không có lỗi lầm thì tức là Tam-muội chánh thọ, nên nói thọ các tâm hành. Chín là tâm làm hỷ, đây là đối nội tịnh hỷ của Nhị thiền. Vì sao? Vì hỷ Nthiền từ nội tịnh phát ra, vì không có trí tuệ soi rõ liễu mà thọ nhiều. Nay quán hỷ này liền biết giả dối mà chẳng sinh thọ trước. Như chân thật biết sinh pháp hỷ thì cũng gọi là Hỷ giác phần. Đã từ tâm chánh quán mà sinh chân pháp hỷ nên gọi là Tâm làm hỷ. Mười là tâm làm nhiếp, đây là đối chi nhất tâm của Nhị thiền. Vì sao? Vì nhị thiền hỷ động, trải qua nhiếp thọ nên nói tâm làm nhiếp. Nay nói nhiếp là chánh vì phá hỷ giả trước sinh hỷ mà biết hỷ. Hỷ này tuy chánh mà đều có lỗi động mạnh, tức phải quán ngược lại tánh hỷ, đã tâm biết định vắng lặng rốt ráo thì chẳng loạn, chẳng tùy theo hỷ động, nên gọi là làm nhiếp. Cho nên kinh Đại Tập nói là động chí tâm. Mười một là tâm trụ giải thoát, là đối phá lạc của Tam thiền. Vì sao? Vì Tam thiền có lạc khắp thân. Phàm phu được thì sinh nhiều nhiễm bị ái buộc ràng, nên không được giải thoát. Nay nói giải thoát, là dùng quán tuệ chia chẻ, khi chứng lạc khắp thân liền biết lạc này từ nhân duyên sinh là không, chẳng có tự tánh, giả dối chẳng thật, quán lạc tâm chẳng mê đắm, được tự tại nên gọi là Tâm làm giải thoát. Mười hai là quan vô thường, đây là đối phá bất động của Tứ thiền. Vì sao? Như trong thế gian có pháp động và bất động, ba thứ bị lạc động, cũng gọi là Pháp động. Nay bốn thiền này gọi là bất động tịnh. Khi phàm phu được định này thì phần nhiều nghĩ là thường mà tâm sinh ái thủ. Nếu nay quán

định này, sinh diệt thay thế ba tướng đời đời. Biết là tướng phá hoại chẳng an. Nên kinh nói: tất cả pháp động và bất động ở thế gian đều là tướng bại hoại chẳng an, nên gọi là quán vô thường; Mười ba là quán xuất tán, đây là đối phá không xứ. Vì sao xuất tức lìa khỏi cõi sắc? Tán tức tan ba thứ sắc. Lại nữa, xuất tán tức là lìa sắc tâm mà nương vào hư không tiêu tan tự tại, chẳng bị sắc pháp buộc ràng, nên gọi là Xuất tán. Khi phàm phu được định này cho là chân không an ổn tâm mà sinh mê đắm. Nay nói quán xuất tán là hành giả khi mới nhập vào hư không xứ, tức biết bốn Ấm hòa hợp mà có, không có tự tánh chẳng nên mê đắm chấp lấy. Vì sao? Vì nếu nói có xuất tán thì là hư không xuất tán hay tâm xuất tán? Nếu là tâm xuất tán thì tâm là ba tướng đời đời, quá khứ đã mất, vị lai chưa đến, hiện tại không dừng trụ thì làm sao có thể xuất? Nếu là hư không xuất tán, mà không là pháp vô tri thì làm sao có xuất tán. Đã chẳng được Không định thì tâm không thọ trước, đó gọi là quán xuất tán; Mười bốn là quán ly dục, đây là đối Thức xứ. Tất cả yêu đắm cảnh ngoài đều gọi là Dục. Từ cõi dục cho đến Không xứ đều là cảnh ngoài tâm. Nếu hư không là cảnh ngoài thức đến lãnh thọ không này, liền dùng không làm chỗ ưa thích. Nay Thức xứ định duyên với nội thức, lìa dục ngoài không cho nên lìa dục. Nếu phàm phu được định này không có mắt tuệ soi rõ, nên bảo rằng tâm tương ứng với thức, chân thật an ổn liền sinh đắm nhiễm, nay nói quán lìa dục là khi được định này liền quán sát chia chẻ. Nếu nói dùng tâm duyên thức, tâm tương ứng với thức mà được nhập định thì đã thật chẳng phải thế. Vì sao? Vì thức ba đời quá khứ, vị lai, hiện tại đều không tương ứng với tâm hiện tại. Sao lại nói tâm tương ứng với thức ba đời. Định pháp giữ tâm gọi là Thức định, cho nên biết thức định này chỉ có tên gọi mà đối trá chẳng thật, nên được lìa dục (lìa ưa thích). Mười lăm là quán diệt, đây là đối với Vô sở hữu xứ. Vì sao như thế? Định này duyên với pháp trần vô vi, tâm tương ứng với vô vi, đối với pháp trần vô vi mà phát ra chút thức. Phàm phu được thì bảo là tâm diệt, sinh nhiều mê đắm chẳng buông bỏ, bị nó ràng buộc. Nay nói quán diệt, là khi được định này liền biết có chút thức. Thức này tuy (ít) mà cũng có bốn Ấm hòa hợp, vô thường, vô ngã giả dối. Thí như cứt đá nhiều ít dơ thúi chẳng nên đắm nhiễm, đó gọi là quán diệt. Mười sáu là quán xả bỏ, đây là đối với Phi tướng. Vì sao? Vì phi tướng đối trị hai bỏ, từ Sơ thiền trở lại chỉ có bỏ khắp, không có hai bỏ, chưa gọi là xả bỏ. Nay Phi tướng này đã bỏ hai thứ có không mà gọi là xả bỏ. Cũng vì định này tốt nhất trong xả nên được gọi sau cùng. Nếu phàm phu khi được định này thì bảo là Niết-bàn không có, quán tuệ biết

rõ nên không thể lia bỏ. Nay nói xả bỏ là khi được thiền này liền biết là bốn Ấm, mười hai nhập, ba giới và mười tâm sở nhỏ nhiệm... hòa hợp mà thành. Phải biết định này vô thường, hoặc không, vô ngã, giả dối không thật. Chẳng nên chấp là Niết-bàn mà sinh tưởng an vui, đã biết trống không, thì chẳng nhận lấy mà mê đắm, nên gọi là quán xả bỏ. Tuy cầu định tướng mà cũng thành tựu định này. Khi ấy, liền đủ hai thứ xả bỏ: một là căn bản xả bỏ, hai là Niết-bàn xả bỏ. Bỏ hẳn sinh tử nên gọi là quán xả bỏ. Bấy giờ hành giả quán sâu xả bỏ liền được ngộ Niết-bàn Ba thừa. Việc này như Tu-bạt-đà-la, Phật khiến quán tế tướng trong phi tướng thì liền được quả A-la-hán. Nay nói ngộ đạo chưa hẳn phải quán đủ mười sáu thứ, hoặc chỉ hai ba đặc tướng thì liền ngộ đạo. Đây là tùy người, chứ chẳng nhất định. Từ trước đến nay phát đủ định căn bản nên gọi là hữu lậu. Ở trong đó quán hạnh chia chẻ chẳng mê đắm, nên gọi là vừa vô lậu. Cho nên nói đặc tướng là thiền vừa hữu lậu, vừa vô lậu. Đây là dọc đối các thiền ba cõi, mỗi tướng quán pháp cho đến nghĩa đều có thể thấy rõ.