

Sơ Lược Về Thiền Lý & Thiền Tập Theo Truyền Thống Lâm Tế Tông

Thiền Phúc

Theo Thiền Sử, Lâm Tế là môn đệ của Hoàng Bá. Ngài là một trong những thiền sư Trung Hoa nổi tiếng vào đời nhà Đường. Không ai biết ngài sanh vào năm nào. Ngài nổi tiếng vì các phương pháp mạnh bạo và lối nói chuyện sống động với môn sinh. Bởi thế mà một tông phái Thiền đặc biệt đã được đặt dưới tên ngài. Ngài không tán thành lối nói pháp quanh co, sở trường của các pháp sư thiếu nhiệt huyết. Có lẽ do sư thừa hưởng phép Thiền trực chỉ ấy từ sư phụ Hoàng Bá, trước kia đánh sư ba lần khi ba lần sư đến tham vấn về yếu chỉ của Phật pháp. Lâm Tế được coi như là người đầu tiên chủ trương tiếng hét, nhưng trước đó đã có Mã Tổ là vị cao Tăng đã mở một kỷ nguyên mới cho Thiền sử, đã hét to khi Bách Trượng đến tái vấn Thiền, tiếng hét ấy chát chúa đến nỗi Bách Trượng phải bị điếc tai đến ba ngày. Nhưng chính do Lâm Tế mà tiếng hét được đặc dụng và có hiệu năng nhất, và sau này biến thành một ngón tuyệt kỹ của Lâm Tế Tông. Thật sự, về sau này các đệ tử của ngài quá lạm dụng về tiếng hét đến nỗi ngài phải thốt ra: “Tôi nghe quý ông toàn học hét. Thử hỏi quý ông ví như mái tây có người ra, mái đông có người ra, cả hai người cùng hét. Các ông có phân biệt được tiếng hét nào là khách, còn tiếng hét nào là chủ không? Nếu các ông không phân biệt được, từ đây cấm học tiếng hét của lão Tăng.” Vào năm 867 khi sắp mất, Lâm Tế ngồi ngay thẳng, nói: “Sau khi ta tịch chẳng được diệt mất Chánh Pháp Nhãn Tạng của ta.” Tam Thánh thưa: Đâu dám diệt mất Chánh Pháp Nhãn Tạng của Hòa Thượng.” Lâm Tế bảo: “Về sau có người hỏi, người đáp thế nào?” Tam Thánh liền hét! Sư bảo: “Ai biết Chánh Pháp Nhãn Tạng của ta đến bên con lừa mù diệt mất.” Nói xong sư ngồi thẳng thị tịch.

Thiền Tông Lâm Tế là một trong những trường phái Thiền nổi tiếng của Trung Quốc được Thiền sư Lâm Tế sáng lập. Vào thời kỳ mà Phật giáo bị ngược đãi ở Trung Quốc khoảng từ năm 842 đến năm 845 thì thiền sư Lâm Tế sáng lập ra phái thiền Lâm Tế, mang tên ngài. Trong những thế kỷ kế tiếp, tông Lâm Tế chẳng những nổi bật về Thiền, mà còn là một tông phái thiết yếu cho Phật giáo

Trung Hoa thời bấy giờ. Tông Lâm Tế mang đến cho Thiền tông một yếu tố mới: công án. Phái Thiền Lâm Tế nhấn mạnh đến tầm quan trọng của sự “Đốn Ngộ” và dùng những phương tiện bất bình thường như một tiếng hét, một cái tát, hay đánh mạnh vào thiền sinh cốt làm cho họ giật mình tỉnh thức mà nhận ra chân tánh của mình. Phái Lâm Tế tu tập theo các công án có hệ thống đã được các bậc thầy sưu tập, và xem nhẹ việc đọc tụng kinh điển cũng như thờ phượng tượng Phật, tìm về Phật Tánh trực tiếp bằng những công án và tu tập sống thực.

Sau khi làm quen với thiền sư Lâm Tế qua Lâm Tế Ngữ Lục, chúng ta có thể thấy Lâm Tế như một tay phá nát thứ đạo Phật ước lệ với những ý tưởng được sắp xếp trật tự. Ngài không thích con đường loanh quanh của các triết gia, nhưng ngài muốn đi thẳng tới đích, phá hủy mọi chướng ngại trên đường dẫn về thực tại. Ngài chẳng những chống lại các triết gia phân biệt trí, mà chống luôn cả những thiền sư đương thời. Phương pháp trao Thiền của Lâm Tế rất mới mẻ và rất sôi động. Tuy nhiên, chính nhờ vậy mà ngài đã đứng vơi vơi giữa thời nhân. Và cũng chính nhờ vậy mà Lâm Tế đã trở thành một trong những bậc thầy Thiền lớn nhất của thế kỷ thứ IX. **Ngài được công nhận là người đã sáng lập ra tông Lâm Tế.** Tông phái này, cùng với Tào Động tông, là một trong hai nhánh Thiền bắt đầu từ thời nhà Đường, thời hoàng kim của Thiền, vẫn còn tồn tại cho đến ngày nay. Tông phái của ngài vẫn còn phát triển tại Nhật Bản, Trung Hoa và Việt Nam, dù rằng ở Trung Hoa Thiền bây giờ đang hồi gần như tàn tạ. Ngữ lục của Lâm Tế được nhiều người coi là quyển sách Thiền mạnh bạo nhất mà chúng ta hiện có. Lâm Tế có tới 21 người nối pháp. Những lời dạy của ngài được lưu giữ lại trong Lâm Tế Ngữ Lục. Tuy nhiên, tông phái này suy thoái dần từ thế kỷ thứ XII, nhưng trước đó đã được mang sang Nhật Bản và tiếp tục phát triển cho đến ngày nay dưới tên gọi là Rinzai.

Bài viết này không phải là một nghiên cứu thâm sâu về triết thuyết của Lâm Tế Tông, mà nó chỉ yếu lược về Thiền Lý & Thiền Tập của Lâm Tế Tông và pháp tu đặc biệt của tông phái này. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng mục đích cuối cùng của người tu Phật là giác ngộ và giải thoát, nghĩa thấy được cách nào để thoát ra khỏi vòng luân hồi sanh tử ngay trong kiếp này. Đường tu tập còn đòi hỏi nhiều cố gắng và hiểu biết liên tục. Chính vì thế mà mặc dù hiện tại đã có quá nhiều sách viết về Phật giáo, tôi cũng mạo muội biên soạn bài viết với tựa đề “Sơ Lược Về Thiền Lý & Thiền Tập Theo Truyền Thống Lâm

Tế Tông” song ngữ Việt Anh nhằm giới thiệu giáo lý và sự tu tập thiền theo truyền thống Lâm Tế Tông cho Phật tử ở mọi trình độ, đặc biệt là những người sơ cơ. Những mong sự đóng góp nhoi nầy sẽ mang lại lợi lạc cho những muốn hiểu biết thêm về Thiền trong Phật giáo và biết làm thế nào để có được cuộc sống an bình, tỉnh thức và hạnh phúc.

(A) Đức Phật & Sự Khai Sanh Của Thiền Định

I. Sự Khai Sanh Của Thiền Định Trong Đạo Phật:

Sau khi Thái tử Tất Đạt Đa dứt bỏ đời sống vương giả, cùng tên hầu cận là Xa Nặc thắng yên cương cùng trốn ra khỏi cung, đi vào rừng sâu, xuất gia tầm đạo. Ban đầu, Thái tử đến với các danh sư tu khổ hạnh như Alara Kalama, Uddaka Ramaputta, những vị nầy sống một cách kham khổ, nhịn ăn nhịn uống, dãi nắng dầm mưa, hành thân hoại thể. Tuy nhiên ngài thấy cách tu hành như thế không có hiệu quả, Ngài khuyên nên bỏ phương pháp ấy, nhưng họ không nghe. Thái tử bèn gia nhập nhóm năm người tu khổ hạnh và ngài đi tu tập nhiều nơi khác, nhưng đến đâu cũng thấy còn hẹp hòi thấp kém, không thể giải thoát con người hết khổ được. Thái tử tìm chốn tu tập một mình, quên ăn bỏ ngủ, thân hình mỗi ngày thêm một tiêu tụy, kiệt sức, nằm ngã trên cỏ, may được một cô gái chặn cừu đổ sữa cứu khỏi thần chết. Từ đó, Thái tử nhận thấy muốn tìm đạo có kết quả, cần phải bồi dưỡng thân thể cho khỏe mạnh. Sau sáu năm tầm đạo, sau lần Thái tử ngồi nhập định suốt 49 ngày đêm dưới cội Bồ Đề bên bờ sông Ni Liên tại Gaya để chiến đấu trong một trận cuối cùng với bóng tối si mê và dục vọng. Trong đêm thứ 49, lúc đầu hôm Thái tử chứng được túc mệnh minh, thấy rõ được tất cả khoảng đời quá khứ của mình trong tam giới; đến nửa đêm Ngài chứng được Thiên nhãn minh, thấy được tất cả bản thể và nguyên nhân cấu tạo của vũ trụ; lúc gần sáng Ngài chứng được Lậu tận minh, biết rõ nguồn gốc của khổ đau và phương pháp dứt trừ đau khổ để được giải thoát khỏi luân hồi sanh tử. Thái tử Sĩ Đạt Đa đã đạt thành bậc Chánh Đẳng Chánh Giác, hiệu là Thích Ca Mâu Ni Phật.

II. Đạo Phật Là Đạo Của Trí Tuệ Giải Thoát Và Thiền Quán Trong Phật Giáo Hướng Tới Cái Trí Tuệ Giải Thoát Đó:

Nhiều người tin rằng rằng họ thiền quán để thành Phật. Vâng, họ đúng. Phần hành thiền được lưu truyền từ những kinh điển Phật giáo Nguyên Thủy, căn cứ trên những phương pháp mà chính Đức Phật đã áp dụng, pháp môn hành thiền đã đưa Ngài đến giác ngộ và Niết Bàn, và từ chính kinh nghiệm bản thân của Ngài trong sự phát triển tâm linh. Như vậy, mục tiêu cuối cùng của bất cứ người con Phật nào cũng là thành Phật; tuy nhiên thiền tự nó không làm cho bất cứ chúng sanh nào thành Phật. Truyền thống tư duy của Phật giáo không đơn giản như vậy. Truyền thống tư duy của Phật giáo khác với truyền thống tư duy của các tôn giáo khác vì Phật giáo coi thiền định không thôi tự nó chưa đủ. Chúng ta có thể nói, với Phật giáo, thiền định tựa như mình mài một con dao. Chúng ta mài dao với mục đích để cắt vật gì đó một cách dễ dàng. Cũng như vậy, qua thiền định chúng ta mài dũa tâm mình cho một mục đích nhất định, trong trường hợp tu theo Phật, mục đích này là trí tuệ. Trí tuệ có thể xóa tan vô minh và cắt đứt khổ đau phiền não. Chữ “Thiền” thật sự không phải là từ tương đương với chữ “Bhavana” trong ngôn ngữ Nam Phạn, mà đúng theo nguyên nghĩa có nghĩa là mở mang hay phát triển, trau dồi hay làm cho trở thành, là sự nỗ lực xây dựng tâm vắng lặng và an trụ, có khả năng nhận thức rõ ràng bản chất thật sự của tất cả các pháp hữu lậu và chứng ngộ Niết Bàn, trạng thái tâm lành mạnh lý tưởng. Trong Phật giáo, thiền làm công việc của một ngọn đuốc đem lại ánh sáng cho một cái tâm u tối. Giả như chúng ta đang ở trong một căn phòng tối tăm với một ngọn đuốc trong tay. Nếu ngọn đuốc quá mờ, hay nếu ngọn đuốc bị gió lay, hay nếu tay chúng ta không nắm vững ngọn đuốc, chúng ta sẽ không thấy được cái gì rõ ràng cả. Tương tự như vậy, nếu chúng ta không thiền đúng cách, chúng ta sẽ không bao giờ có thể đạt được trí tuệ có thể xuyên thấu được sự tăm tối của vô minh để nhìn thấy bản chất thật sự của cuộc sống và cuối cùng đi đến chỗ đoạn tận được khổ đau và phiền não. Vì vậy, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng thiền chỉ là một phương tiện, một trong những phương tiện hay nhất để đạt được trí huệ trong đạo Phật. Hơn nữa, nhờ đạt được trí tuệ mà người ta có thể thấy được đúng sai và có thể tránh được ham mê cực độ những dục lạc giác quan hoặc hành hạ thân xác đến độ thái quá.

III. Kỳ Thật, Danh Xưng “Phật” Đã Nói Lên Hết Ý Nghĩa Của Thiền:

Chữ Phật không phải là một danh từ riêng mà là một từ có nghĩa là “Bậc Giác Ngộ”, “Bậc Đại Giác”, hay “Bậc Tỉnh Thức.” Thái tử Sĩ Đạt Tha không phải sanh ra để được gọi là Phật. Ngài không sanh ra tự nhiên giác ngộ, mà phải với nỗ lực tự thân, Ngài mới đạt đến Giác Ngộ. Bất cứ chúng sanh nào thành tâm và cố gắng vượt thoát khỏi mọi vướng mắc đều có thể giác ngộ và thành Phật được. Tất cả Phật tử nên luôn nhớ rằng Đức Phật không phải là một vị thần linh. Cũng như chúng ta, Đức Phật sanh ra là một con người. Sự khác biệt giữa Đức Phật và phàm nhân là Đức Phật đã giác ngộ còn phàm nhân vẫn còn mê mờ. Tuy nhiên, dù giác hay dù mê thì Phật tánh nơi ta và Phật tánh nơi Phật không sai khác. Như vậy, “Phật” là danh hiệu của một bậc đã xé tan bức màn vô minh, tự giải thoát mình khỏi vòng luân hồi sanh tử, và thuyết giảng con đường giải thoát cho chúng sanh. Chữ “Buddha” lấy từ gốc Phạn ngữ “Budh” có nghĩa là giác ngộ, chỉ người nào đạt được Niết Bàn qua thiền tập và tu tập những phẩm chất như trí tuệ, nhẫn nhục, bố thí. Con người ấy sẽ không bao giờ tái sanh trong vòng luân hồi sanh tử nữa, vì sự nối kết ràng buộc phàm phu tái sanh đã bị chặt đứt. Qua tu tập thiền định, chư Phật đã loại trừ tất cả những tham dục và nhiễm ô. Vị Phật của hiền kiếp là Phật Thích Ca Mâu Ni. Ngài sanh ra với tên là Tất Đạt Đa trong dòng tộc Thích Ca. Phật là Đấng Toàn Giác hay một người đã giác ngộ viên mãn về chân tánh của cuộc sinh tồn. Chữ Phật có nghĩa là tự mình giác ngộ, đi giác ngộ cho người, sự giác ngộ này là viên mãn tối thượng. Từ Buddha” được rút ra từ ngữ căn tiếng Phạn “Budh” nghĩa là hiểu rõ, thấy biết hay tỉnh thức. Phật là người đã giác ngộ, không còn bị sanh tử luân hồi và hoàn toàn giải thoát. Trong Kinh Châu Báu, Tiểu Bộ, Tập 6, Đức Phật dạy: “Phật, Thế Tôn thù thắng, nói lên lời tán thán, pháp Thiền định trong sạch, liên tục không gián đoạn. Không gì sánh bằng được pháp thiền vi diệu ấy. Như vậy nơi chánh pháp là châu báu thù diệu. Mong với sự thật này, được sống chơn hạnh phúc.”

(B) Sơ Lược Về Thiền Quán Trong Giáo Thuyết Phật Giáo

I. Đại Cương Về Thiền Quán Trong Giáo Thuyết Phật Giáo:

Khi nhìn lại nguồn gốc của Thiền, chúng ta thấy rằng người sáng lập thật sự của Thiền không ai khác hơn là Đức Phật. Qua quán tưởng nội tại mà Đức Phật đạt được chánh đẳng chánh giác và do đó trở thành bậc Giác Giả, vị Chúa của Trí Tuệ và Từ Bi. Trong đạo Phật có nhiều phương pháp tu tập và thiền định là một trong phương pháp chính và quan trọng nhất của Phật giáo. Theo lịch sử Phật giáo thì Đức Thích Tôn Từ Phụ của chúng ta đã đạt được quả vị Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác sau nhiều ngày tháng tọa thiền dưới cội Bồ Đề. Hơn 25 thế kỷ về trước chính Đức Phật đã dạy rằng thực tập thiền là quay trở lại với chính mình hầu tìm ra chân tánh của mình. Chúng ta không nhìn lên, không nhìn xuống, không nhìn sang đông hay sang tây, hay bắc hay nam; chúng ta nhìn lại chính chúng ta, vì chính ở trong chúng ta và chỉ ở trong đó thôi là trung tâm xoay chuyển của cả vũ trụ. Mãi đến ngày nay, chúng ta vẫn còn kính thờ Ngài qua hình ảnh tọa thiền lắng sâu trong chánh định của Ngài. Như vậy chúng ta không thể nào tách rời Thiền ra khỏi Phật giáo. Theo Thiền sư Thích Thiên Ân trong Triết Lý Thiền, Thực Hành Thiền (p.6), một số người nghĩ rằng Thiền tông là một hiện tượng tôn giáo đặc thù của Nhật Bản. Đây là trường hợp của nhiều người Tây phương thoát biết đến Thiền tông qua công trình của Đại sư Nhật D.T. Suzuki. Nhưng dù Thiền có thể là đóa hoa của văn minh Nhật, trường phái Thiền của Phật giáo không giới hạn ở Nhật Bản mà cũng đã từng phát triển ở những nước khác. Thiền tông được truy nguyên từ thời Đức Phật lặng lẽ đưa lên một cánh sen vàng. Lúc ấy hội chúng cảm thấy bối rối, duy chỉ có Ngài Đại Ca Diếp hiểu được và mỉm cười. Câu chuyện này ngầm nói lên rằng yếu chỉ của Chánh Pháp vượt ngoài ngôn ngữ văn tự. Trong nhà Thiền, yếu chỉ này được người thầy truyền cho đệ tử trong giây phút xuất thần, xuyên phá bức tường tri kiến hạn hẹp thông thường của con người. Yếu chỉ mà Ngài Đại Ca Diếp nhận hiểu đã được truyền thừa qua 28 vị tổ Ấn Độ cho đến tổ Bồ Đề Đạt Ma. Tổ Bồ Đề Đạt Ma là một thiền sư Ấn Độ có chí hướng phụng hành theo kinh Lăng Già, một bản kinh của tông Du Già. Ngài du hóa sang Trung Quốc vào năm 470 và bắt đầu truyền

dạy Thiền tại đây. Sau đó Thiền tông lan tỏa sang Triều Tiên và Việt Nam. Đến thế kỷ thứ 12 Thiền tông phổ biến mạnh mẽ và rộng rãi ở Nhật Bản. Thiền theo tiếng Nhật là Zen, tiếng Trung Hoa là Ch'an, tiếng Việt là "Thiền", và tiếng Sanskrit là "Dhyana" có nghĩa là nhất tâm tĩnh虑. Có nhiều dòng Thiền khác nhau tại Trung Hoa, Nhật Bản và Việt Nam, mỗi truyền thống đều có lịch sử và phương thức tu tập của riêng mình, nhưng tất cả đều cho rằng mình thuộc dòng thiền bắt đầu từ Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Thiền sử cho rằng Đức Phật đã truyền lại tinh túy của tâm giác ngộ của Ngài cho đệ tử là Ca Diếp, rồi tới phiên Ca Diếp lại truyền thừa cho người kế thừa. Tiến trình này tiếp tục qua 28 vị tổ Ấn Độ cho đến tổ Bồ Đề Đạt Ma, người đã mang Thiền truyền thừa vào Trung Hoa. Tất cả những vị đạo sư Ấn Độ và Trung Hoa thời trước đều là những vị Thiền sư. Thiền là một trong những pháp môn mà Đức Phật truyền giảng song song với giới luật, bố thí, nhẫn nhục và trí tuệ. Một số hành giả muốn lập pháp môn Thiền làm cốt lõi cho việc tu tập nên Thiền tông dần dần được thành hình. Nguyên lý căn bản của Thiền tông là tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, tức là hạt giống Phật mà mỗi người tự có sẵn. Nguyên lý này được một số Thiền sư trình bày qua câu "Tất cả chúng sanh đều đã là Phật", nhưng chỉ vì những tâm thái nhiễu loạn và những chướng ngại pháp đang còn che mờ tâm thức mà thôi. Như vậy công việc của thiền giả chỉ là nhận ra tánh Phật và để cho tánh Phật ấy phát hào quang xuyên vượt qua những chướng ngại pháp. Vì tiền đề cơ bản để chứng đạt quả vị Phật, tức là chủng tử Phật đã nằm sẵn trong mỗi người rồi nên Thiền tông nhấn mạnh đến việc thành Phật ngay trong kiếp này. Các vị Thiền sư tuy không phủ nhận giáo lý tái sanh hay giáo lý nghiệp báo, nhưng không giảng giải nhiều về những giáo lý này. Theo Thiền tông, người ta không cần phải xa lánh thế gian này để tìm kiếm Niết Bàn ở một nơi nào khác, vì tất cả chúng sanh đều có sẵn Phật tánh. Hơn nữa, khi người ta chứng ngộ được tánh không thì người ta thấy rằng sinh tử và Niết Bàn không khác nhau. Thiền tông nhận thức sâu sắc những giới hạn của ngôn ngữ và tin chắc rằng công phu tu tập có chiều hướng vượt qua phạm vi diễn đạt của ngôn ngữ. Hành thiền là quay trở lại trong mình hầu tìm ra chân tính của chính mình. Chúng ta không nhìn lên, không nhìn xuống, không nhìn sang đông hay sang tây, sang bắc hay sang nam; mà là nhìn lại chính chúng ta, vì chính ở trong chúng ta và chỉ trong đó thôi mới là trung tâm xoay chuyển của cả vũ

trụ. Vì vậy Thiền tông đặc biệt nhấn mạnh đến việc thực nghiệm và không đặt trọng tâm vào việc hiểu biết suông. Do đó nên với người tu Thiền thì điều quan trọng trước tiên là phải gắn bó với một vị Thiền sư có nhiều kinh nghiệm. Bốn phận của vị Thiền sư là đưa thiền sinh đi ngược trở lại cái thực tại hiện tiền bất cứ khi nào tâm tư của thiền sinh còn dong ruổi với những khái niệm có sẵn.

Trong Anh ngữ, “Zen” là lối phát âm của Nhật Bản của danh từ Ch’an của Trung Hoa, mà từ này lại là lối phát âm theo từ Dhyana của Phạn ngữ có nghĩa là “thiền.” Điểm đặc biệt của công phu tu tập đạt đến giác ngộ của Đức Phật là quán chiếu nội tâm. Vì lý do này mà nhiều người tin rằng rằng họ thiền quán để thành Phật. Vâng, họ đúng. Mục tiêu cuối cùng của bất cứ người con Phật nào cũng là thành Phật; tuy nhiên, thiền tự nó không làm cho bất cứ chúng sanh nào thành Phật. Thiền là phương pháp thâm cứu và quán tưởng, hay là phương pháp giữ cho tâm yên tĩnh, phương pháp tự tỉnh thức để thấy rằng chân tánh chính là Phật tánh chứ không là gì khác hơn. Tuy nhiên, truyền thống tư duy của Phật giáo không đơn giản như vậy. Truyền thống tư duy của Phật giáo khác với truyền thống tư duy của các tôn giáo khác vì Phật giáo coi thiền định không thôi tự nó chưa đủ. Chúng ta có thể nói, với Phật giáo, thiền định tựa như mình mài một con dao. Chúng ta mài dao với mục đích để cắt vật gì đó một cách dễ dàng. Cũng như vậy, qua thiền định chúng ta mài dũa tâm mình cho một mục đích nhất định, trong trường hợp tu theo Phật, mục đích này là trí tuệ. Trí tuệ có thể xóa tan vô minh và cắt đứt khổ đau phiền não. Trong những giờ phút trước khi đạt được đại ngộ, chính Đức Phật đã thực hành cách quán chiếu nội tại trong suốt bốn mươi chín ngày, cho đến lúc Ngài đột nhiên đạt được sự giác ngộ và trở thành Phật. Khi Ngài quay lại với chính Ngài, Ngài tìm thấy chân tánh của mình, hay Phật tánh, và Ngài đã thành Phật. Đó là mục tiêu tối thượng của ‘Thiền’. Thiền theo Phật giáo khác hẳn thiền của những tôn giáo khác. Đa số các tôn giáo khác đặt một thượng đế tối cao trên con người, từ đó con người phải lắng lòng cầu nguyện và thờ lạy đấng thượng đế, với quan niệm cho rằng sự thật phải đến từ bên ngoài. Trong khi đó, thiền Phật giáo quan niệm sự thật không phải đến từ bên ngoài, mà từ bên trong. Sự thật nằm ngay trong tự tánh của chúng ta chứ không phải nơi nào khác. Theo Phật giáo, mỗi chúng sanh đều có Phật tánh, và trở thành Phật chỉ là quay vào chính mình để tìm lại cái Phật tánh này mà thôi. Phật tánh này

luôn sẵn có ở trong và luôn chiếu sáng. Giống như mặt trời và mặt trăng, luôn luôn chiếu sáng, nhưng khi bị mây che phủ, chúng ta không thấy được ánh nắng hay ánh trăng. Mục đích của người tu thiền là loại trừ những đám mây, vì khi mây tan thì chúng ta lại thấy nắng thấy trăng. Tương tự, chúng ta luôn có sẵn Phật tánh bên trong, nhưng khi tham dục, chấp trước và phiền não che phủ, Phật tánh không hiển hiện được. Trong Phật giáo, thiền làm công việc của một ngọn đuốc đem lại ánh sáng cho một cái tâm u tối. Giả như chúng ta đang ở trong một căn phòng tối tăm với một ngọn đuốc trong tay. Nếu ngọn đuốc quá mờ, hay nếu ngọn đuốc bị gió lay, hay nếu tay chúng ta không nắm vững ngọn đuốc, chúng ta sẽ không thấy được cái gì rõ ràng cả. Tương tự như vậy, nếu chúng ta không thiền đúng cách, chúng ta sẽ không bao giờ có thể đạt được trí tuệ có thể xuyên thấu được sự tăm tối của vô minh để nhìn thấy bản chất thật sự của cuộc sống và cuối cùng đi đến chỗ đoạn tận được khổ đau và phiền não. Vì vậy, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng thiền chỉ là một phương tiện, một trong những phương tiện hay nhất để đạt được trí huệ trong đạo Phật. Hơn nữa, nhờ đạt được trí tuệ mà người ta có thể thấy được đúng sai và có thể tránh được ham mê cực độ những dục lạc giác quan hoặc hành hạ thân xác đến độ thái quá.

II. Tổng Quan Về Hương Thiền Trong Giáo Điển Hướng Dẫn Tu Tập Phật Giáo:

Khi nhắc tới Thiền định Phật giáo chúng ta không thể nào bỏ qua không nhắc tới những ngày ngay trước khi đức Phật thành đạo của hơn hai mươi sáu thế kỷ về trước. Một ngày, sau khi tắm gội trên sông Ni Liên Thiền, Thái Tử Tất Đạt Đa đi thẳng lên bờ, ngồi dưới cội cây Bồ Đề và nguyện với chính mình: “Dầu cho máu huyết có cạn kiệt và thân này chỉ còn lại da bọc xương, Ta sẽ không rời khỏi chỗ này nếu không đạt được mục đích tuyệt đối cuối cùng là giải thoát cho chính mình và cho toàn thể nhân loại thoát khỏi nỗi khổ sanh tử luân hồi.” Nói xong, Thái Tử Tất Đạt Đa ngồi đó một cách khẳng quyết cho đến khi Ngài đạt được giác ngộ. Từ khi bắt đầu ngồi tĩnh tọa, Thái Tử Tất Đạt Đa tập trung ý chí, chuyên tâm nhất niệm, chống chọi với tất cả sự quấy nhiễu của thiên nhiên và sự tưởng nhớ về những vui vẻ huyền ảo trong quá khứ. Ngài đã hoàn toàn tách mình ra khỏi những vọng niệm và chuyên nhất ý chí tầm cầu chân lý. Ngài tự quán xét: “Tất cả khổ

đau do đâu mà khởi sanh? Làm sao người ta có thể thoát ra khỏi khổ đau?” Trong khoảng thời gian đó, nhiều hình ảnh ma mị luôn cố làm phân tâm Ngài, khiến cho ngài nhớ lại những vui sướng trong quá khứ và thậm chí còn khởi lên ý muốn quay trở về sống hưởng thụ khoái lạc trong hoàng cung như trong thời quá khứ. Nhưng rồi do lời thệ nguyện kiên quyết của ngài với ý chí dũng mãnh đã chống chọi lại những cám dỗ. Cuối cùng, ngài đã thành công hoàn toàn trong việc xua tan mọi vọng niệm đã quấy nhiễu mình. Tâm của ngài tĩnh lặng như mặt hồ trong ngày không có một gợn gió. Ngài đã nhập sâu vào đại định. Trong đại định, ngài đã cố truy tìm ra cội nguồn cuộc sống của chính mình và đã đạt được túc mạng thông, có thể biết được cuộc sống những đời quá khứ. Quán sát thêm, ngài lại chứng thiên nhãn thông, biết được sanh tử của chúng sanh mọi loài. Ngài nhận ra rằng sanh tử nối tiếp không ngừng chỉ là sự hiển hiện của nghiệp mà chúng sanh ấy đã gây tạo; tư tưởng và hành động. Có người sanh ra có đời sống tốt, có được mọi thứ hạnh phúc là do nghiệp thiện đã làm. Ngược lại, có người sanh ra trong điều kiện tệ hại hơn và chịu nhiều đau khổ là do ác nghiệp mà mình đã tạo ra. Cuối cùng, ngài quán sát rằng nguyên nhân tối hậu khiến chúng sanh luôn hồi lăn trôi trong biển đời sanh tử là do sự vô minh, và tham đắm vào những thú vui hư huyền vô thường. Và đối với những ai không muốn ở lại trong vòng luân hồi sanh tử, chỉ có một cách duy nhất là hoàn toàn diệt trừ dục vọng và tham ái. Thái Tử Tất Đạt Đa đã đạt được lậu tận thông. Lúc đó, ngài biết chính mình đã giải thoát tất cả mọi tham muốn và ảo ảnh, ngài đã khám phá ra được nguyên nhân và phương cách diệt trừ khổ đau. Ngài đã đạt được Đại Giác Ngộ. Thái Tử Tất Đạt Đa đã trở thành một vị Phật ngay chính vào lúc đó. Mãi cho tới ngày hôm nay, hương thiền của những ngày nguyên thủy ấy, vào thời của đức Phật, vẫn còn đượm đậm nét trong hầu hết trong các giáo điển hướng dẫn tu tập trong Phật giáo.

Như trên đã nói, qua hầu hết các giáo điển hướng dẫn tu tập trong Phật giáo, chúng ta có thể thấy hương Thiền thoang thoang khắp nơi. Thật vậy, gần 26 thế kỷ về trước, sau khi kinh qua nhiều pháp môn tu tập nhưng không thành công, Đức Phật đã quyết định thử nghiệm chân lý bằng cách tự thanh tịnh lấy tâm mình. Ngài đã ngồi kiết già suốt 49 ngày đêm dưới cội Bồ Đề và cuối cùng đạt được thiền định cao nhất mà thời bấy giờ người ta gọi là giác ngộ và giải thoát. Ngài đã tuần tự chứng sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền... Như vậy Thiền

bắt nguồn ngay từ thời Đức Phật và Thiền Phật Giáo thành hình từ cốt lõi của giáo lý nhà Phật. Thiền tại Trung Hoa và những xứ Đông Á khác được thành hình sau khi Tổ Bồ Đề Đạt Ma đến Trung Hoa và ngày nay Thiền trở thành phổ cập chẳng những trong tu tập Phật giáo, mà ngay cả những xứ theo Cơ Đốc giáo và Hồi giáo người ta cũng cố gắng tu tập thiền quán trong những sinh hoạt hằng ngày của họ nhằm cải thiện cuộc sống của mình. Tuy nhiên, thiền Phật giáo không dừng lại ở chỗ chỉ nhằm cải thiện đời sống, mà còn giúp con người đạt tới giác ngộ qua việc thấy được thực tánh của chân như mà người ta tin rằng không thể nào truyền đạt được qua tư tưởng, mà chỉ tìm được sự chứng ngộ thật dù đó là một cái đánh hay một tiếng cười. Ngày nay Thiền Phật giáo được phổ biến khắp thế giới Tây Phương và được nhiều người biết đến đến nỗi hầu như người nào cũng biết về Thiền. Thiền đưa tâm ra khỏi tâm cho đến khi một tia tuệ giác trực tiếp xuất hiện chỉ trong một khoảnh khắc nào đó. Thiền quán không phải là một pháp môn mới có hôm nay hoặc hôm qua. Từ thời xa xưa, đã có nhiều người hành thiền bằng nhiều phương cách khác nhau. Chưa bao giờ, và sẽ không bao có sự phát triển tâm trí hay gọi rửa những bợn nhơ tinh thần nào mà không nhờ đến thiền quán. Thiền quán chính là phương cách mà Thái tử Tất Đạt Đa, đức Phật, đã đạt được đạo quả vô thượng chánh đẳng chánh giác. Thiền không dành riêng cho người Ấn Độ, cho xứ Ấn Độ hay chỉ cho thời đức Phật còn tại thế, mà là cho cả nhân loại, trong tất cả mọi thời đại, và mọi nơi trên thế giới. Thiền tập không thể có giới hạn về chủng tộc, tôn giáo, không gian hay thời gian.

Hương Thiền có công năng giúp cho tâm mình có được trạng thái tâm thanh sạch, nơi mà mọi dục vọng và thôi thúc đều được điều phục để tâm trở nên tập trung và thể nhập vào trạng thái minh mẫn và tỉnh thức. Chúng ta phải luôn có hương Thiền cũng giống như trường hợp Thiền tập phải được áp dụng vào cuộc sống hằng ngày, và kết quả của công phu này phải được hưởng tại đây, ngay trong kiếp này. Hành thiền không phải là tự mình tách rời hay xa lìa công việc mà thường ngày mình vẫn làm, mà thiền là một phần của đời sống, là cái dính liền với cuộc sống này. Trong Thiền, chúng ta sống thiền bất cứ khi nào chúng ta hoàn toàn sống với hiện tại mà không chút sợ hãi, hy vọng hay những lo ra tâm thường. Với sự tỉnh thức chúng ta có thể tìm thấy thiền trong những sinh hoạt hằng ngày. Thiền không thể tìm được bằng cách khám phá chân lý tuyệt đối bị che dấu từ ngoại cảnh, mà

chỉ tìm được bằng cách chấp nhận một thái độ đến với cuộc sống giới hạn. Người ta tìm cầu giác ngộ bằng cách nỗ lực, tuy nhiên, đa số chúng ta quên rằng để đạt đến giác ngộ chúng ta phải buông bỏ. Điều này cực kỳ khó khăn cho tất cả chúng ta vì trong cuộc sống hằng ngày chúng ta thường cố gắng thành đạt sự việc. Một khi Người được mùi Thiền, chúng ta có thể biết cách làm sao để sống với hiện tại quý báu và quên đi ngày hôm qua và ngày mai, vì hôm qua đã qua rồi và ngày mai thì chưa tới. Trong Thiền, chúng ta nên hằng giác ngộ chứ không có cái gì đặc biệt cả. Mọi việc đều bình thường như thường lệ, nhưng làm việc trong tỉnh thức. Bắt đầu một ngày của bạn, đánh răng, rửa mặt, đi tiêu tiểu, tắm rửa, mặc quần áo, ăn uống, làm việc... Khi nào mệt thì nằm xuống nghỉ, khi nào đói thì tìm cái gì đó mà ăn, khi không muốn nói chuyện thì không nói chuyện, khi muốn nói thì nói. Hãy để những hoàn cảnh tự đến rồi tự đi, chứ đừng cố thay đổi, vì bạn chẳng thể nào thay đổi được hoàn cảnh đâu! Thiền dạy chúng ta đoạn trừ mọi vọng tưởng phân biệt và khiến cho chúng ta hiểu rằng chân lý của vũ trụ là căn bản thật tánh của chính chúng ta. Mọi người chúng ta nên thiền định thâm sâu về vấn đề này, vì nó là cái mà chúng ta gọi là ‘Ngã’. Khi hiểu nó là gì, chúng ta sẽ tự động quay về hòa cùng thiên nhiên vũ trụ trong cảnh giới nhất thể, và chúng ta sẽ thấy thiên nhiên chính là chúng ta và chúng ta cũng chính là thiên nhiên, và cảnh giới thiên nhiên ấy chính là cảnh Phật, người đang thuyết pháp cho chúng ta ở mọi nơi mọi lúc. Hy vọng rằng tất cả chúng ta đều có thể nghe được thiên nhiên đang nói gì với chúng ta, để ai cũng có thể tìm về cảnh giới an lạc mà chúng ta đã một lần xa rời. Trên đời này, người bình thường chỉ có thể thưởng thức mùi hương của các loại hoa bình thường; trong khi người tu Phật chân chánh thì có thể thưởng thức cả mùi hương của các loại hoa lẫn mùi hương giải thoát của nhà thiền.

(C) Sơ Lược Về Thiền Tông Trung Hoa

(C-1) Sơ Lược Về Triết Lý & Thiền Tông

I. Đại Cương Về Thiền Định:

Nghĩa Của Thiền Định: Thiền theo tiếng Phạn là Dhyana. Thiền là một yếu tố của Định; tuy nhiên, cả hai từ được dùng gần như lẫn lộn

với nhau. Định theo tiếng Phạn là Samadhi. Định bao trùm toàn bộ bối cảnh của Thiền, để tâm chuyên chú vào một đối tượng mà đạt tới trạng thái tịch tĩnh không tán loạn. Còn có nhiều định nghĩa về Thiền Định: Thiền định hay sự phát triển tâm linh, hay quán chiếu về khổ, vô thường và vô ngã. Thiền định trong các trường phái Phật giáo tuy có khác nhau về hình thức và phương pháp, nhưng cùng có một mục tiêu chung là làm tinh thần tập trung, thanh thản và trong suốt như một dòng sông nước trong mà người ta có thể nhìn thấy tận đáy, từ đó ý thức biết được sự thể nghiệm về ngộ, giải thoát và đại giác. Ngoài ra, cố gắng thực tập thiền định thường xuyên nếu hành giả chưa nhập vào chân lý thì ít ra cũng sẽ giúp chúng ta xa rời nhị nguyên phân biệt. Thiền cũng được định nghĩa như là quá trình tập trung và thẩm nhập nhờ đó mà tâm được yên tĩnh và nhất tâm bất loạn (qui nhất), rồi đi đến giác ngộ. Thiền cũng là một trong sáu Ba La Mật. Thiền cũng là một tông phái Phật giáo Đại Thừa, Thiền là một tôn giáo thoát khỏi giáo điều mà chỉ hướng thẳng đến sự tự chứng ngộ. Tỷ như sự tự chứng ngộ của Đức Phật Thích Ca dưới cội cây Bồ Đề sau khi nỗ lực tu tập. Thiền tông Việt Nam bao gồm các phái Lâm Tế, Tào Động, và Trúc Lâm. Thiền định để cũng chỉ những giáo lý thiền thuộc về Phật giáo, nhưng áp dụng đặc biệt vào Thiền Tông.

Mục Đích Của Việc Hành Thiền: Phật tử tu tập Thiền định để huấn luyện tâm và kỷ luật tự giác bằng cách nhìn vào chính mình. Tu tập thiền định là tìm cách hiểu rõ bản chất của tâm và sử dụng nó một cách hữu hiệu trong cuộc sống hằng ngày, vì tâm là chìa khóa của hạnh phúc, mà cũng là chìa khóa của khổ đau phiền não. Tu tập thiền định trong cuộc sống hằng ngày là giải thoát tinh thần ra khỏi những trói buộc của tư tưởng cũng như những nhiễm ô loạn động. Tu tập thiền định là con đường trực tiếp nhất để đạt tới đại giác.

II. Triết Lý Và Cương Yếu Thiền Tông:

Triết Lý Thiền Tông: Theo triết lý chính của Thiền tông, nhìn vào nội tâm, chứ không phải nhìn ra bên ngoài, là cách duy nhất để đạt đến sự giác ngộ mà trong tâm trí con người thì cũng giống như là Phật quả vậy. Hệ tư tưởng này chú trọng vào ‘trực cảm,’ với một đặc điểm là không có ngôn từ nào để tự diễn đạt, không có một phương thức nào để tự giải thích, không có sự chứng minh dài dòng nào về chân lý riêng của mình một cách thuyết phục. Nếu có sự diễn đạt thì chỉ diễn đạt

bằng ký hiệu và hình ảnh. Qua một thời gian, hệ tư tưởng này đã phát triển triết lý trực cảm của nó đến một mức độ khiến nó vẫn còn là một triết lý độc đáo cho đến ngày nay. Theo Giáo sư Junjiro Takakusu trong *Cương Yếu Triết Học Phật Giáo*, Thiền tông nặng về triết lý nhưng không phải là một nền triết học theo nghĩa hạn hẹp của nó. Đây là một học phái có chất tôn giáo hơn tất cả mọi học phái Phật giáo, nhưng lại không phải là một tôn giáo theo nghĩa thông thường của danh từ này. Thiền tông không có kinh điển nào của Phật cũng không trì giữ một luật nghi nào do Phật đặc chế ra. Nếu như không kinh, không luật, thì không một học phái nào có thể ra vẻ Phật giáo. Tuy nhiên, theo ý nghĩa của Thiền, ai mà còn chấp trước vào danh ngôn hay luật lệ thì không bao giờ có thể thấu đáo hoàn toàn ý nghĩa chân thật của người nói. Lý tưởng hay chân lý mà Đức Phật chứng ngộ chắc chắn khác hẳn với những gì mà Ngài đã giảng dạy, bởi vì giáo thuyết nhất thiết bị ước định bởi ngôn từ mà Ngài dùng, bởi thánh chứng mà Ngài giáo hóa, và bởi hoàn cảnh xảy ra cho người nói và người nghe. Cái mà Thiền nhắm đến là lý tưởng của Phật, minh nhiên và không bị ước định. Học phái này còn được gọi là “Phật Tâm Tông.” Phật tâm vốn cũng chỉ là tâm người thường. Chỉ cần nhìn thẳng vào tâm địa đó là có thể đưa hành giả đến giác ngộ viên mãn. Nhưng bằng cách nào? Chủ ý chung của Phật pháp là để hành giả tự thấy đúng và tự đi đúng. *Thấy Đúng Hay Kiến Đạo*: Thấy đúng khác biệt với đi đúng. Để phán đoán con đường sắp đi có đúng hay không, trước nhất học vấn hay khoa học là quan trọng. *Đi Đúng Hay Tu Đạo*: Người ta thường đi mà không thấy. Tôn giáo chú trọng trên thực hành, tức là đi như thế nào, nhưng lại sao lãng việc giáo hóa những hoạt động trí thức để xác định con đường tu tập chân chính, tức là thấy như thế nào. Với Thiền, càng đi chúng ta càng khám phá ra rằng triết lý quan trọng hơn tất cả những thứ khác. Trong trường hợp mà khoa học không cung ứng một giải đáp thỏa đáng, thì chúng ta phải trông cậy vào phương pháp tư duy của Thiền để soi tỏ vào bất cứ vấn đề nào được nêu ra. Trước tiên, hành giả phải tìm thấy con đường rồi bắt đầu đi trên đó. Mỗi bước tiến nhờ vào tư duy sẽ đưa người vượt qua lớp sóng của nhân sinh, tiến lần đến cõi hư không của thiên giới và cuối cùng đạt đến giác ngộ viên mãn như Đức Phật. *Quán* là con mắt trực thị và đồng thời là bước chân trên con đường chân thực. *Thiền định và quán* là thấu kính trong đó những đối tượng bên ngoài bị hội tụ để rồi phân tán và khắc ấn tượng lên mặt

của những âm bản bên trong. Sự tập trung vào thấu kính này chính là định (samadhi) và định càng sâu thì giác ngộ càng mau chóng. Những gì khắc đậm hơn vào lớp phim âm bản là huệ (prajna) và là căn bản của những hoạt động trí thức. Qua ánh sáng trí huệ rọi ra bên ngoài, hành giả nhìn và thấy lại cái ngoại giới sai biệt lần nữa rồi theo đó mà hành sự thích nghi vào cuộc sống thực tế.

Cương Yếu Thiền Tông: Theo Kinh Lăng Già, Thiền tông tin vào đốn ngộ, chứ không qua nghi lễ hay kinh điển. Tu thiền trực ngộ bằng tuệ giác bên trong. Truyền thống truyền thừa Mật giáo lấy câu chuyện Đức Phật trong hội Linh Sơn giỡ bông hoa, và ngài Ca Diếp trực ngộ bằng cái mỉm cười làm nguồn gốc (đĩ tâm truyền tâm, giáo ngoại biệt truyền). Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, Ấn Độ có truyền thống tư duy thực hành trong tất cả các trường phái triết học cũng như tôn giáo do thừa kế giòng Aryan cổ đại. Trong số các trường phái này, Du Già là một phái đặc biệt chuyên về tư duy hay tập trung tư tưởng. Hệ thống Du Già là khía cạnh thực hành của triết lý Số Luận (Sankhya), vốn là Nhị Nguyên Luận. Theo Số Luận, thần ngã (atman) và Tự tánh (Prakriti), một đàng thì mù một đàng thì què, không thể hành sự nếu không được hợp nhất. Ngã có tác dụng tri thức, nhưng không thể hoạt động nếu không có tác dụng chất thể của Tự tánh. Khi cả hai hợp lại, mới thấy được con đường và hoạt động tùy ý. Ngã, như kẻ tổ chức một tuồng hát, chỉ chăm sóc diễn viên trình diễn và hoạt động trong vở kịch mà lại nghĩ rằng chính mình đang diễn vở kịch đó, dầu trên thực tế, chỉ có Tự tánh là vận hành và chu tất. Chỉ có tự tu tập mới mang lại tự do, nghĩa là, độc lập của ngã. Phương pháp tự tu tập thực ra là hệ thống Du Già của Patanjali vào thế kỷ thứ hai trước Tây Lịch. Hệ thống Số Luận nguyên lai thuộc tà đạo vì Vô Thần, chỉ thừa nhận sự hiện hữu của Tự Ngã (Atman) mà không nhận có Đại Ngã (Mahatman). Nhưng khi thực hành về tư duy trừu tượng, đối tượng của sự tập trung tư tưởng rất cần thiết và do đó học thuyết này chấp nhận một hình thức của tự nhiên Thần giáo, nhưng không phải là Hữu Thần giáo. Đến gia đoạn sau cùng này của tư duy khi sự tách rời hoàn toàn giữa Ngã và Tự tánh đã có hiệu quả, thì đối tượng của tư duy, Brahman, Đại Ngã hay Thượng đế, bất cứ là gì, không còn cần thiết nữa. Tầm quan trọng của Thiền định trong hệ thống Du Già ở chỗ phát triển và phục hồi những nguyên lý nhị nguyên, và giải thoát trọn vẹn Thần Ngã khỏi Tự tánh, trong khi phái

Du Già Duy Tâm Luận của Phật Giáo đặt trọng tâm nơi sự nhất thống của thế giới bên trong và bên ngoài, tổng hợp các hiện hữu nhân quả và giả tạm của chúng ta, và từ đó mà khám phá ra một cách tiêu cực trạng thái Chân Như (Tathata). Dĩ nhiên, Phật giáo có một học thuyết đặc biệt về Thiền. Mặc dù chiều sâu và chiều rộng của thiền quán tùy thuộc nơi căn tính cá nhân, nhưng phương pháp hay nội dung của thiền định do Đức Phật giảng thuyết ở Tiểu và Đại Thừa đều giống nhau. Loại Thiền đặc biệt này được gọi là Như Lai Thiền, vì nó là một phần của Thánh giáo. Phát triển cao độ nhất trong Thiền này tìm thấy trong chỉ quán (samathavipasyana) của tông Thiên Thai và trong bí mật Du Già của tông Chân Ngôn.

III. Bốn Nét Đặc Trưng Của Thiền Tông Phật Giáo:

Theo Edward Conze trong Tinh Hoa và Sự Phát Triển Của Đạo Phật, có bốn nét đặc trưng của Thiền tông. ***Thứ Nhất Là Những Nét Cổ Truyền Của Phật Giáo Bị Thiền Nhìn Một Cách Thù địch:*** Ảnh tượng và kinh điển bị khinh miệt, những ước lệ bị cố ý chế diễu. Thiền tông bày tỏ một tinh thần thực tiễn triệt để rất giống tinh thần của Royal Society ở Anh vào thế kỷ thứ 17. Châm ngôn của họ là “Đừng nghĩ mà hãy thử!” Và “với sách vở họ xen vào tất cả để chỉ thấy cái mà những kinh nghiệm đã thử trước họ.” Thiền tông nhắm truyền đạt trực tiếp Phật tánh ngoài truyền thống văn tự. Sự nghiên cứu kinh điển do đó bị xao lãng. Trong những tịnh xá người ta đặt ra kinh điển sát cạnh nhà cầu phòng khi ngẫu nhiên tham khảo tới. Bàn luận về những sở giải, lục lợi kinh điển, nghiền ngẫm văn tự bị coi như mò kim đáy biển: “Đếm những của cải của kẻ khác ích lợi gì?” “Để thấy tự tính là Thiền.” Chỉ có cái đó mới đáng kể. Những sử gia thường qui những thái độ này vào phong thể thực tiễn của dân tộc tính Trung Hoa. Điều này không hoàn toàn đúng, bởi chủ trương phi truyền thống đã tràn ngập toàn thể thế giới Phật giáo giữa những năm 500 và 1000 và Mật tông Ấn độ về phương diện này cung ứng nhiều tính chất song phương với Thiền tông.

Thứ Nhì Là Thiền Tông Đối Nghịch Với Sự Suy Lý Siêu Hình: Thiền tông đối nghịch và ghê tởm lý thuyết và nhằm phế bỏ lý luận. Trực giác được đề cao hơn màn lưới vi tế của tư tưởng tế nhị rất nhiều. Chân lý không được phát biểu bằng thuật ngữ trừu tượng và tổng quát, nhưng hết sức cụ thể. Những thiền sư đời Đường nổi tiếng vì

những câu sấm ngữ bí hiểm cũng như những hành vi kỳ dị và độc đáo. Giải thoát được tìm thấy trong những sự vật thông thường của đời sống hằng ngày. Huyền Kiến giác ngộ khi bốn sư của ngài thổi tắt một ngọn nến, người khác giác ngộ khi thấy hòn gạch rơi, người khi chân bị gậy. Đó không phải là một hiện tượng hoàn toàn mới mẻ. Trưởng Lão Kệ và Trưởng Lão Ni Kệ bằng tiếng Pali chứng minh rằng trong Cổ Phái trí Tuệ những việc ngẫu nhiên tầm thường cũng có thể làm phát khởi sự thức tỉnh tối hậu. Những Thiền sư phô trương sự bất đồng với truyền thống bằng những hành động kỳ cục. Họ đốt những tượng phật bằng gỗ, giết mèo, bắt tôm cá. Thiền sư trợ giúp đệ tử bằng “hành động trực tiếp” như kéo mũi, dùng thiên trượng đánh hay hét vào tai thiền giả nhiều hơn là bằng những lời nói khôn ngoan. Công án, nền tảng và trợ lực của thiền định, gồm mật ngữ và những chuyện bí hiểm mà người ta phải suy niệm cho đến khi sự kiệt quệ tinh thần đưa đến sự thấu hiểu thành linh ý nghĩa của chúng. Nhưng công án cũng không phải là một sản phẩm riêng của tinh tú Trung Hoa. Đó chỉ là hình thức Trung Hoa của khuynh hướng chung của Phật giáo, cùng thời đó, xuất hiện ở Bengale, nơi Mật tông Sahajiya giảng dạy bằng những mật ngữ và thuật ngữ bí hiểm, một phần để giữ bí mật cho tư tưởng, một phần để tránh những suy lý trừu tượng bằng biểu tượng cụ thể.

Thứ Ba, Đốn Ngộ Là Biểu Ngữ Đặc Biệt Của Thiền Tông Phương

Nam: Sự giác ngộ theo Huệ Năng và những vị Tổ kế tiếp ngài là một tiến trình chớp nhoáng, chứ không phải tiệm tiến. Thâm ý của giáo lý này thường bị hiểu lầm. Thiền sư không có ý nói rằng sự sửa soạn không cần thiết và Giác Ngộ được đạt tới trong một thời gian nhanh chóng. Các vị nhấn mạnh tới chân lý thần bí chung cho rằng sự giác ngộ xảy ra trong một khoảnh khắc phi thời gian, nghĩa là ngoài thời gian, trong vĩnh cửu, và đó là một hành vi của chính tuyệt đối, không phải việc làm của chúng ta. Người ta không thể làm bất cứ điều gì để trở nên giác ngộ hết. Trông đợi những khổ hạnh hay thiền định mang lại giải thoát chẳng khác nào “mài gạch làm gương.” Giác ngộ xảy ra, không có sự can thiệp của bất cứ một điều kiện hay ảnh hưởng rõ rệt nào, ta có thể nói nó giống như một biến cố hoàn toàn tự do. Không phải sự thu thập dần dần công đức nhưng một hành vi lãnh hội hốt nhiên tạo ra giác ngộ. Giáo lý này, trong yếu tính, thuộc chính thống giáo. Thiền tông chỉ ra ngoài chính thống giáo khi kết luận rằng người ta không cần câu chấp những chỉ thị thứ yếu của luật, và do đó vun

trông một thái độ lãnh đạm luân lý cho phép nó chịu theo những yêu sách của chủ trương quân phiệt Nhật Bản.

Thứ Tư Là Thiền Tông Tin Tưởng Vào Sự Viên Mãn Của Đời Sống Chỉ Có Thể Tìm Thấy Trong Sự Phủ Nhận Nó: Như Di Đà giáo, Trung quán và trong một giới hạn nào đó, như Mật tông, Thiền tông tin tưởng rằng sự viên mãn của đời sống Phật giáo chỉ có thể tìm thấy trong sự phủ nhận nó. Đức Phật ẩn trong những sự vật tiềm tàng của cuộc sống thường nhật. Chúng đến như thế nào, thì mình nhận như thế ấy, thế là giác ngộ. “Với những thiền giả, khi họ trông thấy cây gậy, họ gọi nó đơn giản là cây gậy. Nếu họ muốn đi là họ đi; nếu họ muốn ngồi, họ ngồi. Họ không được bối rối hay điên đảo trong bất cứ cảnh ngộ nào.” Hoặc: “Kỳ diệu siêu phàm thay! Và tuyệt vời thay! Ta kéo nước lên, ta vác củi này!” Hay: “Mùa xuân hoa nở, và mùa thu trăng thanh. Mùa hạ gió mát thổi, và mùa đông tuyết rơi. Ta còn cần gì hơn nữa? Mỗi giờ là một phút giờ hân hoan.”

IV. Sự Tu Tập Thiền Định:

Bốn Pháp Tu Tập Thiền Định: Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bốn sự tu tập thiền định. ***Thứ Nhất Là Tu Tập Thiền Định Có Thể Giúp Đưa Đến Lạc Trú Ngay Trong Hiện Tại:*** Ở đây vị Tỳ Kheo ly dục, ly ác pháp, và trú sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền. Như vậy nhờ tu tập và hành trì thiền định nhiều lần mà đạt đến lạc trú ngay trong hiện tại. ***Thứ Nhì Là Tu Tập Thiền Định Có Thể Giúp Đưa Đến Chứng Đắc Tri Kiến:*** Ở đây vị Tỳ Kheo tác ý quang minh tưởng, an trú tưởng ban ngày, ban ngày thế nào ban đêm như vậy, ban đêm thế nào ban ngày như vậy. Và như vậy với tâm mở rộng không đóng kín, tạo ra một tâm có hào quang. Vị Tỳ Kheo này đang chứng đắc tri kiến. ***Thứ Ba Là Tu Tập Thiền Định Có Thể Giúp Đưa Đến Chánh Niệm Tỉnh Giác:*** Ở đây vị Tỳ Kheo biết được lúc thọ khởi, thọ trú và thọ diệt; biết được tưởng khởi, tưởng trú và tưởng diệt; biết được tầm khởi, tầm trú và tầm diệt. Nhờ đó mà vị Tỳ Kheo này luôn chánh niệm và tỉnh giác. ***Thứ Tư Là Tu Tập Thiền Định Có Thể Giúp Đưa Đến Sự Diệt Tận Các lậu Hoặc:*** Ở đây vị Tỳ Kheo an trú, quán tánh sanh diệt trên năm thủ uẩn, Đây là sắc, đây là sắc tập, đây là sắc diệt; đây là thọ; đây là tưởng; đây là hành; đây là thức, vân vân. Nhờ đó mà vị Tỳ Kheo này diệt tận các lậu hoặc.

Thiền Tông Và Thiền Quán Về Tâm: Qua thiền tập liên tục chúng ta có thể thấy được tâm thanh tịnh. Chỉ có thiền tập liên tục, chúng ta có thể vượt qua trạng thái tâm dong ruổi và xả bỏ những loạn động. Cùng lúc chính nhờ thiền tập mà chúng ta có thể tập trung tư tưởng để quán sát những gì khởi lên trong tư tưởng, trong thân, trong cảm thọ, nghe, nếm, ngửi và tưởng tượng, vân vân. Qua thiền tập liên tục, chúng ta có thể quán sát rằng tất cả là vô thường, từ đó chúng ta có khả năng buông bỏ, và Niết bàn hiển hiện ngay lúc chúng ta buông bỏ tất cả.

V. Ba Thân Phật Theo Thiền Tông:

Theo Thiền Sư D.T. Suzuki trong Thiền Luận, Tập III, trong giáo thuyết Thiền Tông, có ba thân Phật. **Thứ Nhất Là Pháp Thân:** Pháp thân là tự thể của hết thảy chư Phật và chúng sanh. Do Pháp thân mà chư pháp có thể xuất hiện. Không có Pháp thân sẽ không có thế giới. Nhưng đặc biệt, Pháp thân là bản thân yếu tính của hết thảy mọi loài, đã có sẵn từ trước. Theo nghĩa này, Pháp thân là Pháp tánh (Dharmata) hay Phật tánh (Buddhata), tức Phật tánh trong hết thảy mọi loài. **Thứ Nhì Là Báo Thân:** Cũng gọi là Thọ Dụng Thân, là bản thân tâm linh của các Bồ Tát, được Bồ Tát thọ dụng như là kết quả do tu tập các Ba La Mật. Các ngài tự mình thành tựu điều này tùy theo định luật nhân quả trên phương diện đạo đức, và trong đây các ngài giải trừ trọn vẹn tất cả những sai lầm và ô nhiễm trong cảnh giới của năm uẩn. **Thứ Ba Là Hóa Thân:** Cũng gọi là Ứng Hóa Thân hay Biến Hóa Thân, phát sinh từ đại bi tâm (mahakaruna) của chư Phật và chư Bồ Tát. Bằng lý thể của đại bi mà các ngài hướng tới chúng sanh, các ngài không bao giờ thọ dụng những kết quả của các hành vi đạo đức của mình. Chí nguyện thiết tha của các ngài là chia sẻ những kết quả này cho tất cả chúng sanh. Nếu Bồ Tát có thể thay thế kẻ phạm phu chịu khổ não, Bồ Tát thực hiện ngay. Nếu kẻ phạm phu có thể được giác ngộ do Bồ Tát hồi hướng công đức cho mình, ngài sẽ thực hiện ngay. Bồ Tát hồi hướng công đức và chịu khổ thay cho chúng sanh nhờ Biến Hóa Thân của ngài. Hóa thân là hình tướng mà Đức Phật đã sử dụng khi muốn dùng thân hình của một con người để đi vào thế giới này. Do đó, trong tính cách không gian, Bồ Tát chia thân mình thành trăm nghìn koti vô số thân. Ngài có thể hóa thân làm những loài bò bay máy cưa, làm Thánh, làm Ma vương, nếu ngài thấy đó là cơ duyên thích hợp để cứu

vượt thế gian ra khỏi sự kềm tỏa của vô minh, phiền não và đủ mọi thứ nhiễm ô bất tịnh.

VI. Bốn Giai Đoạn Trong Sự Phát Triển Của Thiền Tông:

Theo Edward Conze trong Tinh Hoa và Phát Triển Phật Giáo, có bốn giai đoạn phát triển của Thiền tông. ***Thứ Nhất Là Giai Đoạn Hình Thành:*** Bắt đầu vào khoảng năm 440 sau Tây lịch với nhóm học Tăng của bản kinh Lăng Già bằng Hoa Ngữ của Đức Hiền. Vào khoảng năm 520 chúng ta có chân dung thần thoại của Bồ Đề Đạt Ma. Sau đó, một nhóm Tăng sĩ qui tụ xung quanh những thiền sư như Tăng Xán với bài kệ thị tịch Tín Tâm Minh, là một trong số những bài thuyết minh hay nhất về Phật giáo mà ta được biết, và Huệ Năng, người miền Nam Trung Hoa, được hậu thế coi như một người thất học, nhưng với tinh thần thực nghiệm, đã đi đến chân lý bằng con đường đốn ngộ. Nhiều truyền thống về cội rễ của Thiền tông là những phát kiến của thời gần đây. Tuy nhiên, nhiều câu thoại đầu và nhiều bài kệ của các vị tổ được truyền thừa đến chúng ta, là những tài liệu lịch sử và tâm linh rất có giá trị.

Thứ Nhì Là Giai Đoạn Sau Khoảng Năm 700 Sau Tây Lịch: Sau khoảng năm 700 sau Tây lịch, Thiền tông tự lập thành một tông phái biệt lập. Năm 734, Thần Hội, một đệ tử của Huệ Năng, thành lập một phái ở Nam Trung Hoa. Trong khi ngành Thiền Bắc tông suy tàn vào giữa thời nhà Đường (khoảng năm 750), tất cả những phát triển sau này của Thiền tông đều bắt nguồn từ phái của Thần Hội. Chư Tăng của Thiền tông từ trước đến bấy giờ vẫn sống trong những tịnh xá của Luật tông, nhưng vào năm 750 Bách Trượng Hoài Hải đặt ra cho họ một qui luật riêng và một tổ chức độc lập. Đặc điểm cách mạng nhất của Luật tông Bách Trượng là sự du nhập công việc tay chân: “Một ngày không làm, một ngày không ăn.” Dưới triều đại nhà Đường (618-907), Thiền tông dần dần lấn át những tông phái khác. Một trong những lý do là nó tồn tại hơn những tông phái khác sau cuộc ngược đãi tàn bạo năm 845. Năm Thiền sư trong nhóm đệ tử của Huệ Năng mở đầu cho một loạt những Thiền sư đời nhà Đường và đó là thời kỳ oanh liệt và sáng tạo của Thiền tông.

Thứ Ba Là Giai Đoạn Vào Khoảng Năm 1000 A.D.: Vào khoảng năm 1000, Thiền tông đã làm lu mờ tất cả mọi tông phái Phật giáo ở Trung Hoa, trừ phái Di Đà. Trong Thiền tông, phái Lâm Tế giữ vai trò

lãnh đạo. Phương pháp phái này bây giờ đã được hệ thống hóa. Trong hình thức mật ngôn và thoại đầu bí hiểm, thường nối kết với các Thiền sư đời Đường, những chuyên thư được trước tác vào thế kỷ thứ 12 và 13. Những mật ngôn theo thuật ngữ công án. Đây là một thí dụ: Một hôm vị Tăng hỏi Động Sơn “Phật là gì?” Động Sơn trả lời “Ba lạng vải gai.”

Thứ Tư Là Giai Đoạn Kết Thúc Thời Kỳ Thấu Nhập Vào Văn Hóa Viễn Đông: Thời kết thúc thời kỳ thấu nhập vào văn hóa Viễn Đông nói chung, trong nghệ thuật và trong tập quán sống. Nghệ thuật thời Tống là một biểu thị của triết học Thiền. Đặc biệt ở Nhật Bản, ảnh hưởng văn hóa của Thiền rõ rệt nhất. Thiền tông được mang vào Nhật Bản vào năm 1200. Tính chất đơn giản và anh hùng mã thượng của nó đã lôi cuốn những người ở giai cấp võ sĩ. Kỷ luật Thiền giúp họ vượt được sự sợ hãi về cái chết.

(C-2) Sơ Lược Về Thiền Tông Trung Hoa

I. Tổng Quan về Thiền Tông Trung Hoa:

Thiền tông, Phật Tâm tông, hay Vô Môn tông, được Tổ Bồ Đề Đạt Ma, Tổ thứ 28 ở Ấn Độ, mang vào Trung Quốc. Thiền được coi như là một trường phái quan trọng của Phật giáo tại Trung Hoa. Đây là sự tái tạo độc đáo những tư tưởng trong kinh Phật trong lần kết tập kinh điển lần thứ tư. Ba lần kết tập trước đã sản sinh ra bộ luận A Tỳ Đạt Ma, giáo lý Đại Thừa, và giáo điển Mật tông. Thiền tông gần như đồng thời với giáo lý Mật tông, và cả hai có nhiều điểm rất tương đồng. Tổ Bồ Đề Đạt Ma đến Trung Hoa vào khoảng năm 470 và trở thành người sáng lập ra phái Mật Tông và Thiền Tông ở đây. Người ta nói ngài đã hành thiền trước một bức tường của Thiếu Lâm tự trong chín năm. Những đệ tử của Bồ Đề Đạt Ma hoạt động mạnh mẽ ở mọi nơi và đã hoàn toàn chiến thắng các tôn giáo bản địa để rồi cuối cùng Thiền tông được đánh giá rất cao ở Trung Quốc.

II. Thiền Môn Ngũ Tông Sau Thời Lục Tổ Huệ Năng:

Sau thời Ngũ Tổ Hoằng Nhẫn, Thiền phái Bắc Truyền do đại sư Thần Tú lãnh đạo. Môn đồ phía Bắc chủ trương theo tiệm ngộ, cho rằng những điều bất tịnh của chúng ta phải được trừ bỏ một cách dần

dân, nhờ vào nỗ lực công phu chuyên cần. Tuy nhiên, Thiền phái này bị mai một không bao lâu sau khi Thần Tú thị tịch. Trong khi đó, Thiền Phái phía Nam, từ thời Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma đến Lục Tổ Huệ Năng, Thiền Tông Trung Hoa vẫn là một tông duy nhất, nhưng sau đó được chia làm năm tông. Trong số năm tông phái Thiền này, tông thứ nhì và thứ ba đã bị mai một, tông thứ tư đã di chuyển sang Đại Hàn, hai tông khác vẫn còn tồn tại, tông thứ nhất là thành công nhất. **Thứ Nhất Là Lâm Tế Tông:** Lâm Tế tông là một trong năm tông phái Thiền Phật Giáo của Trung Quốc được sáng lập và xiển dương bởi ngài Lâm Tế, pháp tử của Thiền sư Hoàng Bá Hy Vận. Tại Trung Hoa, tông này có 21 đời đệ tử truyền thừa, suy thoái dần từ thế kỷ thứ XII, nhưng trước đó đã được mang sang Nhật Bản và tiếp tục phát triển cho đến ngày nay dưới tên gọi là Rinzai. Đây là một trong những trường phái Thiền nổi tiếng của Trung Quốc được Thiền sư Lâm Tế sáng lập. Lâm Tế là đại đệ tử của Hoàng Bá. Vào thời kỳ mà Phật giáo bị ngược đãi ở Trung Quốc khoảng từ năm 842 đến năm 845 thì thiền sư Lâm Tế sáng lập ra phái thiền Lâm Tế, mang tên ông. Trong những thế kỷ kế tiếp, tông Lâm Tế chẳng những nổi bậc về Thiền, mà còn là một tông phái thiết yếu cho Phật giáo Trung Hoa thời bấy giờ. Tông Lâm Tế mang đến cho Thiền tông một yếu tố mới: công án. Phái Thiền Lâm Tế nhấn mạnh đến tầm quan trọng của sự “Đốn Ngộ” và dùng những phương tiện bất bình thường như một tiếng hét, một cái tát, hay đánh mạnh vào thiền sinh cốt làm cho họ giật mình tỉnh thức mà nhận ra chân tánh của mình. Vào khoảng năm 1000, Thiền tông đã làm lu mờ tất cả mọi tông phái Phật giáo ở Trung Hoa, trừ phái Di Đà. Trong Thiền tông, phái Lâm Tế giữ vai trò lãnh đạo. Phương pháp phái này bây giờ đã được hệ thống hóa. Trong hình thức mật ngôn và thoại đầu bí hiểm, thường nối kết với các Thiền sư đời Đường, những chuyên thư được trước tác vào thế kỷ thứ 12 và 13. Những mật ngôn theo thuật ngữ công án. Đây là một thí dụ: Một hôm vị Tăng hỏi Động Sơn “Phật là gì?” Động Sơn trả lời “Ba lạng vải gai.” Trong khi pháp môn tu tập của tông Tào Động là dạy cho môn đồ cách quán tâm mình trong tĩnh lặng. Trái lại, pháp môn của tông Lâm Tế là bất tâm của các môn đồ phải tìm cách giải quyết một vấn đề không thể giải quyết được mà chúng ta gọi là tham công án hay thoại đầu. Chúng ta có thể xem pháp môn của tông Tào Động là hiển nhiên hay công truyền thì pháp môn của tông Lâm Tế là ẩn mật hay bí truyền. So với pháp môn công truyền của phái Tào

Động thì pháp môn bí truyền của tông Lâm Tế rắc rối hơn nhiều, vì lối tham thoại đầu hay công án hoàn toàn vượt ra ngoài tầm của kẻ sơ học. Người ấy bị xô đẩy một cách cốt ý vào bóng tối tuyệt đối cho đến khi ánh sáng bất ngờ đến được với y. Tông Lâm Tế vẫn còn tồn tại đến hôm nay và rất thành công. Dưới thời nhà Tống, tông này chia làm hai nhánh là Dương Kỳ và Hoàng Long. **Thứ Nhì Là Quy Ngưỡng Tông:** Quy Ngưỡng Tông Quy Ngưỡng Tông là một dòng Thiền được sáng lập bởi hai đệ tử của ngài Bách Trượng Hoài Hải. Quy là chữ đầu của Quy Sơn Linh Hựu (đệ tử của ngài Bách Trượng). Ngưỡng là chữ đầu của Ngưỡng Sơn Huệ Tịch (đệ tử của ngài Quy Sơn). Vào giữa thế kỷ thứ mười, tông phái này sáp nhập vào tông Lâm Tế nên từ đó nó được coi như đã bị mai một, không còn tồn tại như một tông phái độc lập nữa. **Thứ Ba Là Vân Môn Tông:** Vân Môn tông là một dòng Thiền được sáng lập bởi ngài Vân Môn Văn Yển. Về sau này thiền sư Tuyết Đậu Trùng Hiển tập hợp những bài ca ngợi nổi tiếng kèm theo các công án mà sau này Viên Ngộ Khắc Cần công bố dưới nhan đề Bích Nham Lục. Tuyết Đậu là vị đại sư cuối cùng của phái Vân Môn, phái này bắt đầu suy thoái từ giữa thế kỷ thứ XI và cuối cùng tàn lụi hoàn toàn vào thế kỷ thứ XII. **Thứ Tư Là Pháp Nhãn Tông:** Pháp Nhãn Tông, một dòng Thiền được sáng lập bởi ngài Văn Ích Thiền Sư. Đây là một trong 'Ngũ Gia Thất Tông', tức là những trường phái lớn thuộc truyền thống Thiền thật sự. Nó được Huyền Sa Sư Bị, môn đồ và người kế vị pháp của Tuyết Phong Nghĩa Tồn thành lập. Lúc đầu phái này gọi là Huyền Sa, theo tên gọi của người sáng lập. Nhưng sự vinh quang của Huyền Sa chẳng bao lâu bị cháu mình là Pháp Nhãn lấn lướt. Do đó nó có tên là Pháp Nhãn. Pháp Nhãn là một trong những thiền sư quan trọng, có 63 người nổi pháp đã giúp truyền bá pháp của ông đi khắp Trung Hoa và đến tận Triều Tiên. Trong ba thế hệ đầu, trường phái này đã trải qua thời kỳ phồn thịnh, nhưng đến thế hệ thứ năm thì tàn lụi. Tuy nhiên, Thiền tông Pháp Nhãn vẫn còn rất phổ thông bên Hàn Quốc. **Thứ Năm Là Tào Động Tông:** Tào Động tông, một truyền thống Thiền tông Trung Hoa được ngài Động Sơn Lương Giới cùng đệ tử của ngài là Tào Sơn Bồn Tịch sáng lập. Tên của tông phái lấy từ hai chữ đầu của hai vị Thiền sư này. Có nhiều thuyết nói về nguồn gốc của phái Tào Động. Một thuyết cho rằng nó xuất phát từ chữ đầu trong tên của hai Thiền sư Trung Quốc là Tào Sơn Bồn Tịch và Động Sơn Lương Giới. Một thuyết khác cho rằng đây là trường phái Thiền được

Lục Tổ Huệ Năng khai sáng tại Tào Khê. Ở Việt Nam thì Tào Động là một trong những phái Thiền có tầm cỡ. Những phái khác là Tỳ Ni Đa Lưu Chi, Vô Ngôn Thông, Lâm Tế, Thảo Đường, vân vân. Tào Động được truyền sang Nhật Bản vào thế kỷ thứ XIII bởi thiền sư Đạo Nguyên; tông phái nhấn mạnh đến tọa thiền như là lối tu tập chính yếu để đạt được giác ngộ. Trong nửa đầu thế kỷ thứ XIII, truyền thống của phái Tào Động được một thiền sư Nhật Bản tên Đạo Nguyên đưa vào Nhật. Thiền Tào Động, cùng với thiền Lâm Tế, là những dòng duy nhất còn tồn tại hiện nay ở Nhật. Dấu mục đích của hai phái này về căn bản là giống nhau, nhưng những phương pháp đào tạo của họ lại khác nhau. Trong khi phái Tào Động đặt pháp Mặc Chiếu Thiền và phương pháp 'Chỉ Quán Đả Tọa' lên hàng đầu; thì phái Lâm Tế lại đặt lên hàng đầu Khán Thoại Thiền và phương pháp công án. Độc tham là một trong những yếu tố chính trong sự đào tạo Thiền Tào Động đã tàn lụn từ giữa thời kỳ Minh Trị. Tông tào Động vẫn còn tồn tại đến nay.

***(D) Thiền Lý & Thiền Tập Theo Truyền Thống Lâm
Tế Tông Trực Tiếp Thừa Hưởng Truyền Thống
Thiền Từ Thời Thiền Ấn Độ Đến Sơ Tổ Bồ Đề
Đạt Ma Đến Khai Tổ Lâm Tế Nghĩa Huyền***

***(D-1) Niêm Hoa Vi Tiếu: Thiền Lý &
Thiền Tập Của Truyền Thống Thiền
Ấn Độ Trước Thời Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma***

Trong Thiền sử, Niêm Hoa Vi Tiếu có nghĩa là sự việc đức Phật dùng ngón tay vừa xoay bông hoa vừa mỉm cười trong chúng hội trên núi Linh Thứu. Núi Linh Thứu, tọa lạc về phía đông bắc thành Vương Xá, kinh đô của nước Ma Kiệt Đà, người ta nói Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã giảng kinh Pháp Hoa và các kinh khác tại đây. Đây cũng là một trong nhiều tịnh xá hay nơi an cư kiết hạ mà Phật tử đã hiến cho Phật và Tăng đoàn. Theo Eitel trong Trung Anh Phật Học Từ Điển, Thứu Sơn (trong núi Kỳ Xà Quật), gần thành Vương Xá, bây giờ gọi là Giddore, được gọi như vậy vì nó có thể vì hình dáng của núi giống như

con chim kên kên, hay là vì nơi đó chim kên thường lui tới ăn thịt người chết (theo tục lâm táng của người bắc Ấn).

Sự việc này không xuất hiện cho mãi đến năm 800 sau Tây Lịch (vì không được các bậc tông sư đời Tùy và Đường nói đến. Đến đời Tống thì Vương An Thạch lại nói đến sự việc này), nhưng lại được coi như là điểm khởi đầu của Thiền Tông. Thuật ngữ Nhật Bản 'Nenge-misho' có nghĩa là 'dùng ngón tay vừa xoay bông hoa vừa mỉm cười'; từ ngữ thiền nói lên việc truyền Pháp của đức Phật Thích Ca một cách im lặng cho đồ đệ của Ngài là Ca Diếp, về sau được gọi là Đại Ca Diếp. Việc truyền từ tâm sang tâm là khởi đầu của việc 'truyền đặc biệt, ngoài kinh điển', như Thiền đã tự gọi mình. Câu chuyện này bắt nguồn từ một bộ kinh mang tên 'Đại Phạm Thiên Vương Vấn Phật Kinh', kể lại một chuyến thăm của các vị Bà La Môn của một ngôi đền Ấn giáo đến thăm các môn đồ của Phật trên núi Linh Thứu, đã dâng Phật một cành hoa Kim Đàn Mộc (Ba La vàng) rồi xả thân làm sàng tọa thỉnh Phật thuyết pháp. Đức Thế Tôn dâng tọa, giơ cành hoa lên và vừa dùng mấy ngón tay xoay bông cho đại chúng xem, và vừa mỉm cười, nhưng không nói lời nào. Không một ai ở đó hiểu Thế Tôn muốn nhắn nhủ gì, duy chỉ một mình Ca Diếp mỉm cười đáp lại thầy mình. Khi đức Thế Tôn niêm hoa, Ca Diếp phá nhan vi tiểu (Thế Tôn niêm khởi nhất chi hoa, Ca Diếp kim triêu đắc đạo gia). Hành giả tu Thiền hãy mở mắt lớn lên mà nhìn một cách cẩn thận. Ngàn núi ngăn cách người tư duy khỏi người thật sự có mặt trong hiện tại. Theo quyển Chia Khóa Tu Thiền, một ông vua Việt Nam tên Trần Thái Tông đã nói: "Trong khi đang nhìn vào cành hoa mà đức Thế Tôn giơ lên trên tay, Ma Ha Ca Diếp đã bất thần tìm thấy chính mình ở nhà. Gọi đó là 'Truyền Pháp Yếu'." Theo sự trình bày được tóm lược phần nào về câu chuyện này trong thí dụ thứ 6 của Vô Môn Quan, nhân đó Đức Thế Tôn đã nói: "Ta có chính pháp nhãn tạng, Niết Bàn diệu tâm, thực tướng vô tướng trao lại cho Ma Ha Ca Diếp." Từ đó các đệ tử Phật gọi ông Ca Diếp bằng Đại Ca Diếp, và ông trở thành vị Tổ đầu tiên của dòng Thiền Ấn Độ. Câu chuyện đức Phật vẩy cành hoa trước đại chúng, cũng giống như chuyện kể "khi đức Phật vừa đản sanh ngài đã bước đi bảy bước, nhìn về bốn phương" không nên được hiểu theo nghĩa đen từng chữ. Phần giải thích đầu tiên cho việc đức Thế Tôn truyền chánh pháp cho Ma Ha Ca Diếp bắt đầu được truyền bá trong một quyển kinh có nguồn gốc từ Trung Hoa vào khoảng năm 1036 sau tây lịch, tức là

khoảng một ngàn bốn trăm năm sau khi đức Phật đản sanh. Đó là vào thời nhà Tống, tột đỉnh của sự phát triển văn hóa Trung Hoa với nhiều thơ văn và điển tịch được xuất bản. Tư tưởng thần bí, truyền khẩu và những biện giải theo tông phái góp phần tạo nên một vai trò pháp điển này. Truyền thuyết về việc đức Phật vẩy cành hoa trước đại chúng đáp ứng nhu cầu cho việc giao tiếp với người khai sáng, và ngay lập tức được tin tưởng và truyền tụng giống như một loại phúc âm hay chân lý không thể bàn cãi. Bộ sách "Tứ Nguyên Lý" (Lăng Già Kinh Tứ Quyển) được cho là của Bồ Đề Đạt Ma, thật ra được diễn đạt vào thời nhà Tống, sau thời Bồ Đề Đạt Ma khoảng sáu trăm năm, dùng cùng một ngôn từ xem như lời của đức Phật "Giáo ngoại biệt truyền, bất lập văn tự." Những vị đại sư thời nhà Tống đã làm ra những trọng điểm với những huyền thoại của họ.

Nếu chúng ta theo dấu tích ngược về thời một vị sư Ấn Độ tên là Bồ Đề Đạt Ma, người đã du hành sang Trung quốc vào đầu thế kỷ thứ sáu. Chúng ta tin rằng ông là vị tổ thứ 28 của dòng Thiền ở Ấn Độ và là vị tổ đầu tiên của dòng Thiền ở Trung Quốc. Trường phái này nhấn mạnh đến "thiền," và một vài trường phái còn dùng những lời nói bí ẩn (công án) nhằm đánh bại lối suy nghĩ bằng nhận thức hay quan niệm, và hỗ trợ thực chứng chân lý. Khi nhìn lại nguồn gốc của Thiền, chúng ta thấy rằng người sáng lập thật sự của Thiền không ai khác hơn là Đức Phật. Qua quán tưởng nội tại mà Đức Phật đạt được chánh đẳng chánh giác và do đó trở thành bậc Giác Giả, vị Chứa của Trí Tuệ và Từ Bi. Trong đạo Phật có nhiều phương pháp tu tập và thiền định là một trong phương pháp chính và quan trọng nhất của Phật giáo. Theo lịch sử Phật giáo thì Đức Thích Tôn Từ Phụ của chúng ta đã đạt được quả vị Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác sau nhiều ngày thọa tọa thiền dưới cội Bồ Đề. Hơn 25 thế kỷ về trước chính Đức Phật đã dạy rằng thực tập thiền là quay trở lại với chính mình hầu tìm ra chân tánh của mình. Chúng ta không nhìn lên, không nhìn xuống, không nhìn sang đông hay sang tây, hay bắc hay nam; chúng ta nhìn lại chính chúng ta, vì chính ở trong chúng ta và chỉ ở trong đó thôi là trung tâm xoay chuyển của cả vũ trụ. Mãi đến ngày nay, chúng ta vẫn còn kính thờ Ngài qua hình ảnh tọa thiền lắng sâu trong chánh định của Ngài. Thiền tông được truy nguyên từ thời Đức Phật lặng lẽ đưa lên một cánh sen vàng. Lúc ấy hội chúng cảm thấy bối rối, duy chỉ có Ngài Đại Ca Diếp hiểu được và mỉm cười. Câu chuyện này ngầm nói lên

rằng yếu chỉ của Chánh Pháp vượt ngoài ngôn ngữ văn tự. Trong nhà Thiền, yếu chỉ này được người thầy truyền cho đệ tử trong giây phút xuất thần, xuyên phá bức tường tri kiến hạn hẹp thông thường của con người. Yếu chỉ mà Ngài Đại Ca Diếp nhận hiểu đã được truyền thừa qua 28 vị tổ Ấn Độ cho đến tổ Bồ Đề Đạt Ma. Tổ Bồ Đề Đạt Ma là một thiền sư Ấn Độ có chí hướng phụng hành theo kinh Lăng Già, một bản kinh của tông Du Già. Ngài du hóa sang Trung Quốc vào năm 470 và bắt đầu truyền dạy Thiền tại đây. Sau đó Thiền tông lan tỏa sang Triều Tiên và Việt Nam. Đến thế kỷ thứ 12 Thiền tông phổ biến mạnh mẽ và rộng rãi ở Nhật Bản. Thiền theo tiếng Nhật là Zen, tiếng Trung Hoa là Ch'an, tiếng Việt là "Thiền", và tiếng Sanskrit là "Dhyana" có nghĩa là nhất tâm tĩnh虑. Có nhiều dòng Thiền khác nhau tại Trung Hoa, Nhật Bản và Việt Nam, mỗi truyền thống đều có lịch sử và phương thức tu tập của riêng mình, nhưng tất cả đều cho rằng mình thuộc dòng thiền bắt đầu từ Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Thiền sử cho rằng Đức Phật đã truyền lại tinh túy của tâm giác ngộ của Ngài cho đệ tử là Ca Diếp, rồi tới phiên Ca Diếp lại truyền thừa cho người kế thừa. Tiến trình này tiếp tục qua 28 vị tổ Ấn Độ cho đến tổ Bồ Đề Đạt Ma, người đã mang Thiền truyền thừa vào Trung Hoa. Tất cả những vị đạo sư Ấn Độ và Trung Hoa thời trước đều là những vị Thiền sư. Thiền là một trong những pháp môn mà Đức Phật truyền giảng song song với giới luật, bố thí, nhẫn nhục và trí tuệ. Một số hành giả muốn lập pháp môn Thiền làm cốt lõi cho việc tu tập nên Thiền tông dần dần được thành hình. Nguyên lý căn bản của Thiền tông là tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, tức là hạt giống Phật mà mỗi người tự có sẵn. Nguyên lý này được một số Thiền sư trình bày qua câu "Tất cả chúng sanh đều đã là Phật", nhưng chỉ vì những tâm thái nhiễu loạn và những chướng ngại pháp đang còn che mờ tâm thức mà thôi. Như vậy công việc của thiền giả chỉ là nhận ra tánh Phật và để cho tánh Phật ấy phát hào quang xuyên vượt qua những chướng ngại pháp. Vì tiền đề cơ bản để chứng đạt quả vị Phật, tức là chủng tử Phật đã nằm sẵn trong mỗi người rồi nên Thiền tông nhấn mạnh đến việc thành Phật ngay trong kiếp này. Các vị Thiền sư tuy không phủ nhận giáo lý tái sanh hay giáo lý nghiệp báo, nhưng không giảng giải nhiều về những giáo lý này. Theo Thiền tông, người ta không cần phải xa lánh thế gian này để tìm kiếm Niết Bàn ở một nơi nào khác, vì tất cả chúng sanh đều có sẵn Phật tánh. Hơn nữa, khi người ta chứng ngộ được tánh không thì người

ta thấy rằng sinh tử và Niết Bàn không khác nhau. Thiền tông nhận thức sâu sắc những giới hạn của ngôn ngữ và tin chắc rằng công phu tu tập có chiều hướng vượt qua phạm vi diễn đạt của ngôn ngữ. Hành thiền là quay trở lại trong mình hầu tìm ra chân tính của chính mình. Chúng ta không nhìn lên, không nhìn xuống, không nhìn sang đông hay sang tây, sang bắc hay sang nam; mà là nhìn lại chính chúng ta, vì chính ở trong chúng ta và chỉ trong đó thôi mới là trung tâm xoay chuyển của cả vũ trụ. Vì vậy Thiền tông đặc biệt nhấn mạnh đến việc thực nghiệm và không đặt trọng tâm vào việc hiểu biết suông. Do đó nên với người tu Thiền thì điều quan trọng trước tiên là phải gắn bó với một vị Thiền sư có nhiều kinh nghiệm. Bổn phận của vị Thiền sư là đưa thiền sinh đi ngược trở lại cái thực tại hiện tiền bất cứ khi nào tâm tư của thiền sinh còn dong ruổi với những khái niệm có sẵn. Hiểu theo nghĩa này, Thiền là một tôn giáo mang học thuyết và các phương pháp nhằm mục đích đưa tới chỗ nhìn thấy được bản tính riêng của chúng ta, và tới giác ngộ hoàn toàn, như Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã trải qua dưới cội Bồ Đề sau một thời kỳ thiền định mãnh liệt. Hơn bất cứ một phái Phật giáo nào, Thiền đặt lên hàng đầu sự thể nghiệm đại giác và nhấn mạnh tới tính vô ích của các nghi lễ tôn giáo. Con đường ngắn hơn nhưng gay go trong tu hành là “tọa thiền.” Những đặc trưng của Thiền có thể tóm tắt bằng bốn nguyên lý sau đây: Giáo ngoại biệt truyền; bất lập văn tự; trực chỉ nhân tâm; kiến tánh thành Phật. Theo quan điểm bí truyền: Thiền không phải là một tôn giáo, mà là một nguồn gốc không thể xác định được và không thể truyền thụ được. Người ta chỉ có thể tự mình thể nghiệm. Thiền không mang một cái tên nào, không có một từ nào, không có một khái niệm nào, nó là nguồn của tất cả các tôn giáo, và các tôn giáo chỉ là những hình thức biểu hiện của cùng một sự thể nghiệm giống nhau. Theo nghĩa này, Thiền không liên hệ với một truyền thống tôn giáo riêng biệt nào, kể cả Phật giáo. Thiền là “sự hoàn thiện nguyên lai” của mọi sự vật và mọi thực thể, giống với sự thể nghiệm của tất cả các Đại Thánh, các nhà hiền triết và các nhà tiên tri thuộc tất cả mọi tôn giáo, dù có dùng những tên gọi khác nhau đến mấy để chỉ sự thể nghiệm ấy. Trong Phật giáo, người ta gọi nó là “sự đồng nhất của Sanh tử và Niết bàn.” Thiền không phải là một phương pháp cho phép đi đến sự giải thoát đối với một người sống trong vô minh, mà là biểu hiện trực tiếp, là sự cập nhật hóa sự hoàn thiện vốn có trong từng người ở bất cứ lúc nào. Theo quan

điểm công truyền: Thiền là một phái của Phật giáo Đại Thừa, phát triển ở các thế kỷ thứ sáu và thứ bảy, nhờ sự hòa trộn Phật giáo Thiền do tổ Bồ Đề Đạt Ma du nhập vào Trung Quốc và Đạo giáo. Tuy nhiên, theo các truyền thống Phật giáo, có năm loại Thiền khác nhau: Ngoại đạo Thiền, Phàm phu Thiền, Tiểu Thừa Thiền, Đại Thừa Thiền, và Tối thượng thừa Thiền. Thiền ngoại đạo gồm nhiều loại khác nhau. Chẳng hạn như Thiền Cơ Đốc giáo, thiền thiên lương và thiền siêu việt, vân vân. Phàm phu thiền là sự tập trung tinh thần đến chỗ sâu xa, vận động thể dục thể thao, trà đạo thiền, và những nghi thức khác. Tiểu thừa thiền là quán tâm vô thường, quán thân bất tịnh và quán pháp vô ngã. Thiền Đại thừa là a) quán pháp sanh diệt là tự tánh của chư pháp; b) quán sự thật về cái gì thuộc về hình tướng bên ngoài đều hư dối không thật; c) quán sự hiện hữu, không và trung đạo; d) quán thật tướng của của mọi hiện tượng; e) quán sự thâm nhập hõ tướng qua lại của mọi hiện tượng; f) quán mọi hiện tượng tự chúng là tuyệt đối. Tất cả sáu pháp quán này tương đương với lời Phật dạy trong Kinh Hoa Nghiêm: “Nếu bạn muốn biết rõ tất cả chư Phật ba đời quá khứ, hiện tại và vị lai, thì bạn nên quán tánh của pháp giới là tất cả chỉ do tâm tạo mà thôi.” Tối thượng thừa Thiền được chia ra làm ba loại: Nghĩa Lý Thiền, Như Lai Thiền và Tổ Sư Thiền. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Tu Du-già thì trí phát, bỏ Du-già thì tuệ tiêu. Biết rõ hay lẽ này thế nào là đắc thất, rồi nỗ lực thực hành, sẽ tăng trưởng thêm trí tuệ (282). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (362). Nay các Tỳ Kheo, hãy mau tu thiền định! Chớ buông lung, chớ mê hoặc theo dục ái. Đừng đợi đến khi nuốt hờn sắt nóng, mới ăn năn than thở (371). Ai nhập vào thiền định, an trụ chỗ ly trần, sự tu hành viên mãn, phiền não lậu dứt sạch, chứng cảnh giới tối cao, Ta gọi họ là Bà-la-môn (386).”

(D-2) Thiền Pháp Của Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma

I. Sơ Lược Về Thiền Pháp Của Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma:

Bồ Đề Đạt Ma Đưa Thiền Pháp Vào Trung Hoa: Vào năm 527, Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma trụ lại chùa Thiếu Lâm để dạy Thiền. Giáo pháp

của ngài có thể được chia làm hai hướng tới: thứ nhất là vào Thiền qua cửa hiểu biết, và thứ hai là vào qua cửa tu tập. Sự hiểu biết chỉ cho trí tuệ đạt được qua thiền định, qua đó người học đạt được sự hiểu biết về chân lý vũ trụ. Hình thức thực hành thiền định do Bồ Đề Đạt Ma dạy vẫn còn đậm nét trong Phật giáo Ấn Độ. Những lời dạy của ông phần lớn dựa vào các kinh điển Phật giáo Đại thừa. Bồ Đề Đạt Ma đặc biệt nhấn mạnh đến tầm quan trọng của kinh Lăng Già. Thiền theo lối Trung Hoa là kết quả một sự pha trộn thiền định Phật giáo được Bồ Đề Đạt Ma đưa vào Trung Hoa và Đạo giáo chính thống tại đây, và nó được mô tả như là sự "truyền thụ riêng biệt, nằm ngoài các bản kinh chính thống", được tổ thứ sáu là Huệ Năng và những vị thầy thiền thời Đường kế tục sau này phát triển.

Tổ Sư Bồ Đề Đạt Ma & Cuộc Truyền Bá Thiền Không Kinh Điển:

Theo các sử gia thì Bồ Đề Đạt Ma bác bỏ việc đọc tụng kinh điển. Do đó hệ thống triết học của ông khiến cho các tu viện ít chú trọng về kiến thức mà thiên về trầm tư thiền định nhiều hơn. Theo Bồ Đề Đạt Ma, Phật tử nên để ý đến thiền, vì chỉ cần hành thiền là có thể đạt đến giác ngộ. Do đó ông chỉ dịch có mỗi quyển Đại Bát Niết Bàn Kinh Luận (Mahaparinirvana-sutra-sastra). Ông là vị tổ thứ 28 của dòng Thiền Ấn Độ và là sơ tổ của dòng Thiền Trung Quốc. Các học giả vẫn còn không đồng ý với nhau về việc Bồ Đề Đạt Ma đến Trung Hoa từ lúc nào, ở lại đó bao lâu, và mất vào lúc nào, nhưng nói chung giới Phật tử nhà Thiền chấp nhận rằng Bồ Đề Đạt Ma đến Nam Trung Hoa bằng thuyền vào khoảng năm 520 sau Tây Lịch, sau một nỗ lực không kết quả để thiết lập giáo thuyết của mình tại đây, ông đã đến Lạc Dương thuộc miền bắc Trung Hoa, và cuối cùng ông định cư tại chùa Thiếu Lâm. Ngài đã mang sang Trung Quốc một thông điệp thù thắng, được tóm gọn trong mười sáu chữ Hán sau đây, dù rằng người ta chỉ nhắc đến thông điệp này về sau thời Mã Tổ:

Bất lập văn tự
Giáo ngoại biệt truyền
Trực chỉ nhân tâm
Kiến tánh thành Phật.

Hình thức thực hành thiền định do Bồ Đề Đạt Ma dạy vẫn còn đậm nét trong Phật giáo Ấn Độ. Những lời dạy của ông phần lớn dựa vào các kinh điển Phật giáo Đại thừa. Bồ Đề Đạt Ma đặc biệt nhấn mạnh đến tầm quan trọng của kinh Lăng Già. Thiền theo lối Trung Hoa là

kết quả một sự pha trộn thiền định Phật giáo được Bồ Đề Đạt Ma đưa vào Trung Hoa và Đạo giáo chính thống tại đây, và nó được mô tả như là sự "truyền thụ riêng biệt, nằm ngoài các bản kinh chính thống", được tổ thứ sáu là Huệ Năng và những vị thầy thiền thời Đường kế tục sau này phát triển. Trong số những điểm đặc biệt của Bồ Đề Đạt Ma Thiền Pháp là tám nguyên tắc căn bản hay Bát Câu nghĩa, của trực giác hay liên hệ trực tiếp với tâm linh của trường phái Thiền Tông: Chánh Pháp Nhãn Tạng, Niết Bàn Diệu Tâm, Thực Tướng Vô Tướng, Vi Diệu Pháp Môn, Bất Lập Văn Tự, Giáo Ngoại Biệt Truyền, Trực Chỉ Nhân Tâm, Kiến Tánh Thành Phật. Nancy Wilson Ross viết trong quyển 'Thế Giới Thiền': "Mặc dầu Thiền được các môn đồ xem như là một tôn giáo, trong Thiền không hề có những kinh điển thiêng liêng làm luật, không có sách thánh truyền, không có giáo điều cứng nhắc, không có đẳng Cừu Thế, không có đẳng Thiêng Liêng có thể gia ân và ban cho chúng ta sự cứu rỗi. Không có những nét biểu trưng rất phổ biến ở các hệ thống tôn giáo khác. Thiền có phong vị tự do, và được một số lớn người đương thời cảm thụ. Hơn nữa, với mục tiêu đã được nhắm là dùng những phương pháp đặc biệt để mang lại sự tự hiểu biết sâu sắc về bản thân của mỗi người để mang lại bình an cho tâm thức, Thiền đã lôi cuốn được sự chú ý của nhiều nhà tâm lý học phương Tây. Khó khăn lớn nhất của Tây phương khi thảo luận về ý nghĩa của Thiền là làm sao giải thích 'Thiền vận hành như thế nào.' Như trên đã nói, Thiền đặc biệt nhấn mạnh đến việc giáo huấn Thiền nằm ngoài ngôn từ: 'Giáo ngoại biệt truyền, bất lập văn tự. Trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật.'

Để biết rõ về Thiền, và ngay cả để bắt đầu hiểu Thiền, cần phải tu tập ngay."

Sáu Cửa Vào Động Thiếu Thất: Sáu Cửa Vào Động Thiếu Thất là bộ sưu tập gồm sáu bài luận, tất cả theo truyền thống được cho là của Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma. Chữ "Shôshitsu" chỉ am hay cốc dành cho ẩn sĩ trên núi Tống Sơn, nơi mà Bồ Đề Đạt Ma đã tu tập thiền định, và thường được dùng như một tên khác cho Sơ Tổ. Vì vậy nhan đề có thể được dịch là "Sáu Cửa Vào Động Thiếu Thất Của Tổ Bồ Đề Đạt Ma." Các học giả tin tưởng rằng sáu văn bản là những bài luận về sau này, có lẽ mới được viết vào thời nhà Đường. Thoạt tiên chúng được viết như những văn bản độc lập, về sau này được sưu tập lại dưới chỉ một nhan đề. Bộ sưu tập được làm hồi nào thì không ai biết, nhưng văn bản

cổ nhất còn tồn tại là bản tiếng Nhật xuất bản vào năm 1647. Bài luận đầu tiên được viết theo kệ và được gọi là "Tâm Kinh Tụng", hay "Kệ Tâm Kinh." Năm bài còn lại được viết bằng văn xuôi, với nhan đề "Phá Tướng Luận," "Nhị Chứng Nhập," "An Tâm Pháp Môn," "Ngộ Tính Luận," và "Huyết Mạch Luận." Ba trong số sáu bài luận đã được dịch sang Anh ngữ tại trung tâm Bồ Đề Đạt Ma Xích Tùng Thiền Giáo.

II. Sự Truyền Đạt Thiền Pháp Của Tổ Sư Bồ Đề Đạt Ma Tại Trung Hoa:

Tại Sao Bồ Đề Đạt Ma Đến Trung Hoa?: Trước khi nhập Niết Bàn, đức Phật đã tiên đoán rằng đến đời Tổ thứ hai mươi tám, nên truyền Phật pháp Đại Thừa đến Trung Hoa. Do vậy mà Tổ Sư Bồ Đề Đạt Ma đã đến Đông Độ. Theo Hòa Thượng Tuyên Hóa trong quyển "Tổ Sư Bồ Đề Đạt Ma," lúc bấy giờ Phật pháp tại trung Hoa hình như có, mà cũng hình như không. Tại sao nói vậy? Bởi vì đương thời tuy có Phật pháp, nhưng ở đó họ chỉ thực hành bề ngoài. Có một số tụng kinh, nghiên cứu kinh điển, hay giảng kinh, thậm chí đến sám hối cũng không có. Học giả thế tục thì xem Phật giáo như là một môn học để nghiên cứu và thảo luận. Những nguyên lý trong kinh điển phải được dùng để tu hành. Tuy nhiên, đâu có ai chịu tu hành. Tại sao lại không chịu tu? Vì sợ đau khổ nên không ai thật sự tu tập thiền. Ngoại trừ Hòa Thượng Chí Công đã dụng công tu thiền và đắc được Ngũ Nhãn. Nhưng đa phần người ta sợ đau sợ khổ nên không chịu tu hành. Không một ai chịu nghiêm chỉnh tham thiền và tọa thiền, cũng như quý vị hiện nay, ngồi một chút thì thấy chân đau, bèn muống bung chân, nhúc nhích lắc lư, rồi duỗi cẳng xoa bóp một hồi. Bởi vì con người thì dầu sao cũng chỉ là con người nên đều sợ khổ. Tình trạng thời đó và bây giờ cũng không có gì khác nhau. Cho nên mới gọi là: hình như có Phật pháp, mà thật ra thì không có Phật pháp, hình như có, hình như không.

Những Gì Xảy Ra Sau Cuộc Nói Chuyện Với Vua Hán Vũ Đế: Trong những bức tranh Thiền, người ta thường vẽ Bồ Đề Đạt Ma, Sơ Tổ Thiền Tông Trung Hoa với khuôn mặt u ám và dữ dằn và đôi mắt ốc nhồi to tướng. Truyền thuyết kể rằng Sơ Tổ đã cắt lìa đôi mí mắt để luôn luôn tỉnh và thức. Theo Bích Nham Lục, tấc 1, theo Tổ Bồ Đề Đạt Ma, Thánh Đế Đệ Nhứt Nghĩa có nghĩa là chân đế và tục đế không hai. Qua chân đế chúng ta hiểu được cái phi hữu; và qua tục đế chúng ta hiểu được cái phi vô. Đây chính là chỗ cực diệu cùng huyền của

giáo lý nhà Phật. Bên cạnh đó, qua cuộc đối thoại với Võ Đế, ta thấy rõ rằng cốt lõi chủ thuyết của Tổ Bồ Đề Đạt Ma là triết lý “Không Tánh” (sunyata), mà cái không thì không thể nào chứng minh được. Do đó, Bồ Đề Đạt Ma cũng đã sử dụng cách phá tướng để đối đáp dưới hình thức phủ định. Khi nói về ảnh hưởng của đạo Phật trên đời sống và nền văn hóa của người Trung Hoa, chúng ta không thể không nói đến khuynh hướng bí hiểm này của triết lý Bồ Đề Đạt Ma, vì rõ ràng là khuynh hướng này đã tác động nhiều trên sự hình thành tinh thần Phật giáo Trung Hoa, và từ đó xuất hiện Phật giáo Thiền tông. Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển III, Vua Lương Võ Đế vời Tổ đến Nam Kinh để triều kiến. Vua hỏi: “Từ khi tức vị đến nay, trẫm đã cho tạo chùa, sao chép kinh điển và độ Tăng rất nhiều. Công đức như vậy lớn như thế nào?” “Không có công đức gì cả,” là câu trả lời. Tổ lại nói tiếp: “Tất cả những công việc ấy chỉ là những quả báo nhỏ của một cái thân hữu lậu, như bóng theo hình, tuy có mà không phải thật.” Võ Đế hỏi: “Vậy đúng nghĩa thế nào là công đức?” Bồ Đề Đạt Ma đáp: “Đó là sự thanh tịnh, giác ngộ, sự hoàn mãn, và thâm thúy. Công đức như thế không xây dựng bằng phương tiện thế gian.” Võ Đế lại hỏi: “Thế nào là Thánh Đế đệ nhất nghĩa?” “Tổ trả lời: “Rỗng tuếch, không có Thánh Đế gì hết.” Vua lại hỏi tiếp: “Vậy ai đang diện kiến trẫm đây?” Tổ nói: “Không biết.” Lương Võ Đế làm điều lành với hy vọng tích tụ được công đức. Bồ Đề Đạt Ma gạt bỏ ý tưởng đó của nhà vua và đưa nhà vua đến trọng tâm giáo huấn của mình: ‘Việc tu tập của Bệ hạ vẫn còn chưa tách khỏi con người Bệ hạ. Khi tâm thức của Bệ hạ thanh tịnh, Bệ hạ sống trong một thế giới thanh tịnh. Khi bệ hạ còn chấp những điều được và mất, Bệ hạ sống trong thế giới mê hoặc.’ Vị Hoàng đế cố hỏi thêm: ‘Thế nào là Thánh đế đệ nhất nghĩa?’ Câu đáp của Bồ Đề Đạt Ma như đập vào tai: ‘Hoàn toàn rỗng không, không có gì là thánh.’ Không chấp trước bất cứ điều gì. ‘Thánh’ chỉ là một từ ngữ. Vũ trụ bao la năng động của thực tướng tuyệt đối nở rộ và đó là điều bình thường. Lương Võ Đế hỏi: “Đối diện với trẫm là ai?” Tổ đáp: “Chẳng biết.” Rõ ràng là cả vị thầy và nhà vua không có ấn tượng tốt đẹp về nhau. Nhà vua không hiểu những gì Bồ Đề Đạt Ma nói và Thiền sư sau đó cũng sớm rời khỏi vương quốc nhà Lương.” Võ Đế không hiểu Tổ muốn nói gì. Sau cuộc nói chuyện nổi tiếng với vua Hán Vũ Đế, Tổ đã vượt dòng Dương Tử và đến Lạc Dương, kinh đô của Bắc Ngụy. Sau một thời gian ở đây, Tổ đến Ngũ Đài Sơn và trú tại

Thiếu Lâm Tự, nơi đây ngài diện bích (ngồi xoay mặt vào tường) trong 9 năm trường. Qua thí dụ này, chúng ta thấy vào thế kỷ thứ sáu, tổ Bồ Đề Đạt Ma thấy cần phải đến Trung Hoa để truyền tâm ấn cho những người có căn cơ Đại Thừa. Chủ đích của chuyến đi truyền giáo của ngài là vạch bày những lớp mê, chẳng lập ngôn ngữ văn tự, chỉ thẳng tâm người để thấy tánh thành Phật. Theo Tổ Bồ Đề Đạt Ma, Thánh Đế Đệ Nhứt Nghĩa có nghĩa là chân đế và tục đế không hai. Qua chân đế chúng ta hiểu được cái phi hữu; và qua tục đế chúng ta hiểu được cái phi vô. Đây chính là chỗ cực diệu cùng huyền của giáo lý nhà Phật.

Tổ Bồ Đề Đạt Ma Và Thiếu Lâm Tự: Thiếu Lâm Tự, một trong những đại tự viện ở Trung Quốc, tọa lạc trên núi Tung Sơn, thuộc huyện Đẳng Phong, tỉnh Hồ Nam, được xây vào năm 477, dưới thời hoàng đế Hiếu Văn thuộc triều đại Bắc Ngụy. Một nhà sư người Thiên Trúc tên Bồ Đề Lưu Chi đã sống tại đây và ngài đã dịch nhiều kinh điển sang tiếng Trung Hoa. Theo truyền thuyết về Thiền tông, tổ Bồ Đề Đạt Ma sau cuộc gặp gỡ với vua Lương Vũ Đế. Khi Vũ Đế chưa sẵn sàng nên đã để mất cơ hội đạt ngộ này, tổ Bồ Đề Đạt Ma đi về hướng Bắc đến dòng sông Dương Tử, bước lên một bè lau bồng bênh và dùng thần thông lực của mình vượt qua dòng sông chia hai Nam Bắc Trung Hoa này. Ngài đã quyết định xứ này chưa sẵn sàng cho giáo pháp của mình, nên đi đến Thiếu Lâm và ngồi diện bích trong 9 năm cho đến khi Huệ Khả đến gặp và thuyết phục được ngài dạy đạo. Tuy nhiên, ngày nay, rất nhiều người, đặc biệt là những người trong vùng Đông Á, thường gán cho chùa Thiếu Lâm với việc luyện tập công phu, một hình thức của khí công, thường được hiểu lầm như là một thứ võ, chứ thật ra đó là một phương pháp vừa rèn luyện tâm linh vừa thực hành nơi thể chất.

Chín Năm Diện Bích: Diện Bích là tọa thiền mặt xoay vào tường, như Tổ Bồ Đề Đạt Ma đã 9 năm diện bích mà không nói một lời. Đây là một loại thiền trong đó Bồ Đề Đạt Ma đã thực hành tại Chùa Thiếu Lâm trong chín năm khi ngài mới đến Trung quốc. Loại tu tập này vẫn còn thông dụng ở các tu viện Tào Động của Nhật Bản, trong đó các nhà sư trẻ hơn thường tu tập thiền diện bích. Khi Pháp sư Thần Quang đến chùa Thiếu Lâm thì chỉ thấy Tổ Bồ Đề Đạt Ma đang tọa thiền diện bích. Pháp sư thấy Tổ ngồi thiền liền quỳ xuống ngay đó không đứng dậy, nói: “Thưa Ngài! Lúc đầu gặp Ngài con không biết Ngài là Tổ sư, là Thánh nhân, mà còn lấy râu chuổi đánh Ngài, con rất hối

hận và con xin thành tâm sám hối. Con biết Ngài là bậc thật có đạo đức, là một đạo sĩ vì đạo. Nay con thật lòng xin cầu đạo, cầu Pháp với Ngài.” Tổ Bồ Đề Đạt Ma nhìn qua không nói một lời nào mà vẫn ngồi đó tọa thiền. Pháp sư Thần Quang cũng quỳ nơi đó cầu Pháp. Quỳ như thế trải qua chín năm. Bởi vì Tổ Bồ Đề Đạt Ma quay mặt vào vách tọa thiền mãi chín năm, Pháp sư Thần Quang cũng quỳ như vậy ròng rã chín năm. Loại tu tập này vẫn còn thông dụng ở các tu viện Tào Động của Nhật Bản, trong đó các nhà sư trẻ hơn thường tu tập thiền diện bích.

Người Đệ Tử Đầu Tiên Của Tổ Bồ Đề Đạt Ma Tại Trung Hoa: Tổ Bồ Đề Đạt Ma và môn đệ đầu tiên của ông tại Trung Hoa, Huệ Khả, người mà tổ đã truyền pháp, luôn là đề tài của công án Thiền Vô Môn cũng như bức tranh nổi tiếng của Sesshu, một họa sĩ lừng danh của Nhật Bản. Huệ Khả, một học giả nổi tiếng thời bấy giờ, tìm đến Bồ Đề Đạt Ma lúc ông đang tọa thiền, phàn nàn với ông rằng mình không an tâm và làm thế nào để tâm được an. Bồ Đề Đạt Ma đuổi Huệ Khả đi, bảo rằng muốn đạt được an tâm phải tu lâu và khó nhọc không tự phụ và nản lòng. Sau khi đứng hàng giờ dưới tuyết, Huệ Khả bèn chặt đứt bàn tay trái của mình để dâng lên Bồ Đề Đạt Ma. Bấy giờ tin chắc vào lòng chân thành và quyết tâm của Huệ Khả, Bồ Đề Đạt Ma nhận Huệ Khả làm môn đệ. Câu chuyện trên đây nhấn mạnh đến tầm quan trọng mà các thiền sư buộc vào kẻ khao khát sự an tâm vào việc tọa thiền, vào lòng chân thành và khiêm tốn, sự kiên nhẫn và nghị lực như là những tiên đề trong sự đạt thành đạo vô thượng. Vì thương kẻ tình thành nên Tổ bèn chỉ cho chân đạo: “Bích quán là phép an tâm, tứ hạnh là phép phát hạnh, phòng ngừa sự chê hiềm là phép thuận vật, và đừng chấp trước là phương tiện tu hành cũng như cứu độ chúng sanh.” Khi ở chùa Thiếu Lâm, Tổ thường dạy nhị tổ bằng bài kệ sau:

Ngoài dứt chư duyên
Trong không toan tính
Tâm như tường vách
Mới là nhập đạo

Tổ Sư Bồ Đề Đạt Ma Nói Gì Về Sự Chứng Đắc Của Những Người Đệ Tử Của Minh?: Sau chín năm ở Thiếu Lâm, Tổ muốn trở về Thiên Trúc, bèn gọi môn nhân đến bảo: “Ngày ta lên đường sắp đến, các người thử trình xem chỗ sở đắc của mỗi người về Đạo Thiền.” Bấy giờ ông Đạo Phó bạch: “Theo chỗ thấy của tôi, chẳng chấp văn tự, chẳng

lìa văn tự, đó là chỗ sở dụng của đạo.” Tổ nói: “Ông được phần da của ta.” Ni Tổng Trì bạch: “Chỗ hiểu của tôi nay như Khánh Hỷ (A Nan) nhìn vào nước Phật A Súc (Bất Động Như Lai), thấy một lần không thấy lại được.” Tổ nói: “Bà được phần thịt của tôi.” Đạo Dục bạch: “Bốn đại vốn không, năm ấm chẳng thật, chỗ thấy của tôi là không có gì sở đắc hết.” Tổ nói: “Ông được phần xương của tôi.” Sau cùng, Huệ Khả đến đánh lễ Tổ, xong cứ thế mà đứng thẳng, chứ không nói gì. Tổ nói: “Ông được phần tủy của tôi.” Những ngày cuối cùng của Tổ Bồ Đề Đạt Ma ở Trung Quốc không ai biết rõ, sư đi đâu và thị tịch hồi nào. Có người nói sư băng qua sa mạc trở về Ấn Độ, cũng có người nói sư qua Nhật.

Huyền Thoại Chiếc Giày Cỏ Của Bồ Đề Đạt Ma: Câu chuyện nói về Tổ Bồ Đề Đạt Ma trở về Ấn Độ sau khi thị tịch với một chiếc giày cỏ. Theo truyền thống còn ghi lại trong Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, khoảng ba năm sau ngày Tổ Bồ Đề Đạt Ma thị tịch và được an táng tại Trung Hoa, một viên quan người Hoa tên Tống Vân trên đường trở về Trung Hoa sau một chuyến công tác ở Ấn Độ, ông ta đã gặp Tổ Bồ Đề Đạt Ma một nơi nào đó ở vùng Trung Á. Tổ quảy chỉ một chiếc giày trên vai. Khi viên quan hỏi Tổ đi đâu, thì Tổ trả lời là ngài trở về Ấn Độ. Khi về đến triều đình, viên quan đã báo cáo cuộc gặp gỡ này lên hoàng đế. Hoàng đế đã ra lệnh khai quật mộ của Tổ Bồ Đề Đạt Ma để xem xét. Quan tài trống rỗng, và họ chỉ tìm thấy trong đó có một chiếc giày. Vì câu chuyện này, mà Tổ Bồ Đề Đạt Ma luôn xuất hiện trong nghệ thuật Thiền với hình ảnh một người trên vai mang một chiếc giày cỏ.

III. Bồ Đề Đạt Ma Bát Câu Nghĩa Đóng Vai Trò Then Chốt Trong Thiền Tông:

Tổng Quan Về Bồ Đề Đạt Ma Bát Câu Nghĩa: Theo Phật giáo, Thiền Đại Thừa và Thiền Tối Thượng Thừa bổ sung cho nhau; nên Bát Câu Nghĩa đóng vai trò then chốt trong cả Thiền Đại Thừa lẫn Thiền Tối Thượng Thừa. Trong Sáu Cửa Vào Động Thiếu Thất, ý của Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma vẫn căn cứ trên Bát Câu Nghĩa về Giáo Ngoại Biệt Truyền, Bất Lập Văn Tự, Trực Chỉ Nhân Tâm, Kiến Tánh Thành Phật. Bát Câu Nghĩa là tám nguyên tắc căn bản, của trực giác hay liên hệ trực tiếp với tâm linh của trường phái Thiền Tông: Chánh Pháp Nhãn Tạng, Niết Bàn Diệu Tâm, Thực Tướng Vô Tướng, Vi Diệu Pháp Môn,

Bất Lập Văn Tự, Giáo Ngoại Biệt Truyền, Trực Chỉ Nhân Tâm, Kiến Tánh Thành Phật. Mặc dầu Thiền được các môn đồ xem như là một tôn giáo, trong Thiền không hề có những kinh điển thiêng liêng làm luật, không có sách thánh truyền, không có giáo điều cứng nhắc, không có đấng Cứu Thế, không có đấng Thiêng Liêng có thể gia ân và ban cho chúng ta sự cứu rỗi. Không có những nét biểu trưng rất phổ biến ở các hệ thống tôn giáo khác. Thiền có phong vị tự do, và được một số lớn người đương thời cảm thụ. Hơn nữa, với mục tiêu đã được nhắm là dùng những phương pháp đặc biệt để mang lại sự tự hiểu biết sâu sắc về bản thân của mỗi người để mang lại bình an cho tâm thức, Thiền đã lôi cuốn được sự chú ý của nhiều nhà tâm lý học phương Tây. Khó khăn lớn nhất của Tây phương khi thảo luận về ý nghĩa của Thiền là làm sao giải thích 'Thiền vận hành như thế nào.' Thiền đặc biệt nhấn mạnh đến việc giáo huấn Thiền nằm ngoài ngôn từ: 'Giáo ngoại biệt truyền, bất lập văn tự. Trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật.' Để biết rõ về Thiền, và ngay cả để bắt đầu hiểu Thiền, cần phải tu tập ngay.

Sơ Lược Nội Dung & Vai Trò Then Chốt Trong Thiền Tông Của Bồ Đề Đạt Ma Bát Câu Nghĩa: Hầu hết các tông phái Thiền Đại Thừa trong vùng Đông Á đều xem Bát Câu Nghĩa của Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma đóng vai trò then chốt trong thiền pháp của họ. Thật vậy, Bát Câu Nghĩa gói gọn cốt lõi Thiền: Bất Lập Văn Tự-Giáo Ngoại Biệt Truyền-Trực Chỉ Nhơn Tâm-Kiến Tánh Thành Phật. Đây là tám nguyên tắc căn bản, của trực giác hay liên hệ trực tiếp với tâm linh của trường phái Thiền Tông. *Thứ Nhất Là Chánh Pháp Nhãn Tạng:* Chánh Pháp Nhãn Tạng hay 'Con mắt của kho báu Chánh Pháp'. Bộ sưu tập những châm ngôn và những lời thuyết giảng của đại thiền sư Đạo Nguyên, được đệ tử của ông là thiền sư Hoài Trang ghi lại. Chánh Pháp Nhãn Tạng là một tác phẩm chính của thiền sư Đạo Nguyên, được coi như là một trong những văn bản sâu sắc nhất của toàn bộ văn học thiền và tác phẩm xuất sắc nhất của tôn giáo nói chung. Một tác phẩm của Thiền sư Đạo Nguyên (1200-1253), đây là một bộ luận nhiều tập bàn luận về mọi khía cạnh trong đời sống Phật giáo và sự tu tập, từ thiền tập đến chi tiết về vệ sinh cá nhân. Trong quyển Chánh Pháp Nhãn Tạng, Thiền sư Đạo Nguyên Hy Huyền (1200-1253) dạy: "Khi tất cả mọi sự việc đều là Phật pháp, rồi thì có mê hoặc và giác ngộ, có trau dồi tu tập, có sanh, có tử, có chư Phật, có chúng sanh

muôn loài. Khi muôn sự không là cái ngã, không có mê hoặc và giác ngộ, không có trau dồi tu tập, không có sanh, không có tử, không có chư Phật, và không có chúng sanh muôn loài. Bởi vì Phật Đạo từ nguyên thủy khởi sanh từ sự phong phú và sự thiếu thốn, như thế mới có mê hoặc và giác ngộ, có trau dồi tu tập, có sanh, có tử, có chư Phật, có chúng sanh muôn loài. Hơn nữa, dầu là như thế, hoa vẫn rơi rụng khi chúng ta luyến chấp vào chúng, và các loài cỏ dại vẫn sanh sôi nảy nở cho dầu chúng ta có ghét bỏ chúng. Người đã đạt đến giác ngộ có thể sánh được với ánh trăng chiếu xuống nước. Vầng trăng không ướt, mặt nước không vỡ. Sức sáng của trăng mãnh liệt, nhưng trăng vẫn nằm yên trong vũng nước nhỏ, tròn vẹn một vầng trăng, tròn vẹn bầu trời nằm yên trong một giọt sương trên ngọn cỏ, nằm yên trong một giọt nước li ti. Sự chứng đạo mà không gây tổn thương cũng giống như ánh trăng không xuyên thủng nước. Người không ngăn trở giác ngộ cũng giống như giọt sương không ngăn trở ánh trăng giữa bầu trời."

Thứ Nhì Là Niết Bàn Diệu Tâm: Nirvana gồm 'Nir' có nghĩa là ra khỏi, và 'vana' có nghĩa là khát ái. Niết Bàn có nghĩa là thoát khỏi luân hồi sanh tử, chấm dứt khổ đau, và hoàn toàn tịch diệt, không còn ham muốn hay khổ đau nữa (Tịch diệt hay diệt độ). Niết Bàn là giai đoạn cuối cùng cho những ai đã dứt trừ khát ái và chấm dứt khổ đau. Nói cách khác, Niết Bàn là chấm dứt vô minh và ham muốn để đạt đến sự bình an và tự do nội tại. Niết Bàn với chữ "n" thường đối lại với sanh tử. Niết bàn còn dùng để chỉ trạng thái giải thoát qua toàn giác. Niết Bàn cũng được dùng theo nghĩa trở về với tánh thanh tịnh xưa nay của Phật tánh sau khi thân xác tiêu tan, tức là trở về với sự tự do hoàn toàn của trạng thái vô ngại. Trạng thái tối hậu là vô trụ Niết Bàn, nghĩa là sự thành tựu tự do hoàn toàn, không còn bị ràng buộc ở nơi nào nữa. Niết Bàn là danh từ chung cho cả Tiểu Thừa lẫn Đại Thừa. Với hành giả tu Thiền, khi bạn hiểu rõ vô ngã thì sẽ hiểu rõ Niết ban tịch tĩnh. Chữ "Nirvana" được dịch nhiều cách, có khi dịch là "viên mãn", có khi dịch là "diệt trừ dục vọng". Thế nhưng Niết bàn và vô thường lại là cái phía trước và cái phía sau. Hiểu rõ vô thường liền đạt được Niết bàn; hiểu rõ sự sống là Niết Bàn là đã quán chiếu được vô thường. Vì thế, hành giả tu Thiền thà là nghĩ ra cách đối mặt với vô thường còn hơn là phải xử lý toàn bộ tam pháp ấn (vô thường, khổ và vô ngã) như là một pháp phải chứng đắc. Theo Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo Mahamati: "Nầy Mahamati, Niết Bàn nghĩa là thấy suốt vào

trú xứ của thực tính trong ý nghĩa chân thật của nó. Trú xứ của thực tính là nơi mà một sự vật tự nó trú. Trú trong chính cái chỗ của mình nghĩa là không xao động, tức là mãi mãi tĩnh lặng. Nhìn thấy suốt vào trú xứ của thực tính đúng như nó nghĩa là thông hiểu rằng chỉ có cái được nhìn từ chính tâm mình, chứ không có thể giới nào bên ngoài như thế cả.” Sau khi Đức Phật vắng bóng, hầu hết các thảo luận suy luận siêu hình tập trung quanh đề tài Niết Bàn. Kinh Đại Bát Niết Bàn, những đoạn văn bằng tiếng Bắc Phạn vừa được phát kiến mới đây, một ở Trung Á và đoạn khác ở Cao Dã Sơn cho thấy một thảo luận sống động về các vấn đề như Phật tánh, Chân như, Pháp giới, Pháp thân, và sự khác nhau giữa các ý tưởng Tiểu Thừa và Đại Thừa. Tất cả những chủ điểm đó liên quan đến vấn đề Niết Bàn, và cho thấy mối bận tâm lớn của suy luận được đặt trên vấn đề vô cùng quan trọng này. Trong khi đó, Diệu tâm là tâm thể tuyệt diệu không thể nghĩ bàn, nó vượt ra ngoài sự suy tưởng của nhân thiên, không còn vướng mắc bởi có không, trong đó tất cả những ảo tưởng tà vạy đều bị loại bỏ. Theo Thiên Thai Biệt Giáo, thì đây chỉ giới hạn vào tâm Phật, trong khi Thiên Thai Viên Giáo lại cho rằng đây là tâm của ngay cả những người chưa giác ngộ. Đây là một trong tám nguyên tắc căn bản, của trực giác hay liên hệ trực tiếp với tâm linh của trường phái Thiền Tông.

Thứ Ba Là Thực Tướng Vô Tướng: Chân như và thực tướng là đồng thể, nhưng tên gọi khác nhau. Đối với nghĩa nhất như của không đế thì gọi là chân như; còn đối với nghĩa diệu hữu của giả đế thì gọi là thực tướng. Tướng thân chân thực của vạn hữu hay là cái chân thực tuyệt đối (cái tướng xa lìa sự sai biệt tướng đối). Đây là một trong tám nguyên tắc căn bản, của trực giác hay liên hệ trực tiếp với tâm linh của trường phái Thiền Tông. Từ Bắc Phạn “Animitta” có nghĩa là “Vô Tướng.” Tướng bao gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp, đàn ông, đàn bà, sanh, lão, bệnh, tử, vân vân. Sự vắng mặt của những thứ này là vô tướng. Như vậy vô tướng có nghĩa là không có hình thức, không có các vẻ bên ngoài, không có dấu hiệu rõ rệt của chư pháp. Đây là đặc trưng cho Chân Lý tuyệt đối, không hề biết đến một sự phân biệt đối xử nào. Vô tướng thường được dùng như một loại hình dung từ cho Niết Bàn. Theo Phật giáo, hết thảy chư pháp đều ở bên trong cái tâm, không có pháp nào ở ngoài tâm (tâm có nghĩa là nhóm khởi lên các pháp; thức có nghĩa là phân biệt các pháp). Giống như ý niệm Duy Thức trong

Kinh Lăng Già. Đối với nghĩa nhất như của không đế thì gọi là chân như; còn đối với nghĩa diệu hữu của giả đế thì gọi là thực tướng.

Thứ Tư Là Vi Diệu Pháp Môn: Vi Diệu Pháp Môn là giáo pháp của Phật hay Phật pháp được coi như là cửa ngõ (những lời nói này làm chuẩn tắc cho đời) vì qua đó chúng sanh đạt được giác ngộ. Chúng sanh có 8 vạn 4 ngàn phiền não, thì Đức Phật cũng đưa ra 8 vạn bốn ngàn pháp môn đối trị. Vì biết rằng căn tánh của chúng sanh hoàn toàn khác biệt nên Đức Phật chia ra nhiều pháp môn nhằm giúp họ tùy theo căn cơ của chính mình mà chọn lựa một pháp môn thích hợp để tu hành. Một người có thể tu nhiều pháp môn tùy theo khả năng sức khỏe và thời gian của mình. Tất cả các pháp môn đều có liên hệ mật thiết với nhau. Tu tập những giáo pháp của Phật đòi hỏi liên tục, thường xuyên, có lòng tin, có mục đích và sự cả quyết. Trây lười và vội vã là những dấu hiệu của thất bại. Con đường đi đến giác ngộ Bồ Đề chỉ có một không hai, nhưng vì con người khác nhau về sức khỏe, điều kiện vật chất, tính thông minh, bản chất và lòng tin, nên Đức Phật dạy về những quả vị Thanh Văn, Duyên Giác và Bồ Tát Đạo, cũng như những con đường của kẻ xuất gia hay người tại gia. Tất cả những con đường này đều là Phật đạo. Nói chung, giáo pháp nhà Phật đều nhằm vào việc giải thoát con người khỏi những khổ đau phiền não ngay trong kiếp này. Các lời dạy này đều có cùng một chức năng giúp đỡ cá nhân hiểu rõ phương cách khơi dậy thiện tâm và từ bỏ ác tâm. Thí dụ như dùng bi tâm để giải thoát sân hận, dùng vô tham để giải thoát lòng tham, dùng trí tuệ để giải thoát si mê, dùng vô thường, tưởng và khổ để giải thoát sự ngã mạn cống cao. Đối với người tại gia còn có bốn phạm đối với tự thân, gia đình, tôn giáo và xứ sở, Đức Phật đã khuyên nên từng bước tu tập các nghiệp không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không vọng ngữ, không làm những hành động do chấp trước hay tham sân si và sợ hãi tác động, không tiêu phí tài sản bằng những cách uống rượu, la cà đường phố, tham dự các tổ chức đình đám không có ý nghĩa, không đánh bạc, không làm bạn với người xấu và không nhàn cư (vì cổ đức có dạy ‘nhàn cư vi bất thiện.’). Ngoài ra, người tại gia nên luôn giữ gìn tốt sáu mối quan hệ gia đình và xã hội: liên hệ giữa cha mẹ và con cái, giữa vợ chồng, giữa thầy trò, giữa bà con thân thuộc, giữa láng giềng, giữa người tại gia và người xuất gia, giữa chủ và thợ, vân vân. Các mối quan hệ này phải được xây dựng trên cơ sở tình người, sự thủy chung, sự biết ơn, biết chấp nhận và cảm

thông với nhau, biết tương kính lẫn nhau vì chúng liên hệ mật thiết với hạnh phúc cá nhân trong những giây phút hiện tại. Chính vì thế mà Phật Pháp được gọi là Pháp Giải Thoát. Bên cạnh đó, pháp nhẫn trong Phật giáo cũng là một pháp giải thoát vi diệu. Pháp nhẫn là chấp nhận sự khẳng định rằng tất cả các sự vật là đúng như chính chúng, không phải chịu luật sinh diệt là luật chỉ được thù thắng trong thế giới hiện tượng tạo ra do phân biệt sai lầm. Pháp Nhẫn là sự nhẫn nại đạt được qua tu tập Phật pháp có khả năng giúp ta vượt thoát ảo vọng. Cũng là khả năng kham nhẫn những khó khăn bên ngoài. Pháp Môn Nhẫn Nhục là một trong sáu pháp Ba La Mật, nhẫn nhục vô cùng quan trọng. Nếu chúng ta tu tập toàn thiện pháp môn nhẫn nhục, chúng ta sẽ chắc chắn hoàn thành đạo quả. Thực tập pháp môn nhẫn nhục, chúng ta chẳng những không nóng tánh mà còn kham nhẫn mọi việc. Không ai có thể không đi mà đến. Đạo không thể nào không học, không hiểu, không hành mà có thể đạt được giác ngộ. Đây là một trong tám nguyên tắc căn bản, của trực giác hay liên hệ trực tiếp với tâm linh của trường phái Thiền Tông.

Thứ Năm Là Giáo Ngoại Biệt Truyền: Giáo ngoại biệt truyền có nghĩa là sự truyền thụ ngoài kinh điển chính thống. Sự truyền thụ Pháp của Phật từ "tâm sang tâm." Đây là phương pháp đặc trưng của Thiền, khác với sự truyền thụ dựa vào những văn bản kinh điển. Theo truyền thuyết Phật giáo thì sự truyền thụ riêng biệt bên ngoài các kinh điển đã được bắt đầu ngay từ thời Phật Thích ca với thời thuyết giảng trên đỉnh Linh Thứu. Trước một nhóm đông đồ đệ, Phật chỉ giơ cao một bông sen mà không nói một lời nào. Chỉ có đệ tử Đại Ca Diếp bỗng đại ngộ, hiểu được ý Phật và mỉm cười. Sau đó Phật đã gọi Maha Ca Diếp, một đệ tử vừa giác ngộ của Ngài. Ca Diếp cũng chính là vị trưởng lão đầu tiên của dòng thiền Ấn độ.

Thứ Sáu Là Bất Lập Văn Tự: Nhà Thiền dựa vào thực tập hơn là văn tự sách vở. Ngôn thuyết pháp tướng hay giáo lý bằng ngôn từ trái với sự tự chứng. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Những ai hiểu rõ sự khác biệt giữa thể chứng và giáo lý, giữa cái biết tự nội và sự giáo huấn, đều được tách xa sự điều động của suy diễn hay tưởng tượng suông.” Giáo lý, sự tụng đọc và chuyện kể, vân vân. Chính vì thế mà Đức Phật nhấn mạnh vào sự đạt tự nội cái chân lý mà hết thảy các Đức Như Lai trong quá khứ, hiện tại và vị lai thể chứng, chứ không phải là ngữ ngôn văn tự. Cảnh giới của Như Lai tạng vốn là A Lại Da

Thức thì thuộc về chữ Bồ Tát Ma Ha Tát theo đuổi chân lý chứ không thuộc các triết gia chấp vào văn tự, học hành và suy diễn suông. Chính vì thế mà Đức Phật dạy: “Chính do con người không biết rõ cái bản tánh của các ngôn từ, nên người ta xem ngôn từ là đồng nhất với ý nghĩa.” Trong thuật ngữ Thiền của Nhật Bản có từ ngữ “Ichiji-fusetsu” có nghĩa là “không nói một lời.” “Ichiji-fusetsu” chỉ sự kiện trong bất cứ lời dạy dỗ nào của Đức Phật, Ngài chẳng bao giờ dùng một lời nào để diễn tả hiện thực tối thượng hay bản chất thật của vạn hữu, vì nó thuộc lãnh vực không thể nói được (bất khả thuyết). Do hiểu như vậy nên ngay sau khi đạt được toàn giác, Đức Phật đã không muốn thuyết giảng những gì mình liễu ngộ. Tuy nhiên, vì thương xót chúng sanh bị trói buộc trong luân hồi sanh tử nên Ngài đành chấp nhận đi thuyết giảng. Để làm như vậy, Ngài đã phải tự hạ trình độ Đại Giác của mình xuống thành trình độ hiểu biết thông thường. Trong Thiền, tất cả những lời chỉ dạy của Đức Phật có nghĩa là “ngón tay chỉ trăng” chỉ với mục đích mang lại cho những ai ao ước tu tập con đường dẫn đến giác ngộ và đạt được trí tuệ bát nhã để hiểu được một cách sâu sắc bản chất thật của vạn hữu. Theo truyền thuyết Phật giáo thì sự truyền thụ riêng biệt bên ngoài các kinh điển đã được bắt đầu ngay từ thời Phật Thích ca với thời thuyết giảng trên đỉnh Linh Thứu. Trước một nhóm đông đồ đệ, Phật chỉ giơ cao một bông sen mà không nói một lời nào. Chỉ có đệ tử Đại Ca Diếp bỗng đại ngộ, hiểu được ý Phật và mỉm cười. Sau đó Phật đã gọi Maha Ca Diếp, một đệ tử vừa giác ngộ của Ngài. Ca Diếp cũng chính là vị trưởng lão đầu tiên của dòng thiền Ấn Độ. Người thực tập thiền thường khuyên “bất lập văn tự.” Đây không nhất thiết là để phủ nhận khả năng diễn đạt của văn tự mà chỉ để tránh sự nguy hiểm của sự mắc kẹt vào ngôn ngữ mà thôi. Người ta khuyên chúng ta nên dùng văn tự một cách khéo léo vì lợi ích của người nghe. Vào thế kỷ thứ 2, ngài Long Thọ đã viết bộ Trung Quán Luận, biểu trưng cho ý thức muốn sử dụng ý niệm để đập vỡ ý niệm. Trung Quán Luận không nhắm tới sự thành lập một ý niệm hay một luận thuyết nào hết mà chỉ nhắm tới việc phá bỏ tất cả mọi ý niệm, đập vỡ hết tất cả mọi chai lọ, ống và bình để cho ta thấy nước là cái gì không cần hình tướng mà vẫn hiện thực. Ngài đã phác họa ra một điệu múa cho chúng ta nhằm giúp chúng ta loại bỏ các khuôn khổ ý niệm trước khi đi vào sự thể nghiệm thực tại, để không tự mẫn với chính chúng ta bằng những hình ảnh của

thực tại. Đây là một trong tám nguyên tắc căn bản, của trực giác hay liên hệ trực tiếp với tâm linh của trường phái Thiền Tông.

Thứ Bảy Là Trực Chỉ Nhân Tâm: Trực chỉ nhân tâm có nghĩa là nhìn thấy được Phật tánh hay nhìn thấy bản tánh thật của chính mình. Về mặt từ nghĩa, “kiến tánh” và “ngộ” có cùng một ý nghĩa và chúng thường được dùng lẫn lộn với nhau. Tuy nhiên khi nói về sự giác ngộ của Phật và chư tổ, người ta thường dùng chữ “ngộ” hơn là “kiến tánh” vì ngộ ám chỉ một kinh nghiệm sâu hơn. Đây là một câu nói thông dụng trong nhà Thiền. Trong nhà Thiền, thấy được tự tánh có nghĩa là đạt được Phật quả hay thành Phật. Lời dạy thẳng vào tâm mà một vị thầy trao cho đệ tử khi vị đệ tử đã sẵn sàng nhận lời dạy. Có nhiều cách chỉ thẳng vào tâm như dùng chiếc giày đánh vào đệ tử hay la hét người đệ tử này. Đây là lời dạy riêng cho từng đệ tử của từng vị thầy.

Thứ Tám Là Kiến Tánh Thành Phật: Nguyên đoạn văn này là trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật. Trực chỉ nhân tâm là lời dạy thẳng vào tâm mà một vị thầy trao cho đệ tử khi vị đệ tử đã sẵn sàng nhận lời dạy. Có nhiều cách chỉ thẳng vào tâm như dùng chiếc giày đánh vào đệ tử hay la hét người đệ tử này. Đây là lời dạy riêng cho từng đệ tử của từng vị thầy. Trực Chỉ Nhân Tâm, Kiến Tánh Thành Phật là hai trong tám nguyên tắc căn bản, của trực giác hay liên hệ trực tiếp với tâm linh của trường phái Thiền Tông. Trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật. Nhìn thấy được Phật tánh hay nhìn thấy bản tánh thật của chính mình. Về mặt từ nghĩa, “kiến tánh” và “ngộ” có cùng một ý nghĩa và chúng thường được dùng lẫn lộn với nhau. Tuy nhiên khi nói về sự giác ngộ của Phật và chư tổ, người ta thường dùng chữ “ngộ” hơn là “kiến tánh” vì ngộ ám chỉ một kinh nghiệm sâu hơn. Đây là một câu nói thông dụng trong nhà Thiền. Kiến tánh có nghĩa là “thấy tánh trực tiếp và tìm thấy trong đó tánh của chính mình đồng thể với tánh của vũ trụ.” Tông Lâm Tế tu tập phương pháp “kiến tánh” này, nhưng tông Tào Động thì không. Tuy nhiên, mục đích và sự thành đạt chính của

Thiền Đại Thừa và Tối Thượng Thừa vẫn xem “chân ngộ” là chủ yếu. Thiền sư Philip Kapleau viết trong quyển 'Ba Trụ Thiền', kiến tánh không phải là một hiện tượng ngẫu nhiên. Giống như một mầm cây nhô lên khỏi mảnh đất đã được gieo hạt, bón phân, và dọn cỏ sạch sẽ, chứng ngộ đến với cái tâm đã nghe thấy và tin vào chân lý của Phật và đã đoạn diệt từ trong cội rễ khái niệm nặng nề về sự phân biệt ta và người. Và cũng giống như phải nuôi dưỡng mầm cây mới nhô lên cho đến khi lớn, việc rèn luyện hành Thiền nhấn mạnh đến sự cần thiết của tu tập sao cho giác ngộ sơ khởi đạt đến độ chín mùi qua việc tham công án hoặc chỉ quán đả tọa cho đến khi nó khởi động mạnh mẽ cuộc sống của từng người. Nói cách khác, để vận hành trên nền ý thức được nâng cao hơn nhờ kiến tánh, phải ra sức rèn luyện, để hành động phù hợp với nhận thức chân lý này. Một dụ ngôn từ trong một bộ kinh vạch cho chúng ta thấy mối tương quan giữa giác ngộ và tọa thiền hậu giác ngộ. Trong câu chuyện, giác ngộ được ví như một thanh niên sau nhiều năm lưu lạc, nghèo đói nơi xứ người, bỗng được tin người cha giàu có đã từ khá lâu để lại tài sản cho mình. Việc thực sự sở hữu kho báu ấy từ thừa kế hợp pháp và trở nên đủ năng lực để quản lý một cách khôn ngoan, được ví với tọa thiền hậu kiến tánh, tức là với mở rộng và đào sâu giác ngộ sơ khởi. Thấy tánh hay Kiến Tánh là nhìn thấy được Phật tánh hay nhìn thấy bản tánh thật của chính mình. Kiến Tánh Thành Phật có nghĩa là nhìn thấy được Phật tánh hay nhìn thấy bản tánh thật của chính mình. Về mặt từ nghĩa, “kiến tánh” và “ngộ” có cùng một ý nghĩa và chúng thường được dùng lẫn lộn với nhau. Tuy nhiên khi nói về sự giác ngộ của Phật và chư tổ, người ta thường dùng chữ “ngộ” hơn là “kiến tánh” vì ngộ ám chỉ một kinh nghiệm sâu hơn. Đây là một câu nói thông dụng trong nhà Thiền. Đây là một trong tám nguyên tắc căn bản, của trực giác hay liên hệ trực tiếp với tâm linh của trường phái Thiền Tông. Lục Tổ rất dứt khoát về chuyện thấy tánh khi người ta hỏi ngài: "Tổ Hoàng Mai khi phó chúc truyền thọ gì?" Tổ đáp: "Không truyền thọ gì hết, chỉ luận môn 'thấy tánh', chẳng đá động gì đến phép 'giải thoát hoặc tọa thiền nhập định'." Lục Tổ gọi tu theo cách này là "tà mê", không đáng đến học hỏi, những người đầu óc trống rỗng, suốt ngày ngồi im thin thít không nghĩ tưởng gì hết trong khi "cả đến người ngu, nếu bỗng chốc ngộ chân lý, mở con mắt huệ vẫn thành bậc trí, chứng vào Phật Đạo." Khi Lục Tổ nghe thuật lại phép dạy của Bắc Tông cốt chặn đứng tất cả tư tưởng, lặng im ngồi kiết già quán tưởng

mãi không nằm, Tổ tuyên bố những phép hành đạo ấy hoàn toàn vô ích, xa với Thiền lý, và sau đó Tổ đã đọc bài kệ:

"Khi sống, ngồi chẳng nằm
Chết rồi nằm chẳng ngồi
Một bộ xương mục thúi
Có gì gọi công phu?"

Kỳ thật, nội dung toàn tập Sáu Cửa Vào Động Thiếu Thất Của Tổ Bồ Đề Đạt Ma đều có thông điệp của Sơ Tổ hướng đến Quán Tâm Pháp, tuy nhiên trong hạn hẹp của bài viết này chúng ta không bàn sâu, mà chỉ nói sơ qua về sáu cửa này bao gồm Bài Kệ Bát Nhã Tâm Kinh, Phá Tướng Luận, Nhị Chứng Nhập, An Tâm Pháp Môn, Ngô Tính Luận, và Huyết Mạch Luận. Tuy nhiên, để cho chúng ta biết rõ về Đại Ý Pháp Quán Tâm của Ngài cũng như hiểu rõ hơn và dễ dàng trong tu tập Thiền, Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma đã chỉ bày ra sáu cửa. Sau khi bước qua sáu cửa này, chúng ta đã vào tận Nhà Tổ: Động Thiếu Thất.

IV. Bồ Đề Đạt Ma & Vô Sở Cầu Môn:

Tổng Quan Về Vô Sở Cầu: Tổ Bồ Đề Đạt Ma, vị tổ thứ 28 dòng Thiền Ấn Độ và cũng là vị sơ tổ của dòng Thiền Trung Hoa đã dạy về tam vô sở cầu nhân sau cuộc nói chuyện với vua Hán Vũ Đế về tu hành tịnh hạnh vô cầu. Theo Tổ Bồ Đề Đạt Ma, đây là một trong bốn hạnh của Thiền giả. Người đời mãi mãi đắm mê, việc gì cũng tham trước, thế gọi là cầu. Bậc trí ngộ lẽ chân, chuyển ngược thế tục, nên an tâm trụ nơi vô vi, thân hình tùy nghi mà vận chuyển. Muôn vật đều là không, có gì vui mà cầu được. Hễ có công đức thì liền có hắc ám đuổi theo. Ở lâu trong ba cõi khác nào như trong nhà lửa. Có thân có khổ, được gì mà vui? Thông suốt được vậy ắt buông hết sự vật, dứt tưởng, chẳng cầu. Kinh nói: ‘Còn cầu còn khổ. Hết cầu mới được vui. Xét biết không cầu mới thực là đạo hạnh nên nói là hạnh không cầu mong. Trong tu tập, người Phật tử không phải tu để cầu an lạc, nhưng một khi đã chịu tu tập thật sự là tự nhiên an lạc sẽ đến.

Ba Thứ Vô Sở Cầu Của Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma: Thứ Nhất Là Không: Thuật ngữ “Sunyata” là sự kết hợp của “Sunya” có nghĩa là không, trống rỗng, rỗng tuếch, với hậu tiếp từ “ta” có nghĩa là “sự” (dùng cho danh từ). Thuật ngữ rất khó mà dịch được sang Hoa ngữ; tuy nhiên, chúng ta có thể dịch sang Anh ngữ như là sự trống không, sự trống rỗng, hoặc chân không. Khái niệm của từ “Sunyata” căn bản

thuộc về cả hợp lý và biện chứng. Thật khó để hiểu được khái niệm “Tánh không” vì ý niệm chân đế của nó (thắng nghĩa không, là các pháp thì không có tự tánh) liên quan đến ý nghĩa ngôn ngữ học, đặc biệt vì từ nguyên học (tánh không có nghĩa là trống rỗng hoặc không có gì trong hình dáng của chư pháp) không cung cấp thêm được gì vào ý thực tiễn hay lý thuyết của khái niệm này. Theo Tiến sĩ Harsh Narayan, tánh không là thuyết hư vô thanh tịnh hoàn toàn, là thuyết phủ định, sự trống rỗng không triệt để của chư pháp hiện hữu cho đến những hệ quả cuối cùng của sự phủ định. Những nhà tư tưởng của trường phái Du Già đã mô tả tánh không như là hoàn toàn hư vô. Tiến sĩ Radhakrishnan nói rằng sự tuyệt đối dường như là bất động trong tính tuyệt đối. Tiến sĩ Murti nói rằng trí tuệ Ba la mật là một sự tuyệt đối hoàn toàn. Theo Trung Anh Phật học Từ Điển, bản chất không là tánh không vật thể của bản chất các hiện tượng là ý nghĩa căn bản của tánh không. Theo các kinh điển Đại Thừa khác, tánh không có nghĩa là bản chất đích thực của thực tại kinh nghiệm. Tánh không vượt khỏi sự phủ định và không thể diễn tả được. Đức Phật cũng dùng vô số những hình ảnh so sánh trong kinh điển Pali để chỉ ra sự không thật của mỗi loại pháp và chính những hình ảnh này, sau này được dùng một cách hiệu quả trong các trường phái triết học Đại Thừa, đặc biệt là những nhà tư tưởng Phật giáo Trung Hoa đã so sánh tánh không với nhiều hình ảnh và màu sắc linh động. “Tánh không” không chướng ngại... giống như hư không trống không, hiện hữu trong mọi hiện tượng nhưng chưa bao giờ cản trở hoặc chướng ngại bất cứ tướng trạng nào. “Tánh không” như nhất thiết trí... giống như trống không, ở khắp nơi, nắm giữ và biết hết mọi điều, mọi nơi. “Tánh không” như sự bình đẳng... giống như Không, bình đẳng với tất cả, không phân biệt thiên lệch bất cứ nơi nào. “Tánh không” biểu thị tánh chất mênh mông... giống như không, vô biên, rộng lớn và vô tận. “Tánh không” không có hình sắc và bóng dáng... giống như không, không mang dáng dấp hoặc hình tướng nào. “Tánh không” biểu thị sự thanh tịnh... giống như không, luôn luôn trong sáng không gợn phiền não ô uế. “Tánh không” biểu thị sự bất động... giống như không, luôn luôn ở trạng thái dừng chỉ, năng động nhưng vượt lên những tiến trình sanh và diệt. “Tánh không” ám chỉ sự phủ định tích cực... phủ định tất cả những gì có giới hạn và kết thúc. “Tánh không” ám chỉ sự phủ định của phủ định... phủ định tất cả Ngã chấp và đoạn diệt những chấp thủ vào tánh không. “Tánh không” ám chỉ sự

không đạt được hoặc không nắm giữ được... giống như không gian hay hư không, không lưu dấu hoặc nắm giữ pháp nào. *Vô Sở Cầu Thứ Nhì Là Vô Tướng*: Vô tướng giải thoát hay đoạn trừ mọi hình tướng bên ngoài là giải thoát, một trong ba loại giải thoát. Từ Bắc Phạn “Animitta” có nghĩa là “Vô Tướng.” Tướng bao gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp, đàn ông, đàn bà, sanh, lão, bệnh, tử, vân vân. Sự vắng mặt của những thứ này là vô tướng. Như vậy vô tướng có nghĩa là không có hình thức, không có các vẻ bên ngoài, không có dấu hiệu rõ rệt của chư pháp. Đây là đặc trưng cho Chân Lý tuyệt đối, không hề biết đến một sự phân biệt đối xử nào. Vô tướng thường được dùng như một loại hình dung từ cho Niết Bàn. *Vô Sở Cầu Thứ Ba Là Vô Nguyên*: Vô nguyên là đoạn trừ tất cả mọi mong cầu cho đến khi nào không còn một mảy may ham muốn hay cố gắng để đạt được bất cứ thứ gì là giải thoát, một trong ba loại giải thoát. Trong Phật giáo, vô nguyên tam muội là một trong ba loại tam muội. Hai loại kia là không tam muội (thẩm định về lẽ không) và vô tướng tam muội (thẩm định về lẽ không có tướng). Ba loại tam muội bao gồm không tam muội (thẩm định về lẽ không), vô tướng tam muội (thẩm định về lẽ không có tướng), và vô nguyên tam muội (thẩm định về lẽ không nguyên cầu). Vô nguyên tam muội là loại tam muội trong đó không có bất cứ sự ham muốn nào, hay thẩm định về lẽ không nguyên cầu. Đoạn trừ tất cả mọi mong cầu cho đến khi nào không còn một mảy may ham muốn hay cố gắng để đạt được bất cứ thứ gì là giải thoát, một trong ba loại giải thoát.

Kết Luận Về “Ba Thứ Vô Sở Cầu”: Đúng như Tổ Bồ Đề Đạt Ma đã dạy về “Tam Vô Sở Cầu” như sau: Không, vô tướng giải thoát hay đoạn trừ mọi hình tướng bên ngoài là giải thoát, và vô nguyên, hay đoạn trừ tất cả mọi mong cầu cho đến khi nào không còn một mảy may ham muốn hay cố gắng để đạt được bất cứ thứ gì là giải thoát. Thật vậy, chư pháp hữu vi như ảo như mộng, sanh diệt, diệt sanh. Có cái gì thường hằng cho chúng ta theo đuổi? Hơn nữa, thế giới hiện tượng chỉ là tương đối, trong tai họa đôi khi có phước báo, trong phước báo có khi là tai họa. Thế nên người tu Phật nên luôn giữ tâm mình bình thản và không khuấy động trong mọi tình huống, lên xuống hay họa phước. Giả dụ như một vị Tăng tu tập hăm hui nơi sơn lâm cùng cốc, ít người thăm viếng hoàn cảnh sống thật là khổ sở cô độc, nhưng cuộc tu giải thoát thật là tinh chuyên. Thế rồi ít lâu sau đó có vài người tới thăm cúng dường vì nghe tiếng phạm hạnh của người, túp lều năm

xưa chẳng bao lâu biến thành một ngôi chùa đồ xộ, Tăng chúng đông đảo, chừng đó phước thịnh duyên hảo, nhưng thử hỏi có mấy vị còn có đủ thì giờ để tinh chuyên tu hành như thuở hàn vi? Lúc ấy cuộc tu chẳng những rõ ràng đi xuống, mà lắm lúc còn gây tội tạo nghiệp vì những lời cuốn bên ngoài. Thế nên người tu Phật nên luôn ghi tâm pháp “Tam vô sở cầu nầy.” Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, “Có vị sa Môn hỏi Phật, ‘Bởi lý do gì mà biết được đời trước, mà hội nhập được đạo chí thượng?’ Đức Phật dạy: ‘Tâm thanh tịnh, chí vững bền thì hội nhập đạo chí thượng, cũng như khi lau kính hết dơ thì trong sáng hiển lộ; đoạn tận ái dục và tâm vô sở cầu thì sẽ biết đời trước’.”

V. Tu Cái Tâm Được Truyền Bởi Chư Phật:

Túc Tâm Túc Phật: Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển VI, một hôm Mã Tổ thượng đường dạy chúng: “Các người mỗi người tin tâm mình là Phật, tâm nầy tức là tâm Phật. Tổ Đạt Ma từ Nam Ấn sanh Trung Hoa truyền pháp thượng thừa nhất tâm, khiến các người khai ngộ. Tổ lại dẫn kinh Lăng Già để ấn tâm địa chúng sanh. Sở e các người điên đảo không tự tin pháp tâm nầy mỗi người tự có, nên Kinh Lăng Già nói: ‘Phật nói tâm là chủ, cửa không là cửa pháp’ (Phật ngữ tâm vi tông, vô môn vi pháp môn). Người phàm cầu pháp nên không có chỗ cầu, ngoài tâm không riêng có Phật, ngoài Phật không riêng có tâm, không lấy thiện, chẳng bỏ ác, hai bên nhơ sạch đều không nương cậy, đạt tánh tội là không, mỗi niệm đều không thật, vì không có tự tánh nên tam giới chỉ là tâm, sum la vạn tượng đều là cái bóng của một pháp, thấy sắc tức là thấy tâm, tâm không tự là tâm, nhơn sắc mới có. Các người chỉ tùy thời nói năng tức sự là lý, trọn không có chỗ ngại, đạo quả Bồ Đề cũng như thế. Nơi tâm sinh ra thì gọi là sắc, vì biết sắc không, nên sanh tứ chẳng sanh. Nếu nhận rõ tâm nầy, mới có thể tùy thời ăn cơm mặc áo nuôi lớn thai Thánh, mặc tình thảnh ngày trôi qua, đâu còn có việc gì. Các người nhận ta dạy hãy nghe bài kệ nầy:

“Tâm địa tùy thời thuyết
 Bồ đề diệt chỉ ninh
 Sự lý câu vô ngại
 Đương sanh tức bất sanh.”
 (Đất tâm tùy thời nói,
 Bồ đề cũng thế thôi
 Sự lý đều không ngại,

Chính sanh là chẳng sanh).

Có vị Tăng hỏi: “Hòa Thượng vì cái gì nói tức tâm tức Phật?” Sư đáp: “Vì đồ con nít khóc.” Vị Tăng hỏi: “Con nín nín rồi thì thế nào?” Sư đáp: “Phi tâm phi Phật.” Vị Tăng lại hỏi: “Người trừ được hai thứ này rồi, phải dạy thế nào?” Sư đáp: “Nói với y là Phi Vật.” Vị Tăng lại hỏi: “Khi chợt gặp người thế ấy đến thì phải làm sao?” Sư đáp: “Hãy dạy y thế hội đại đạo.”

Tâm Truyền Tâm Trong Tu Tập Thiền: Tâm Truyền Tâm là một lối biệt truyền ngoài giáo điển theo truyền thống. Từ ngữ “Tâm Truyền Tâm” là thuật ngữ của nhà Thiền ám chỉ việc một thiền sư trao truyền y pháp cho đệ tử làm người kế vị Pháp của dòng Thiền. Khái niệm “Truyền từ Tâm Tinh Thần sang Tâm Tinh Thần” trở thành khái niệm trung tâm của Thiền Tông, nghĩa là sự hiểu biết được giữ gìn và truyền thụ bên trong chứ không phải là sự hiểu biết qua sách vở, mà là sự hiểu biết trực giác và trực tiếp về hiện thực thật. Hiện thực này có được nhờ ở sự thể nghiệm của cá nhân mà có được. Đó chính là mục đích của sự đào tạo thiền của một thiền sư đối với học trò của mình. Theo truyền thống Thiền tông, giáo pháp nhà Thiền được truyền trực tiếp từ tâm của vị Thầy đến tâm của đệ tử mà không phải dùng đến ngôn từ hay khái niệm. Việc này đòi hỏi người đệ tử phải chứng tỏ cho thầy mình thấy sự chứng nghiệm chân lý trực tiếp của mình. Như vậy, tâm truyền tâm là truyền thẳng từ tâm qua tâm bằng trực giác, đối lại với lấy văn tự mà truyền pháp. Thiền pháp nhấn mạnh tầm quan trọng của việc tiếp xúc cá nhân trong quá trình truyền dạy giữa thiền sư và môn đệ hơn là việc nghiên cứu kinh văn. Chính vì vậy mà các thiền giả Nhật Bản ở thời kỳ đầu có khuynh hướng học tiếng Trung Hoa hay ít nhất học viết được Hán tự với mức độ thông thạo đủ để thực hiện bút đàm với các vị sư Trung Hoa. Việc truyền từ tâm sang tâm là khởi đầu của việc 'truyền đặc biệt, ngoài kinh điển', như Thiền đã tự gọi mình. Câu chuyện này bắt nguồn từ một bộ kinh mang tên 'Đại Phạm Thiên Vương Vấn Phật Kinh', kể lại một chuyến thăm của các vị Bà La Môn của một ngôi đền Ấn giáo đến thăm các môn đồ của Phật trên núi Linh Thứu, đã dâng Phật một cành hoa Kim Đàn Mộc (Ba La vàng) rồi xả thân làm sàng tọa thỉnh Phật thuyết pháp. Đức Thế Tôn đang tọa, giờ cành hoa lên và vừa dùng mấy ngón tay xoay bông cho đại chúng xem, và vừa mỉm cười, nhưng không nói lời nào. Không một ai ở đó hiểu Thế Tôn muốn nhấn nhủ gì, duy chỉ một mình Ca Diếp mỉm cười

đáp lại thầy mình. Khi đức Thế Tôn niêm hoa, Ca Diếp phá nhan vi tiếu (Thế Tôn niêm khởi nhất chi hoa, Ca Diếp kim triêu đắc đáo gia). Hành giả tu Thiền hãy mở mắt lớn lên mà nhìn một cách cẩn thận. Ngàn núi ngàn cách người tư duy khỏi người thật sự có mặt trong hiện tại.

Tu Cái Tâm Được Truyền Bởi Chư Phật: Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển III, Huệ Khả đã cố gắng trình bày đủ mọi cách về bốn thể của tâm, nhưng không thực chứng được chính cái chân lý. Một hôm, Huệ Khả nói: “Con đã dứt hết chư duyên.” Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma chỉ nói: “Không! Không!” Bồ Đề Đạt Ma không chủ ý giải thích cho Huệ Khả cái gì là tâm yếu trong trạng thái vô tâm; đó là trạng thái thanh tịnh. Về sau này, Huệ Khả nói: “Con đã biết làm sao để dứt hết chư duyên rồi.” Bồ Đề Đạt Ma hỏi: “Ông không biến thành đoạn diệt chứ?” Huệ Khả nói: “Bạch thầy, không. Chẳng thành đoạn diệt.” Bồ Đề Đạt Ma lại hỏi: “Lấy gì làm tin là người chẳng thành đoạn diệt?” Huệ Khả nói: “Vì con biết bằng cách tự nhiên nhất, còn nói thì chẳng được.” Bồ Đề Đạt Ma nói: “Đó là chỗ tâm truyền của chư Phật, Người chớ có nghi ngờ gì về nó!” Cuối cùng Huệ Khả được truyền y bát làm Nhị Tổ Thiền Tông Trung Hoa kế nghiệp tổ Bồ Đề Đạt Ma. Qua lời dạy này của Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma, Ngài nhấn nhủ chư đệ tử về sau này cứ nhắm thẳng vào tâm mà một vị thầy trao cho đệ tử khi vị đệ tử đã sẵn sàng nhận lời dạy. Có nghĩa là “Trực Chỉ Nhân Tâm, Kiến Tánh Thành Phật.” Có nhiều cách chỉ thẳng vào tâm như dùng chiếc giày đánh vào đệ tử hay la hét người đệ tử này. Đây là lời dạy riêng cho từng đệ tử của từng vị thầy. Chỉ thẳng vào tâm người, qua đó người ta thấy được tánh của chính mình và thành Phật. Đây là hai trong tám nguyên tắc căn bản, của trực giác hay liên hệ trực tiếp với tâm linh của trường phái Thiền Tông. Trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật. Nhìn thấy được Phật tánh hay nhìn thấy bản tánh thật của chính mình. Về mặt từ nghĩa, “kiến tánh” và “ngộ” có cùng một ý nghĩa và chúng thường được dùng lẫn lộn với nhau. Tuy nhiên khi nói về sự giác ngộ của Phật và chư tổ, người ta thường dùng chữ “ngộ” hơn là “kiến tánh” vì ngộ ám chỉ một kinh nghiệm sâu hơn. Đây là một câu nói thông dụng trong nhà Thiền. Trong nhà Thiền, thấy được tự tánh có nghĩa là đạt được Phật quả hay thành Phật.

VI. Sơ Lược Đại Ý Bồ Đề Đạt Ma Quán Tâm Pháp:

Tổng Quan Về Bồ Đề Đạt Ma Quán Tâm Pháp: Bồ Đề Đạt Ma vốn là thái tử thứ ba của vua Kancipura Nam Ấn. Ông là một Tăng sĩ học giả uyên thâm người Ấn, thần huệ sáng thông, nghe đâu ngộ đó. Ngài vâng lời Thầy là Bát Nhã Đa La (Prajnatara) đến triều đình Trung quốc vào khoảng năm 520 sau Tây lịch, với mục đích phổ biến hệ thống triết học của ông. Sau một thời gian ngắn ngủi định truyền bá học thuyết ở đó không có kết quả, ông tiếp tục đi lên Lạc Dương ở miền bắc Trung Hoa và quyết định ở lại tu viện Thiếu Lâm trên núi Tống Sơn. Ở đó ông thực hành an thiền trong chín năm, được biết đến như là chín năm quay mặt vào tường. Tại đây, Huệ Khả, vị trưởng lão thứ nhì sau này của Thiền tông Trung Hoa đã gặp và được ông nhận làm học trò sau khi chứng tỏ rất rõ ý chí nhận thức chân lý. Người ta không biết rõ là ông đã thị tịch ở đó hay đã rời tu viện sau khi truyền chức trưởng lão cho Huệ Khả. Theo một truyền thuyết khác, Bồ Đề Đạt Ma bị đầu độc khi ông 150 tuổi và được chôn trên núi non Hà Nam. Ít lâu sau khi ông thị tịch, một người hành hương tên Tống Vân đi sang Ấn Độ tìm các bản kinh để mang về Trung Hoa, người này đã gặp Bồ Đề Đạt Ma trên vùng núi Turkestan khi ông trở về nước. Vị thầy Ấn Độ chỉ mang một chiếc dép nói rằng ông đang trên đường về Ấn Độ. Người kế vị Pháp ở Trung Hoa vẫn tiếp tục truyền thống của ông. Sau khi về nước, Tống Vân kể lại với những học trò của sơ tổ chuyện ông gặp Bồ Đề Đạt Ma. Các đệ tử bốc mộ ra và thấy trong mộ trống không, chỉ còn thấy một chiếc dép của ông ở đó mà thôi. Kỳ thật, nội dung toàn tập Sáu Cửa Vào Động Thiếu Thất Của Tổ Bồ Đề Đạt Ma đều có thông điệp của Sơ Tổ hướng đến Quán Tâm Pháp, tuy nhiên trong hạn hẹp của chương này chúng ta không bàn sâu, mà chỉ nói sơ qua về sáu cửa này bao gồm Bài Kệ Bát Nhã Tâm Kinh, Pháp Tướng Luận, Nhị Chứng Nhập, An Tâm Pháp Môn, Ngộ Tính Luận, và Huyết Mạch Luận.

Bồ Đề Đạt Ma Bát Nhã Luận: *Tổng Quan Về Bát Nhã Tâm Kinh:* Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh là một trong những bộ kinh ngắn nhất trong kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa. Tên đầy đủ là Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh. Có lẽ là bộ kinh phổ thông nhất trên thế giới ngày nay. Tâm Kinh giảng giải nghĩa lý của Bát Nhã Ba La Mật Đa, Ba La Mật về Trí Tuệ làm cho người ta nhận biết rõ ràng về tánh không của bản ngã và vạn hữu. Tâm kinh là tâm của Bát Nhã Ba La Mật; nó là

tâm của gia đình bộ kinh “Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh.” Theo Thiền Sư Linh Mộc Đại Chuyết Trình Thái Lang trong bộ Thiền Luận, Tập III, một cách phiến diện, cái làm cho chúng ta ngạc nhiên nhất khi theo đuổi ý tưởng trong Bát Nhã Tâm Kinh là hầu như chẳng tìm thấy gì trong đó, ngoài một chuỗi những phủ định, và cái được hiểu như là Tánh Không chỉ là thuyết đoạn diệt thuần túy chỉ nhằm làm giảm mọi thứ xuống vào cái không. Kết luận sẽ là Bát Nhã hay tu tập theo kinh Bát Nhã chỉ nhằm phủ nhận vạn hữu... Và cuối cùng thì tất cả những phủ nhận này chẳng đưa đến tri thức mà cũng không đạt được bất cứ thứ gì cả. Đạt được cái gì có nghĩa là ý thức và chấp trước đối với một sự hiểu biết có được từ kết quả của lý luận tương đãi. Do không có sở đắc nào theo bản chất này, tâm thức được hoàn toàn giải thoát khỏi tất cả mọi chướng ngại, vốn dĩ là những sai lầm và lẫn lộn khởi lên từ sự hoạt động của trí năng, và cũng giải thoát khỏi những chướng ngại bất rể trong ý thức hành động và tình cảm của chúng ta, như những sợ hãi và lo âu, những vui và buồn, những từ bỏ và say đắm. Khi chứng ngộ được điều này, là đạt đến Niết Bàn. Niết Bàn và giác ngộ là một. Như thế từ Bát Nhã Ba La Mật Đa chư Phật quá khứ, hiện tại, và vị lai khởi hiện. Bát Nhã Ba La Mật Đa là mẹ của Phật quả và Bồ Tát quả, đó là điều luôn được nhắc đi nhắc lại cho chúng ta trong văn học Bát Nhã Ba La Mật.

Bài tụng Bát Nhã Tâm Kinh: Quán Tự Tại Bồ Tát hành thâm Bát Nhã Ba La Mật Đa thời, chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhứt thiết khổ ách. Xá Lợi Tử! Sắc bất dị không, không bất dị sắc; sắc tức thị không, không tức thị sắc; thọ, tưởng, hành, thức diệc phục như thị. Xá Lợi tử! Thị chư pháp không tướng, bất sanh, bất diệt, bất cấu, bất tịnh, bất tăng, bất giảm. Thị cố không trung vô sắc, vô thọ, tưởng, hành, thức, vô nhân, nhĩ, tử, thiết, thân, ý; vô sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp; vô nhân giới, nãi chí vô ý thức giới, vô vô minh, diệc vô vô minh tận, nãi chí vô lão tử, diệc vô lão tử tận; vô khổ, tập, diệt, đạo; vô trí diệc vô đắc. Dĩ vô sở đắc cố, Bồ Đề Tát Đỏa y Bát Nhã Ba La Mật Đa cố, tâm vô quái ngại; vô quái ngại cố, vô hữu khủng bố, viễn ly điên đảo mộng tưởng, cứu cánh Niết Bàn Tam Thế chư Phật y Bát Nhã Ba La Mật Đa cố, đắc A Nậu Đa La Tam Miệu Tam Bồ Đề. Cố tri Bát Nhã Ba La Mật Đa, thị đại thần chú, thị đại minh chú, thị vô thượng chú, thị vô đẳng đẳng chú, năng trừ nhứt thiết khổ, chơn thiệt bất hư. Cố thuyết

Bát Nhã Ba La Mật Đa chú, tức thuyết chú viết. Yết đế yết đế, Ba La Yết đế, Ba la tăng yết đế Bồ đề Tát bà ha! (3 lần).

Bài Tụng Bát Nhã Tâm Kinh Chỉ Ra Tất Cả Chúng Ta đều Có Chân Tâm: Bài tụng Bát Nhã Tâm Kinh chỉ ra cho chúng ta thấy rằng ai trong chúng ta cũng đều có Chân Tâm. Khi chúng ta bước chân vào cửa này, chúng ta phải nhận biết ra rằng chân tâm thường hằng bất biến. Chân tâm là một thực thể chung gồm hai phần hữu vi và vô vi. Theo Đại Thừa Khởi Tín Luận, chân tâm có hai phần: tánh và tướng. Phần Tánh gọi là chân như môn, phần Tướng gọi là sanh diệt môn. Chân như không rời sanh diệt, sanh diệt tức là chân như. Bởi thế Mã Minh Bồ Tát gọi phần chân như là tạng Như thật không, phần sanh diệt là tạng như thật bất không. Cả hai đồng chung một thể tánh như thật. Ví như mặt biển to rộng, không thể chỉ chấp nhận phần nước mà bỏ đi phần sóng bọt; vì chấp như thế tức đã sai lạc với hiện tượng của biển, mà cũng chẳng biết biển là gì? Cho nên bỏ sự tức lý không thành, bác tướng thì tánh không đứng vững. Theo Kinh Kim Cang, Đức Phật bảo: “Kẻ nào dùng sắc tướng âm thanh thấy và tìm cầu ta, là kẻ hành tà đạo.” Nhưng liền theo đó Ngài lại bảo: “Tu Bồ Đề! Ông đừng nghĩ rằng Như Lai không dùng tướng cụ túc đắc quả A Nậu Đa La Tam Miệu Tam Bồ Đề. Tu Bồ Đề! Nếu ông suy nghĩ phát tâm A Nậu Đa La Tam Miệu Tam Bồ Đề là nói các pháp đoạn diệt. Đừng nghĩ như thế! Tại sao? Vì phát tâm A Nậu Đa La Tam Miệu Tam Bồ Đề, đối với các pháp không nói tướng đoạn diệt.” Trước tiên Đức Phật dạy đừng theo âm thanh sắc tướng mà tìm đạo, nhưng liền sau đó Ngài lại nhắc nhở ‘cũng đừng rời bỏ âm thanh sắc tướng hoặc diệt hết các pháp để phát tâm cầu đạo. Như thế ta thấy đạo chẳng thuộc về sắc, mà cũng chẳng thuộc về không. Tìm chấp một bên là sai lầm.

Trí Tuệ Bát Nhã: Trong Bát Nhã Môn, Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma muốn chỉ cho chúng ta biết ai cũng có bản tâm, đó là trí tuệ Bát Nhã. Trí Tuệ Bát Nhã hay Trí Ba La Mật có nghĩa là nhập Phật lực. Hiểu rõ các pháp, giữ vững trung đạo. Sự tu tập trí tuệ và tâm linh của một vị Bồ Tát đến giai đoạn đạt được trí ba la mật, từ đó các ngài thăng tiến tức thời để chuyển thành một vị Phật toàn giác. Độ thứ sáu trong lục độ Ba La Mật, trí huệ Ba La Mật có công năng đưa hành giả đến Niết Bàn. Trí huệ Ba la mật là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta đoạn trừ tận gốc rễ bóng tối của si mê. Trong các phiền não căn bản thì si mê là thứ phiền não có gốc rễ mạnh nhất. Một khi gốc rễ

của si mê bị bật tung thì các loại phiền não khác như tham, sân, chấp trước, mạn, nghi, tà kiến, đều dễ bị bật gốc. Nhờ có trí huệ Ba La Mật mà chúng ta có khả năng dạy dỗ và hướng dẫn những chúng sanh si mê. Để đạt được trí huệ Ba La Mật, hành giả phải nỗ lực quán chiếu về các sự thực vô thường, vô ngã, và nhân duyên của vạn hữu. Một phen đào được gốc vô minh, không những hành giả tự giải thoát tự thân, mà còn có thể giáo hóa và hướng dẫn cho những chúng sanh si mê khiến họ thoát ra khỏi vòng kèm tỏa của sanh tử. Đôi khi trí tuệ Bát Nhã cũng được dịch là “trí tuệ siêu việt.” Sự thực thì ngay cả khi chúng ta có một trực giác, đối tượng vẫn cứ ở trước mặt chúng ta và chúng ta cảm nhận nó, hay thấy nó. Ở đây có sự lưỡng phân chủ thể và đối tượng. Trong “Bát Nhã” sự lưỡng phân này không còn hiện hữu. Bát Nhã không quan tâm đến các đối tượng hữu hạn như thế; chính là toàn thể tính của những sự vật tự ý thức được như thế, và cái toàn thể tính này không hề bị giới hạn. Một toàn thể tính vô hạn vượt qua tầm hiểu biết của phàm phu chúng ta. Nhưng trực giác Bát Nhã là thứ trực giác tổng thể “không thể hiểu biết được bằng trí của phàm phu” về cái vô hạn này, là một cái gì không bao giờ có thể xảy ra trong kinh nghiệm hằng ngày của chúng ta trong những đối tượng hay biến cố hữu hạn. Do đó, nói cách khác, Bát Nhã chỉ có thể xảy ra khi các đối tượng hữu hạn của cảm quan và trí năng đồng nhất với chính cái vô hạn. Thay vì nói rằng vô hạn tự thấy mình trong chính mình, nói rằng một đối tượng còn bị coi là hữu hạn, thuộc về thế giới lưỡng phân của chủ thể và đối tượng, được tri giác bởi Bát Nhã từ quan điểm vô hạn, như thế gần gũi với kinh nghiệm con người của chúng ta hơn nhiều. Nói một cách tượng trưng, hữu hạn lúc ấy tự thấy mình phản chiếu trong chiếc gương của vô hạn. Trí năng cho chúng ta biết rằng đối tượng hữu hạn, nhưng Bát Nhã chống lại, tuyên bố nó là cái vô hạn, vượt qua phạm vi của tương đối. Nói theo bản thể luận, điều này có nghĩa là tất cả những đối tượng hay hữu thể hữu hạn có được là bởi cái vô hạn làm nền tảng cho chúng, hay những đối tượng tương đối giới hạn trong phạm vi của vô hạn mà không có nó chúng chẳng có dây neo gì cả. Có hai loại Bát Nhã. Thứ nhất là thế gian Bát nhã. Thứ hai là xuất thế gian Bát nhã. Lại có thực tướng bát nhã và quán chiếu bát nhã. Thực tướng bát nhã là phần đầu của Bát Nhã Ba La Mật hay trí tuệ gốc. Quán chiếu Bát nhã là phần thứ nhì của Bát Nhã Ba La Mật hay trí tuệ đạt được qua tu tập. Lại có cộng bát nhã và bất cộng bát nhã. Cộng bát

Nhã là ba giai đoạn của Thanh văn, Duyên giác và Bồ Tát. Bất cộng bất nhã là loại bất nhã của học thuyết toàn thiện Bồ Tát. Bất nhã có nghĩa là Trí tuệ khiến chúng sanh có khả năng đáo bỉ ngạn. Trí tuệ giải thoát là ba la mật cao nhất trong lục ba la mật, là phương tiện chánh để đạt tới niết bàn. Nó bao trùm sự thấy biết tất cả những huyễn hoặc của thế gian vạn hữu, nó phá tan bóng tối của si mê, tà kiến và sai lạc. Có ba loại Bất Nhã. Thứ nhất là thực tướng bất nhã, tức là trí huệ đạt được khi đã đáo bỉ ngạn. Thứ nhì là quán chiếu bất nhã, tức là phần hai của trí huệ Bất Nhã. Đây là trí huệ cần thiết khi thật sự đáo bỉ ngạn. Thứ ba là phương tiện Bất Nhã (Văn tự Bất nhã), hay là trí huệ hiểu biết chư pháp giả tạm và luôn thay đổi. Đây là trí huệ cần thiết đưa đến ý hướng “Đáo Bỉ Ngạn”.

Bồ Đề Đạt Ma Phá Tướng Luận: *Sơ Lược Về Phá Tướng Trong Giáo Thuyết Nhà Phật:* Theo Kinh Lăng Già, có năm pháp là Tướng, Danh, Phân Biệt, Chánh Trí, và Như Như. Những ai muốn đạt tới tinh thần của Đức Như Lai thì cần phải biết năm pháp này, những người tầm thường thì không biết chúng, vì không biết chúng nên thường phán đoán sai lầm và trở nên chấp trước vào những hình tướng bên ngoài. Tướng bao gồm tất cả các pháp hữu vi hay hiện tượng. Tướng nghĩa là các tính chất thuộc đối tượng cảm quan như mắt, mũi, vân vân. Người ta dùng danh làm tên gọi các tướng hay hiện tượng. Danh không phải là những cái gì thực, chúng chỉ là tượng trưng giả lập, chúng không đáng kể để cho người ta chấp vào như là những thực tính. Phạm phu cứ trôi lăn theo dòng chảy của những cấu trúc không thực mà lúc nào cũng nghĩ rằng quả thực là có những thứ như “tôi” và “của tôi.” Họ cứ nắm chắc lấy những đối tượng giả tướng này, từ đó mà họ tôn giữ tham lam, sân hận và si mê, tất cả đều che lấp ánh sáng của trí tuệ. Các phiền não này dẫn họ đến các hành động mà những hành động này cứ tái diễn, tiếp tục dẹt cái kén cho chính tác nhân. Tác nhân này giờ đây được giam giữ một cách an toàn trong cái kén ấy và không thể thoát ra khỏi sợi chỉ rối ren của các phán đoán sai lầm. Anh ta trôi dạt dờ trên biển luân hồi sanh tử, và như con tàu vô chủ, anh ta phải trôi theo các dòng nước biển ấy. Anh lại còn được ví như bánh xe kéo nước, cứ luôn quay tròn trên cùng một cái trục mà thôi. Anh không bao giờ vươn lên hay phát triển, anh vẫn chính là anh chàng xưa cũ khờ khạo, mù quáng mò mẫm và phạm tội ấy. Do bởi si muội, anh không thể thấy được rằng tất cả các sự vật đều như huyễn thuật, ảo ảnh hay bóng trắng

trong nước. Do bởi si muội, anh không thể thoát ra khỏi ý niệm hư ngụy về ngã thể hay tự tính về “tôi” và “của tôi,” về “chủ thể” và “đối tượng,” về “sinh trụ dị diệt.” Anh không thể hiểu được rằng tất cả những thứ này đều là những sáng tạo của tâm và bị diễn dịch sai lầm. Vì lý do ấy mà cuối cùng anh trở nên tôn giữ những khái niệm như đấng Tự Tại, Thời Gian, Nguyên Tử, và Thắng Giả, để rồi trở nên dính chặt trong các hình tướng mà không thể nào thoát ra được bánh xe vô minh. Vì vọng tưởng mà người ta phân biệt hay đặt tên cho tất cả các đối tượng và tính chất nay mà phân biệt cái này khác với cái kia. Tâm phàm phu phân biệt tướng và hiện tượng, chủ quan lẫn khách quan, vì thế mà bảo rằng cái này là như thế này chứ không phải như thế kia. Từ đó chúng ta có những tên gọi như voi, ngựa, bánh xe, người hầu, đàn bà, đàn ông, từ đó mà phân biệt xảy ra.

Pháp tướng là dùng chánh trí hay trí huệ chân chánh thấy rõ những lỗi lầm của sự phân biệt của phàm phu. Chánh trí bao gồm hiểu đúng bản chất của Danh và Tướng như là sự xác nhận và quyết định lẫn nhau. Chánh trí là ở chỗ nhìn thấy cái tâm không bị dao động bởi các đối tượng bên ngoài, ở chỗ không bị mang đi xa bởi nhị biên như đoạn diệt hay thường hằng, và ở chỗ không bị rơi vào trạng thái của Thanh Văn hay Duyên Giác, hay luận điệu của các triết gia. Nhờ sự can thiệp của chánh trí mà chân như hiển lộ. Vì vậy, chân như do chánh trí mà thấy được. Khi thế giới của Danh và Tướng được nhìn bằng con mắt của Chánh Trí thì người ta có thể hội được rằng phải biết Danh và Tướng không phải là phi hiện hữu, cũng không phải là hiện hữu. Chúng vốn vượt trên cái nhị biên về khẳng định và bác bỏ, và rằng tâm trụ trong một trạng thái yên tĩnh tuyệt đối, không bị Danh và Tướng làm sai lạc. Được như thế là đạt được trạng thái Như Như (tathata) và vì trong hoàn cảnh này không ảnh hưởng nào nổi lên nên vị Bồ Tát thể nghiệm an lạc. Kinh Kim Cang dạy:

“Hết thấy các pháp hữu vi
 Như mộng, huyễn, bào, ảnh.
 Như sương, như điện chớp
 Nên quan sát chúng như vậy.”

Phàm cái gì có hình tướng đều là pháp hữu vi. Pháp hữu vi cũng giống như một giấc mộng, một thứ huyễn hóa, một cái bọt nước, hay một cái bóng hình, một tia điện chớp, toàn là những thứ hư vọng, không có thực chất. Hết thấy mọi thứ đều phải quán tâm như vậy, mới có thể hiểu

minh bạch lẽ chân thật, để chúng ta không chấp trước, không bị vọng tưởng quấy nhiễu. Nói tóm lại, hướng ra ngoài tìm Phật là điều không thể tưởng tượng nổi.

Bồ Đề Đạt Ma Diện Bích: Ngài Bồ Đề Đạt Ma ở chùa Thiếu Lâm núi Tung Sơn, quay mặt vào tường tọa thiền trong suốt chín năm liền. Đây là một loại thiền trong đó Bồ Đề Đạt Ma đã thực hành tại Chùa Thiếu Lâm trong chín năm khi ngài mới đến Trung quốc. Loại tu tập này vẫn còn thông dụng ở các tu viện Tào Động của Nhật Bản, trong đó các nhà sư trẻ hơn thường tu tập thiền diện bích. Ngài nói: “Khi tỉnh thần ngưng trụ trong cái định của ‘Bích Quán’ thì không còn thấy có ta có người. Chỉ còn lại một thứ là chân tánh. Lúc đó, Thánh phàm một bậc như nhau; nếu một mực kiên cố quyết phá tướng không lay chuyển, rốt ráo không lệ thuộc vào văn giáo và không còn tâm tưởng phân biệt nữa. Trong 9 năm trường, Ngài ngồi nhập định trước một vách tường, công phu “bích quán”. Ngài không hề nói với ai; ngài chỉ ngồi im lặng. Khi Pháp sư Thần Quang đến chùa Thiếu Lâm thì chỉ thấy Tổ Bồ Đề Đạt Ma đang tọa thiền diện bích. Pháp sư thấy Tổ ngồi thiền liền quỳ xuống ngay đó không đứng dậy, nói: “Thưa Ngài! Lúc đầu gặp Ngài con không biết Ngài là Tổ sư, là Thánh nhân, mà còn lấy râu chuôi đánh Ngài, con rất hối hận và con xin thành tâm sám hối. Con biết Ngài là bậc thật có đạo đức, là một đạo sĩ vì đạo. Nay con thật lòng xin cầu đạo, cầu Pháp với Ngài.” Tổ Bồ Đề Đạt Ma nhìn qua không nói một lời nào mà vẫn ngồi đó tọa thiền. Pháp sư Thần Quang cũng quỳ nơi đó cầu Pháp. Quỳ như thế trải qua chín năm. Bởi vì Tổ Bồ Đề Đạt Ma quay mặt vào vách tọa thiền mãi chín năm, Pháp sư Thần Quang cũng quỳ như vậy ròng rã chín năm. Loại tu tập này vẫn còn thông dụng ở các tu viện Tào Động của Nhật Bản, trong đó các nhà sư trẻ hơn thường tu tập thiền diện bích.

Khuếch Nhiên Vô Thánh: Công Ấn Rỗng thênh không Thánh của Tổ Bồ Đề Đạt Ma. Tổ Bồ Đề Đạt Ma xuất hiện trong thí dụ thứ nhất của Bích Nham Lục. Chúng ta có thể biết thêm về tâm của ngài và về đệ nhất nghĩa đế qua thí dụ này của ngài. Theo John Snelling trong quyển Phật Giáo Chỉ Nam, trong những bức tranh Thiền, người ta thường vẽ Bồ Đề Đạt Ma, Sơ Tổ Thiền Tông Trung Hoa với khuôn mặt u ám và dữ dằn và đôi mắt ốc nhồi to tướng. Truyền thuyết kể rằng Sơ Tổ đã cắt lìa đôi mí mắt để luôn luôn tỉnh và thức. Theo Bích Nham Lục, tấc 1, theo Tổ Bồ Đề Đạt Ma, Thánh Đế Đệ Nhất Nghĩa có

nghĩa là chân đế và tục đế không hai. Qua chân đế chúng ta hiểu được cái phi hữu; và qua tục đế chúng ta hiểu được cái phi vô. Đây chính là chỗ cực diệu cùng huyền của giáo lý nhà Phật. Bên cạnh đó, qua cuộc đối thoại với Võ Đế, ta thấy rõ rằng cốt lõi chủ thuyết của Tổ Bồ Đề Đạt Ma là triết lý “Không Tánh” (sunyata), mà cái không thì không thể nào chứng minh được. Do đó, Bồ Đề Đạt Ma cũng đã sử dụng cách phá tướng để đối đáp dưới hình thức phủ định. Khi nói về ảnh hưởng của đạo Phật trên đời sống và nền văn hóa của người Trung Hoa, chúng ta không thể không nói đến khuynh hướng bí hiểm này của triết lý Bồ Đề Đạt Ma, vì rõ ràng là khuynh hướng này đã tác động nhiều trên sự hình thành tinh thần Phật giáo Trung Hoa, và từ đó xuất hiện Phật giáo Thiền tông. Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển III, Vua Lương Võ Đế vời Tổ đến Nam Kinh để triều kiến. Vua hỏi: “Từ khi tức vị đến nay, trẫm đã cho tạo chùa, sao chép kinh điển và độ Tăng rất nhiều. Công đức như vậy lớn như thế nào?” “Không có công đức gì cả,” là câu trả lời. Tổ lại nói tiếp: “Tất cả những công việc ấy chỉ là những quả báo nhỏ của một cái thân hữu lậu, như bóng theo hình, tuy có mà không phải thật.” Võ Đế hỏi: “Vậy đúng nghĩa thế nào là công đức?” Bồ Đề Đạt Ma đáp: “Đó là sự thanh tịnh, giác ngộ, sự hoàn mãn, và thâm thúy. Công đức như thế không xây dựng bằng phương tiện thế gian.” Võ Đế lại hỏi: “Thế nào là Thánh Đế đệ nhất nghĩa?” Tổ trả lời: “Rỗng tuếch, không có Thánh Đế gì hết.” Vua lại hỏi tiếp: “Vậy ai đang diện kiến trẫm đây?” Tổ nói: “Không biết.” Lương Võ Đế làm điều lành với hy vọng tích tụ được công đức. Bồ Đề Đạt Ma gạt bỏ ý tưởng đó của nhà vua và đưa nhà vua đến trọng tâm giáo huấn của mình: ‘Việc tu tập của Bệ hạ vẫn còn chưa tách khỏi con người Bệ hạ. Khi tâm thức của Bệ hạ thanh tịnh, Bệ hạ sống trong một thế giới thanh tịnh. Khi Bệ hạ còn chấp những điều được và mất, Bệ hạ sống trong thế giới mê hoặc.’ Vị Hoàng đế cố hỏi thêm: ‘Thế nào là Thánh đế đệ nhất nghĩa?’ Câu đáp của Bồ Đề Đạt Ma như đập vào tai: ‘Hoàn toàn rỗng không, không có gì là thánh.’ Không chấp trước bất cứ điều gì. ‘Thánh’ chỉ là một từ ngữ. Vũ trụ bao la năng động của thực tướng tuyệt đối nở rộ và đó là điều bình thường. Lương Võ Đế hỏi: “Đối diện với trẫm là ai?” Tổ đáp: “Chẳng biết.” Rõ ràng là cả vị thầy và nhà vua không có ấn tượng tốt đẹp về nhau. Nhà vua không hiểu những gì Bồ Đề Đạt Ma nói và Thiền sư sau đó cũng sớm rời khỏi vương quốc nhà Lương.” Võ Đế không hiểu Tổ muốn nói gì. Sau cuộc

nói chuyện nổi tiếng với vua Hán Vũ Đế, Tổ đã vượt dòng Dương Tử và đến Lạc Dương, kinh đô của Bắc Ngụy. Sau một thời gian ở đây, Tổ đến Ngũ Đài Sơn và trú tại Thiếu Lâm Tự, nơi đây ngài diện bích (ngồi xoay mặt vào tường) trong 9 năm trường. Qua thí dụ này, chúng ta thấy vào thế kỷ thứ sáu, tổ Bồ Đề Đạt Ma thấy cần phải đến Trung Hoa để truyền tâm ấn cho những người có căn cơ Đại Thừa. Chủ đích của chuyến đi truyền giáo của ngài là vạch bày những lớp mê, chẳng lập ngôn ngữ văn tự, chỉ thẳng tâm người để thấy tánh thành Phật. Theo Tổ Bồ Đề Đạt Ma, Thánh Đế Đệ Nhứt Nghĩa có nghĩa là chân đế và tục đế không hai. Qua chân đế chúng ta hiểu được cái phi hữu; và qua tục đế chúng ta hiểu được cái phi vô. Đây chính là chỗ cực diệu cùng huyền của giáo lý nhà Phật.

Bồ Đề Đạt Ma Nhị Nhập (Lý Nhập-Hạnh Nhập) Luận: *Tổng Quan Về Nhập Đạo:* Bồ Đề Đạt Ma Nhị Nhập gồm có Lý Nhập và Hạnh Nhập. Trong Phật giáo, có nhiều lắm những con đường dẫn đến Đạo, có lẽ lên đến con số 84 ngàn. Tuy nhiên, theo Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma, căn bản chỉ có 2 con đường dẫn đến Đạo: con đường vào Đạo bằng Lý và con đường vào Đạo bằng Hành. Một hôm, Nhị Tổ Huệ Khả hỏi Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma: "Làm thế nào nhập Đạo được?" Tổ Bồ Đề Đạt Ma đáp bằng một bài kệ:

"Ngoài dứt chư duyên;
Trong bất nghĩ tưởng.
Tâm như tường đá;
Mới vào được đạo."
(Ngoại tức hư duyên;
Nội tâm vô đoan.
Tâm như tường bích,
Khả dĩ nhập đạo)

Bài kệ ý nghĩa cao siêu này là một trong các loại công án bí truyền mà các Thiền sư không thích bàn luận hay giải thích tỉ mỉ. Bất chấp cái phong vị "thần bí" rõ rệt và ý nghĩa sâu xa của nó, bài kệ này rất minh bạch và trực chỉ. Nó mô tả phân minh cái kinh nghiệm hiện thực của trạng thái tiền ngộ.

Lý Nhập: Nhập Đạo Bằng Lý: Như trên đã nói, theo Phật giáo, Nhị Nhập là hai lối nhập đạo, hay hai lối nhập thiền: Thứ nhất là lý nhập: Thấu nhập lý tính rằng tất cả chúng sanh đều có chân như Phật tánh. Thứ nhì là hành nhập hay thấu nhập vào hạnh tu. Theo đạo Phật, "lý"

là nguyên lý, là cái toàn thể, cái nguyên khối, cái đại đồng, cái trừu tượng, vân vân. Thấu nhập lý tính rằng tất cả chúng sanh đều có chân như Phật tánh. Một trong hai nhập tùy thuộc lẫn nhau. Đi vào giáo thuyết hay lý luận thì gọi là lý nhập, đối lại với dựa vào lý mà tu hành (hành nhập). Bất cứ ở đâu và bất cứ lúc nào, từng hành động của chúng ta phải luôn khế hợp với “trí tuệ Bát Nhã”. Phàm phu luôn khoe khoang nơi miệng, nhưng tâm trí lại mê mờ. Đây là một trong ba loại Bát Nhã, lấy trí tuệ quán chiếu cái lý thực tướng hay nhờ thiền quán mà giác ngộ được chân lý. Theo Truyền Đăng Lục, Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma dạy: "Đường vào Đạo vốn có nhiều nhưng tựu trung, không ngoài hai lối: lý nhập và hạnh nhập. 'Lý Nhập' là chứng ngộ được yếu chỉ nhờ lời Phật dạy. Điều đó đòi hỏi vững tin rằng mọi chúng sanh, giác ngộ hay phàm phu, đều chung chân bản tánh vốn thường bị tối ám hay khuất lấp vì vọng tưởng. Nếu bỏ giả theo chân, kiên định ngồi nhìn vào tướng, sẽ không có ta hoặc người, phàm nhân và trí giả cũng chỉ là một và giống nhau. Kiên cố an trụ không chao đảo, và không bao giờ bối rối với giáo điển. An nhiên hòa hợp một cách trọn vẹn và viên mãn với nguyên lý, trong lúc vẫn không gợn cái tâm phân biệt. Như thế gọi là 'lý nhập'.

Hạnh Nhập: Bồ Đề Đạt Ma Tứ Gia Hạnh: Hạnh Nhập là nhờ vào hạnh tu mà thấu nhập vào Phật tánh của chính mình. 'Hạnh Nhập' là dựa theo bốn tu tập từ bi. Thứ nhất là báo oán hạnh, nghĩa là lấy lòng nhân từ đáp lại ác tâm. Thứ nhì là tùy duyên hạnh, nghĩa là chấp nhận mọi hoàn cảnh. Thứ ba là vô sở cầu hạnh, nghĩa là không ham muốn. Thứ tư là xưng pháp hạnh, nghĩa là thuận theo giáo pháp của Phật." Theo Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma, có bốn hạnh trong tu tập. *Thứ Nhất Là Báo Oán Hạnh:* Người tu hành khi gặp cảnh khổ nên tự nghĩ như vậy: “Ta từ bao kiếp trước buông lung không chịu tu hành, nặng lòng thương ghét, gây tổn hại không cùng. Đời nay tuy ta không phạm lỗi, nhưng nghiệp dữ đã gieo từ trước nay kết trái chín, điều ấy nào phải do trời hoặc người tạo ra đâu, vậy ta đành nhẫn nhục chịu khổ, đừng nên oán trách chi ai. Như kinh đã nói ‘gặp khổ không buồn.’ Vì sao vậy? Vì đã thấu suốt luật nhân quả vậy. Đây gọi là hạnh trả oán để tiến bước trên đường tu tập.” *Thứ Nhì Là Tùy Duyên Hạnh:* Chúng sanh đều do duyên nghiệp mà chuyển thành, chứ chẳng có cái ‘tôi.’ Mọi nỗi khổ vui đều do nhân duyên sanh. Nếu nay được quả báo tốt, hưởng đủ vinh dự, ấy là do nhân lành thuở trước cảm nên, nay mới được vậy. Hết duyên hết

thì lại hoàn không, mừng vui nổi gì? Được mất gì đều tùy theo duyên, nhưng tâm người thì không vì vậy mà được thêm hay bớt mất cái gì. Nếu thấu đáo được như vậy thì gió vui chẳng động, lặng lẽ mà thuận đạo, nên nói là tùy thuận theo duyên nghiệp vậy. *Thư Ba Là Vô Sở Cầu Hạnh*: Người đời mãi mãi đắm mê, việc gì cũng tham trước, thế gọi là cầu. Bậc trí ngộ lẽ chân, chuyển ngược thế tục, nên an tâm trụ nơi vô vi, thân hình tùy nghi mà vận chuyển. Muôn vật đều là không, có gì vui mà cầu được. Hễ có công đức thì liền có hắc ám đuổi theo. Ở lâu trong ba cõi khác nào như trong nhà lửa. Có thân có khổ, được gì mà vui? Thông suốt được vậy ắt buông hết sự vật, dứt tướng, chẳng cầu. Kinh nói: ‘Còn cầu còn khổ. Hết cầu mới được vui. Xét biết không cầu mới thực là đạo hạnh nên nói là hạnh không cầu mong. *Thư Tư Là Xứng Pháp Hạnh*: Cái lý thanh tịnh của tự tánh gọi là pháp. In hiểu lý ấy thì mọi hình tướng hóa thành không. Không nhiễm không trước, không bỏ không thử. Kinh nói: ‘Pháp không có chúng sanh, hãy lia chúng sanh cầu. Pháp không có tướng ngã, hãy lia ngã cầu.’ Bậc trí ví như tin hiểu được vậy thì tùy xứng theo pháp mà hành. Bốn thể của pháp vốn không tham lận cho nên dầu đem thân mạng và của cải ra mà bố thí vẫn không hối tiếc. Thấu rõ ba cái không thì không còn ý lại và chấp trước. Chỉ cần gạn trừ trần cấu, tùy nghi mà giáo hóa chúng sanh, nhưng không mắc phải hình tướng, thế tức là tự hành, đã lợi người lại thêm trang nghiêm đạo Bồ Đề. Bố thí đã vậy thì năm độ Bát Nhã khác cũng thế. Vì dứt trừ vọng tưởng mà hành pháp tu lục độ, nhưng thật không gì gọi là hành cả, nên nói là hạnh tùy xứng theo pháp.

Bồ Đề Đạt Ma An Tâm Luận: An tâm có nghĩa là tình trạng tâm thức an lạc hay an lành trong tâm. Làm cho tâm yên tĩnh hay đạt được sự yên. Thuật ngữ Phật giáo Nhật Bản "Anjin" có nghĩa là “An tâm hay trái tim an lạc.” Sự an tâm hay an lạc trong tâm, theo quan niệm Phật giáo, là trạng thái tâm thức mà chỉ có sự thể nghiệm giác ngộ mới cho phép chúng ta biết tới. Trong Thiền, cách tập tọa thiền được coi như một trong những con đường ngắn nhất giúp đạt tới sự an lạc trong tâm. Đối với các thiền sư, các ngài luôn hết lòng vì nhân gian mà hành đạo và an tâm, không bị ngoại cảnh làm xao động. Trong nhà thiền, an tâm không có nghĩa là không làm gì hết, cũng không phải là ăn không ngồi rồi, không làm gì khác, hoặc không có gì để làm khác hơn là thưởng thức hoa nở vào một buổi sáng với mặt trời mùa xuân hay ánh

trắng thu bằng bạc; có thể ngài đang hăng say làm việc, đang giảng dạy đệ tử, đang tụng kinh, đang quét chùa hay làm ruộng như thường lệ, nhưng tâm của ngài tràn ngập một niềm thanh tịnh và khinh an. Chúng ta có thể nói ngài đang sống Thiền vì mọi mong cầu đều xả bỏ hết, tâm không còn một vọng tưởng nào gây trở ngại, mà chỉ ứng dụng dọc ngang. Đó chính là cái tâm "Không" trong cái thân nghèo. Vì nghèo nên ngài biết thưởng thức hoa xuân, biết ngắm trăng thu. Trái lại, nếu của cải của thế gian chồng chất đầy chùa thì trái tim còn chỗ nào dành cho niềm hạnh phúc thần tiên ấy?

Theo thói thường mà nói, trong khi thiền định có khi tâm chúng ta hay lo nghĩ và bất an. Cách hay nhất để đối phó với nó là chánh niệm. Đối với hành giả tu thiền, an định tâm là điều rất quan trọng. Hãy quán chiếu tâm bất an, nhìn kỹ coi nó biến đổi ra sao. Nếu chúng ta đang ngồi và cảm thấy xao động, lo nghĩ hay không thể tập trung được, chúng ta hãy biến trạng thái xao động ấy của tâm làm đối tượng thiền quán. Nói cách khác, lúc đó chúng ta chỉ ngồi nhìn xem và nếu cần niệm thầm trong miệng hai chữ 'bất an'. Chúng ta quan sát sự bất an, nhưng không bao giờ đồng hóa mình với sự bất an này. Nên nhớ, chẳng có ai bất an cả, tất cả chỉ là hoạt động của một loại tâm hành mà thôi. Nó đến rồi đi. Nếu chúng ta duy trì được chánh niệm thì sự lo nghĩ và bất an sẽ không động được tâm mình. Trong khi tu tập, điều tối kỵ là không nên nghĩ tới việc đạt đến tổ ngộ, vì càng muốn được tổ ngộ, chúng ta càng xa rời nó. Nhiều lúc chúng ta chạy đông chạy tây, ráng tìm một nơi nào đó để tu tập thiền định cho được tổ ngộ. Nên nhớ, không có nơi nào trên cõi đời này có thể làm cho chúng ta thỏa mãn cả. Hành giả chân thuần nên đoạn trừ hết thảy mọi suy tưởng và quay về với cái sơ tâm của chính mình vì chính nơi đó hội tụ sự tổ ngộ chân chánh nhất. Bên cạnh đó nếu chúng ta ổn định tâm với cái tâm không thì bất cứ nơi nào cũng sẽ là niết bàn đối với chúng ta. Vì thế hành giả chân thuần có thể ổn định tâm bất cứ nơi nào, từ nơi núi non yên tĩnh đến nơi phồn hoa đô hội náo nhiệt. Nên nhớ, từ trời xanh, mây trắng, núi non, phố thị, vân vân vân, đều là những bậc thầy lớn dạy cho chúng ta tu tập.

Theo Kinh Kim Cang, Tu Bồ Đề cung kính mà bạch Phật rằng: "Bạch Đức Thế Tôn! Kẻ thiện nam tử, thiện nữ nọ phát tâm vô thượng chánh giác, tâm phải an trụ như thế nào? Và phải nên dẹp dục vọng như thế nào?" Đức Phật bảo ngài Tu Bồ Đề rằng: "Nếu có thiện

nam tử hay thiện nữ nhơn nào phát tâm vô thượng chánh đẳng chánh giác ấy, tâm phải nên trụ như thế này, và phải nén dẹp vọng tâm như thế này: các Bồ Tát và đại Bồ Tát, phải nên nén dẹp vọng tâm như thế này. Nghĩa là có hết thấy những loài chúng sanh, dù là loài sinh ra trứng, loài sinh ra thai, loài sinh ở nơi ẩm ướt, hay loài hóa sinh, loài có sắc, loài không có sắc, loài có tướng, loài không có tướng, loài không phải có tướng, loài không phải không có tướng, ta đều khiến cho vào cõi Vô Dư Niết Bàn mà được diệt độ. Những chúng sinh đó tuy được diệt độ vô lượng vô biên, mà thật ra coi như không có một chúng sinh nào được diệt độ cả. Tại vì sao? Nếu Bồ Tát còn chấp vào chỗ có tướng ta, tướng người, tướng chúng sanh, tướng thọ giả, nư thế tức không thể gọi là Bồ Tát được. Lại nữa, Bồ Tát thực hành phép bố thí phải nên “Vô sở trụ.” Nghĩa là không nên trụ vào sắc mà làm bố thí, không nên trụ vào thanh, hương, vị, xúc, pháp mà làm bố thí. Tại sao mà Bồ Tát không nên trụ vào sắc tướng mà bố thí như thế? Vì nếu Bồ Tát không trụ vào hình sắc mà bố thí, thì phúc đức đó không thể suy lường được. Bồ Tát không trụ vào hình tướng mà bố thí, thì phúc đức đó cũng nhiều không thể suy lường được. Bồ Tát những nên theo như chỗ sở giáo mà trụ. Có thể dùng thân tướng mà thấy được Như Lai chăng? Không, không bao giờ có thể dùng thân tướng mà thấy được Đức Như Lai. Tại vì sao? Vì Đức Như Lai nói “Thân tướng kia tức không phải thật là thân tướng của Như Lai.” Bất cứ vật gì hễ có hình tướng đều là giả dối.” Nếu thấy các tướng không phải hình tướng, như thế mới tạm gọi là thấy được Như Lai (Phạm sở hữu tướng, giai thị hư vọng. Nhược kiến chư tướng phi tướng, tức kiến Như Lai). Vì thế nên các Bồ Tát Ma Ha Tát phải sinh khởi tâm thanh tịnh như thế. Nghĩa là không nên sinh tâm trụ vào sắc, không nên sinh tâm trụ vào thanh, hương, vị, xúc, Pháp. Nên sinh tâm Vô Sở Trụ, tức là không trụ vào chỗ nào (ứng như thị sanh thanh tịnh tâm; bất ứng trụ sắc sanh tâm, bất ứng trụ thính, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm, ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm). Bởi thế cho nên Bồ Tát phát tâm vô thượng chánh đẳng chánh giác, phải nên lìa hết thấy tướng, không nên sinh khởi tâm trụ vào sắc; không nên sinh khởi tâm trụ vào thanh, hương, vị, xúc, pháp. Nên sinh khởi tâm “Vô Sở Trụ.” Nếu tâm còn có chỗ sở trụ thì tức là không phải trụ. Bởi thế cho nên Phật nói: “Tâm của Bồ Tát không trụ vào sắc mà làm bố thí.” Bồ Tát vì làm lợi ích cho hết thấy chúng sanh, thì phải nên bố thí như thế. Như Lai nói: “Hết thấy chư tướng tức chẳng phải là

tướng,” và lại nói, “Hết thấy chúng sanh tức không phải là chúng sanh.” Nếu tâm của Bồ Tát còn trụ vào pháp sự tướng mà làm hạnh bố thí, thì cũng ví như người ở chỗ tối tăm, không thể trông thấy gì hết, còn nếu Bồ Tát làm hạnh bố thí mà tâm không trụ trước vào sự tướng, thì như người có con mắt sáng, lại được ánh sáng của mặt trời, trông thấy rõ cả hình sắc sự vật. Đời mai sau, nếu có người thiện nam thiện nữ nào, hay thọ trì đọc tụng kinh này, tức là Như Lai dùng trí huệ của Phật, đều biết người đó, đều thấy người đó, được thành tựu vô lượng vô biên công đức. Có bao nhiêu thứ tâm của chúng sanh, ở trong ngần ấy thế giới, Như Lai thấy đều hay biết.” Tại vì sao? Vì Như Lai nói những thứ tâm đó, đều chẳng phải tâm, như thế mới gọi là tâm. Vì sao? Vì tìm tâm quá khứ không thể được, tìm tâm hiện tại không thể được, và tìm tâm vị lai cũng không thể được.

Sau khi Huệ Khả được Tổ Bồ Đề Đạt Ma nhận làm đệ tử. Tổ nhận xét: “Ông muốn học cái gì?” Sau đó, Huệ Khả hỏi Tổ: “Tâm con không an, xin Hòa Thượng dạy pháp an tâm.” Tổ nhìn thẳng bảo: “Đem tâm ra ta an cho.” Huệ Khả xoay tìm lại tâm mình, không thấy bóng dáng, bèn thưa với Tổ: “Con tìm tâm không được.” Tổ bảo: “Đừng lo, ta đã an tâm cho người rồi.” Qua đó Huệ Khả liền ngộ. Câu chuyện trên đây nhấn mạnh đến tầm quan trọng mà các thiền sư buộc vào kẻ khao khát sự an tâm vào việc tọa thiền, vào lòng chân thành và khiêm tốn, sự kiên nhẫn và nghị lực như là những tiên đề trong sự đạt thành đạo vô thượng. Vì thương kẻ tình thành nên Tổ bèn chỉ cho chân đạo: “Bích quán là phép an tâm, tứ hạnh là phép phát hạnh, phòng ngừa sự chê hiềm là phép thuận vật, và đừng chấp trước là phương tiện tu hành cũng như cứu độ chúng sanh.” Theo Vô Môn Huệ Khai trong Vô Môn Quan, lão Già Hồ sún rằng, mười vạn dặm dong thuyền vượt biển mà đến, quả thiệt là không gió mà sóng nổi. Sau rút thuyền thụ được cho một người, lại sáu căn không đủ. Hỡi ôi, cậu Ba họ Tạ không biết chữ Bốn!

Thời Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma mới từ Thiên Trúc sang Đông độ truyền dạy Pháp Thiền, ngài luôn nhắc nhở đồ chúng về An Tâm Lập Mệnh, nghĩa là luôn hết lòng vì nhân gian mà hành đạo và an tâm, không bị ngoại cảnh làm xao động. Các thế hệ thiền sư về sau này luôn sống tu theo phong cách an tâm lập mệnh và phi phú quý thế tục này. Các ngài luôn hết lòng vì nhân gian mà hành đạo và an tâm, không bị ngoại cảnh làm xao động. Thiền sư Vô Môn cũng như nhiều thiền sư khác

cảm nghĩ đến cái nghèo một cách thiết thực và thơ mộng hơn; các ngài không gọi thẳng đến sự việc của thế gian. Đây là bài kệ nói về cái nghèo của ngài Vô Môn Huệ Khai:

"Hoa xuân muôn đóa, bóng trăng thu.
Hạ có gió vàng, đông tuyết rơi.
Tuyết nguyệt phong ba lòng chẳng chấp.
Mỗi mùa mỗi thú mặc tình chơi."

Bài kệ trên đây không ngụ ý thiền sư Vô Môn ăn không ngồi rồi, không làm gì khác, hoặc không có gì để làm khác hơn là thưởng thức hoa nở vào một buổi sáng với mặt trời mùa xuân hay ánh trăng thu bàng bạc; có thể ngài đang hăng say làm việc, đang giảng dạy đệ tử, đang tụng kinh, đang quét chùa hay làm ruộng như thường lệ, nhưng tâm của ngài tràn ngập một niềm thanh tịnh và khinh an. Chúng ta có thể nói ngài đang sống Thiền vì mọi mong cầu đều xả bỏ hết, tâm không còn một vọng tưởng nào gây trở ngại, mà chỉ ứng dụng dọc ngang. Đó chính là cái tâm "Không" trong cái thân nghèo. Vì nghèo nên ngài biết thưởng thức hoa xuân, biết ngắm trăng thu. Trái lại, nếu của cải của thế gian chồng chất đầy chùa thì trái tim còn chỗ nào dành cho niềm hạnh phúc thần tiên ấy? Các thiền sư thường nói đến thái độ an tâm lập mệnh và cái giàu phi thế tục của các ngài bằng những hình ảnh cụ thể, chẳng hạn như thay vì nói chỉ có đôi tay không, thì các ngài bảo rằng muôn vật trong thiên nhiên là đầy đủ lắm rồi. Kỳ thật, theo các ngài thì sự tích trữ của cải chỉ toàn tạo nghịch duyên khó thích hợp với những lý tưởng thánh thiện, chính vì thế mà các ngài nghèo. Theo các ngài thì mục đích của nhà Thiền là buông bỏ chấp trước. Không riêng gì của cải, mà ngay cả mọi chấp trước đều là của cải, là tích trữ tài sản. Còn Thiền thì dạy buông bỏ tất cả vật sở hữu, mục đích là làm cho con người trở nên nghèo và khiêm cung từ tốn. Trái lại, học thức khiến con người thêm giàu sang cao ngạo. Vì học tức là nắm giữ, là chấp; càng học càng có thêm, nên 'càng biết càng lo, kiến thức càng cao thì khổ não càng lắm.' Đối với Thiền, những thứ ấy chỉ là khổ công bắt gió mà thôi.

Bồ Đề Đạt Ma Ngộ Tánh Luận: *Sơ Lược Về Tánh Giác Ngộ Trong Giáo Thuyết Phật Giáo:* Trong giáo thuyết nhà Phật, ngộ có nghĩa là tự mở mắt tâm của mình để biết rõ bản tánh và do đó biết rõ bản tánh của cuộc sinh tồn. Ngộ cũng có nghĩa là sự trực ngộ về bản tánh thật của vạn pháp. Khái niệm về từ Ngộ (Bodhi) trong phạm ngữ không có

tương đương trong Việt và Anh ngữ, chỉ có danh từ “Lóa sáng” hay Enlightenment là thích hợp. Một người bản tánh thật sự của vạn hữu là giác ngộ cái hư không hiện tại. Cái hư không mà người ta thấy được trong khoảnh khắc ấy không phải là hư vô, mà là cái không thể nắm bắt được, không thể hiểu được bằng cảm giác hay tư duy vì nó vô hạn và vượt ra ngoài sự tồn tại và không tồn tại. Cái hư không được giác ngộ không phải là một đối tượng cho chủ thể suy gẫm, mà chủ thể phải hòa tan trong đó mới hiểu được nó. Trong Phật giáo thật, ngoài thể nghiệm đại giác ra, không có Phật giáo. Từ giác ngộ rất quan trọng trong nhà Thiền vì mục đích của việc tu thiền là đạt tới cái được biết như là ‘giác ngộ.’ Giác ngộ là cảnh giới của Thánh Trí Tự Chứng, nghĩa là cái tâm trạng trong đó Thánh Trí tự thể hiện lấy bản tánh nội tại của nó. Sự tự chứng này lập nên chân lý của Thiền, chân lý ấy là giải thoát và an nhiên tự tại. Từ “Ngộ” được dùng để chỉ cái kinh nghiệm siêu việt về sự thực hiện Thực Tại đại đồng. Nó ngụ ý một sự thực hiện tâm linh, thần bí, và trực giác, và không nên được hiểu như định nghĩa chỉ một sự thức tỉnh tri thức theo như nó được áp dụng cùng với “Tuổi không Lớn” đề nghị. Theo Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma, Ngộ là toàn thể của Thiền. Thiền bắt đầu từ đó mà chấm dứt cũng ở đó. Bao giờ không có ngộ, bấy giờ không có Thiền. Ngộ là thước đo của Thiền như một tôn túc đã nói. Ngộ không phải là một trạng thái an tĩnh không thôi; nó không phải là sự thanh thản mà là một kinh nghiệm nội tâm không có dấu vết của tri thức phân biệt; phải là sự thức tỉnh nào đó phát khởi từ lãnh vực đối đãi của tâm lý, một sự trở chiều với hình thái bình thường của kinh nghiệm vốn là đặc tính của đời sống thường nhật của chúng ta. Thuật ngữ Đại Thừa gọi là ‘Chuyển Y’ hay quay trở lại, hay lật ngược cái cơ sở của tâm ý, ở đây toàn bộ kiến trúc tâm thức trải qua một cuộc thay đổi toàn diện. Ngộ là kinh nghiệm riêng tư thân thiết nhất của cá nhân, nên không thể nói bằng lời hay tả bằng bút được. Tất cả những gì các Thiền sư có thể làm được để truyền đạt kinh nghiệm ấy cho người khác chỉ là thử khơi gợi lên, hoặc chỉ trở cho thấy. Người nào thấy được là vừa chỉ thấy ngay, người nào không thấy thì càng nương theo đó để suy nghĩ, lập luận càng sai đề. Khi chúng ta chỉ xét cái ngộ ở phạm vi khách quan thì sự mở con mắt Thiền trong chỗ ngộ nhập hầu như không có gì khác thường lắm. Vị thầy đưa ra một vài nhận xét nào đó, và nếu đúng thời cơ, đệ tử chứng ngay lý nhiệm mầu mà bấy lâu chưa hề nghĩ đến. Tất cả hầu như tùy vào tâm

trạng, hoặc mức độ dọn tâm sẵn có trong phút chốc ấy. Theo thiền sư D.T. Suzuki trong Thiền Luận, Tập I, rốt cuộc Thiền là một canh bạc mai rủi, có lẽ nhiều người nghĩ như vậy; nhưng khi chúng ta lấy trường hợp của Nam Nhạc Hoài Nhượng, Sư phải mất tám năm dài để trả lời câu hỏi này của Lục Tổ: "Mà vật gì đến?" Chúng ta mới thấy qua sự kiện là có nỗi khổ sở lớn lao mà Nam Nhạc phải trải qua trước khi Sư đi đến giải quyết cuối cùng bằng câu đáp: "Nói in tuồng một vật tức không đúng." Chúng ta phải nhìn sâu vào khía cạnh tâm lý của ngộ, nghĩa là vào những then máy thâm kín mở ra cánh cửa muôn đời huyền bí của nhân tâm. Ruth Fuller Sasaki viết trong quyển "Thiền: Một Phương Pháp Để Giác Ngộ Cửa Tôn Giáo": Mục đích tối thượng của Thiền là ngộ, ngộ được chân ngã của mình. Ngộ được chân ngã đưa đến giải thoát cái ngã cá nhân nhỏ bé. Khi cái ngã cá nhân nhỏ bé này được giải thoát, chúng ta biết được trạng thái tự do được nói trong Thiền, vốn thường được người ta giải thích cái tên đó sai lệch như là một kinh nghiệm thiền. Lẽ dĩ nhiên, chừng nào mà thân xác này còn hiện hữu dưới dạng hiển hiện hình tướng trong thế giới của hình tướng, chúng ta mang diện mạo bề ngoài như một hiện hữu cá nhân với tư cách là một cái tôi. Nhưng cái tôi đó không còn điều khiển chúng ta với thích và không thích, cũng như những đặc điểm và yếu điểm của nó. Chân ngã, bản ngã từ ban sơ của chúng ta, cuối cùng sẽ làm chủ. Chân ngã sử dụng một cách tự do cái hình tướng và cái tôi cá nhân đó theo ý muốn. Không gặp cản trở cũng không bị kềm thúc, nó sử dụng chúng trong mọi sinh hoạt thường ngày của chúng ta, bất kể thế nào và bất kể ở đâu. Nói tóm lại, theo giáo thuyết nhà Phật, giác ngộ có nghĩa là sự soi sáng hay sự khai minh hay sự trực ngộ về bản tánh thật của vạn pháp. Ngộ là kinh nghiệm riêng tư thân thiết nhất của cá nhân, nên không thể nói bằng lời hay tả bằng bút được. Tất cả những gì các Thiền sư có thể làm được để truyền đạt kinh nghiệm ấy cho người khác chỉ là thử khơi gợi lên, hoặc chỉ tỏ cho thấy. Người nào thấy được là vừa chỉ thấy ngay, người nào không thấy thì càng nương theo đó để suy nghĩ, lập luận càng sai đề. Giác ngộ là sự tỉnh thức và nhận biết về Phật và làm sao để đạt đến Phật quả. Giác Ngộ là một trong ba mục tiêu của Thiền quán. Kiến tánh ngộ đạo hay nhìn thấy tự tánh chân thật của mình và đồng thời nhìn thấy bản tánh tối thượng của vũ trụ và vạn vật. Ấy là sự hốt nhiên nhận ra rằng: "Xưa nay ta vốn đầy đủ và toàn hảo. Kỳ diệu thay, huyền diệu thay!" Nếu là thấy Phật tánh

thì thực chất sẽ luôn luôn giống nhau đối với bất cứ ai kinh nghiệm nó, dẫu người ấy là Phật Thích Ca hay Phật A Di Đà hay bất cứ người nào trong các bạn. Nhưng nói thế không có nghĩa là tất cả chúng ta đều có kinh nghiệm kiến tánh ở cùng một mức độ, vì trong cái rõ, cái sâu, cái đầy đủ của kinh nghiệm có những khác biệt lớn lao. Nhưng hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng giác ngộ là thành quả của chính bản thân mình và mỗi người chúng ta đều có cơ hội như nhau để đạt đến sự giác ngộ của chính mình.

Tâm Giác Ngộ Là Tâm Phật: Theo Phật giáo, trí tuệ không phải là sự chất đóng của tri thức. Trái lại, nó là sự vùng vẫy để thoát khỏi các tri thức ấy. Nó đập vỡ những tri thức cũ để làm phát sinh những tri thức mới phù hợp với thực tại hơn. Khi Copernicus phát hiện trái đất quay xung quanh nó và quay xung quanh mặt trời, có biết bao nhiêu ý niệm cũ về thiên văn học bị sụp đổ, trong đó có ý niệm trên và dưới. Thuyết Lượng Tử hiện thời đang phẫn đấu mãnh liệt để vượt thoát các ý niệm đồng nhất và nhân quả vốn là những ý niệm căn bản xưa nay của khoa học. Khoa học cũng đang dần thân trên con đường rũ bỏ ý niệm như đạo học. Cái hiểu biết nơi con người được diễn dịch thành khái niệm, tư tưởng và ngôn ngữ. Cái biết ở đây là tri thức thu lượm được bằng cách chất chứa. Nó là cái thấy trực tiếp và mau lẹ. Về mặt tình cảm thì gọi là cảm xúc. Về mặt tri thức thì gọi là tri giác. Nó là một trực giác chứ không phải là kết quả của suy luận. Có khi nó hiện hữu tràn đầy trong chúng ta, nhưng chúng ta không diễn dịch nó thành khái niệm được, không dùng hình thức tư duy để chuyên chở nó được và do đó không diễn tả được thành lời. Không thể diễn tả nên lời, đó là tâm trạng của chúng ta vào lúc đó. Có những tri thức được nói trong đạo Phật là “bất khả tư, bất khả nghị, bất khả thuyết,” nghĩa là không thể suy tư, nghị luận và lập thành học thuyết được. Ngoài ra, sự hiểu biết còn là miếng chắn giúp bảo vệ hành giả khỏi sự tấn công của tham, sân và si. Con người thường hành động sai quấy là do bởi vô minh hoặc không thấy rõ được chính mình, không thấy rõ những khát vọng muốn đạt hạnh phúc cũng phương cách nào để đạt được chân hạnh phúc. Sự hiểu biết còn giúp hành giả có khả năng triệt tiêu nhiễm trước và tăng cường đức tính tốt nơi chính mình. Giác Ngộ Tâm là cái diệu tâm bản giác hay bản tánh nguyên thủy của con người. Giác Ngộ Tâm luôn giác ngộ rằng thân này chẳng phải TA và CỦA TA, mà đó chỉ là một sự tổng hợp giả tạm của tứ đại (đất, nước, lửa, gió) mà thôi.

Dĩ nhiên tiến trình của Tâm được kinh điển hệ thống hóa và mô tả một cách rất rõ ràng, nhưng kinh nghiệm tâm qua Thiền định vượt ra ngoài sách vở kinh điển. Sách vở không thể nào nói cho mình biết về kinh nghiệm phát sinh của si mê, hay cảm giác phát sanh từ tác ý. Người có tâm giác ngộ là người không dính mắc vào ngôn từ, mà chỉ đơn thuần thấy tất cả các pháp đều vô thường, khổ và vô ngã. Con người ấy có khả năng buông xả. Khi các pháp phát sinh, người ấy tỉnh thức và biết rõ, nhưng không chạy theo chúng. Người con Phật nên luôn nhớ rằng một khi Tâm này bị khuấy động thì nhiều loại tâm khác được thành hình, tư tưởng và phản ứng cũng được khởi lên từ đó. Vì vậy mà người có tâm giác ngộ luôn thấy sự vật theo chân lý, không cảm thấy hạnh phúc hay khổ đau theo những đổi thay của điều kiện. Đây mới đích thực là sự bình an, không sanh, không già, không bệnh, không chết, không tùy thuộc vào nhân quả hay điều kiện, vượt ra ngoài hạnh phúc và khổ đau, thiện và ác. Không còn cái gì để nói hay cái tâm nào khác để chứng đắc nữa. tâm thức phân biệt này cũng thế, nó chỉ là sự tổng hợp của sáu trần là sắc, thanh, hương, vị. Xúc, và pháp mà thôi. Do vậy nên nó cũng chẳng phải là TA và CỦA TA nữa. Hiểu được như vậy, hành giả tu tập sẽ dứt trừ hai thứ trói buộc là NGÃ và NGÃ SỞ. Ngã và Ngã sở đã không, tức nhiên sẽ dứt trừ được cái “Ngã Tướng” hay cái “Chấp Ta”; sự “Chấp có nơi người khác” hay “Nhơn Tướng” cũng không; sự chấp “Có” nơi tất cả chúng sanh hay “Chúng Sanh Tướng”; sự chấp “Thọ Giả Tướng” hay không có ai chứng đắc. Vì Bốn Tướng Chúng Sanh đều bị dứt trừ, nên hành giả liền được Giác Ngộ. Tâm giác ngộ là một trong sáu yếu để phát triển Bồ Đề Tâm. Chúng sanh thường chấp sắc thân này là ta, tâm thức có hiểu biết, có buồn giận thương vui là ta. Nhưng thật ra, sắc thân này giả dối, ngày kia khi chết đi nó sẽ tan về với đất bụi, nên thân tứ đại không phải là ta. Tâm thức cũng thế, nó chỉ là thể tổng hợp về cái biết của sáu trần là sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Ví dụ như một người trước kia đốt, nay theo học chữ Việt, tiếng Anh, khi học thành, có cái biết về chữ Việt tiếng Anh. Lại như một kẻ chưa biết Ba Lê, sau có dịp sang Pháp du ngoạn, thu thập hình ảnh của thành phố ấy vào tâm. Khi trở về bản xứ có ai nói đến Ba Lê, nơi tâm thức hiện rõ quang cảnh của đô thị ấy. Cái biết đó trước kia không, khi lịch cảnh thu nhận vào nên tạm có, sau bỏ lãng không nghĩ đến, lần lần nó sẽ phai lạt đến tan mất hẳn rồi trở về không. Cái biết của ta khi có khi không, hình ảnh này tiêu hình ảnh

khác hiện, tùy theo trần cảnh thay đổi luôn luôn, hư giả không thật, nên chẳng phải là ta. Cổ đức đã bảo: “Thân như bọt bọt, tâm như gió. Huyền hiện vô căn, không tánh thật.” Nếu giác ngộ thân tâm như huyền, không chấp trước, lần lần sẽ đi vào cảnh giới “nhơn không” chẳng còn ngã tướng. Cái ta của ta đã không, thì cái ta của người khác cũng không, nên không có “nhơn tướng.” Cái ta của mình và người đã không, tất cái ta của vô lượng chúng sanh cũng không, nên không có “chúng sanh tướng.” Cái ta đã không, nên không có bản ngã bền lâu, không thật có ai chứng đắc, cho đến cảnh chứng thường trụ vĩnh cửu của Niết Bàn cũng không, nên không có “thọ giả tướng.” Đây cần nên nhận rõ, cũng không phải không có thật thể chân ngã của tánh chân như thường trụ, nhưng vì Thánh giả không chấp trước, nên thể ấy thành không. Nhơn đã không thì pháp cũng không, vì sự cảnh luôn luôn thay đổi sanh diệt, không có tự thể. Đây lại cần nên nhận rõ chẳng phải các pháp khi hoại diệt mới thành không, mà vì nó hư huyền, nên đương thể chính là không, cả “nhơn” cũng thế. Cho nên cổ đức đã bảo: “Cần chi đợi hoa rụng, mới biết sắc là không.” (Hà tu đãi hoa lạc, nhiên hậu tri tri không). Nói về tâm giác ngộ, đức Phật đã từng nhắc nhở chúng đệ tử là hãy để tâm như một dòng sông, đón nhận và cuốn trôi đi tất cả; hay giữ cho tâm như ngọn lửa, đón nhận và thiêu rụi mọi thứ được ném vào. Không có thứ gì có thể dính mắc được trong dòng sông hay ngọn lửa, vì chúng sẽ bị dòng sông cuốn trôi hay ngọn lửa thiêu rụi tất cả. Nếu chúng ta có thể giữ tâm mình bằng cách này, chúng ta có được cái gọi là tâm giác ngộ vậy. Như vậy, hành giả tu thiền không nên giữ bất cứ thứ gì trong tâm, ngay cả khi chúng ta nghĩ rằng chúng ta có cái gọi là Như Lai Tạng trong tâm. Hãy buông bỏ tất cả mọi thứ mình tưởng rằng mình có. Hãy nhẹ nhàng buông bỏ ngay cả cái gọi là tâm giác ngộ. Hãy buông bỏ tất cả mọi thứ mình có, ngay cả nếu mình nghĩ mình có cái gọi là vô tâm. Hành giả khi đã giác ngộ “Nhơn” và “Pháp” đều không, thì giữ lòng thanh tịnh trong sáng không chấp trước. Tâm Giác ngộ theo nhà Thiền để chỉ sự nhận biết trực tiếp bằng trực giác về chân lý. Nghĩa đen của từ này là “thấy tánh,” và người ta nói rằng đây là sự nhận biết chân tánh bằng tuệ giác vượt ra ngoài ngôn ngữ hay khái niệm tư tưởng. Nó tương đồng với từ “satori” (ngộ) trong một vài bài viết về Thiền, nhưng trong vài bài khác thì “Kensho” được diễn tả như là thủy giác (hay sự giác ngộ lúc ban sơ) cần phải được phát triển qua tu tập nhiều hơn nữa, trong khi đó thì từ “satori” liên hệ tới sự

giác ngộ của chư Phật và chư Tổ trong Thiền. Một vị Tăng thành khẩn thỉnh Triệu Châu dạy Thiền, Triệu Châu hỏi: "Ông ăn cháo chưa?" Vị Tăng đáp: "Ăn cháo rồi." Triệu Châu bảo: "Rửa chén đi." Thoạt nghe, vị Tăng liền tỉnh ngộ. Thế ra cái giác ngộ trong Thiền nó thường tục biết chừng nào! Dầu gì đi nữa, chúng ta cũng không thể nói rằng Triệu Châu đã không làm gì hết cho sự đạt ngộ của vị Tăng. Nhưng làm sao Triệu Châu có thể mở mắt cho vị Tăng bằng một nhận xét tầm thường như vậy? Câu nói của ngài phải có ẩn ý gì khiến vừa nói ra là ăn khớp ngay với nhịp tâm của vị Tăng? Vị Tăng đã dọn tâm sẵn như thế nào để đón lấy cái ẩn tay cuối cùng của Triệu Châu? Toàn thể diễn trình của tâm thức từ lúc hành giả mới thọ giáo cho đến hồi cứu cánh ngộ đạo ắt hẳn phải trải qua vô số thăng trầm vấp vấp. Nhưng cuộc đàm thoại giữa vị Tăng và Triệu Châu cho thấy pháp Thiền chỉ có ý nghĩa khi cây trục của nội tâm xoay sang một thế giới khác, sâu rộng hơn. Vì một khi thế giới thâm diệu ấy mở ra là cuộc sống hằng ngày của hành giả, cả đến những tình tiết tầm thường nhất, vẫn được nhuần Thiền vị. Thật vậy, một mặt giác ngộ là cái gì tầm thường, vô nghĩa lý nhất đời; nhưng mặt khác, nhất là khi chúng ta chưa hiểu, nó kỳ bí không gì hơn. Và nói cho cùng, ngay cả cuộc sống thường ngày của chúng ta, há chẳng phải đầy những kỳ quan, bí mật và huyền bí, ngoài tầm hiểu biết của trí óc con người hay sao?

Theo Thiền tông, nếu muốn tự giải thoát khỏi những đau khổ của cõi ta bà, bạn phải học con đường trực tiếp để trở thành Phật. Con đường ấy không khác gì hơn là chứng ngộ tự tâm của bạn. Bây giờ hãy nói cái Tâm là gì? Nó là chân bản tánh của mọi chúng sanh, đã có trước khi cha mẹ chúng ta ra đời, và do đó, trước khi chúng ta ra đời, và giờ đây vẫn đang hiện hữu, bất biến và thường hằng. Người ta gọi nó là Bản lai diện mục, có trước khi cha mẹ chúng ta ra đời. Cái tâm ấy từ bản chất là thanh tịnh. Lúc chúng ta ra đời, nó không mới được tạo tác, khi chúng ta qua đời nó cũng không tàn lụn theo. Cái tâm ấy không phân biệt nam hay nữ, cũng không nhuộm màu thiện hay ác. Không thể so sánh nó với bất cứ điều gì, vì vậy, nó được gọi là Phật tánh. Tuy nhiên, có vô số tư niệm khởi hiện từ cái tự tánh này, như những đợt sóng phát sinh từ đại dương, như những hình ảnh phản chiếu trong gương. Hãy tưởng tượng một đứa trẻ đang ngủ bên cạnh cha mẹ và nằm mơ bị đánh đập và bị tổn thương đau đớn. Dầu đứa nhỏ có đau khổ đến đâu, cha mẹ nó cũng không thể giúp đỡ nó được, vì không ai

có thể đi vào một cái tâm đang mơ của người khác. Nếu tự nó, nó có thể tự thức giấc, nó sẽ tự động giải thoát cho chính mình. Tương tự như vậy, người ta nhận ra rằng cái tâm của chính mình là Phật, tức khắc sẽ tự mình giải thoát cho mình khỏi những khổ đau xuất phát từ cái vô minh về luật biến dịch không ngừng của sanh và tử." Thiền sư Tokugaku đã viết về Bản lai diện mục trong 'Thiền Thi Trung Nhật' như sau:

"Bản lai diện mục là thực tại của thực tại:
 Hãy dang tay ra đến cánh chim đang bay lượn.
 Mũi thẳng đứng, mắt nằm ngang, và sao nữa?
 Sẽ thế nào nếu tâm thức rỗng không?"

Bổn tâm hay bổn nguyên tự tính là chân Phật, tức là nói về cái tự tánh bổn nguyên là Chân Phật, một hôm Thiền sư Vĩnh Gia Huyền Giác thượng đường thị chúng bằng một bài kệ:

"Vô minh thực tính tức Phật tính,
 Huyền hóa không thân tức Pháp thân.
 Pháp thân giác liễu vô nhất vật.
 Bổn nguyên tự tính thiên chân Phật."
 (Thật tính vô minh là tính Phật,
 Thân không huyền hóa là Pháp thân.
 Ngộ Pháp thân rồi không một vật,
 Tự tính bản nguyên là Chân Phật).

Thật vậy, nếu hành giả tu Phật chúng ta hiểu được điều này, chúng ta sẽ hốt nhiên thâm nhập vào chỗ mà tâm và tư tưởng không thể đến được, thấu được cái Pháp thân vô nhất vật. Đó là chỗ mà con người giải thoát khỏi sanh tử. Con người ta thường trú ngụ trong hang ổ của tư tưởng và trí năng. Vừa nghe ai đó nói "hãy rũ bỏ suy nghĩ", là mình liền hoang mang ngơ ngác chẳng biết nơi nào mà đi. Họ có biết đâu rằng ngay lúc hoang mang ngơ ngác đó, chính là lúc để mình giải thoát thân mệnh.

Bồ Đề Đạt Ma Huyết Mạch Luận: *Sơ Lược Về Huyết Mạch Luận:*
 Huyết mạch bao gồm động mạch và tĩnh mạch kế nối nhau (ví như các tông phái đều có tông chỉ uyên áo do chư tổ các đời truyền lại, đời đời truyền nối như huyết mạch trong cơ thể con người, kế nối nhau, luôn luôn nối theo người trước, và mở lối cho người sau). Ở Nhật Bản có một bộ sách tên là "Thiếu Thất Lục Môn." Thiếu Thất là tên riêng của Tổ Bồ Đề Đạt Ma, sơ tổ Thiền Tông Trung Hoa, trong đó có sáu bài

luận, có thể có vài bài do chính Tổ dạy. Một trong những bài luận ấy có tên là "Huyết Mạch Luận," luận về sự thấy tánh, hoặc ngộ, được coi là cốt tủy của Đạo Thiền. Dưới đây là một phần của nội dung chính của bài luận này: "Muốn tìm Phật, cần thấy tánh, vì tánh tức là Phật. Nếu chẳng thấy tánh thì niệm Phật, tụng kinh, trì trai, giữ giới có lợi ích gì? Niệm Phật thì được công quả tốt; tụng kinh thì tâm trí sáng suốt; giữ giới thì được sanh lên cõi trời; bố thí thì được phước báo. Nhưng tìm Phật như vậy chẳng gặp được Phật bao giờ. Nếu tự mình, mình chưa sáng tỏ thì nên tìm đến tham vấn với một vị thầy, một vị thiện tri thức để hiểu được cội rễ của luân hồi sanh tử. Người không thấy tánh không thể được gọi là thiện tri thức. Nếu chẳng như vậy thì dầu cho có nói được mười hai bộ kinh vẫn chẳng thoát khỏi luân hồi sanh tử, vẫn phải chịu khổ trong tam giới chẳng có ngày ra. Ngày xưa có Tỳ Kheo Thiện Tinh thuộc lâu mười hai bộ kinh mà vẫn chẳng thoát khỏi luân hồi sanh tử vì chẳng thấy tánh. Thiện Tinh ngày trước còn như vậy huống là người đời nay mới giảng được dăm ba bộ kinh luận đã tự xem là mình hiểu pháp Phật, thật chẳng có thứ gì ngu hơn. Hễ không thấu được tâm mình thì tụng đọc ích gì, chỉ là hư văn. Muốn tìm Phật, trước hết phải thấy tánh, vì tánh tức là Phật. Phật là bậc tự tại, là bậc vô sự vô tác. Nếu, thay vì thấy tánh, người hướng ngoại suốt ngày cầu Phật lông bông, ắt không bao giờ thấy được Phật. Phật là tự tâm, chớ lầm vái lạy những vật bên ngoài. Phật là tiếng Phạn, bên Trung Hoa gọi là giác tánh. Giác tức là linh giác. Và chính cái tánh tự kỷ linh giác ấy đáp ứng với ngoại vật trong sinh hoạt hằng ngày, nháy mắt, đang giơ tay giơ chân. Tánh tức là tâm, tâm tức là Phật, Phật tức là Đạo, Đạo tức là Thiền. Chỉ một chữ Thiền, cả Thánh phàm đều không lượng nổi. Trực tiếp thấy tánh, đó tức là Thiền. Bằng chẳng thấy tánh thì chẳng phải. Thiền là như vậy. Dầu có giỏi nói được ngàn kinh muôn luận, nếu chẳng thấy tánh thì vẫn là phàm phu, chẳng phải là Pháp Phật. Đạo lớn cao thâm, u huyền, không thể nào nói cho hiểu được. Kinh điển không dựa vào đâu với tới hết, cả đến những người không biết một chữ, khi thấy được Tánh tức là Phật. Những người không thấy tánh mãi lo tụng kinh niệm Phật, tinh tấn học mãi, đêm ngày tu tập, ngồi mãi không nằm, cốt lấy cái học rộng nghe nhiều làm pháp Phật; những người này đích thực là đang phỉ báng Phật. Phật trước Phật sau chỉ nói thấy tánh. Muôn sự đều vô thường. Nếu không thấy tánh mà rêu rao là được Chánh Giác, đó là người đại dột. Trong

mười vị đại đệ tử của Phật, A Nan được tiếng học rộng nhất, nhưng ông không thấy gì ở Phật hết vì ông chỉ lo thu thập kiến thức."

Khi nói về ảnh hưởng của đạo Phật trên đời sống và nền văn hóa của người Trung Hoa, chúng ta không thể không nói đến khuynh hướng bí hiểm này của triết lý Bồ Đề Đạt Ma, vì rõ ràng là khuynh hướng này đã tác động nhiều trên sự hình thành tinh thần Phật giáo Trung Hoa, và từ đó xuất hiện Phật giáo Thiền tông. Theo các sử gia thì Bồ Đề Đạt Ma bác bỏ việc đọc tụng kinh điển. Do đó hệ thống triết học của ông khiến cho các tu viện ít chú trọng về kiến thức mà thiên về trầm tư thiền định nhiều hơn. Theo Bồ Đề Đạt Ma, Phật tử nên để ý đến thiền, vì chỉ cần hành thiền là có thể đạt đến giác ngộ. Do đó ông chỉ dịch có mỗi quyển Đại Bát Niết Bàn Kinh Luận (Mahaparinirvana-sutra-sastra). Ông là vị tổ thứ 28 của dòng Thiền Ấn Độ và là sơ tổ của dòng Thiền Trung Quốc. Các học giả vẫn còn không đồng ý với nhau về việc Bồ Đề Đạt Ma đến Trung Hoa từ lúc nào, ở lại đó bao lâu, và mất vào lúc nào, nhưng nói chung giới Phật tử nhà Thiền chấp nhận rằng Bồ Đề Đạt Ma đến Nam Trung Hoa bằng thuyền vào khoảng năm 520 sau Tây Lịch, sau một nỗ lực không kết quả để thiết lập giáo thuyết của mình tại đây, ông đã đến Lạc Dương thuộc miền bắc Trung Hoa, và cuối cùng ông định cư tại chùa Thiếu Lâm. Ngài đã mang sang Trung Quốc một thông điệp thù thắng, được tóm gọn trong mười sáu chữ Hán sau đây, dù rằng người ta chỉ nhắc đến thông điệp này về sau thời Mã Tổ:

"Bất lập văn tự
Giáo ngoại biệt truyền
Trực chỉ nhân tâm
Kiến tánh thành Phật."

Ba Cõi Quy Về Một Tâm: Theo Phật giáo, ba cõi quy về một tâm (Tam giới duy thị tự tâm hay tam giới duy chỉ do tâm này) có nghĩa là tam giới duy nhất tâm hay vạn pháp duy nhất tâm hay vạn pháp duy tâm tạo. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: "Vị Bồ tát Ma ha Tát thấy rằng thế giới chỉ là sự sáng tạo của tâm, mặt na và ý thức; rằng thế giới được sinh tạo do phân biệt sai lầm bởi cái tâm của chính mình; rằng không có những tướng trạng hay dấu hiệu nào của một thế giới bên ngoài mà trong đó nguyên lý đa phức điều động; và cuối cùng rằng ba cõi chỉ là cái tâm của chính mình. Một hôm, nghe tiếng chuông chùa ngân vang, đức Phật hỏi đệ tử A Nan: "Tiếng chuông từ đâu

đến?" A Nan đáp: "Từ cái chuông." Đức Phật nói: "Cái chuông sao? Nhưng nếu không có cái dùi, làm sao có tiếng chuông?" A Nan vội vã sửa lại: "Từ cái dùi, từ cái dùi mà ra!" Đức Phật nói: "Từ cái dùi sao? Nếu không có không khí, làm sao tiếng chuông vọng tới đây được?" A Nan thưa: "Vâng, tất nhiên như thế. Tiếng chuông từ không khí mà ra!" Đức Phật hỏi: "Từ không khí sao? Nhưng nếu không có lỗ tai con, con không thể nào nghe được tiếng chuông." A Nan nói: "Vâng, đúng thế. Con cần cái tai để nghe. Như vậy, tiếng chuông từ tai đệ tử mà ra." Đức Phật nói: "Từ tai con sao? Nếu con không có ý thức, làm sao con nhận ra tiếng chuông?" A Nan nói: "Vâng, chính ý thức của con tạo ra tiếng chuông." Đức Phật nói: "Ý thức của con sao? Vậy thì, hỏi A Nan, nếu không có tâm thức, làm sao con nghe được tiếng chuông?" Tiếng chuông chỉ được tạo thành từ tâm thức mà thôi. Duy Tâm Luận cho rằng hết thảy mọi pháp đều do tâm tạo ra (theo Kinh Hoa Nghiêm thì mọi thứ trong tam giới chỉ là một tâm; theo Kinh Bát Nhã, tâm là thiên đạo đối với vạn pháp. Nếu biết được tâm tức là biết được vạn pháp). Theo quyển Nhật Diện Phật, một hôm Thiền sư Mã Tổ thượng đường dạy chúng: "Ánh trăng lan tỏa muôn nơi, nhưng vầng trăng chân thực chỉ có một. Các suối nguồn nhiều vô kể, nhưng bản chất của nước chỉ là một. Các hiện tượng nhiều hằng hà sa số trong vũ trụ, nhưng khoảng thái hư chỉ có một. Người ta hay nói nhiều về đạo lý, nhưng 'vô ngại trí' chỉ có một. Tất cả những gì phát sinh trong thế gian đều xuất phát từ cái Tâm Nhất Tướng. Xây dựng hay phá hoại, cả hai đều là chức năng cao quý. Tất cả đều là nhất ngã. Bất kỳ bạn đứng ở đâu, bạn cũng không thể đứng ngoài Chân Lý. Nơi bạn đang đứng chính là chân lý. Tất cả là bản thể của bạn. Làm sao có thể có gì khác được? Vạn pháp là Phật pháp và tất cả các pháp đều là giải thoát. Giải thoát đồng nhất với chân như: vạn pháp không bao giờ rời xa chân như. Đi, đứng, nằm, ngồi tất cả đều là chức năng bất khả tư nghì. Kinh điển dạy rằng Phật pháp ở khắp mọi nơi." Nói tóm lại, chư Phật và tất cả chúng sanh trong ba cõi, chỉ là một tâm này, chẳng có tâm nào khác. Từ vô thủy đến nay Tâm này chưa từng sinh, chưa từng diệt. Không xanh không vàng. Không hình không tướng. Không thuộc hữu vô; chẳng kể mới cũ, chẳng dài chẳng ngắn, không lớn không nhỏ, vượt qua tất cả giới hạn, đặc lượng, danh hiệu, ngôn ngữ, tung tích, đối đãi. Đương thể tiện thị, khởi niệm liền sai. Nó giống như không, chẳng có ngăn mé, không thể suy lường, trắc đạc. Duy chỉ một cái tâm này là Phật vậy.

Tâm Truyền Tâm Bởi Chư Phật: Theo Thiền tông, Tâm Truyền Tâm là một lối biệt truyền ngoài giáo điển theo truyền thống. Từ ngữ “Tâm Truyền Tâm” là thuật ngữ của nhà Thiền ám chỉ việc một thiền sư trao truyền y pháp cho đệ tử làm người kế vị Pháp của dòng Thiền. Khái niệm “Truyền từ Tâm Tinh Thần sang Tâm Tinh Thần” trở thành khái niệm trung tâm của Thiền Tông, nghĩa là sự hiểu biết được giữ gìn và truyền thụ bên trong chứ không phải là sự hiểu biết qua sách vở, mà là sự hiểu biết trực giác và trực tiếp về hiện thực thật. Hiện thực này có được nhờ ở sự thể nghiệm của cá nhân mà có được. Đó chính là mục đích của sự đào tạo thiền của một thiền sư đối với học trò của mình. Theo truyền thống Thiền tông, tam giới quy về một tâm. Phật trước Phật sau lấy tâm truyền tâm, không lập văn tự. Chính vì vậy mà mà giáo pháp nhà Thiền được truyền trực tiếp từ tâm của vị Thầy đến tâm của đệ tử mà không phải dùng đến ngôn từ hay khái niệm. Việc này đòi hỏi người đệ tử phải chứng tỏ cho thầy mình thấy sự chứng nghiệm chân lý trực tiếp của mình. Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển III, Huệ Khả đã cố gắng trình bày đủ mọi cách về bốn thể của tâm, nhưng không thực chứng được chính cái chân lý. Một hôm, Huệ Khả nói: “Con đã dứt hết chư duyên.” Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma chỉ nói: “Không! Không!” Bồ Đề Đạt Ma không chủ ý giải thích cho Huệ Khả cái gì là tâm yếu trong trạng thái vô tâm; đó là trạng thái thanh tịnh. Về sau này, Huệ Khả nói: “Con đã biết làm sao để dứt hết chư duyên rồi.” Bồ Đề Đạt Ma hỏi: “Ông không biến thành đoạn diệt chứ?” Huệ Khả nói: “Bạch thầy, không. Chẳng thành đoạn diệt.” Bồ Đề Đạt Ma lại hỏi: “Lấy gì làm tin là người chẳng thành đoạn diệt?” Huệ Khả nói: “Vì con biết bằng cách tự nhiên nhất, còn nói thì chẳng được.” Bồ Đề Đạt Ma nói: “Đó là chỗ tâm truyền của chư Phật, Người chớ có nghi ngờ gì về nó!”

Tức Tâm Tức Phật: Tức tâm tức Phật hay Phật Tại Tâm là pháp tối thượng thừa của Đại Thừa Giáo, tâm này là Phật này. Hình thức tiêu cực là “Phi Tâm Phi Phật” hay ngoài tâm không có Phật. Theo Truyền Đăng Lục, quyển VI, ngày nọ, ngài Đại Mai hỏi Mã Tổ: “Phật là gì?” Mã Tổ đáp: “Tức tâm tức Phật.” Theo Vô Môn Huệ Khai trong Vô Môn Quan, nếu thấy liền được như vậy thì mặc áo Phật, ăn cơm Phật, nói lời Phật, làm việc Phật. Tức là Phật vậy. Tuy như thế, Đại Mai đã khiến bao người nhận lầm phương hướng. Đâu biết rằng nói một chữ Phật, phải ba ngày súc miệng. Nếu là người có trí, nghe nói “Tức tâm

tức Phật" thì bịt tai mà chạy. Thật vậy, Tâm, Phật và Chúng Sanh (Tâm, Phật, Cặp Chúng Sanh Thị Tam Vô Sai Biệt). Ngoài tâm ra không có gì nữa; tâm, Phật và chúng sanh không sai khác. Đây là một giáo thuyết quan trọng trong Kinh Hoa Nghiêm. Tông Thiên Thai gọi đây là Tam Pháp Diệu. Tâm chúng ta luôn bị những vọng tưởng khuấy động, vọng tưởng về lo âu, sung sướng, thù hận, bạn thù, vân vân, nên chúng ta không làm sao có được cái tâm an tịnh. Trạng thái tâm đạt được do thiền tập là trạng thái tịnh lực đạt được bởi buông bỏ. Thiền dùng để làm lắng dịu và loại bỏ luyến ái, hận thù, ganh ghét và si mê trong tâm chúng ta hầu đạt được trí tuệ siêu việt có thể dẫn tới đại giác. Một khi chúng ta đã đạt được trạng thái tịnh lực do thiền tập cao độ, chúng ta sẽ tìm thấy được chân tánh bên trong, nó chẳng có gì mới mẻ. Tuy nhiên, khi việc này xảy ra thì giữa ta và Phật không có gì sai khác nữa. Để dẫn đến thiền định cao độ, hành giả phải tu tập bốn giai đoạn tĩnh tâm trong Thiền. Xóa bỏ dục vọng và những yếu tố nhơ bẩn bằng cách tư duy và suy xét. Trong giai đoạn này tâm thần tràn ngập bởi niềm vui và an lạc. Giai đoạn suy tư lắng dịu, để nội tâm thanh thản và tiến lần đến nhất tâm bất loạn (trụ tâm vào một đối tượng duy nhất trong thiền định). Giai đoạn buồn vui đều xóa trắng và thay vào bằng một trạng thái không có cảm xúc; con người cảm thấy tỉnh thức, có ý thức và cảm thấy an lạc. Giai đoạn của sự thản nhiên và tỉnh thức.

Muốn Tìm Phật, Chỉ Cần Thấy Được Tự Tánh Của Mình: Trong Huyết Mạch Luận, Tổ Bồ Đề Đạt Ma dạy: “Muốn tìm Phật, mấy ông chỉ cần thấy được tự tánh của chính mình. Tánh của mấy ông chính là Phật. Nếu mấy ông không thấy tánh mà cứ dong ruổi cả ngày tìm cầu nơi khác, mấy ông sẽ chẳng bao giờ tìm thấy Phật. Nhận biết và đáp trả, đưa mảy, nháy mắt, khua tay khua chân đều là tánh linh giác của mấy ông. Tánh là Tâm, Tâm là Phật, Phật là Đạo, và Đạo là Thiền. Vì vậy thấy Tánh là Thiền. Nếu không thấy Tánh thì không phải là Thiền. Nếu mấy ông không thấy tánh, bất kể mấy ông mất bao nhiêu thì giờ để tụng kinh, niệm Phật, cúng dường, trì giới, hành thiện, tu tập Thiền, vân vân, mấy ông cũng không thể nào đạt ngộ”. Trong Thiền, nếu hành giả muốn thấy tánh hay là làm sáng tỏ tâm tánh, trước hết hành giả phải dập tắt dòng suy tưởng. Thiền được chính thức giới thiệu vào Trung Quốc bởi Tổ Bồ Đề Đạt Ma, đầu trước đó người Trung Hoa đã biết đến, và kéo dài cho tới thời kỳ của các tông phái Thiên Thai. Thiền là chữ tắt của “Thiền Na” có nghĩa là tư duy tĩnh lực. Đây là một

trong những nghệ thuật đập tắt dòng suy tưởng của tâm, để làm sáng tỏ tâm tính. Có suy tưởng hay không có suy tưởng, hoặc là động hay tịnh là do bởi sự suy nghĩ của chúng ta. Nếu chúng ta nghĩ cái gì đó động thì nó động; nếu chúng ta nghĩ tịnh thì nó tịnh. Nếu chúng ta không suy nghĩ gì hết thì động không động, tịnh không tịnh. Sự định tĩnh thật sự không tịnh mà cũng không động. Nếu chúng ngồi trong xe lắng nghe tiếng xe cộ qua lại với cái tâm trong sáng, không có khái niệm và suy tưởng chen vào, thì lúc đó âm thanh đối với chúng ta không động, mà chỉ là âm thanh thế thôi (như thị). Như vậy chuyện đập tắt dòng suy tưởng đối với hành giả tu thiền rất ư là quan trọng. Cách tốt nhất để chấm dứt dòng suy tưởng và làm sáng tỏ tâm trí là quán sát các vọng tưởng khi chúng phát sanh và ghi nhận chúng. Chúng ta không nên phê phán, mà chỉ đơn giản trở về với hiện trạng của mình trong phút giây hiện tại. Chúng ta phải kiên nhẫn vì chúng ta sẽ phải lập lại như vậy hàng triệu lần, và cái giá trị của sự tu tập chính là cái quá trình mà chúng ta đem tâm trở về với hiện tại hết lần này tới lần khác. Theo Kinh Duy Ma Cật, cư sĩ Duy Ma Cật đã nói với ông Xá Lợi Phất khi ông này ở trong rừng tọa thiền yên lặng dưới gốc cây như sau: “Thưa ngài Xá Lợi Phất! Bất tất ngồi sững đó mới là ngồi thiền. Vả chăng ngồi thiền là ở trong ba cõi mà không hiện thân ý, mới là ngồi thiền; không khởi diệt tận định mà hiện các oai nghi, mới là ngồi thiền; không rời đạo pháp mà hiện các việc phàm phu, mới là ngồi thiền; tâm không trụ trong cũng không ở ngoài mới là ngồi thiền; đối với các kiến chấp không động mà tu ba mươi bảy phẩm trợ đạo mới là ngồi thiền; không đoạn phiền não mà vào Niết Bàn mới là ngồi thiền. Nếu ngồi thiền như thế là chỗ Phật ấn khả (chứng nhận) vậy.”

(D-3A) Tổ Huệ Năng Thiền Pháp Yếu Lược

I. Đạo Do Tâm Ngộ:

Tổng Quan Về Ngộ Đạo Trong Giáo Thuyết Phật Giáo: Trong Phật giáo, ngộ đạo là chứng nghiệm tôn giáo hay thông hiểu rành mạch về đạo. Sự lãnh hội rõ ràng hay nhận ra rõ ràng về đạo. Theo Kinh Pháp Cú, câu 280, Đức Phật dạy: “Khi đáng nỗ lực, không nỗ lực, thiếu niên cường tráng đã lười biếng, ý chí tiêu trầm và nhu nhược: kẻ biếng nhác làm gì có trí để ngộ Đạo.” Từ giác ngộ rất quan trọng trong

nhà Thiền vì mục đích của việc tu thiền là đạt tới cái được biết như là ‘giác ngộ.’ Giác ngộ là cảnh giới của Thánh Trí Tự Chứng, nghĩa là cái tâm trạng trong đó Thánh Trí tự thể hiện lấy bản tánh nội tại của nó. Sự tự chứng này lập nên chân lý của Thiền, chân lý ấy là giải thoát và an nhiên tự tại. Từ "Ngộ" được dùng để chỉ cái kinh nghiệm siêu việt về sự thực hiện Thực Tại đại đồng. Nó ngụ ý một sự thực hiện tâm linh, thần bí, và trực giác, và không nên được hiểu như định nghĩa chỉ một sự thức tỉnh tri thức theo như nó được áp dụng cùng với "Tuổi không Lớn" đề nghị. Theo Thiền Sư D.T. Suzuki trong Thiền Luận, Tập II, Ngộ là toàn thể của Thiền. Thiền bắt đầu từ đó mà chấm dứt cũng ở đó. Bao giờ không có ngộ, bấy giờ không có Thiền. Ngộ là thước đo của Thiền như một tôn túc đã nói. Ngộ không phải là một trạng thái an tĩnh không thôi; nó không phải là sự thanh thản mà là một kinh nghiệm nội tâm không có dấu vết của tri thức phân biệt; phải là sự thức tỉnh nào đó phát khởi từ lãnh vực đối đãi của tâm lý, một sự trở chiều với hình thái bình thường của kinh nghiệm vốn là đặc tính của đời sống thường nhật của chúng ta. Thuật ngữ Đại Thừa gọi là ‘Chuyển Y’ hay quay trở lại, hay lật ngược cái cơ sở của tâm ý, ở đây toàn bộ kiến trúc tâm thức trải qua một cuộc thay đổi toàn diện. Ngộ là kinh nghiệm riêng tư thân thiết nhất của cá nhân, nên không thể nói bằng lời hay tả bằng bút được. Tất cả những gì các Thiền sư có thể làm được để truyền đạt kinh nghiệm ấy cho người khác chỉ là thử khơi gợi lên, hoặc chỉ trở cho thấy. Người nào thấy được là vừa chỉ thấy ngay, người nào không thấy thì càng nương theo đó để suy nghĩ, lập luận càng sai đề. Khi chúng ta chỉ xét cái ngộ ở phạm vi khách quan thì sự mở con mắt Thiền trong chỗ ngộ nhập hầu như không có gì khác thường lắm. Vị thầy đưa ra một vài nhận xét nào đó, và nếu đúng thời cơ, đệ tử chứng ngay lý nhiệm mầu mà bấy lâu chưa hề nghĩ đến. Tất cả hầu như tùy vào tâm trạng, hoặc mức độ dọn tâm sẵn có trong phút chốc ấy. Theo thiền sư D.T. Suzuki trong Thiền Luận, Tập I, rốt cuộc Thiền là một canh bạc mai rủi, có lẽ nhiều người nghĩ như vậy; nhưng khi chúng ta lấy trường hợp của Nam Nhạc Hoài Nhượng, Sư phải mất tám năm dài để trả lời câu hỏi này của Lục Tổ: "Mà vật gì đến?" Chúng ta mới thấy qua sự kiện là có nỗi khổ sở lớn lao mà Nam Nhạc phải trải qua trước khi Sư đi đến giải quyết cuối cùng bằng câu đáp: "Nói in tuồng một vật tức không đúng." Chúng ta phải nhìn sâu vào

khía cạnh tâm lý của ngộ, nghĩa là vào những then máy thâm kín mở ra cánh cửa muôn đời huyền bí của nhân tâm.

Đạo Do Tâm Ngộ: Tiết Giản Vấn Đạo: Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, chương chín, niên hiệu Thần Long năm đầu (705 sau Tây Lịch) vào ngày rằm tháng giêng, vua Trung Tông và Tắc Thiên ban chiếu rằng: “Trăm thỉnh hai sư An và Chiếu vào trong cung cúng dường, mỗi khi rảnh việc thì nghiên cứu về nhất thừa, hai sư đều nhường rằng, ‘phương Nam có Huệ Năng thiền sư được mật trao y pháp của Đại sư Hoằng Nhẫn, được truyền Phật tâm ấn, nên thỉnh người đến thưa hỏi. Nay sai Nội thị Tiết Giản mang chiếu nghinh thỉnh, mong thầy từ niệm, chóng đến Kinh Đô. Tổ dâng biểu từ bệnh, nguyện trọn đời ở nơi rừng núi. Tiết Giản thưa: “Ở Kinh Thành, các thiền đức đều nói rằng, ‘muốn được hội đạo ắt phải tọa thiền tập định, nếu chẳng như nơi thiền định mà được giải thoát là chưa từng có vậy, chưa biết thầy nói pháp như thế nào?’” Tổ bảo: “Đạo do tâm mà ngộ, há tại ngồi sao? Kinh nói, ‘Nếu nói Như Lai hoặc ngồi, nằm, ấy là người hành tà đạo.’ Vì cơ sao? Không từ đâu lại cũng không có chỗ đi, không sanh không diệt, ấy là Như Lai thanh tịnh thiền, các pháp rỗng lặng, ấy là Như Lai thanh tịnh tọa, cứu cánh không chứng, há lại có ngồi ư?” Tiết Giản thưa: “Đệ tử trở về kinh, chúa thượng ắt hỏi, cúi mong thầy từ bi chỉ bày tâm yếu, để tâu lại hai cung và những người học đạo ở kinh thành, ví như một ngọn đèn mỗi trăm ngàn ngọn đèn, chỗ tối đều được sáng, sáng mãi không cùng.” Tổ bảo: “Đạo không sáng tối, sáng tối ấy là nghĩa thay nhau, sáng mãi không cùng cũng là có ngày hết, vì đối đãi mà lập nên. Kinh Tịnh Danh nói, ‘Pháp không có so sánh vì không có đối đãi.’” Tiết Giản thưa: “Sáng dụ cho trí tuệ, tối dụ cho phiền não, người tu đạo giả như chẳng dùng trí tuệ chiếu phá phiền não thì cái sanh tử từ vô thủy nương vào đâu mà ra khỏi.” Tổ bảo: “Phiền não tức là Bồ Đề, không hai, không khác, nếu dùng trí tuệ chiếu phá phiền não; đây là kiến giải của hàng nhị thừa, căn cơ xe nai xe dê, còn những bậc thượng trí đại căn, thì không như thế.”

II. Huệ Năng Đốn Ngộ Pháp:

Sơ Lược Về Giáo Pháp Huỳnh Mai: Sau khi Sư Ấn Tông thí phát cho Huệ Năng và phong chức Ngài làm thầy của mình, và thỉnh Huệ Năng thuyết giảng khai ngộ cho ông ta về Giáo Pháp Huỳnh Mai Sơn. Huệ Năng nói: “Thầy của ta không có lời truyền gì đặc biệt; ngài chỉ

yêu cầu chúng ta tự nỗ lực thấy Tánh của mình. Ngài không luận về thiền định và giải thoát. Vì thiền định và giải thoát đều là những danh tự; và bất cứ thứ gì được đặt tên đều là nhị nguyên, mà Phật giáo không là nhị nguyên. Trì giữ lấy nguyên lý bất nhị của chân lý là mục đích của Thiền. Phật Tánh mà chúng ta đang có, và chúng ta nhìn vào nó để tạo thành Thiền là không thấy hai đối cực thiện ác, thường và chẳng thường, vật chất và tâm linh, vân vân. Phàm phu vì mê mờ mà thấy nhị nguyên; người trí, bậc giác ngộ, thấy thực tính của sự vật mà không bị ngăn trở bởi những tư tưởng sai lạc. Là một sai lầm khi nghĩ rằng ngồi tĩnh lặng đó là giải thoát. Chân lý Thiền tự nó mở ra từ bên trong và không liên quan gì đến thiền định. Vì kinh Kim Cang nói rằng những ai cố thấy Như Lai ở hình tướng hoặc ngồi hoặc nằm là không hiểu đạo. Như Lai không từ đâu đến cũng không đi đến đâu, không sinh không diệt, và đây chính là Thiền. Vì vậy trong Thiền không có thứ gì để được, cũng không có thứ gì để hiểu; vậy thì chúng ta ngồi tréo chân đó để làm gì?” Có người có thể nghĩ rằng sự hiểu biết là cần thiết để giác ngộ khỏi bóng tối của vô minh, nhưng chân lý Thiền là tuyệt đối mà trong đó không có nhị nguyên, không điều kiện. Khi chúng ta nói về vô minh và giác ngộ, Bồ Đề và phiền não như hai thứ tách biệt không thể nhập làm một là không phải Thiền. Trong Thiền, mọi hình thức có thể của nhị nguyên đều bị lên án cho là không thể diễn tả được chân lý tối thượng. Mọi thứ đều là sự hiển hiện của Phật Tánh, không bị nhiễm ô bởi phiền não, cũng không được thanh tịnh hóa bởi giác ngộ. Nó vượt lên trên mọi thứ loại. Nếu muốn thấy tánh mình thì hãy giải thoát tâm mình khỏi ý tưởng tương đối, rồi thì mình sẽ tự thấy nó tịch tịnh mà lại đầy sức sống vậy!

Đốn Giáo & Tiệm Giáo Theo Kinh Pháp Bảo Đàn: Đốn giáo và Tiệm giáo là hai trường phái, cùng tiêu biểu cho giáo lý nhà Phật, thích hợp với chúng sanh tùy căn cơ trình độ. Vì vậy đề cao giáo pháp này và phỉ báng giáo pháp kia là sự chấp trước điên đại, không thích hợp với người Phật tử. “Đốn Tiệm” theo quan điểm của Lục Tổ Huệ Năng trong Kinh Pháp Bảo Đàn, Phẩm thứ Tư, Tổ dạy chúng rằng: “Nầy thiện tri thức! Xưa nay chánh giáo không có đốn tiệm, tánh người tự có lợi độn, người mê thì lần lần khế hợp, người ngộ thời chóng tu, tự biết bốn tâm, tự thấy bốn tánh, tức là không có sai biệt, do đó nên lập ra giả danh đốn tiệm. Nầy thiện tri thức! Pháp môn của ta đây từ trước đến nay, trước lập vô niệm làm tông, vô tướng làm thể, vô trụ làm bản.

Vô tướng là đối với tướng mà lìa tướng; vô niệm là đối với niệm mà không niệm; vô trụ là bản tánh của người. Ở thế gian nào là thiện ác, tốt xấu, cho đến những việc oán cùng với thân, ngôn ngữ xúc chạm, hư dối tranh đua, vân vân, thấy đều đem về không; không nghĩ trả thù hại lại, trong mỗi niệm không nghĩ cảnh trước, nếu niệm trước, niệm hiện tại, niệm sau, trong mỗi niệm tương tục không dứt gọi là hệ phược. Đối trên các pháp mỗi niệm không trụ, tức là không phược, đây là lấy vô trụ làm gốc. Nầy thiện tri thức! Ngoài lìa tất cả tướng gọi là vô tướng, hay lìa nơi tướng, tức là pháp thể thanh tịnh, đây là lấy vô tướng làm thể. Nầy thiện tri thức! Đối trên các cảnh, tâm không nhiễm, gọi là vô niệm. Đối trên niệm thường lìa cảnh, chẳng ở trên cảnh mà sanh tâm. Nếu chỉ trảm vật chẳng nghĩ, niệm phải trừ hết, một niệm dứt tức là chết, rồi sẽ sanh nơi khác, ấy là lầm to. Người học đạo suy nghĩ đó, nếu không biết cái ý của pháp thì tự tâm lầm còn có thể, lại dạy người khác, tự mê không thấy lại còn chê bai kinh Phật, vì thế nên lập vô niệm làm tông. Nầy thiện tri thức! Thế nào là lập vô niệm làm tông? Chỉ vì miệng nói thấy tánh, người mê ở trên cảnh có niệm, trên niệm lại khởi tà kiến, tất cả trần lao vọng tưởng từ đây mà sanh. Tự tánh vốn không một pháp có thể được, nếu có sở đắc, vọng nói họa phược tức là trần lao tà kiến, nên pháp môn này lập vô niệm làm tông. Nầy thiện tri thức! Vô là vô việc gì? Niệm là niệm vật nào? Vô đó là không có hai tướng, không có các tâm trần lao; niệm là niệm chân như bản tánh. Chân tức là thể của niệm, niệm tức là dụng của chân như, chân như tự tánh khởi niệm, không phải mất tai mũi lưỡi hay khởi niệm, chân như có tánh cho nên khởi niệm, chân như nếu không có tánh thì mất tai sắc thanh chính khi ấy liền hoại. Nầy thiện tri thức! Chân như tự tánh khởi niệm, sáu căn tuy có thấy nghe hiểu biết mà không nhiễm muôn cảnh, mà chơn tánh thường tự tại nên kinh nói: “Hay khéo phân biệt các pháp tướng mà đối với nghĩa đệ nhất không có động.”

Pháp Đốn Ngộ: “Đốn Giáo” theo quan điểm của Lục Tổ Huệ Năng trong Kinh Pháp Bảo Đàn, Phẩm thứ Tư, Lục Tổ dạy: “Nầy thiện tri thức, người tiểu căn nghe pháp môn đốn giáo này ví như là cỏ cây, cội gốc của nó vốn nhỏ, nếu bị mưa to thì đều ngã nghiêng không thể nào tăng trưởng được, người tiểu căn lại cũng như vậy, vốn không có trí huệ Bát Nhã cùng với người đại trí không sai biệt, như sao nghe pháp họ không thể khai ngộ? Vì do tà kiến chướng nặng, cội gốc phiền não sâu, ví như đám mây lớn che kín mặt trời, nếu không có gió thổi

mạnh thì ánh sáng mặt trời không hiện. Trí Bát Nhã cũng không có lớn nhỏ, vì tất cả chúng sanh tự tâm mê ngộ không đồng, tâm thể bên ngoài thấy có tu hành tìm Phật, chưa ngộ được tự tánh tức là tiểu căn. Nếu khai ngộ đốn giáo không thể tu ở bên ngoài, chỉ nơi tâm mình thường khởi chánh kiến, phiền não trần lao thường không bị nhiễm tức là thấy tánh. Nầy thiện tri thức, đời sau người được pháp của ta, đem pháp môn đốn giáo nầy, đối với hàng người đồng kiến đồng hành phát nguyện thọ trì như là thờ Phật, cố gắng tu thân không dám lui sụt thì quyết định vào quả vị Thánh, nhưng phải truyền trao, từ trước đến giờ, thẩm truyền trao phó chứ không được dấu kín chánh pháp. Nếu không phải là hàng đồng kiến đồng hành, ở trong pháp môn khác thì không được truyền trao, e làm tổn hại người kia, cứu cánh vô ích, sợ người ngu không hiểu, chê bai pháp môn nầy rồi trăm kiếp ngàn đời đoạn chủng tánh Phật.”

III. Kiến Tánh Thành Phật Theo Lục Tổ Huệ Năng:

Kiến tánh có nghĩa là “thấy tánh trực tiếp và tìm thấy trong đó tánh của chính mình đồng thể với tánh của vũ trụ.” Tông Lâm Tế tu tập phương pháp “kiến tánh” này, nhưng tông Tào Động thì không. Tuy nhiên, mục đích và sự thành đạt chính của Đại Thừa Thiền vẫn xem “chân ngộ” là chủ yếu. Theo Phật giáo, kiến tánh không phải là một hiện tượng ngẫu nhiên. Giống như một mầm cây nhô lên khỏi mảnh đất đã được gieo hạt, bón phân, và dẹp cỏ sạch sẽ, chứng ngộ đến với cái tâm đã nghe thấy và tin vào chân lý của Phật và đã đoạn diệt từ trong cội rễ khái niệm nặng nề về sự phân biệt ta và người. Và cũng giống như phải nuôi dưỡng mầm cây mới nhô lên cho đến khi lớn, việc rèn luyện hành Thiền nhấn mạnh đến sự cần thiết của tu tập sao cho giác ngộ sơ khởi đạt đến độ chín mùi qua việc tham công án hoặc chỉ quán đả tọa cho đến khi nó khởi động mạnh mẽ cuộc sống của từng người. Nói cách khác, để vận hành trên nền ý thức được nâng cao hơn nhờ kiến tánh, phải ra sức rèn luyện, để hành động phù hợp với nhận thức chân lý này. Một dụ ngôn từ trong một bộ kinh vạch cho chúng ta thấy mối tương quan giữa giác ngộ và tọa thiền hậu giác ngộ. Trong câu chuyện, giác ngộ được ví như một thanh niên sau nhiều năm lưu lạc, nghèo đói nơi xứ người, bỗng được tin người cha giàu có đã từ khá lâu để lại tài sản cho mình. Việc thực sự sở hữu kho báu ấy từ thừa kế hợp pháp và trở nên đủ năng lực để quản lý một cách khôn ngoan,

được ví với tọa thiền hậu kiến tánh, tức là với mở rộng và đào sâu giác ngộ sơ khởi. Kiến Tánh Thành Phật có nghĩa là nhìn thấy được Phật tánh hay nhìn thấy bản tánh thật của chính mình. Về mặt từ nghĩa, “kiến tánh” và “ngộ” có cùng một ý nghĩa và chúng thường được dùng lẫn lộn với nhau. Tuy nhiên khi nói về sự giác ngộ của Phật và chư tổ, người ta thường dùng chữ “ngộ” hơn là “kiến tánh” vì ngộ ám chỉ một kinh nghiệm sâu hơn. Đây là một câu nói thông dụng trong nhà Thiền. Đây là một trong tám nguyên tắc căn bản, của trực giác hay liên hệ trực tiếp với tâm linh của trường phái Thiền Tông.

Lục Tổ rất dứt khoát về chuyện thấy tánh khi người ta hỏi ngài: "Tổ Hoàng Mai khi phó chúc truyền thọ gì?" Tổ đáp: "Không truyền thọ gì hết, chỉ luận môn 'thấy tánh', chẳng đá động gì đến phép 'giải thoát hoặc tọa thiền nhập định'." Lục Tổ gọi tu theo cách này là "tà mê", không đáng đến học hỏi, những người đầu óc trống rỗng, suốt ngày ngồi im thín thít không nghĩ tưởng gì hết trong khi "cả đến người ngu, nếu bỗng chốc ngộ chân lý, mở con mắt huệ vẫn thành bậc trí, chứng vào Phật Đạo." Khi Lục Tổ nghe thuật lại phép dạy của Bắc Tông cốt chặn đứng tất cả tư tưởng, lặng im ngồi kiết già quán tưởng mãi không nằm, Tổ tuyên bố những phép hành đạo ấy hoàn toàn vô ích, xa với Thiền lý, và sau đó Tổ đã đọc bài kệ:

"Khi sống, ngồi chẳng nằm
Chết rồi nằm chẳng ngồi
Một bộ xương mục thúi
Có gì gọi công phu?"

IV. Lục Tổ Huệ Năng: Nhất Niệm Ngộ Chúng Sanh Thị Phật, Bất Ngộ Túc Phật Thị Chúng Sanh:

Theo kinh Pháp Bảo Đàn, phẩm thứ nhì, Lục Tổ dạy: “Nầy thiện tri thức, chẳng ngộ tức Phật là chúng sanh, khi một niệm ngộ chúng sanh là Phật. Thế nên biết muôn pháp trọn ở nơi tự tâm, sao chẳng từ trong tâm liền thấy được chân như bản tánh? Kinh Bồ Tát Giới nói rằng: “Bản tánh của ta nguyên tự thanh tịnh, nếu biết được tự tâm thấy tánh đều thành Phật đạo. Kinh Tịnh Danh nói: ‘Liền khi đó bỗng hoát nhiên được bản tâm.’ Nầy thiện tri thức, khi xưa ta ở nơi Ngũ Tổ Nhẫn, một phen liền được ngộ, chóng thấy chơn như bản tánh, khi ấy đem giáo pháp nầy lưu hành khiến cho người học đạo chóng ngộ được Bồ Đề, mỗi người tự quán nơi tâm, tự thấy bản tánh, nếu tự chẳng ngộ

phải tìm những bậc đại thiện tri thức, người hiểu được giáo pháp tối thượng thừa, chỉ thẳng con đường, ấy là thiện tri thức, có nhưn duyên lớn, chỗ gọi là hóa đạo khiến được thấy tánh. Tất cả pháp lành nhưn nơi thiện tri thức mà hay phát khởi. Ba đời chư Phật, 12 bộ kinh, ở trong tánh của người vốn tự có đủ, không có thể tự ngộ thì phải nhờ thiện tri thức chỉ dạy mới thấy. Nếu tự mình ngộ thì không nhờ bên ngoài, nếu một bề chấp bảo rằng phải nhờ thiện tri thức khác mong được giải thoát thì không có lẽ ấy. Vì cớ sao? Trong tự tâm có tri thức tự ngộ, nếu khởi tà mê vọng niệm điên đảo thì thiện tri thức bên ngoài, tuy có giáo hóa chỉ dạy, cũng không thể cứu được. Nếu khởi chánh chơn Bát Nhã quán chiếu thì trong khoảng một sát na vọng niệm đều diệt, nếu biết tự tánh một phen ngộ tức đến quả vị Phật. Nầy thiện tri thức! Trí tuệ quán chiếu, trong ngoài sáng suốt, biết bốn tâm mình, nếu biết bốn tâm tức là gốc của sự giải thoát. Nếu được giải thoát tức là Bát Nhã Tam Muội, tức là vô niệm. Sao gọi là vô niệm? Nếu thấy tất cả pháp mà tâm không nhiễm trước ấy là vô niệm, dụng tức khắp tất cả chỗ, cũng không dính mắc tất cả chỗ, chỉ thanh tịnh nơi bốn tâm khiến sáu thức ra sáu cửa đối trong sáu trần không nhiễm, không tạp, đi lại tự do, thông dụng không kẹt, tức là Bát Nhã Tam Muội, tự tại giải thoát gọi là vô niệm hạnh. Nếu trăm vật chẳng nghĩ, chính khi đó khiến cho niệm bắt đi, ấy là pháp phược, ấy gọi là biên kiến. Nầy thiện tri thức, người ngộ được pháp vô niệm thì muôn pháp đều không, người ngộ được pháp vô niệm thì thấy cảnh giới của chư Phật, người ngộ được pháp vô niệm thì đến địa vị Phật. Nầy thiện tri thức, đời sau người được pháp của ta, đem pháp môn đốn giáo này, đối với hàng người đồng kiến đồng hành phát nguyện thọ trì như là thờ Phật, cố gắng tu thân không dám lui sụt thì quyết định vào quả vị Thánh, nhưng phải truyền trao, từ trước đến giờ, thậm truyền trao phó chớ không được dấu kín chánh pháp. Nếu không phải là hàng đồng kiến đồng hành, ở trong pháp môn khác thì không được truyền trao, e tổn tiền nhưn kia, cứu cánh vô ích, sợ người ngu không hiểu, chê bai pháp môn này rồi trăm kiếp ngàn đời đoạn chủng tánh Phật. Nầy thiện tri thức, tôi có một bài tụng Vô Tướng, mỗi người phải tụng lấy, người tại gia, người xuất gia chỉ y đây mà tu, nếu không tự tu, chỉ ghi nhớ lời của tôi thì cũng không có ích gì. Nghe tôi tụng đây:

Thông cả thuyết và tâm,
Như mặt trời giữa hư không,

Chỉ truyền pháp kiến tánh,
 Ra đời phá tà tông.
 Pháp thì không đốn tiệm,
 Mê ngộ có mau chậm,
 Chỉ pháp kiến tánh này,
 Người ngu không thể hiểu,
 Nói tuy có muôn thứ,
 Trở về lý chỉ một,
 Phiền não trong nhà tối,
 Thường phải sanh mặt trời huệ,
 Tà đến phiền não sanh,
 Chánh đến phiền não dứt,
 Tà chánh đều không dùng,
 Thanh tịnh mới hoàn toàn.
 Bồ Đề vốn tự tánh,
 Khởi tâm tức tà vọng,
 Tâm tịnh ở trong vọng,
 Chỉ chánh không ba chương.
 Người đời nếu tu hành,
 Tất cả chẳng trọn ngại,
 Thường tự thấy lỗi mình,
 Cùng đạo đức tương đương.
 Sắc loại tự có đạo,
 đều chẳng chương ngại nhau,
 Lìa đạo riêng tìm đạo,
 Trọn đời không thấy đạo.
 Lãng xãng qua một đời,
 Kết cuộc cũng tự phiền,
 Muốn thấy đạo chơn thật,
 Hạnh chánh tức là đạo.
 Nếu không có tâm đạo,
 Hạnh tối không thấy đạo.
 Người chơn chánh tu hành,
 Không thấy lỗi thế gian,
 Nếu thấy lỗi người khác,
 Lỗi mình đã đến bên,
 Người quấy ta chẳng quấy,

Ta quấy tự có lỗi.
 Chỉ dẹp lỗi nơi tâm,
 Phá trừ các phiền não,
 Yêu ghét chẳng bận lòng,
 Duỗi thẳng hai chân ngủ.
 Như mặt trời giữa hư không,
 Muốn nghĩ giáo hóa người,
 Tự phải có phương tiện,
 Chớ khiến người nghi ngờ,
 Tức là tự tánh hiện.
 Phật pháp nơi thế gian,
 Không lìa thế gian giác,
 Lìa thế tìm Bồ Đề,
 Giống như tìm sừng thỏ.
 Chánh kiến gọi xuất thế,
 Tà kiến là thế gian,
 Tà chánh đều dẹp sạch,
 Tánh Bồ Đề hiện rõ.
 Tụng này là đốn giáo,
 Cũng gọi thuyền đại pháp,
 Mê nghe trải nhiều kiếp,
 Ngộ trong khoảng sát na.

V. Nhất Thể Tam Thân Tự Tánh Phật:

Nhất thể tam thân tự tánh Phật có nghĩa là một thể ba thân tự tánh Phật. Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng dạy: “Có ba thân tự tánh Phật.” Nơi một thể ba thân tự tánh Phật, khiến các ông thấy được ba thân rõ ràng tự ngộ tự tánh. Đây thiện tri thức! Sắc thân là nhà cửa không thể quy y hưởng đó, ba thân Phật ở trong tự tánh người đời thấy vì đều có, vì tự tâm mê không thấy tánh ở trong nên chạy ra ngoài tìm ba thân Như Lai, chẳng thấy ở trong thân có ba thân Phật. Các ông lắng nghe tôi nói khiến các ông ở trong tự thân thấy được tự tánh có ba thân Phật. Ba thân Phật này từ nơi tự tánh sanh, chẳng phải từ ngoài mà được. Sao gọi là Thanh Tịnh Pháp Thân Phật? Người đời bản tánh là thanh tịnh, muôn pháp từ nơi tánh mà sanh, suy nghĩ tất cả việc ác tức sanh hạnh ác, suy nghĩ tất cả việc lành tức sanh hạnh lành. Như thế các pháp ở trong tự tánh như trời thường trong, mặt trời mặt trăng

thường sáng, vì mây che phủ nên ở trên sáng, ở dưới tối, chợt gặp gió thổi mây tan, trên dưới đều sáng, vạn tượng đều hiện. Tánh của người đời thường phù du như là mây trên trời kia. Này thiện tri thức! Trí như mặt trời, huệ như mặt trăng, trí huệ thường sáng, do bên ngoài chấp cảnh nên bị mây nổi vọng niệm che phủ tự tánh không được sáng suốt. Nếu gặp thiện tri thức, nghe được pháp chơn chánh, tự trừ mê vọng, trong ngoài đều sáng suốt, nơi tự tánh muôn pháp đều hiện. Người thấy tánh cũng lại như thế, ấy gọi là Thanh Tịnh Pháp Thân Phật. Tự tâm quy y tự tánh là quy y chơn Phật.” Này thiện tri thức! Tự tâm quy y tự tánh là quy y chơn Phật. Tự quy y là trừ bỏ trong tự tánh tâm bất thiện, tâm tật đố, tâm siểm khúc, tâm ngỗ ngã, tâm cuống vọng, tâm khinh người, tâm lẩn người, tâm tà kiến, tâm cống cao, và hạnh bất thiện trong tất cả thời, thường tự thấy lỗi mình, chẳng nói tốt xấu của người khác, ấy là tự quy y. Thường tự hạ tâm, khắp hành cung kính tức là thấy tánh thông đạt lại không bị ngăn trệ, ấy là tự quy y.”

VI. Niệm Niệm Tự Tánh Tự Kiến:

Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, chương thứ sáu, Lục Tổ Huệ Năng (638-713) dạy: “Này thiện tri thức! Từ Pháp thân suy nghĩ tức là Hóa thân Phật, niệm niệm tự tánh tự kiến tức là Báo Thân Phật, tự ngộ tự tu, tự tánh công đức, ấy là chơn thật quy y. Da thịt là sắc thân, sắc thân đó là nhà cửa, không nói là quy y vậy. Chỉ ngộ tự tánh ba thân tức là biết được tự tánh Phật. Tôi có một bài tụng Vô Tướng, nếu người hay trì tụng, ngay nơi lời nói liền khiến cho ông, tội mê từ nhiều kiếp, một lúc liền tiêu diệt. Tụng rằng:

Người mê tu phước chẳng tu đạo,
Chỉ nói tu phước liền là đạo,
Bố thí cúng dường phước vô biên,
Trong tâm ba ác xưa nay tạo.
Nghĩ muốn tu phước để diệt tội,
Đời sau được phước, tội vẫn còn,
Chỉ hưởng trong tâm trừ tội duyên,
Mỗi người tự tánh chơn sám hối.
Chợt gặp Đại Thừa chơn sám hối,
Trừ tà hành chánh tứ không tội,
Học đạo thường nơi tự tánh quán,
Tức cùng chư Phật đồng một loại.

Tổ ta chỉ truyền pháp đốn giáo,
 Khấp nguyện kiến tánh đồng một thể.
 Nếu muốn đời sau tìm Pháp thân,
 Lìa các pháp tướng trong tâm rửa sạch.
 Nỗ lực tự thấy chớ lơ là,
 Một niệm chột đứt một đời thôi.
 Nếu gặp Đại Thừa được thấy tánh,
 Thành tâm cung kính chấp tay cầu.

Tổ nói: “Nầy thiện tri thức! Phải tụng lấy, y đây tu hành, ngay nơi lời nói mà thấy tánh, tuy cách tôi ngàn dặm như thường ở bên cạnh tôi; một lời nói nầy mà chẳng ngộ tức là đối diện với tôi mà cách xa ngàn dặm, đâu cần từ xa đến đây. Trân trọng để được an vui.”

VII. Phật Tánh Không Tên & Không Có Sự Diễn Tả Dầu Được Diễn Tả:

Một hôm Lục Tổ bảo chúng: “Tôi có một vật không đầu, không đuôi, không danh, không tự, không lưng, không mặt, các người lại biết chăng?” Thần Hội bước ra nói rằng: “Ấy là bốn nguyên của chư Phật, là Phật tánh của Thần Hội.” Tổ bảo: “Tôi đã nói với ông không danh không tự, ông liền gọi là bốn nguyên, là Phật tánh, ông nhằm đi lấy cớ tranh che đầu, cũng chỉ thành cái hạng tông đồ của tri giải.” Thần Hội nói: “Phật tánh không tên cũng không có sự diễn tả, nhưng vì Thầy hỏi nó là cái gì, thì tên và sự diễn tả đã được sử dụng. Tuy vậy, ngay khi dùng tên và được diễn tả đi nữa, thì Phật tánh vẫn vậy, vẫn không tên và không có sự diễn tả.” Tổ bèn đánh Thần Hội ba gậy. Đoạn, Tổ lại bảo tiếp: “Nói gì thì nói, người trẻ tuổi này sau này nếu đứng đầu tự viện, đem đến cho tông môn nhiều đệ tử chứng ngộ.” Rồi Tổ cho phép chúng hội giải tán. Đến tối, Tổ cho gọi Thần Hội vào phương trượng và hỏi: “Hôm nay ta đánh ông. Ông hay là Phật tánh cảm nhận cú đánh vậy?” Khi đối mặt với câu hỏi này thành linh Thần Hội đạt ngộ.

VIII. Thành Tất Cả Tướng Tức Tâm, Là Tất Cả Tướng Tức Phật:

Pháp Hải Thiệu Châu, tên của một vị Thiền sư Trung Hoa, một trong những đệ tử của Lục Tổ Huệ Năng. Hiện nay chúng ta có nhiều tài liệu chi tiết về Thiền Sư Pháp Hải như trong Truyền Đăng Lục,

quyển V, và Kinh Pháp Bảo Đàn; tuy nhiên, có một số chi tiết lý thú về vị Thiền sư này trong Kinh Pháp Bảo Đàn. Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, chương bảy, Tăng Pháp Hải, người quê ở Khúc Giang, Thiều Châu. Ban đầu đến tham vấn Lục Tổ, Pháp Hải hỏi Lục Tổ rằng: “Hòa Thượng để lại giáo pháp gì khiến cho những người mê đời sau được thấy Phật tánh?” Tổ bảo: “Thành tất cả tướng tức tâm, là tất cả tướng tức Phật.” Sau đó, Pháp Hải lại hỏi rằng: “Tức tâm tức Phật,” cúi xin ngài chỉ dạy. Tổ bảo: “Niệm trước chẳng sanh tức tâm, niệm sau chẳng diệt tức Phật.” Nếu nói cho đủ, cùng kiếp cũng không không hết, hãy lắng nghe tôi nói kệ:

“Tức tâm là huệ, tức Phật là định,
Định huệ bình đẳng, trong ý thanh tịnh.
Ngộ pháp môn này, do ông tập tánh,
Dụng vốn không sanh, song tu là chánh.”

Ngài Pháp Hải ngay lời đó liền đại ngộ, làm bài kệ tán thán:

“Tức tâm nguyên là Phật,
Chẳng ngộ mà tự khinh,
Con biết như định huệ,
Đồng tu là các vật.”

(D-3B) Tu Tập Thiền Quán Theo Lục Tổ Huệ Năng

I. Mục Đích Của Việc Hành Thiền Trong Tu Tập Phật Giáo:

Phải, mục tiêu tối hậu của thiền Phật giáo là chứng ngộ toàn giác, hoàn toàn tự chủ và tâm trí tuyệt đối lành mạnh hay trạng thái niết bàn qua điều phục tâm và gột rửa hết thảy những bợn nhơ tinh thần. Tuy nhiên, ngoài cái mục tiêu tối hậu ấy còn có những lợi ích mà hành giả có thể thọ hưởng được. Thiền tập có thể gợi nguồn cảm hứng cho chúng ta khám phá trạng thái sáng suốt minh mẫn (sự thông minh) và sự phong phú của phẩm cách tự nhiên của chính mình. Hành thiền cũng có thể giúp chúng ta khơi dậy tiềm năng trong tâm, suy nghĩ sáng suốt, hiểu biết sâu sắc, và cân bằng và làm dịu đi tình trạng căng thẳng trong tâm. Hành thiền là một tiến trình sáng tạo nhằm biến đổi những cảm xúc vọng động và tư tưởng bất thiện thành trạng thái tinh thần điều hòa và thanh sạch. Nếu hành thiền có nghĩa là kỷ luật tinh thần

hay phương pháp trau dồi tâm trí, thì khỏi phải nói gì cả, tất cả mọi người không phân biệt giới tính, màu da, chủng tộc, hay bất luận là lỗi phân chia nào đi nữa, đều nên hành thiền. Xã hội tân tiến hiện nay đang sa lầy vào trong những vọng động và quyến rũ mà chỉ có công phu thiền tập mới mong kiểm soát được. Tất cả chúng ta nên tỉnh thức và nhận diện ra sự kiện chúng ta cần phải thay đổi cách sống bằng cách thay đổi nhân sinh quan mà chúng ta đang có, và muốn được như vậy, chúng ta cần phải tu tập thiền quán. Chúng ta cần phải thông suốt sự khác biệt giữa cái “Bản Ngã” và “Tánh Giác”; và chỉ có công phu tu tập mới có khả năng làm cho sự khác biệt nhỏ dần; cho đến một lúc nào đó cả hai hòa nhập thành một, lúc đó chúng ta nhận diện được chân lý cuộc đời.

Có lẽ ai trong chúng ta cũng thấy rằng cuộc sống này đầy dẫy những khó khăn chướng ngại, hoang mang và bất công. Ngay những lúc mà mọi việc đều trôi chảy tốt đẹp, chúng ta cũng cảm thấy lo lắng rằng chúng sẽ không tồn tại lâu dài. Đây chính là lý do mà ai trong chúng ta cũng nên hành thiền. Nói về thiền, tại sao chúng ta phải tu thiền? Chúng ta thường nghe nói đến thuật ngữ “định” hay “thiền”, tức là phương thức làm cho tâm mình an định. Khi tâm được an định, nó không vọng động và chúng ta đạt được nhất điểm tâm. Mục đích của thiền là làm tan chảy đi khối vọng tưởng chồng chất bấy lâu nay của chúng ta. Cái còn tồn đọng lại trong chúng ta chỉ là cái chân ngã và cuối cùng chúng ta thể nhập vào cảnh giới vô ngã. Nếu chúng ta không dừng lại ở đây, không nghĩ tưởng hay chấp trước về cảnh giới này, chúng ta sẽ tiếp tục tu tập cho đến khi chứng nhập vào Tuyệt đối. Như vậy thì phương pháp tu thiền có khác những phương pháp tu Phật khác hay không? Trong khi tụng kinh, niệm chú, niệm Phật, chúng ta ngồi yên và chỉ nhiếp tâm vào tụng kinh, niệm chú, hay niệm Phật mà thôi. Vì vậy khi tụng kinh, niệm chú, hay niệm Phật, chúng ta kiểm soát được cả thân, khẩu và ý nếu chúng ta không muốn cho ý rong ruổi (thân ngồi yên, khẩu chỉ tụng niệm và ý chỉ chú tâm vào việc tụng kinh, niệm chú, hay niệm Phật mà thôi). Cũng như thế, khi tu tập thiền định, chúng ta cũng kiểm soát được cả thân, khẩu và ý nếu chúng ta không muốn cho ý dong ruổi. Thật là khó khăn trong việc điều phục tâm ý; tuy nhiên, nếu chúng ta kềm giữ được thân khẩu là chúng ta cũng có nhiều công đức lắm rồi vậy. Nếu muốn đạt tới mức độ công đức cao hơn, chúng ta phải cố gắng điều phục cho bằng được tâm ý

của mình. Mục đích chính của hành giả tu thiền là tầm cầu chân lý, tầm cầu giác ngộ. Trên cuộc hành trình này, nếu chúng ta bước đi một bước tức là chúng ta tiến gần đến giác ngộ một bước. Đức Phật là bậc Giác Ngộ, vì vậy học Phật là học phương pháp giác ngộ. Như vậy trên đường giác ngộ, càng tiến tới là càng đến gần với giác ngộ.

Thiền quán là tu tập để đạt được cái thấy vượt ra ngoài tầm mức thông thường, thấy một cách rõ ràng, chứ không chỉ thấy phớt qua nơi bề mặt, hay thấy cái đáng bề ngoài, mà là thấy sự vật đúng trong bối cảnh của nó, tức là thấy dưới ba đặc tướng hay ‘tam pháp ấn’ trong nhà Phật, đó là vô thường, khổ và vô ngã. Đây là ba dấu hiệu đặc thù của tất cả các pháp hữu vi, tất cả nhng hiện tượng sinh tồn. Chính thiền minh sát này dựa trên nền tảng của thiền vắng lặng, giúp cho hành giả có khả năng gột rửa tất cả mọi ô nhiễm trong tâm đến mức tận cùng, buông bỏ mọi ảo kiến về cái ‘ngã’, nhìn thấy thực tướng của vạn pháp và chứng ngộ Niết Bàn. Như vậy, cả hai pháp thiền vắng lặng và minh sát đều hỗ trợ cho nhau giúp hành giả chứng ngộ được Niết Bàn. Mục tiêu tối hậu của thiền là để loại trừ những bợn nhơ trong tâm của chúng ta. Trước khi đạt được mục tiêu này, hành giả sẽ có được những lợi ích thiết thực như sẽ có một cái tâm bình an, tĩnh lặng và có đủ năng lực để chấp nhận những gì xảy đến cho mình. Thiền giúp chúng ta nhìn sự vật đúng như thực tướng của chúng chứ không phải thấy chúng qua những biểu hiện bên ngoài. Sự vật xuất hiện trước mắt chúng ta dưới trạng thái trường tồn, vững bền, đáng yêu và có thực chất, nhưng trên thực tế thì chúng không phải như vậy. Khi thực hành thiền quán, chúng ta sẽ tự mình thấy được sự sinh diệt của hiện tượng vật chất và tinh thần. Đồng thời chúng ta cũng ý thức được một cách rõ ràng hơn những diễn biến trong thân tâm mình. Chúng ta sẽ có đủ khả năng chấp nhận mọi chuyện xảy đến với mình với một phong cách an nhiên, chứ không bị xao động hay cảm xúc và đương đầu với hoàn cảnh một cách lạc quan hơn. Đúng, mục tiêu cao nhất trong thiền tập Phật giáo là chứng ngộ toàn giác, hoàn toàn tự chủ và tâm trí hoàn toàn lành mạnh hay trạng thái Niết Bàn, bằng cách điều phục tâm và gột rửa tận cùng những bợn nhơ tinh thần. Tuy nhiên, ngoài cái mục tiêu cùng tột ấy, thiền tập còn có nhiều lợi ích mà hành giả có thể hưởng được. Thiền gợi hứng cho ta khám phá trạng thái sáng suốt mình ẩn của chính mình, sự phong phú và phẩm cách tự nhiên của mình. Hành thiền còn có thể khơi dậy khả năng tiềm tàng trong tâm, giúp

chúng ta suy nghĩ sáng suốt, hiểu biết thâm sâu, cân bằng trạng thái tâm và sự tĩnh lặng. Hành thiền là một tiến trình sáng tạo nhằm biến đổi những cảm xúc vọng động và những tư tưởng bất thiện thành trạng thái tinh thần hòa hợp và thanh sạch. Như vậy, nếu chúng ta chờ đến lúc ngồi xuống mới thực tập thiền trong một vài giờ thì những giờ khác trong ngày của chúng ta sẽ ra sao? Nếu nói tọa thiền là tu tập thiền định là chúng ta thật sự phá hủy cái khái niệm thật của thiền. Nếu chúng ta biết cách tu tập thiền định thì chúng ta phải biết lợi dụng tất cả thời giờ có được trong ngày của mình. Để làm được chuyện này, chúng ta nên thực tập thiền ngay trong những công việc hằng ngày của mình.

II. Tu Tập Thiền Quán Lấy Định Tuệ Làm Gốc:

Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, Phẩm thứ tư, Phẩm Định Tuệ, Lục Tổ Huệ Năng dạy chúng rằng: Nầy thiện tri thức! Pháp môn của ta đây lấy định tuệ làm gốc, đại chúng chớ lầm nói định tuệ riêng. Định tuệ một thể không hai. Định là thể của tuệ, tuệ là dụng của định. Ngay khi tuệ, định ở tại tuệ; ngay khi định, tuệ ở tại định. Nếu biết được nghĩa này tức là cái học định tuệ bình đẳng. Những người học đạo chớ nói trước định rồi sau mới phát tuệ, hay trước tuệ rồi sau mới phát định, mỗi cái riêng khác. Khởi cái thấy như thế ấy, thì pháp có hai tướng. Miệng nói lời thiện, mà trong tâm không thiện thì không có định tuệ, định tuệ không bình đẳng. Nếu tâm miệng đều là thiện, trong ngoài một thứ, định tuệ tức là bình đẳng. Tự ngộ tu hành không ở chỗ tranh cãi, nếu tranh trước sau tức là đồng với người mê, không dứt sự hơn thua, trở lại tăng ngã và pháp, không là bốn tướng.

Nầy thiện tri thức! Định tuệ ví như cái gì? Ví như ngọn đèn và ánh sáng. Có ngọn đèn tức có ánh sáng, không đèn tức là tối, đèn là thể của ánh sáng, ánh sáng là dụng của đèn; tên tuy có hai mà thể vốn đồng một. Pháp định tuệ này lại cũng như thế.” Tổ dạy chúng rằng: “Nầy thiện tri thức! Nhất hạnh tam muội là đối với tất cả chỗ, đi đứng nằm ngồi thường hành một trực tâm ấy vậy.” Kinh Tịnh Danh nói: “Trực tâm là đạo tràng, trực tâm là Tịnh độ. Tâm đừng làm những chuyện siểm khúc, miệng nói trực, miệng nói nhất hạnh tam muội mà không hành trực tâm, còn hành trực tâm, đối với tất cả các pháp chớ có chấp trước. Người mê chấp pháp tướng, chấp nhất hạnh tam muội, chỉ nói ngồi không động, tâm vọng không khởi tức là nhất hạnh tam muội,

người khởi hiểu thế này tức là đồng với vô tình, trở lại là như duyên chướng đạo. Đây thiện tri thức! Đạo phải thông lưu, do đâu trở lại ngưng trệ, tâm không trụ nơi pháp, đạo tức là thông lưu. Tâm nếu trụ pháp gọi là tự phược, nếu nói thường ngồi không động, ấy chỉ như Ngài Xá Lợi Phất ngồi yên trong rừng lại bị Ngài Duy Ma Cật quở trách. Đây thiện tri thức! Lại có người dạy ngồi khán tâm quán tịnh, không động không khởi, từ đây mà lập công khóa, người mê không hiểu liền chấp thành ra điên cuồng, những người như thế này thật là đồng, dạy nhau như thế, nên biết đó là lầm lớn.”

Tổ dạy chúng rằng: “Đây thiện tri thức! Xưa nay chánh giáo không có đốn tiệm, tánh người tự có lợi độn, người mê thì lần lần khế hợp, người ngộ thời chóng tu, tự biết bốn tâm, tự thấy bốn tánh, tức là không có sai biệt, do đó nên lập ra giả danh đốn tiệm. Đây thiện tri thức! Pháp môn của ta đây từ trước đến nay, trước lập vô niệm làm tông, vô tướng làm thể, vô trụ làm bổn. Vô tướng là đối với tướng mà lìa tướng; vô niệm là đối với niệm mà không niệm; vô trụ là bản tánh của người. Ở thế gian nào là thiện ác, tốt xấu, cho đến những việc oán cùng với thân, ngôn ngữ xúc chạm, hư dối tranh đua, vân vân, thấy đều đem về không; không nghĩ trả thù hại lại, trong mỗi niệm không nghĩ cảnh trước, nếu niệm trước, niệm hiện tại, niệm sau, trong mỗi niệm tương tục không dứt gọi là hệ phược. Đối trên các pháp mỗi niệm không trụ, tức là không phược, đây là lấy vô trụ làm gốc. Đây thiện tri thức! Ngoài lìa tất cả tướng gọi là vô tướng, hay lìa nơi tướng, tức là pháp thể thanh tịnh, đây là lấy vô tướng làm thể. Đây thiện tri thức! Đối trên các cảnh, tâm không nhiễm, gọi là vô niệm. Đối trên niệm thường lìa cảnh, chẳng ở trên cảnh mà sanh tâm. Nếu chỉ trảm vật chẳng nghĩ, niệm phải trừ hết, một niệm dứt tức là chết, rồi sẽ sanh nơi khác, ấy là lầm to. Người học đạo suy nghĩ đó, nếu không biết cái ý của pháp thì tự tâm lầm còn có thể, lại dạy người khác, tự mê không thấy lại còn chê bai kinh Phật, vì thế nên lập vô niệm làm tông. Đây thiện tri thức! Thế nào là lập vô niệm làm tông? Chỉ vì miệng nói thấy tánh, người mê ở trên cảnh có niệm, trên niệm lại khởi tà kiến, tất cả trần lao vọng tưởng từ đây mà sanh. Tự tánh vốn không một pháp có thể được, nếu có sở đắc, vọng nói họa phược tức là trần lao tà kiến, nên pháp môn này lập vô niệm làm tông. Đây thiện tri thức! Vô là vô việc gì? Niệm là niệm vật nào? Vô đó là không có hai tướng, không có các tâm trần lao; niệm là niệm chân như bản tánh. Chân tức là thể của

niệm, niệm tức là dụng của chân như, chân như tự tánh khởi niệm, không phải mất tai mũi lưỡi hay khởi niệm, chân như có tánh cho nên khởi niệm, chân như nếu không có tánh thì mất tai sắc thanh chính khi ấy liền hoại. Nầy thiện tri thức! Chân như tự tánh khởi niệm, sáu căn tuy có thấy nghe hiểu biết mà không nhiễm muôn cảnh, mà chơn tánh thường tự tại nên kinh nói: “Hay khéo phân biệt các pháp tướng mà đối với nghĩa đệ nhất không có động.”

III. Pháp Môn Thiền Định Không Chấp Nơi Tâm, Không Chấp Nơi Tĩnh, Cũng Không Chấp Nơi Động:

Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, Phẩm thứ năm, Phẩm Tọa Thiền, Lục Tổ Huệ Năng dạy chúng rằng: “Pháp môn tọa thiền nầy vốn không chấp nơi tâm, cũng không chấp nơi tĩnh, cũng chẳng phải chẳng động. Nếu nói chấp tâm, tâm vốn là vọng; biết tâm như huyễn nên không có chỗ để chấp vậy. Nếu nói chấp tĩnh, tánh người vốn là tĩnh, bởi vì vọng niệm che đậy chơn như, chỉ cần không có vọng tưởng thì tánh tự thanh tịnh. Khởi tâm chấp tĩnh trở lại sanh ra cái tĩnh vọng. Vọng không có chỗ nơi, chấp ấy là vọng; tĩnh không có hình tướng trở lại lập tướng tĩnh, nói là công phu, người khởi kiến giải nầy là chướng tự bản tánh trở lại bị tĩnh trói.” Nầy thiện tri thức! Nếu người tu hạnh bất động, chỉ khi thấy tất cả người, không thấy việc phải quấy, tốt xấu, lỗi lầm của người tức là tự tánh bất động. Nầy thiện tri thức! Người mê thân tuy bất động, mở miệng liền nói việc phải quấy, hay dở, tốt xấu của người, tức là cùng đạo đã trái nhau, chấp tâm, chấp tĩnh tức là chướng đạo. Tổ cũng dạy chúng rằng: “Nầy thiện tri thức! Sao gọi là tọa thiền? Trong pháp môn nầy không chướng không ngại, ngoài đối với tất cả cảnh giới thiện ác tâm niệm chẳng khởi gọi là tọa, trong thấy tự tánh chẳng động gọi là thiền. Nầy thiện tri thức, sao gọi là thiền định? Ngoài lìa tướng là thiền, trong chẳng loạn là định. Ngoài nếu chấp tướng, trong tâm tức loạn; ngoài nếu lìa tướng, tâm tức chẳng loạn. Bản tánh tự tĩnh tự định, chỉ vì thấy cảnh, suy nghĩ cảnh tức là loạn; nếu thấy các cảnh mà tâm chẳng loạn ấy là chơn định vậy. Nầy thiện tri thức! Ngoài lìa tướng tức là thiền, trong chẳng loạn tức là định, ngoài thiền trong định, ấy gọi là thiền định. Kinh Bồ Tát Giới nói: “Bản tánh của ta vốn tự thanh tịnh, tự tu, tự hành, tự thành Phật đạo.”

IV. Yếu Chỉ Khác Biệt Giữa Giáo Pháp Của Thần Tú Và Huệ Năng:

Hoàng Nhẫn là một đại Thiền sư và ngài có nhiều đệ tử ưu tú, nhưng Huệ Năng và Thần Tú vượt hẳn tất cả những đệ tử khác. Đây chính là thời điểm mà Thiền chia thành hai tông Nam và Bắc. Hiểu được Thần Tú và giáo pháp của ông khiến chúng ta nhận định rõ ràng hơn về giáo pháp của Huệ Năng. Nhưng không may, chúng ta có rất ít tài liệu và giáo pháp của Thần Tú, vì sự suy tàn của tông phái này kéo theo sự thất tán văn học của ngài. Ngày nay chỉ còn lưu lại thủ bản “Bắc Tông Ngũ Đạo,” không hoàn chỉnh, cũng không phải do chính Thần Tú viết, cốt yếu viết lại những yếu chỉ do môn đệ của Thần Tú nắm được với sự tham khảo ý kiến của thầy họ. Ở đây chữ “Đạo” hay “Đường” hay “Phương tiện” trong tiếng Phạn, không được dùng theo một nghĩa đặc biệt nào, năm đường là năm cách quy kết giáo pháp của Bắc Tông với kinh điển Đại Thừa. Bắc Tông dạy rằng tất cả chúng sanh đều có tính Bồ Đề, giống như bản tánh của cái gương phản chiếu ánh sáng. Khi phiền não dấy lên, gương không thấy được, giống như bị bụi phủ. Theo lời dạy của Thần Tú là phải chế ngự và diệt được vọng niệm thì chúng sẽ ngừng tác động. Khi ấy tâm nhân được sự chiếu sáng của tự tánh không còn bị che mờ nữa. Đây giống như người ta lau cái gương. Khi không còn bụi, gương chiếu sáng và không còn gì ngoài ánh sáng của nó. Thiền Bắc Tông coi việc nghiên cứu và đi sâu về mặt trí tuệ vào các kinh điển thiêng liêng, nhất là kinh Lăng Già có tầm quan trọng rất lớn; nó dạy rằng chỉ có thể đạt tới đại giác 'một cách tuần tự' hay tiệm ngộ, sau những bước tiến chậm chạp trên con đường thực hành thiền định. Như những đề nghị trong bài kệ của Thần Tú, Sự thấy sự giác ngộ như là thứ gì đó đạt được một cách từ từ, có thể sánh với tiến trình của việc đánh bóng bề mặt của một miếng kim loại để cho nó từ từ phản chiếu một hình ảnh rõ ràng và sắc xảo hơn. Về mặt khác thì trường phái của Huệ Năng nhấn mạnh rằng sự giác ngộ chân thật cần thiết phải xảy đến một cách bất thần và tức thì. Mặc dầu sinh hoạt có thể dẫn đến kinh nghiệm, nhưng kinh nghiệm đó phải đến ngay tức thì. Trường phái Nam Tông có thể so sánh với tiến trình đập nát bức rào cản bằng đá. Trong khi việc làm này cũng có thể tốn mất một khoảng thời gian dài, nhưng một khi bức rào cản ấy bị phá vỡ, toàn cảnh phía bên kia có thấy thấy được tức thì. Thiền Nam tông khẳng định tính 'bất thần' (đốn ngộ) của thể nghiệm đại giác và tính hơn hẳn của việc

hiểu bản tính thật một cách tức thì so với mọi tranh biện trí tuệ bằng những luận cứ duy lý. Thái độ của Thần Tú và các môn đệ của ngài tất nhiên dẫn đến phương pháp tĩnh tọa. Họ dạy cách nhập định qua sự tập trung và làm sạch tâm bằng cách trụ nó trên một ý niệm duy nhất. Họ còn tuyên bố rằng nếu khởi sự niệm quán chiếu ngoại cảnh thì sự diệt niệm sẽ cho phép nhận thức nội giới. Và bởi vì sự nhấn mạnh lên việc "đánh bóng" từ từ, trường phái Bắc Tông của Thần Tú chẳng những cổ vũ cho những thời thiền tập kéo dài, mà cũng cổ vũ cho những sinh hoạt nghiên cứu cũng như tụng đọc kinh điển, điều mà trường phái Nam Tông không đánh giá cao. Mặc dầu cả Bắc và Nam Tông đều tập trung vào thiền tập, nhưng Nam Tông cũng công nhận rằng kinh nghiệm giác ngộ có thể đạt được trong khi sinh hoạt thường nhật cũng như Huệ Năng đã đạt được như khi đang chẻ củi hay lúc đang đi kéo củi trên rừng. Sự bất đồng giữa giáo thuyết về Thiền của Thần Tú và Huệ Năng ở chỗ Thần Tú chủ trương trước phải tập định rồi sau mới phát huệ (thời thời thường phát thức, vật xử nhạ trần ai). Nhưng theo chủ trương của Huệ Năng thì Định và Huệ có mặt đồng thời. Định và Huệ chỉ là một vì theo kinh Niết Bàn nếu thừa Định mà thiếu Huệ ấy là thêm vô minh, khi thừa Huệ mà thiếu Định ấy là thêm tà kiến. Nhưng khi Định Huệ bằng nhau, người ta có thể nói là thấy trong Phật Tánh. Chính vì vậy mà trong các bài pháp, Huệ Năng luôn chứng minh quan niệm nhất thể giữa Định và Huệ của mình: “Này các bạn hữu, cái căn bản trong pháp của tôi là Định và Huệ. Các bạn chớ để bị mê hoặc mà tin rằng có thể tách rời Định với Huệ. Chúng chỉ là một, không phải hai. Định là Thể của Huệ và Huệ là Dụng của Định. Khi các bạn quán Huệ thì thấy Định ở trong Huệ, khi các bạn quán Định thì thấy Huệ ở trong Định. Nếu hiểu được như thế, thì Định và Huệ luôn đi đôi trong tu tập. Này các bạn đang tu tập, chớ nói trước phải có Định rồi Huệ mới phát, vì nói như thế là tách đôi chúng rồi. Những người thấy như vậy khiến pháp có hai tướng, những người này miệng nói mà tâm không làm. Họ xem Định phân biệt với Huệ. Như những người miệng và lòng hợp nhau, trong ngoài như một, xem Định và Huệ đồng nhau hay như một, những người này miệng nói tâm làm cùng lúc.” Huệ Năng còn chứng minh thêm về quan niệm nhất thể này bằng cách nêu lên mối tương quan hiện hữu giữa ngọn đèn và ánh sáng của nó. Ngài nói: “Giống như cái đèn và ánh sáng của nó. Khi có đèn thì sáng. Đèn là thể của sáng và sáng là Dụng của đèn. Tên gọi khác nhau nhưng thể

chỉ là một. Nên hiểu mối tương quan giữa Định và Huệ cũng theo cách như vậy.” Chúng ta thấy quan niệm của Thần Hội (một đại đệ tử của Huệ Năng) về nhất thể trong quyển Pháp Ngữ của sư: “Ở đâu niệm chẳng khởi, trống không và vô tướng ngự trị, ở đó là chân Định. Khi niệm không khởi, trống không, không tương thích ứng với trần cảnh, khi ấy là chân Huệ. Ở đâu được như thế thì chúng ta thấy rằng Huệ, quán trong chính nó, là Dụng của Định, không có phân biệt, nó chính là Định. Khi người ta cố quán Định thì chẳng có Định. Khi người ta cố quán Huệ, thì chẳng có Huệ. Tại sao vậy? Bởi vì tự tánh là chơn như, và chính đây là cái mà chúng ta nói Định Huệ nhất thể.”

***(E) Thiền Lý & Thiền Tập Theo Truyền Thống
Lâm Tế Tông Dựa Theo Thiền Pháp
Của Các Vị Tổ Từ Sau Lục Tổ Đến
Khai Tổ Lâm Tế Nghĩa Huyền***

***(E-1) Thiền Lý & Thiền Tập Theo Các
Truyền Thống Thiền Đại Thừa & Tổ Sư Thiền***

Tổng Quan Về Thiền Tập Theo Các Truyền Thống Thiền Đại Thừa: Tập Thiền là tu hành bằng cách thực tập thiền hay sự thực hành thiền định. Tu tập Thiền không phải là một vấn đề mà các học giả không được truyền thụ có thể đương đầu chỉ bằng trí thức hoặc bác học thuần túy. Chỉ có những người đã có kinh nghiệm tự thân mới có thể bàn luận về chủ đề này một cách mật thiết và đáng tin cậy được. Vì thế, nếu không nghe theo lời chỉ dẫn của các Thiền sư đã đạt đạo, không suy nghiệm về những kinh nghiệm về cuộc đời tu hành của họ với đầy những tường thuật về kinh nghiệm thực sự đạt được trong suốt những cuộc tranh đấu trong Thiền của họ, quả thật là không thể nào tu tập Thiền đúng cách được. Các pháp ngữ và tự truyện của những thiền sư đã chứng tỏ, trong suốt những thế kỷ đã qua, là những tài liệu vô giá cho người học Thiền, và những tài liệu đó đã được chấp nhận và quý trọng bởi tất cả những người tìm kiếm Thiền khắp nơi trên thế giới

như là các hướng đạo và bạn lữ vô song trên cuộc hành trình tiến đến giác ngộ.

Thiền Tập Theo Các Truyền Thống Thiền Đại Thừa Theo Quan Điểm Của Một Số Thiền Sư: Hành giả tu tập Thiền Đại Thừa nên luôn nhớ rằng Thiền không phải là trầm tư mặc tưởng. Ngộ không cốt tạo ra một điều kiện nào đó theo chủ tâm đã định trước bằng cách tập trung tư tưởng mạnh vào đó. Trái lại, Thiền là sự nhận chân một năng lực tâm linh mới có thể phán đoán sự vật trên một quan điểm mới. Pháp tu Thiền với mục đích là dứt khoát lật đổ ngôi nhà giả tạo mà mình đang có để dựng lên cái khác trên một nền móng hoàn toàn mới. Cơ cấu cũ gọi là vô minh, và ngôi nhà mới gọi là giác ngộ. Do đó trong Thiền không hề có việc trầm tư về những câu nói tượng trưng hoặc siêu hình nào thuộc về sản phẩm của ý thức hay cơ trí. Phật tử tu tập Thiền định để huấn luyện tâm và kỷ luật tự giác bằng cách nhìn vào chính mình. Tu tập thiền định là tìm cách hiểu rõ bản chất của tâm và sử dụng nó một cách hữu hiệu trong cuộc sống hằng ngày, vì tâm là chìa khóa của hạnh phúc, mà cũng là chìa khóa của khổ đau phiền não. Tu tập thiền định trong cuộc sống hằng ngày là giải thoát tinh thần ra khỏi những trói buộc của tư tưởng cũng như những nhiễm ô loạn động để thấy được chân lý. Tu tập thiền định là con đường trực tiếp nhất để đạt tới đại giác. Theo Charlotte Joko Beck trong quyển 'Không Có Gì Đặc Biệt Cả', đôi khi tu tập Thiền được gọi là một phương cách biến đổi. Tuy nhiên, nhiều người bắt đầu tu Thiền với mục đích đạt được nhiều thứ hơn. "Tôi muốn được hạnh phúc hơn", "Tôi muốn bớt lo âu." Chúng ta hy vọng Thiền có thể mang lại cho chúng ta những cảm giác đó. Nhưng nếu chúng ta biến đổi, cuộc sống của chúng ta sẽ được nâng lên trên một nền tảng hoàn toàn mới. Lúc đó chúng ta có cảm tưởng rằng mọi thứ đều có thể xảy ra, một bụi hoa hồng có thể trở thành một cây hoa huệ, một người thô lỗ tàn bạo và nóng nảy có thể trở thành một người dịu dàng. Khoa giải phẫu thẩm mỹ cũng không làm được điều đó. Một sự biến đổi thật sự ám chỉ rằng ngay cả mục tiêu của cái "tôi" khao khát hạnh phúc ấy cũng biến đổi. Chẳng hạn, giả thử tôi tự xem mình như là một con người trầm uất hay luôn lo sợ bất cứ thứ gì. Sự biến đổi không chỉ nhằm vào việc điều trị cái mà tôi nói là trầm uất thôi; nó có nghĩa là cái "tôi", toàn bộ cá nhân tôi, toàn bộ hội chứng mà tôi gọi là "tôi" cũng phải được biến đổi. Quan điểm này rất khác với cách nghĩ của đa số người học Thiền. Chúng ta không thích tiếp

cận tu tập theo cách này bởi vì nó có nghĩa rằng để cho chúng ta thật sự sung sướng, chúng ta phải sẵn sàng là bất cứ thứ gì. Chúng ta phải mở lòng ra để biến đổi theo hướng mà cuộc sống muốn chúng ta hướng theo. Chúng ta nghĩ rằng chúng ta sắp trở nên những phiên bản mới của hiện trạng chúng ta đang là lúc này. Tuy nhiên, sự biến đổi thật sự có nghĩa là rất có thể trong giai đoạn kế tiếp chúng ta trở thành một kẻ cùng khổ. Tập trung vào cái được gọi là 'Thiền Tập' là không cần thiết. Nếu từ sáng đến tối chúng ta chỉ toàn tâm toàn ý lo hết việc này đến việc khác, mà không có những suy tư như là 'Tôi cũng giỏi làm việc này đó chứ' hay 'Rằng tôi có thể chu toàn hết mọi việc không phải là tuyệt vời lắm sao?' như thế là đủ rồi." Theo Thiền Sư Sùng Sơn Hạnh Nguyên trong quyển Thiền Định Chỉ Nam, Thiền không giải thích. Thiền không phân tích. Đơn giản, Thiền chỉ cho chúng ta thấy cái tâm của mình để mình có thể thức tỉnh và trở thành Phật. Cách đây đã lâu, có người đã hỏi một vị Đại thiền sư: "Để đạt đến tự ngã, có khó lắm không?" "Có, khó lắm đó," vị thiền sư đáp. Sau đó, một vị Tăng khác lại hỏi cũng vị thiền sư ấy: "Để đạt đến tự ngã, có dễ không?" "Có, rất dễ," vị thiền sư đáp. Và về sau này khi có người hỏi: "Việc tu Thiền là thế nào? Khó hay dễ?" Vị thiền sư trả lời: "Khi bạn uống nước, chính bạn là người biết nước nóng hay lạnh."

Tư Thế Và Sự Sẵn Sàng Trong Tu Tập Thiền Đại Thừa: Khi một người muốn tu tập thiền, người ấy phải rút lui vào một căn phòng yên tĩnh trong đó có chuẩn bị sẵn một chiếc đệm dày để ngồi, quần áo và dây nịt cũng phải được nới lỏng ra sao cho thoải mái trên thân thể. Rồi người ấy ngồi xuống trong tư thế tương đối đúng với chuẩn mực (của một hành giả tu thiền). Có nghĩa là ngồi kiết già bằng cách ngồi xếp bằng với chân phải đặt lên đùi trái và chân trái đặt lên đùi phải. Đôi khi tư thế bán già cũng được chấp nhận, trong trường hợp này thì chỉ cần ngồi xếp bằng và để chân trái lên đùi phải. Kế tiếp là đặt bàn tay phải lên chân trái với lòng bàn tay ngửa lên rồi đặt bàn tay trái lên tay phải, trong khi hai ngón tay cái chạm nhau trên lòng bàn tay. Lúc này hành giả nâng toàn thân lên một cách nhẹ nhàng và im lặng, xoay phần trên của thân một cách liên tục sang bên trái rồi sang bên phải, rồi di chuyển phần trên thân về phía sau rồi về phía trước, cho đến khi có một tư thế ngồi thẳng. Hành giả không nên quá nghiêng qua trái hay phải, cúi về phía trước hay ngã về phía sau nhiều quá; xương sống phải thẳng đứng với đầu, vai, lưng và hông bên này phải chống

đỡ hông bên kia một cách chính xác như một ngôi tháp. Nhưng hành giả phải nên cẩn thận, không nên ngồi quá thẳng hay quá cứng nhắc, bởi vì như vậy người ấy sẽ cảm thấy khó chịu rất mau. Điểm chính yếu cho người ngồi thiền là phải giữ sao cho tai và vai, lỗ mũi và lỗ rún cùng nằm trên một mặt phẳng dọc, lưng cong lên, đầu lưng tựa lên đống gối (khẩu cái), môi và răng khép kín. Hai mắt mở hé để tránh buồn ngủ. Khi thiền tiến bộ và trí huệ của sự tu tập này cũng sẽ phát triển rõ rệt. Các bậc thiền sư ngày trước luôn luôn giữ mắt hé mở. Khi tư thế vững chắc và hơi thở điều hòa, hành giả mới có thể bắt đầu có thái độ khoan thai. Hành giả không nên quan tâm đến những niệm thiện ác. Người ấy phải tập trung vào công án, tức là nghĩ về cái bất khả tư nghì bằng cách vượt qua phạm vi của tư tưởng. Khi việc tu tập đã được giữ một cách kiên trì trong một khoảng thời gian đủ lâu, các vọng niệm sẽ không còn quấy nhiễu và hành giả sẽ đạt được trạng thái nhất tính, tuy nhiên chúng ta không thể hiểu được trạng thái này bằng khái niệm được.

Thiền Lý & Thiền Tập Trong Tổ Sư Thiền: Huyền Thoại Tổ Sư Thiền: Lịch sử của Thiền Tông vẫn còn là một huyền thoại. Truyền thuyết cho rằng một ngày nọ, thần Phạm Thiên hiện đến với Đức Phật tại núi Linh Thứu, cúng dường Ngài một cánh hoa Kumbhala và yêu cầu Ngài giảng pháp. Đức Phật liền bước lên tòa sư tử, và cầm lấy cành hoa trong tay, không nói một lời. Trong đại chúng không ai hiểu được ý nghĩa. Chỉ có Ma Ha Ca Diếp là mỉm cười hoan hỷ. Đức Phật nói: “Chánh Pháp Nhân Tạng này, ta phó chúc cho người, này Ma Ha Ca Diếp. Hãy nhận lấy và truyền bá.” Một lần khi A Nan hỏi Ca Diếp Đức Phật đã truyền dạy những gì, thì Đại Ca Diếp bảo: “Hãy đi hạ cật cờ xuống!” A nan liền ngộ ngay. Cứ thế mà tâm ấn được truyền thừa. Giáo pháp này được gọi là “Phật Tâm Tông.” *Thiền của Tổ Sư Không Theo Khoa Học Cũng Không Theo Triết Học:* Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, Thiền của Tổ Sư không phải là phương pháp phân tích như khoa học, cũng không phải là một phương pháp tổng hợp như triết học. Đây là một hệ thống tư duy không tư duy theo thông tục, nó siêu việt tất cả những phương pháp của luận chứng hợp lý. Tư duy không cần phương pháp tư duy là để tạo cơ hội cho sự thức tỉnh của tuệ giác. Hành giả có thể áp dụng những phương pháp tu thiền của Tiểu Thừa, của Du Già Luận (bản Đại Thừa), pháp chỉ quán của tông Thiên Thai, hay Du Già bí mật của tông

Chân Ngôn nếu hành giả thích, nhưng thật ra tất cả những phương pháp này đều không cần thiết. Quan điểm của Thiền tông có thể tóm tắt như sau: “Đĩ tâm truyền tâm, bất lập văn tự, giáo ngoại biệt truyền, trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật,” hay “Thử tâm tức Phật.” Bạch Ẩn Thiền Sư đã phát biểu ý kiến này rất rõ trong bài kệ về pháp ‘tọa thiền’: “Chúng sanh vốn là Phật; cũng như băng (cơ duyên hiện tại của chúng ta) và nước (Phật tánh ẩn tàng), không có nước thì không có băng. Chính thế gian này là liên hoa cảnh giới và thân này là Phật.”

***(E-2) Thiền Lý & Thiền Tập Theo Truyền Thống
Lâm Tế Tông Dựa Theo Thiền Pháp
Của Các Vị Tổ Từ Sau Lục Tổ Đến
Khai Tổ Lâm Tế Nghĩa Huyền***

***(E-2A) Tổng Quan Về Các Sơ Tổ Tiền Phong
Của Thiền Tông Lâm Tế***

Nói về các sơ tổ tiền phong của Thiền Tông Lâm Tế, có lẽ chúng ta nên bắt đầu từ Thiền Sư Hoài Nhượng. **Thiền Sư Hoài Nhượng, nổi pháp Lục Tổ Huệ Năng.** Ông là khai tổ Thiền Phái Hoài Nhượng, thuộc dòng Thiền Nam Tông của Lục Tổ Huệ Năng, thuộc đời thứ bảy sau Tổ Bồ Đề Đạt Ma. **Một trong những người nổi pháp chính của Thiền Sư Nam Nhạc Hoài Nhượng là Thiền Sư Mã Tổ Đạo Nhất,** thuộc dòng Thiền Nam Tông của Lục Tổ Huệ Năng, thuộc đời thứ tám sau Tổ Bồ Đề Đạt Ma. **Người nổi pháp Thiền Sư Tổ Đạo Nhất là Thiền Sư Bách Trượng Hoài Hải,** thuộc dòng Thiền Nam Tông của Lục Tổ Huệ Năng, thuộc đời thứ chín sau Tổ Bồ Đề Đạt Ma. **Trong số những người truyền thừa của Thiền sư Hoài Hải, Thiền sư Hoàng Bá Hy Vận là nổi trội nhất vì ông chính là thầy của Thiền sư Lâm Tế,** khai tổ dòng truyền thừa Lâm Tế Tông sau này. **Thiền Sư Lâm Tế Nghĩa Huyền, nổi pháp Thiền Sư Hoàng Bá Hy Vận.** Ông thuộc dòng Thiền Nam Tông của Lục Tổ Huệ Năng, thuộc đời thứ mười một sau Tổ Bồ Đề Đạt Ma. Thiền Sư Lâm Tế Nghĩa Huyền chính là khai tổ của dòng thiền Lâm Tế tại Trung Hoa.

***(E-2B) Thiền Lý & Thiền Tập Theo Truyền
Thống Lâm Tế Tông Dựa Theo Pháp Ngữ
Của Các Vị Tổ Từ Sau Lục Tổ Đến
Khai Tổ Lâm Tế Nghĩa Huyền***

I. Pháp Ngữ Của Thiền Sư Nam Nhạc Hoài Nhượng:

Thiền Sư Hoài Nhượng (677-744) là khai tổ Thiền Phái Hoài Nhượng, nối Pháp Lục Tổ Huệ Năng và thuộc dòng Thiền Nam Tông của Lục Tổ Huệ Năng, thuộc đời thứ bảy sau Tổ Bồ Đề Đạt Ma. Hoài Nhượng là tên của một vị Thiền sư Trung Hoa vào thế kỷ thứ tám. Hiện nay chúng ta không có nhiều tài liệu chi tiết về Thiền sư Nam Nhạc Hoài Nhượng; tuy nhiên, có một vài chi tiết lý thú về vị Thiền sư này trong Truyền Đăng Lục, quyển V: Thiền sư Nam Nhạc Hoài Nhượng sanh năm 677 sau Tây Lịch tại Kim Châu, ông là một thiền sư xuất sắc đời nhà Đường, đại đệ tử của Lục Tổ Huệ Năng, và cũng là thầy của Mã Tổ. Trong suốt cuộc đời hành nghiệp, Thiền sư Nam Nhạc Hoài Nhượng đã để lại cho hậu thế chân lý sống động đặc biệt của Thiền. Những lời nói sâu sắc của các bậc trưởng lão và các thầy ngày xưa thuộc truyền thống Thiền. Những lời đó rất thường được các thầy về sau nhắc lại trong các phần trình bày kinh nghiệm chứng ngộ thiền của họ.

Nam Nhạc Ma Chuyên: Công án nói về cơ duyên vấn đáp về việc Thiền sư Nam Nhạc Hoài Nhượng khai ngộ cho Mã Tổ Đạo Nhất. Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển V, thời nhà Đường, niên hiệu Khai Nguyên, có vị Sa Môn ở huyện Truyền Pháp hiệu Đạo Nhất, hằng ngày ngồi thiền. Sư biết đó là pháp khí (người hữu ích trong Phật pháp) bèn đi đến hỏi: “Đại đức ngồi thiền để làm gì?” Đạo Nhất thưa: “Để làm Phật.” Sau đó sư lấy một cục gạch đến trên hòn đá ở trước am Đạo Nhất ngồi mài. Đạo Nhất thấy lạ hỏi: “Thầy mài gạch để làm gì?” Sư đáp: “Mài để làm gương.” Đạo Nhất nói: “Mài gạch đâu có thể thành gương được?” Sư hỏi lại: “Ngồi thiền đâu có thể thành Phật được?” Đạo Nhất hỏi: “Vậy làm thế nào mới phải?” Sư nói: “Như trâu kéo xe, nếu xe không đi, thì đánh xe là phải hay đánh trâu là phải?” Đạo Nhất lặng thinh, sư nói tiếp: “Người học ngồi thiền hay học ngồi Phật? Nếu học ngồi thiền, thiền không phải ngồi nằm. Nếu học ngồi Phật, Phật không có tướng nhất định, đối pháp không trụ,

chẳng nên thủ xả. Người nếu ngồi Phật, tức là giết Phật, nếu chấp tướng ngồi, chẳng đạt ý kia.” Đạo Nhất nghe sư chỉ dạy như uống đê hồ, lễ bái hỏi: “Dụng tâm thế nào mới hợp với vô tướng tam muội?” Sư bảo: “Người học pháp môn tâm địa như gieo giống, ta nói pháp yếu như mưa móc, nếu duyên người hợp sẽ thấy đạo này.” Đạo Nhất lại hỏi: “Đạo không phải sắc tướng làm sao thấy được?” Sư nói: “Con mắt pháp tâm địa hay thấy được đạo. Vô tướng tam muội cũng lại như vậy.” Đạo Nhất hỏi: “Có thành hoại chẳng?” Sư nói: “Nếu lấy cái thành hoại tụ tán, thiện ác mà thấy đạo, là không thể thấy đạo. Nghe ta nói kệ:

Tâm địa hàm chư chủng,
Ngộ trạch tức giai manh
Tam muội hoa vô tướng
Hà hoại phục hà thành?
(Đất tâm chứa các giống
Gặp ướt liền nảy mầm
Hoa tam muội không tướng
Nào hoại lại nào thành?)

Nhờ những lời này mà Đạo Nhất khai ngộ tâm ý siêu nhiên.

Nam Nhạc Như Cảnh Chú Tượng: Công án nói về cơ duyên vấn đáp giữa Thiền sư Nam Nhạc Hoài Nhượng và một vị Tăng. Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển V, có vị Đại đức đến hỏi sư: “Như gương đức tượng, sau khi tượng thành không biết cái sáng của gương đi về chỗ nào?” Sư bảo: “Như Đại đức tượng mạo lúc trẻ thơ hiện thời ở đâu?” Đại đức lại hỏi: “Tại sao sau khi thành tượng không chiếu soi?” Sư bảo: “Tuy không chiếu soi, nhưng đối y một điểm cũng chẳng được.”

Nam Nhạc Thuyết Tự Nhất Vật: Công án nói về cơ duyên vấn đáp giữa Lục Tổ Huệ Năng và Thiền sư Nam Nhạc Hoài Nhượng. Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, chương bảy, và Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển V, Sư đến Tào Khê tham vấn Lục Tổ Huệ Năng. Tổ hỏi: “Ở đâu đến?” Sư thưa: “Ở Tung Sơn đến.” Tổ hỏi: “Mà vật gì đến?” Sư thưa: “Nói in tuồng một vật tức không trúng.” Tổ hỏi: “Lại có thể tu chứng chẳng?” Sư thưa: “Tu chứng tức chẳng không, nhiễm ô tức chẳng được.” Tổ nói: “Chính cái không nhiễm ô này là chỗ hộ niệm của chư Phật, người đã như thế, ta cũng như thế. Tổ Bát Nhã Đa La ở Tây Thiên có lời sấm rằng: ‘Dưới chân người sẽ xuất hiện NHẤT MÃ

CÂU (con ngựa tơ) đạp chết người trong thiên hạ. Ứng tại tâm người chẳng cần nói sớm.” Nghe xong Hoài Nhượng hoát nhiên khế ngộ, liền hầu hạ Tổ mười lăm năm, mỗi ngày càng thâm được sự huyền áo. Sau đó Sư đi đến núi Nam Nhạc, xiển dương Thiền tông.

II. Pháp Ngữ Của Thiền Sư Mã Tổ Đạo Nhất:

Thiền Sư Mã Tổ Đạo Nhất, thuộc dòng Thiền Nam Tông của Lục Tổ Huệ Năng, thuộc đời thứ tám sau Tổ Bồ Đề Đạt Ma. Thiền Sư Mã Tổ Đạo Nhất là vị nối pháp Thiền Sư Nam Nhạc Hoài Nhượng. Trong suốt cuộc đời hành nghiệp, Thiền sư Mã Tổ Đạo Nhất đã để lại cho hậu thế chân lý sống động đặc biệt của Thiền. Những lời nói sâu sắc của các bậc trưởng lão và các thầy ngày xưa thuộc truyền thống Thiền. Những lời đó rất thường được các thầy về sau nhắc lại trong các phần trình bày kinh nghiệm chứng ngộ thiền của họ.

Mã Tổ: Nhất Cơ Nhất Cảnh: Tác dụng của tâm bên trong hay chủ quan đối lại với vật chất có hình thể bên ngoài (khách quan). Trong Bích Nham Lục, tấc 3, một cơ một cảnh một lời một câu vẫn mong có chỗ vào. Trên da thịt lành khoét thành thương tích thành ổ thành hang, đại dụng hiện tiền chẳng còn phép tắc, lại mong có việc hưởng thưởng che trời che đất, dò tìm chẳng được, thật bé nhỏ thay. Thế ấy cũng chẳng được, chẳng thế ấy cũng chẳng được, rất cao vót thay. Chẳng kẹt hai bên, làm sao mới phải? Cũng theo Bích Nham Lục, tấc 3, một hôm khi Mã Tổ có bệnh, viện chủ đến thăm, hỏi: 'Đạo này thân thể Hòa Thượng thế nào?' Mã Tổ đáp: 'Mặt trời Phật, mặt trăng Phật.' Mãi đến ngày nay vẫn có người hiểu lầm nói rằng Mã Tổ đã dạy viện chủ: 'Mặt trái là mặt trời, mặt phải là mặt trăng.' Kỳ thật, chúng ta không rõ có phải Mã Tổ muốn dạy viện chủ hay không; tuy nhiên, khi nói như vậy có thể là chúng ta đã hiểu sai lầm ý của Tổ muốn gì. Chính vì vậy mà hành giả nên luôn nhớ rằng con đường hưởng thưởng ngàn thánh chẳng truyền, mà chúng ta lại nhọc hình như khỉ bắt bóng. Cái câu 'Nhật Diện Phật, Nguyệt Diện Phật' thật là khó thấy, mà chính ngay thiền sư Tuyết Đậu cũng thấy khó mà xác nhận được nó là thế nào. Hành giả tu thiền phải lui về với chính mình và xem xét cho kỹ trước khi chúng ta muốn tìm xem Mã Tổ muốn nói gì. Tuy nhiên, trước khi làm chuyện này, chúng ta hãy lắng nghe lời khuyên của thiền sư Tuyết Đậu qua hình ảnh 'hai mươi năm đắng cay dụng công tu hành' của chính ông thay vì bỏ thì giờ đi tìm ý nghĩa của công án nay.

Mã Tổ: Nhất Hát Vạn Cơ Bãì, Tam Triều Lương Nhĩ Lung: Một tiếng hét muôn việc dừng và tai điếc cả ba ngày. Ý nói mọi phân biệt từ vọng tưởng của hành giả đều hoàn toàn chấm dứt. Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển VI, vào một dịp, Sư đứng hầu Mã Tổ, thấy cây phát tử ở góc giường, Sư bèn hỏi: "Tức đây dùng, lia đây dùng?" Mã Tổ nói: "Trong tương lai nếu ông đi đến chỗ khác thì làm sao mà dạy người?" Bách Trượng cầm cây phát tượng dựng đứng lên. Mã Tổ nói: "Tức đây dùng, lia đây dùng?" Bách Trượng để cây phát tử lại trên giá. Bất thành linh Mã Tổ nạt một tiếng lớn đến nỗi Bách Trượng bị điếc đến ba ngày.

Mã Tổ: Nhật Diện Phật, Nguyệt Diện Phật: Đây là chủ đề của thí dụ thứ ba trong Bích Nham Lục. Mã Tổ xuất hiện trong các thí dụ 30 và 33 của Vô Môn Quan, cũng như trong thí dụ thứ 3, 53 và 57 của Bích Nham Lục. Chúng ta hiểu về tâm của ngài nhiều hơn qua những công án này hơn là qua những dữ kiện lịch sử về cuộc đời của ngài. Ở đây, trong Bích Nham Lục 3, nói về "Nhật Diện Phật, Nguyệt Diện Phật." Một hôm khi Mã Tổ có bệnh, viện chủ đến thăm, hỏi: 'Dạo này thân thể Hòa Thượng thế nào?' Mã Tổ đáp: 'Mặt trời Phật, mặt trăng Phật.' Nói cách khác, Mã Tổ muốn nói rằng: "Cái thân già nua này nếu không được mang đến nghĩa trang trong vòng ba ngày mới là lạ." Viện chủ bối rối, không biết trả lời thế nào. Mã Tổ muốn nói đến một đoạn văn trong kinh điển, Nhật Diện Phật thọ mạng đến một ngàn tám trăm năm. Nguyệt Diện Phật thọ mạng chỉ một ngày một đêm. Nhưng cho dầu thọ mạng của một người dầu ngắn hay dài, thì Phật tính vẫn luôn không thể nào đo lường được. Mãi đến ngày nay vẫn có người hiểu lầm nói rằng Mã Tổ đã dạy viện chủ: 'Mắt trái là mặt trời, mắt phải là mặt trăng.' Kỳ thật, chúng ta không rõ có phải Mã Tổ muốn dạy viện chủ hay không; tuy nhiên, khi nói như vậy có thể là chúng ta đã hiểu sai lầm ý của Tổ muốn gì. Chính vì vậy mà hành giả nên luôn nhớ rằng con đường hướng thượng ngàn thánh chẳng truyền, mà chúng ta lại nhọc hình như khỉ bắt bóng. Cái câu 'Nhật Diện Phật, Nguyệt Diện Phật' thật là khó thấy, mà chính ngay thiền sư Tuyết Đậu cũng thấy khó mà xác nhận được nó là thế nào. Hành giả tu thiền phải lui về với chính mình và xem xét cho kỹ trước khi chúng ta muốn tìm xem Mã Tổ muốn nói gì. Tuy nhiên, trước khi làm chuyện này, chúng ta hãy lắng nghe lời khuyên của thiền sư Tuyết Đậu qua hình ảnh 'hai mươi năm

đăng cay dụng công tu hành' của chính ông thay vì bỏ thì giờ đi tìm ý nghĩa của công án nay.

Mã Tổ: Thái Cô Ngụ Sanh: Thật cao ngất làm sao! Công án nói về cơ duyên vấn đáp giữa Thiền sư Mã Tổ Đạo Nhất và một vị Tăng. Theo Bích Nham Lục, tấc 3, một hôm khi Mã Tổ có bệnh, viện chủ đến thăm, hỏi: "Đạo này thân thể Hòa Thượng thế nào?" Mã Tổ đáp: "Mặt trời Phật, mặt trăng Phật." Mãi đến ngày nay vẫn có người hiểu lầm nói rằng Mã Tổ đã dạy viện chủ: "Mắt trái là mặt trời, mắt phải là mặt trăng." Kỳ thật, chúng ta không rõ có phải Mã Tổ muốn dạy viện chủ hay không; tuy nhiên, khi nói như vậy có thể là chúng ta đã hiểu sai lầm ý của Tổ muốn gì. Với người xưa, một cơ, một cảnh, một lời một câu vẫn mong có chỗ vào. Trên da thịt lành mạnh muốn khoét thành thương tích thành ổ hang. Đại Dụng hiện tiền chẳng còn phép tắc, lại mong có việc hưởng thưởng che trời che đất, dò tìm chẳng được. Thế ấy cũng được, chẳng thế ấy cũng được, thật vi tế thay. Thế ấy cũng chẳng được, chẳng thế ấy cũng chẳng được, thật cao chót vót thay. Chẳng kẹt hai bên làm sao mới phải đây? Chính vì vậy mà hành giả nên luôn nhớ rằng con đường hưởng thưởng ngàn thánh chẳng truyền, mà chúng ta lại nhọc hình như khỉ bắt bóng. Cái câu 'Nhật Diện Phật, Nguyệt Diện Phật' thật là khó thấy, mà chính ngay thiền sư Tuyết Đậu cũng thấy khó mà xác nhận được nó là thế nào. Hành giả tu thiền phải lui về với chính mình và xem xét cho kỹ trước khi chúng ta muốn tìm xem Mã Tổ muốn nói gì. Tuy nhiên, trước khi làm chuyện này, chúng ta hãy lắng nghe lời khuyên của thiền sư Tuyết Đậu qua hình ảnh 'hai mươi năm đăng cay dụng công tu hành' của chính ông thay vì bỏ thì giờ đi tìm ý nghĩa của công án nay.

Mã Tổ: Thực Chứng Bình Thường Và Sống Động: Bất kể Thiền là gì đi nữa thì nó vẫn là sự "Thực chứng, bình thường, và sống động nhất." Theo Ngũ Đăng Hội Nguyên, quyển III, Thiền sư Mã Tổ đã tát vào mặt của người hỏi. Cũng theo Ngũ Đăng Hội Nguyên, quyển IV, Thiền sư Thiên Long, đã lặp lại những gì Hòa Thượng Câu Chi của thời lâu xa về trước đã làm, muốn chỉ cho chúng ta thấy Thiền là cái gì bằng cách đưa một ngón tay lên. Và cũng theo Ngũ Đăng Hội Nguyên, quyển VII, thì trong khi đó Thiền sư Tuyết Phong đá trái banh để trả lời cho câu hỏi Thiền là gì. Nếu chân lý nằm sâu trong chúng ta được khai thị như vậy, vậy thì Thiền không phải là lối luyện tâm thực tế và trực tiếp nhất trong tất cả các tôn giáo hay sao? Và chẳng phải Thiền

là lối tu độc đáo nhất hay sao? Thật vậy, Thiền không thể là bất cứ thứ gì khác hơn là độc đáo và sáng tạo bởi vì từ chối không tiếp xúc với khái niệm mà chỉ tiếp xúc thẳng với thực tướng của cuộc sống. Khi mà khái niệm được hiểu thì việc đưa một ngón tay lên cũng chỉ là chuyện rất thường thường trong đời sống con người. Nhưng khi nó được nhìn theo quan điểm của Thiền thì nó toát lên ý nghĩa thiêng liêng và sức sống mang tính sáng tạo. Vì thế chỉ cần Thiền chỉ ra được chân lý này trong cuộc sống thường và bị ràng buộc bởi khái niệm của chúng ta, chúng ta phải nói Thiền có lý do để tồn tại. Hơn nữa, Thiền sư Mã Tổ dạy: "Đạo không cần đến công phu tu tập, chỉ cần đừng làm nó ô nhiễm. Làm ô nhiễm là thế nào? Khi nào tâm thức của bạn còn dao động với những lo toan, thủ đoạn và dối trá, tất cả những thứ đó là ô nhiễm. Nếu bạn muốn hiểu Đạo một cách trực tiếp, cái tâm bình thường chính là con đường Đạo của bạn. Cái tâm bình thường mà tôi muốn nói đến là cái tâm không có sự giả dối, không phán xét chủ quan, không nắm giữ hay chối bỏ." Một hôm, một vị Tăng nói với Triệu Châu: "Con mới vào thiền viện, xin Thầy dạy cho." Triệu Châu nói: "Ông đã ăn xong phần cháo của ông chưa?" Vị Tăng trả lời: "Bạch Thầy, đệ tử đã ăn xong." Triệu Châu nói: "Tốt. Ông đi rửa cái chén đi." Lúc đó vị Tăng giác ngộ.

Mã Tổ: Tứ Cú Bách Phi: Theo thí dụ thứ 73 của Bích Nham Lục. Một vị Tăng hỏi Mã Tổ: "Ly tứ cú tuyệt bách phi, thỉnh thầy chỉ thẳng cho con ý Tổ từ Tây sang?" Mã Tổ bảo: "Hôm nay ta nhọc nhằn không thể vì ông nói, hỏi lấy Trí Tạng đi." Vị Tăng đi hỏi Trí Tạng, Trí Tạng bảo: "Sao chẳng hỏi Hòa Thượng?" Vị Tăng thưa: "Hòa Thượng dạy đến hỏi thầy." Trí Tạng bảo: "Ngày nay tôi đau đầu không thể vì ông nói, hỏi lấy Hải huynh đi." Vị Tăng đi hỏi Bách Trượng Hoài Hải, Bách Trượng nói: "Đến trong ấy, tôi lại chẳng hội." Vị Tăng thuật lại với Mã Tổ. Mã Tổ nói: "Tạng đầu bạc, Hải đầu đen." Theo Viên Ngộ trong Bích Nham Lục, công án này ngày trước sơn Tăng ở Thành Đô tham vấn Chơn Giác. Chơn Giác bảo: "Chỉ cần khán một câu thứ nhất của Mã Tổ, tự nhiên một lúc khế hội." Hãy nói vị Tăng này hiểu đến hỏi, hay chẳng hiểu đến hỏi? Câu hỏi này thật là sâu xa. Tứ cú là có, không, chẳng có chẳng không, chẳng phải chẳng có chẳng phải chẳng không. Là bốn câu này, tuyệt một trăm cái phi kia, chỉ quản tạo đạo lý, chẳng biết thoại đầu, luận đầu nào mà chẳng thấy. Nếu là sơn Tăng, đợi Mã Tổ nói xong liền trải tọa cụ lạy ba lạy, xem ngài sẽ nói

thế nào? Đương thời Mã Tổ thấy vị Tăng này đến hỏi: "Ly tứ cú tuyệt bách phi, thỉnh thầy chỉ thẳng ý Tổ từ Tây sang," liền chụp gậy nhằm xương sống mà đập, rồi đuổi ra, xem y tỉnh chẳng tỉnh. Mã Tổ chỉ nghĩ vì y tạo sấn bìm, mà gã này trước mặt lằm qua, lại bảo đến hỏi Trí Tạng. Trí Tạng bảo: "Sao không hỏi Hòa Thượng?" Vị Tăng thưa: "Hòa Thượng dạy đến hỏi thầy." Xem Sư vừa đẩy nhẹ đến liền xoay lại, không có chỗ nhàn rỗi. Trí Tạng nói: "Ngày nay tôi đau đầu không thể vì ông nói, hỏi lấy Hải huynh đi." Vị Tăng này lại đến hỏi Bách Trượng, Bách Trượng nói: "Đến trong ấy tôi lại chẳng hội." Hãy nói, tại sao một người nói đau đầu, một người nói chẳng hội, cứu cánh thế nào? Vị Tăng trở lại thuật cho Mã Tổ nghe, Mã Tổ nói: "Tạng đầu bạc, Hải đầu đen." Nếu dùng con đường hiểu để suy xét bảo đó là lừa nhau. Có người nói: "Chỉ là đẩy qua cho nhau." Có người nói: "Ba vị thấy đều biết câu hỏi kia, vì thế chẳng đáp." Thấy đều là mù rờ voi, một lúc đem đề hồ thượng vị của cổ nhân để trong thuốc độc. Sở dĩ Mã Tổ nói: "Đợi ông hớp một ngụm cạn nước Tây Giang, sẽ vì ông nói," cùng với công án này một loại. Nếu hiểu được Tạng đầu bạc, Hải đầu đen thì hiểu được lời nói nước Tây Giang. Vị Tăng này đem một gánh mù mịt đổi được cái chẳng an vui, lại làm nhọc ba vị tôn túc vào bùn vào nước, cứu cánh y cũng chẳng thông. Tuy thế, ba vị Tông sư lại bị gã gánh bản khám phá. Người ngày nay chỉ quẩn chạy trên ngôn ngữ làm kế sống, nói: "Bạc là hiệp đầu sáng; đen là hiệp đầu tối, chỉ biết vui mài suy tính." Đâu chẳng biết cổ nhân một câu cắt đứt ý căn, phải nhằm trong chánh mạch tự xem mới được ổn đáng. Vì thế nói: "Một câu rốt sau mới đến lao quan, nắm đoạn yếu tân chẳng thông phạm thánh." Nếu luận việc này, giống như ngay cửa để một thanh kiếm, nghĩ ngợi thì tan thân mất mạng. Lại nói: "Thí như ném kiếm hư không, chớ luận đến cùng chẳng đến, chỉ nhằm chỗ tám mặt linh lung hội lấy." Chẳng thấy cổ nhân nói: "Cái thùng sơn." Hoặc nói: "Đã hồ tỉnh." Hoặc nói: "Kẻ mù." Hãy nói cùng một gậy một hét là đồng hay là biệt? Nếu biết thì thiên sai vạn biệt chỉ là một thứ, tự nhiên tám mặt thọ địch. Cần hiểu Tạng đầu bạc, Hải đầu đen chẳng? Ngũ Tổ tiên sư nói: "Tiên sanh phong hậu."

Mã Tổ: Túc Tâm Túc Phật: This very mind is Buddha, example 30 of the Wu-Men-Kuan. Thí dụ thứ 30 của Vô Môn Quan. Ngài Đại Mai hỏi Mã Tổ: "Phật là gì?" Mã Tổ đáp: "Túc tâm tức Phật." Theo Vô

Môn Huệ Khai trong Vô Môn Quan, nếu thấy liền được như vậy thì mặc áo Phật, ăn cơm Phật, nói lời Phật, làm việc Phật. Tức là Phật vậy. Tuy như thế, Đại Mai đã khiến bao người nhận lầm phương hướng. Đâu biết rằng nói một chữ Phật, phải ba ngày súc miệng. Nếu là người có trí, nghe nói "Tức tâm tức Phật" thì bịt tai mà chạy.

Mã Tổ: Vạn Pháp Nhất Tâm: Duy Tâm Luận cho rằng hết thảy mọi pháp đều do tâm tạo ra (theo Kinh Hoa Nghiêm thì mọi thứ trong tam giới chỉ là một tâm; theo Kinh Bát Nhã, tâm là thiên đạo đối với vạn pháp. Nếu biết được tâm tức là biết được vạn pháp). Theo quyển Nhật Diện Phật, một hôm Thiền sư Mã Tổ thượng đường dạy chúng: "Ánh trăng lan tỏa muôn nơi, nhưng vầng trăng chân thực chỉ có một. Các suối nguồn nhiều vô kể, nhưng bản chất của nước chỉ là một. Các hiện tượng nhiều hằng hà sa số trong vũ trụ, nhưng khoảng thái hư chỉ có một. Người ta hay nói nhiều về đạo lý, nhưng 'vô ngại trí' chỉ có một. Tất cả những gì phát sinh trong thế gian đều xuất phát từ cái Tâm Nhất Tướng. Xây dựng hay phá hoại, cả hai đều là chức năng cao quý. Tất cả đều là nhất ngã. Bất kỳ bạn đứng ở đâu, bạn cũng không thể đứng ngoài Chân Lý. Nơi bạn đang đứng chính là chân lý. Tất cả là bản thể của bạn. Làm sao có thể có gì khác được? Vạn pháp là Phật pháp và tất cả các pháp đều là giải thoát. Giải thoát đồng nhất với chân như: vạn pháp không bao giờ rời xa chân như. Đi, đứng, nằm, ngồi tất cả đều là chức năng bất khả tư nghì. Kinh điển dạy rằng Phật pháp ở khắp mọi nơi."

III. Pháp Ngữ Của Thiền Sư Bách Trượng Hoài Hải:

Hoài Hải là tên của một vị Thiền sư Trung Hoa vào thế kỷ thứ chín. Thiền Sư Bách Trượng Hoài Hải, nối pháp Thiền Sư Tổ Đạo Nhất. Hoài Hải thuộc dòng Thiền Nam Tông của Lục Tổ Huệ Năng, thuộc đời thứ chín sau Tổ Bồ Đề Đạt Ma. Trong suốt cuộc đời hành nghiệp, Thiền sư Bách Trượng Hoài Hải đã để lại cho hậu thế chân lý sống động đặc biệt của Thiền. Những lời nói sâu sắc của các bậc trưởng lão và các thầy ngày xưa thuộc truyền thống Thiền. Những lời đó rất thường được các thầy về sau nhắc lại trong các phần trình bày kinh nghiệm chứng ngộ thiền của họ.

Bách Trượng Dã Hồ: Cũng giống như cách của Nam Tuyền có liên hệ tới việc chặt con mèo ra làm hai khúc, Bách Trượng cũng liên hệ tới việc một con chồn chết mà Sư tìm được trong một cái hang nhỏ

và đem đi làm lễ trà tỳ với đầy đủ nghi thức danh dự dành cho một vị Thiền Tăng trước sự kinh ngạc của Tăng chúng. Theo thí dụ thứ 2 của Vô Môn Quan, mỗi ngày Bách Trượng thượng đường dạy chúng, có một ông già theo chúng nghe pháp. Hôm nọ, chúng ra hết chỉ còn ông già không đi, sư hỏi: “Ông là người gì?” Ông già thưa: “Con chẳng phải là người. Thời quá khứ thuở Đức Phật Ca Diếp, con làm Tăng ở núi này, nhơn học trò hỏi: “Người đại tu hành có còn rơi vào nhơn quả chẳng?” Con đáp: “Không rơi vào nhơn quả.” Do đó đến năm trăm kiếp đọa làm thân chồn. Nay thỉnh Hòa Thượng chuyển một câu cho con thoát khỏi thân chồn. Bách Trượng bảo: “Ông hỏi đi.” Ông già hỏi: “Người đại tu hành có rơi vào nhơn quả hay không?” Bách Trượng đáp: “Người đại tu hành không lằm (không mê mờ) nhơn quả.” Ngay câu nói ấy, ông già đại ngộ, làm lễ thưa: “Con đã thoát thân chồn. Con ở sau núi, dám xin Hòa Thượng lấy lễ mà an táng như một vị Tăng. Sư vào trong kêu duy na đánh kiểng bảo chúng ăn cơm xong đưa đám một vị Tăng, đại chúng nhóm nhau bàn tán “Đại chúng đều mạnh, nhà dưỡng bệnh không có người nào nằm, tại sao có việc này?” Sau khi cơm xong, sư dẫn chúng đến hang núi phía sau, lấy gậy khơi lên thấy xác một con chồn vừa chết, bèn làm lễ thiêu như một vị Tăng. Tối đến Sư thượng đường kể chuyện lại cho mọi người nghe. Hoàng Bá bèn bước tới hỏi: “Người xưa vì đáp sai một lời mà bị đọa làm thân chồn hoang năm trăm kiếp. Giả như câu nào cũng không đáp sai thì sao?” Bách Trượng nói: “Lại gần đây ta nói cho nghe.” Hoàng Bá lại gần và tát cho sư một bạt tai. Bách Trượng vỗ tay cười nói: “Tưởng râu tên Hồ thì đỏ, lại gặp tên Hồ đỏ râu.” Hành giả tu thiền phải nên luôn nhớ lời dạy của ngài bách Trượng: “Chẳng che mờ nhơn quả” (bất muội nhơn quả) trên bước đường tu tập giải thoát của chính mình. Câu chuyện trên đây là một trong những phong cách của nghệ thuật Thiền mà Thiền sư Bách trượng dùng để giải minh những giáo lý Phật giáo nào đó. Theo Vô Môn Huệ Khai trong Vô Môn Quan, chẳng rơi vào nhơn quả, sao lại đọa kiếp chồn hoang? Chẳng che mờ nhơn quả, sao lại thoát kiếp chồn hoang? Nếu ngó thấy được chỗ đó thì hiểu được Bách Trượng xưa, lợi được năm trăm kiếp phong lưu.

Bách Trượng Dĩ Ngạn: Thí dụ thứ 53 của Bích Nham Lục. Mã Tổ cùng Bách Trượng dạo vườn, thấy bầy vịt trời bay qua. Mã Tổ hỏi: “Là cái gì?” Bách Trượng thưa: “Bầy vịt trời.” Mã Tổ hỏi: “Đi đâu rồi?” Bách Trượng thưa: “Bay qua rồi.” Mã Tổ liền nắm lỗ mũi Bách Trượng

vận mạnh. Bách Trọng đau quá la lên. Mã Tổ bảo: "Đâu từng bay qua." Theo Viên Ngộ trong Bích Nham Lục, chánh nhãn xem ra lại là Bách Trọng đủ chánh nhơn. Mã Tổ không gió dậy sóng. Các ông cần cùng Phật, Tổ làm thầy tham lầy Bách Trọng, cần tự cứu chẳng xong tham lầy Mã Tổ. Xem cổ nhân trong mười hai giờ chưa từng chẳng ở trong ấy. Bách Trọng xuất gia từ thuở nhỏ, học tập giới định huệ, gặp lúc Mã Tổ xiển hóa ở Nam Xương tận tâm nương đỡ, hai mươi năm làm thị giả, cho đến tái tham dưới tiếng hét mới được đại ngộ. Hiện nay có người nói: "Vốn không chỗ ngộ, làm cái cửa ngộ, dựng lập việc này." Nếu kiến giải như thế ấy, như trùng trong thân sư tử ăn thịt sư tử. Đâu chẳng thấy cổ nhân nói: "Nguồn chẳng sâu thì dòng không dài; trí chẳng lớn thì thấy chẳng xa." Nếu hiểu là dựng lập thì Phật pháp đâu đến ngày nay. Xem Mã Tổ cùng Bách Trọng đi dạo vườn thấy bầy vịt trời bay qua, Mã Tổ đâu không biết vịt trời, tại sao lại hỏi thế ấy? Hãy nói ý của ngài rơi tại chỗ nào? Bách Trọng chỉ biết chạy theo sau. Mã Tổ nắm lỗ mũi Bách Trọng vận mạnh, Bách Trọng chịu đau không nổi nên la lên. Mã Tổ bảo: "Đâu từng bay qua." Bách Trọng liền tỉnh ngộ. Ngày nay có người hiểu lầm, vừa hỏi đến liền la lên, buồn cười nhảy chẳng ra. Hàng tông sư vì người phải chỉ dạy cho thấy tốt. Nếu họ chưa hiểu, chẳng nệ chạm bén đứt tay, chỉ cốt dạy họ rõ được việc này. Vì thế nói, hội thì giữa đường thọ dụng, chẳng hội thì thế để lưu bố. Mã Tổ đương thời, nếu chẳng nắm đứng thì chỉ thành thế để lưu bố. Phải là thấy cảnh gặp duyên xoay trở, dạy trở về chính mình, trong mười hai giờ không chỗ khiếm khuyết, gọi đó là tánh địa minh bạch. Nếu chỉ nương cỏ gá cây, nhận cái trước lừa sau ngựa, có dùng được vào chỗ nào? Xem Mã Tổ, Bách Trọng dụng thế ấy, tuy giống như sáng tỏ tinh lạnh, mà chẳng ở chỗ sáng tỏ tinh lạnh. Bách Trọng chịu đau không nổi la lên, nếu thấy thế ấy thì khắp cõi chẳng giấu, mỗi mỗi hiện thành. Vì thế nói, một chỗ thấu thì ngàn chỗ muôn chỗ đồng thời thấu. Hôm sau, Mã Tổ lên tòa, chúng vừa tụ họp, Bách Trọng ra cuốn chiếu. Mã Tổ xuống tòa về lại phương trượng, hỏi Bách Trọng: "Ta vừa lên tòa chưa nói pháp, vì sao ông lại cuốn chiếu?" Bách Trọng thưa: "Hôm qua bị Hòa Thượng nắm lỗ mũi đau." Mã Tổ hỏi: "Hôm qua ông nhằm chỗ nào lưu tâm?" Bách Trọng thưa: "Ngày nay lỗ mũi lại chẳng đau." Mã Tổ bảo: "Ông biết sâu việc ngày nay." Bách Trọng làm lễ rồi lui về liêu thị giả khóc. Đồng sự thị giả hỏi: "Ông khóc cái gì?" Bách Trọng nói: "Huynh đến hỏi Hòa Thượng." Thị giả

đến hỏi Mã Tổ. Mã Tổ bảo: "Ông hỏi lấy ý xem?" Thị giả lại về liêu hỏi Bách Trượng. Bách Trượng cười ha hả! Thị giả nói: "Ông vừa rồi khóc, giờ đây tại sao lại cười?" Bách Trượng nói: "Tôi vừa rồi khóc, giờ đây cười." Xem Sư sau khi ngộ lẫn trùng trục ngăn chặn chẳng đứng, tự nhiên linh hoạt.

Bách Trượng Độc Tọa Đại Hùng Đỉnh: Thí dụ thứ 26 của Bích Nham Lục. Một vị Tăng hỏi Bách Trượng: "Thế nào là việc kỳ đặc?" Bách Trượng đáp: "Ngồi một mình trên núi Đại Hùng." Vị Tăng lễ bái. Bách Trượng liền đánh. Theo Viên Ngộ trong Bích Nham Lục, gặp cơ đủ mất chẳng đoái ngại vong, cho nên nói chẳng vào hang cộp đầu bắt được cộp con. Bách Trượng bình thường dường như cộp chụp mồi. Vị Tăng này cũng chẳng sợ chết sống, dám nhổ râu cộp, nên hỏi thế nào là việc kỳ đặc? Vị Tăng này đã đủ con mắt sáng, nên Bách Trượng cho ông gánh vác, nói: "Ngồi riêng một mình trên núi Đại Hùng." Ông liền lễ bái. Thiền Tăng phải biện biệt ý trước khi hỏi mới được. Vị Tăng này lễ bái cùng việc lễ bái hằng ngày chẳng đồng, phải là người đủ mắt sáng mới được. Chớ đem gan mật bình sanh trút cho người, biết nhau lại như chẳng biết nhau. Chỉ xem vị Tăng hỏi: "Thế nào là việc kỳ đặc?" Bách Trượng đáp: "Ngồi riêng một mình trên núi Đại Hùng." Vị Tăng lễ bái, Bách Trượng liền đánh. Kia buông đi đồng thời đều phải thu lại thì quét sạch dấu vết. Hãy nói vị Tăng liền lễ bái, ý chỉ thế nào? Nếu bảo là tốt, tại sao Bách Trượng lại đánh ông? Nếu bảo là chẳng tốt, ông lễ bái có chỗ nào là chẳng được? Đến trong đây phải biết hay dở, rành trắng đen, đứng trên ngàn ngọn núi mới được. Vị Tăng này liền lễ bái, giống như nhổ râu cộp, chỉ dành cho nhau chỗ chuyển thân. May gặp Bách Trượng có con mắt tại đỉnh môn, trong tay có thần phù chiếu thấu bốn thiên hạ, biện rõ lai phong, cho nên liền đánh. Nếu là kẻ khác thì không làm gì được ý. Vị Tăng này lấy cơ đầu cơ, dùng ý dẹp ý, cho nên lễ bái. Như Nam Tuyền nói: "Canh ba đêm qua Văn Thù, Phổ Hiền khởi Phật kiến, pháp kiến, cho mỗi vị hai mươi gậy, đầy đến hai ngọn núi Thiết Vi." Triệu Châu ra chúng thưa: "Gậy của Hòa Thượng bảo ai ăn?" Nam Tuyền nói: "Vương lão sư có lỗi gì?" Triệu Châu liền lễ bái. Bạc Tông sư bình thường chẳng thấy chỗ thọ dụng, vừa gặp lúc đương cơ nêu ra, tự nhiên sống linh động. Ngũ Tổ tiên sư thường nói: "Giống như hai con ngựa đá nhau, ông chỉ thường tập thấy nghe thanh sắc, đồng thời ngồi dứt, nắm được đứng, làm chủ được mới thấy Bách Trượng và vị Tăng kia."

Bách Trượng Vân Vân Nham: Theo thí dụ thứ 72 của Bích Nham Lục. Bách Trượng lại hỏi Vân Nham: "Đẹp hết cỡ hòng môi mép làm sao nói?" Vân Nham thưa: "Hòa Thượng có hay chưa?" Bách Trượng nói: "Mất hết con cháu của ta." Theo Viên Ngộ trong Bích Nham Lục, Vân Nham ở chỗ Bách Trượng hai mươi năm làm thị giả, sau theo Đạo Ngộ đến Dục Sơn. Dục Sơn hỏi: "Ông ở trong hội Bách Trượng làm việc gì?" Vân Nham thưa: "Vượt khỏi sanh tử." Dục Sơn hỏi: "Lại vượt khỏi chưa?" Vân Nham nói: "Y không sanh tử." Dục Sơn nói: "Hai mươi năm ở chỗ Bách Trượng mà tập khí chưa trừ." Vân Nham từ giả ra đi yết kiến Nam Tuyền, sau trở lại Dục Sơn mới kể ngộ. Xem cổ nhân hai mươi năm tham cứu vẫn tự nửa xanh nửa vàng, dính da kẹt xương, không thể chóng thoát, phải ắt là phải, chỉ trước chẳng kết thôn, sau không tạo điểm. Đâu chẳng thấy nói: "Lời chẳng rời hang ổ, đâu hay thoát buộc ràng, cửa hang mây trắng phủ, biết bao người quên nguồn." Tông Tào Động gọi là xúc phá. Cho nên nói: "Đạp toan sơn trượng lâu phụng hoàng, thời như hiềm xúc thời nay hiệu." Vì thế nói rừng gai góc phải vượt qua mới được. Nếu chẳng vượt qua trước sau đều mắc kẹt, chặt chẳng đứt. Vừa rồi nói trước chẳng kế thôn, sau không tạo điểm, Vân Nham chỉ quản đi kiếm điểm người khác. Bách Trượng thấy Sư như thế, một lúc lời đánh chết.

Bách Trượng Thanh Quy: *Tổng Quan Về Bách Trượng Thanh Quy:* Bách Trượng Thanh Quy là tên của một tác phẩm được ngài Bách Trượng viết về quy luật (thanh quy) của Tăng chúng trong thiền viện. Quy luật chính xác mà ngài Bách Trượng đã nhấn mạnh về lao tác cho người tu tập thiền quán trong thiền viện. Tác phẩm do thiền sư Đức Huy soạn lại, trong đó ghi rõ các quy tắc được đề ra trong văn bản Bách Trượng Thanh Quy đến nay vẫn còn hiệu lực.

Nhất Nhật Bất Tác, Nhất Nhật Bất Thực: Một ngày không làm lao động là một ngày không ăn. Bách Trượng Hoài Hải (720-814) là vị thiền sư đầu tiên thiết lập một cộng đồng tự viện ở Trung Quốc với những luật lệ quy củ rõ ràng và nhấn mạnh đến việc lao động chân tay trong nhà thiền bao gồm trong quyển Bách Trượng Thanh Quy. Trong sinh hoạt hằng ngày của chính mình, Bách trượng đã là một tấm gương trong cuộc sống mà Sư mong đợi các đệ tử của mình đi theo. Ở vào tuổi tám mươi, Sư vẫn tiếp tục lao tác trên đồng ruộng mỗi ngày. Tuy nhiên, khi Sư trở nên yếu vì tuổi già, vài vị đệ tử quyết định là Sư nên tránh những công việc nặng nhọc như vậy và họ đã dấu đi những dụng

cụ làm vườn của Sư. Khi Bách Trượng không tìm được dụng cụ của mình, Sư trở về phương trượng và vào giờ ăn, Sư vẫn ở lại trong phòng. Sư không ăn ngày hôm đó và ngày tiếp theo. Các vị đệ tử bàn cãi vấn đề này và họ tự hỏi không biết có phải Sư giận vì những dụng cụ bị mất hay không, vì vậy họ để những dụng cụ của Sư về chỗ cũ. Bách Trượng trở ra làm việc và ăn uống như thường lệ. Sư bảo các đệ tử: "Một ngày không làm là một ngày không ăn." Chính vì lý do này mà Thiền sư Bách Trượng Hoài Hải luôn luôn làm một công việc tay chân nào đó cùng với các môn đồ của mình. Các thiền sinh muốn Bách Trượng nghỉ ngơi bởi vì họ không muốn thấy vị lão sư của mình làm việc nặng nhọc như họ. Nhưng Bách Trượng kiên quyết: "Lão Tăng không đủ phước để được người khác phục dịch; nếu như một ngày lão Tăng không làm việc là ngày đó lão Tăng không có quyền ăn cơm." Động lực muốn làm việc của Bách Trượng rõ ràng là xuất phát từ cảm giác khiêm cung, nhưng kỳ thật, lao động tay chân là một trong những nét căn bản của đời sống thiền. Ở Ấn Độ các Tăng sĩ chỉ khát thực và không có xu hướng làm việc nặng. Nhưng sự việc lại khác ở Trung Hoa. Cuộc sống đối với các Tăng sĩ Trung Hoa là phải tham dự vào lao động, phải cử động tay chân, sử dụng các dụng cụ, để thành tựu những mục tiêu cụ thể nào đó. Sự thực tiễn này trong tâm của người Trung Hoa đã cứu Phật giáo khỏi rơi vào trạng thái trây lười và một cuộc sống chỉ với trầm tư mặc tưởng, như chúng ta thấy sự kiện này được xác quyết một cách mạnh mẽ trong đời sống của thiền viện. Một thí dụ khác cho thấy chẳng có thứ gì đáng so sánh với việc cày ruộng, gặt lúa và ăn cơm. Một hôm Thiền sư Địa Tạng Quế Thâm đang làm việc ngoài ruộng. Thấy một vị Tăng mới nhập môn đi về phía mình, Sư hỏi: "Ông từ đâu đến?" Vị Tăng đáp: "Từ phương Nam." Quế Thâm nói: "Phật giáo ở phương Nam như thế nào?" Vị Tăng đáp: "Những thảo luận về các vấn đề tâm linh diễn tiến tốt đẹp." Quế Thâm nói: "Tất cả những thảo luận về thiền của họ chẳng có gì đáng so sánh với việc cày ruộng, gặt lúa và ăn cơm của chúng ta." Vị Tăng hỏi: "Thế tam giới thì sao?" Quế Thâm nói: "Ông muốn nói tam giới là cái gì à?" Vị Tăng không lời đối đáp. Theo Thiền sư D.T. Suzuki trong quyển "Sự Huấn Luyện của một Thiền Tăng Phật Giáo," cho dầu các ý niệm của chúng ta có cao và bay vút tận trời đi nữa, chúng ta cũng gắn chặt với mặt đất; không có cách nào để chúng ta chạy trốn sự hiện hữu thể chất này. Bất cứ tư tưởng nào chúng ta có thể có, chúng nhất định vẫn liên

hệ đến thân thể chúng ta, nếu như chúng có sức mạnh ảnh hưởng đến đời sống của chúng ta một cách nào đó. Một vị Thiền Tăng được đòi hỏi phải giải quyết những vấn đề hết sức trừu tượng; và để làm được việc này vị ấy phải chuyên tâm thiền định. Nhưng cho đến khi nào mà thiền định vẫn còn đồng hóa với các ý tưởng trừu tượng, thì không thể nào có được giải pháp thiết thực cho vấn đề. Vị hành giả có thể nghĩ rằng ông ta đã nhìn thấy rõ ràng ý nghĩa này. Nhưng khi nào nó vẫn chưa vượt qua được những giờ khắc thiền định, nghĩa là khi nó chưa được đem ra thí nghiệm trong đời sống, thì giải pháp vẫn chỉ là lý tưởng, nó không có kết quả và do đó nó sẽ biến mất ngay. Chính vì thế mà các thiền sư luôn luôn muốn thấy các môn đồ của mình làm việc cực nhọc ngoài đồng, trong rừng, hay trên núi. Kỳ thật, chính các thiền sư hướng dẫn đoàn lao tác, chính các ngài cầm mai, cầm kéo, cầm rìu, hay gánh nước hoặc đẩy xe.

Bách Trượng Phổ Thỉnh: Xuất Pha hay tất cả đều được mời. Tập trung chư Tăng trong thiền viện để tham gia lao tác. Thiền sư Bách Trượng Hoài Hải (720-814) là vị thiền sư đầu tiên thiết lập một cộng đồng tự viện ở Trung Quốc với những luật lệ quy củ rõ ràng và nhấn mạnh đến việc lao động chân tay trong nhà thiền bao gồm trong quyển Bách Trượng Thanh Quy. Ngài chủ trương "Một ngày không làm lao động là một ngày không ăn." Thiền sư Bách Trượng Hoài Hải luôn luôn làm một công việc tay chân nào đó cùng với các môn đồ của mình, vì Sư tin rằng mọi người trong thiền viện phải được "phổ thỉnh" hay được mời ra ngoài đồng làm việc. Không có sự phân biệt hay miễn trừ nào cả; bởi vì tất cả những người từ cao đến thấp trong đẳng cấp đều làm một thứ công việc như nhau. Tự nhiên là có sự phân công, nhưng không có ý niệm giai cấp xã hội nào làm hại cho sự an sinh chung của cộng đồng Tăng lữ cả. Hơn nữa, khi lao tác ngoài đồng, có nhiều cơ hội dễ dàng cho Tăng chúng hỏi thầy về vấn đề tu tập của họ. Hay cũng là cơ hội để thầy dạy đệ tử một vài điều gì đó về giáo pháp Thiền. Có lần Tuyết Phong hỏi Trường Khánh khi vị này đi đến phòng gặp thầy: "Ông đi đâu vậy?" Trường Khánh nói: "Trời đẹp, chỉ là một ngày cho việc làm ngoài đồng." Một hôm Thiền sư Quy Tông Trí Thường đi ra ngoài vườn của thiền viện để hái rau. Sư vẽ một vòng tròn chung quanh đám cỏ và bảo Tăng chúng đừng quấy rầy nó. Tăng chúng cẩn thận không đụng vào đám cỏ trong vòng tròn. Một lát sau Thiền sư Quy Tông Trí Thường lại trở ra vườn trại, thấy đám cỏ kia

không hề hấn gì, Sư cầm gậy đuổi Tăng chúng đi và nói: "Đúng là một đám ngu ngốc! Không một ai có đủ trí thông minh." Một hôm, Thiền sư Dục Sơn thấy một vị Tăng làm vườn bèn nói với ông ta: "Trồng khéo lắm nhưng đừng để rễ mọc." Vị Tăng chống chế nói: "Nếu rễ không mọc thì Huỳnh Đề con lấy gì ăn?" Dục Sơn hỏi: "Ông có miệng để ăn không?" Vị Tăng làm vườn không có câu trả lời. Một hôm, khi Tuyết Phong ở chỗ Động Sơn, đang khiêng một bó củi và đặt ngay trước mặt Động Sơn. Động Sơn hỏi: "Nặng bao nhiêu?" Tuyết Phong đáp: "Dầu cho tất cả mọi người trên thế giới này có cổ khiêng cũng không nổi." Động Sơn nói: "Vậy tại sao nó lên được tới đây?"

Bách Trượng: Tâm Thức Vô Trụ: Thiền sư Bách Trượng Hoài Hải dạy: "Nếu tâm của mấy ông đang dong ruổi buông lung ở đâu đó, mấy ông đừng chạy theo nó, tự nó sẽ dừng bước buông lung. Nếu tâm của mấy ông muốn nấn ná lại một nơi nào đó, mấy ông đừng theo nó và cũng đừng nấn ná lại với nó, thì việc đi tìm nơi trụ lại của tâm thức của mấy ông sẽ tự nó chấm dứt. Như vậy, mấy ông sẽ có được một tâm thức vô trụ, một tâm thức sẽ ở mãi trong trạng thái vô trụ. Nếu ngay nơi mấy ông, mấy ông ý thức hoàn toàn về một tâm thức vô trụ, mấy ông sẽ phát hiện rằng có sự việc định trú, với ý niệm rằng không có cái gì để làm chỗ trụ và cũng không có cái gì để làm nơi không trụ. Ý thức đầy đủ này ở ngay cái tâm vô trụ được biết như là một sự nhận thức rõ ràng về cái tâm của mình, hay nói cách khác, nhận thức rõ ràng về chân tánh của chính mấy ông."

Bách Trượng: Ý Thức Hiện Tiền Kính: Trong 'Bách Trượng Ngũ Lục Và Hành Trạng', Thiền sư Bách Trượng đã dạy: "Khi đọc kinh điển và nghiên cứu các học thuyết, bạn phải chuyển văn tự và đem chúng áp dụng cho chính bạn. Nhưng tất cả những lời giảng khẩu truyền chỉ chỉ ra tánh cố hữu của tấm gương hiện tiền của ý thức. Chừng nào tấm gương này chưa bị tác động bởi bất cứ vật gì hiện hữu hay phi hiện hữu, nó là người hướng dẫn của bạn. Tấm gương có thể chiếu sáng qua các cảnh giới hiện hữu và phi hiện hữu. Đó là kim cương trí trong đó bạn có phần trong sự tự do và độc lập. Nếu bạn không thể hiểu theo cách này, thì dầu cho bạn có tụng hết kinh điển cùng tất cả những cành nhánh tri kiến của nó, chỉ làm cho bạn trở nên kiêu ngạo và tỏ ra khinh thường Phật một cách ngược ngạo mà thôi, đó không phải là cách tu tập chân chính."

IV. Pháp Ngữ Của Thiền Sư Hoàng Bá Hy Vận:

Thiền Sư Hoàng Bá Hy Vận (?-850), nổi pháp Bách Trượng Hoài Hải, thuộc dòng Thiền Nam Tông của Lục Tổ Huệ Năng, thuộc đời thứ mười sau Tổ Bồ Đề Đạt Ma. Hy Vận là tên của một vị Thiền sư Trung Hoa vào thế kỷ thứ chín. Trong suốt cuộc đời hành nghiệp, Thiền sư Hoàng Bá Hy Vận đã để lại cho hậu thế chân lý sống động đặc biệt của Thiền. Những lời nói sâu sắc của các bậc trưởng lão và các thầy ngày xưa thuộc truyền thống Thiền. Những lời đó rất thường được các thầy về sau nhắc lại trong các phần trình bày kinh nghiệm chứng ngộ thiền của họ.

Hy Vận: Chư Phật Dữ Chúng Sanh Thị Giá Tâm: Chư Phật và chúng sanh chỉ là cái tâm này. Một hôm, Thiền sư Hoàng Bá nói trong bài thuyết pháp: "Chư Phật và tất cả chúng sanh chỉ là cái tâm này, chẳng có pháp nào khác. Từ vô thủy đến giờ Tâm này chưa từng sinh, chưa từng diệt. Không xanh không vàng. Không hình không tướng. Không hữu không vô, không cũ không mới, không dài không ngắn, không lớn không nhỏ. Nó vượt qua tất cả giới hạn đo lường tính đếm, nó vượt qua danh tự ngôn ngữ, nó vượt qua tung tích đối đãi. Nó ở ngay đây bây giờ, khởi niệm liền sai. Nó giống như hư không, chẳng có ngăn mé, không thể suy lường hay đo đạc. Phật không gì khác hơn là cái tâm này, là chính cái tâm của mấy ông." Đây là một trong những công án thuộc loại giải minh chân lý Thiền bằng những phán ngôn giản dị và trực chỉ, nghĩa là loại "minh nhiên xác nhận." Tuy nhiên, nói gì thì nói, dầu cho chúng đệ tử của Hoàng Bá có ngộ được đi nữa, các vị ấy cũng phải mất thêm vài mươi năm tu tập tham thiền mới bắt đầu gọi là được."

Hy Vận: Lễ Phật: Công án nói về cơ duyên vấn đáp giữa Thiền sư Hoàng Bá Hy Vận và một vị Tăng về chuyện lễ Phật. Theo Ngũ Đăng Hội, quyển IV và Truyền Đăng Lục, quyển IX, một hôm, Hoàng Bá đang lễ Phật trong chánh điện, một vị Tăng hỏi: "Thầy không cầu Phật, không cầu Pháp, không cầu Tăng, vậy Thầy lễ Phật để cầu cái gì?" Hoàng Bá nói: "Lão Tăng không cầu Phật, không cầu Pháp, không cầu Tăng gì cả, mà chỉ bái lễ như thường lệ vậy thôi." Vị Tăng nói: "Như vậy thì lễ để làm gì?" Hoàng Bá liền đánh. Vị Tăng nói: "Thô quá!" Hoàng Bá nói: "Cái ấy ở chỗ nào mà ông nói thô nói tế?" Nói xong, Hoàng Bá bèn đánh nữa, nói: "Hãy xem coi mấy ông đang ở đâu! Đây

có phải là chỗ để cho mấy ông nhàn đàm hay không?" Vị Tăng bỏ đi mà không nói một lời nào nữa.

Hy Vận: Ngoại Cảnh: Ngoại cảnh là sáu cảnh trần bên ngoài hay sáu trần sanh ra bởi sáu căn và sáu đối tượng của căn là sắc, thanh, hương, vị, xúc và pháp. Thiền sư Hoàng Bá Hy Vận dạy: "Người ta vẫn luôn nói rằng ngoại cảnh là trở lực cho tâm thức và hiện tượng ngăn trở nguyên lý. Vì vậy, họ cố gắng trốn chạy ngoại cảnh để tìm sự bình an cho tâm, và gạt bỏ các hiện tượng để bảo vệ nguyên lý. Họ không biết rằng chính tâm thức ngăn trở hiện tượng. Do đó nếu bạn giữ tâm thức trống không, ngoại cảnh cũng đương nhiên trống không, và nếu bạn giữ cho nguyên lý được an nhiên, hiện tượng cũng an nhiên. Đừng sử dụng tâm thức theo cách lộn ngược."

Hy Vận: Nhất Thể Tâm: Vấn đề trung tâm đối với Hoàng Bá, cũng như đối với đa phần các Thiền sư, là "tâm" và Sư đã chỉ ra rằng cũng giống như mắt không thể thấy được mắt, vậy thì tâm cũng không thể nào tìm được bởi tâm. Nhất Thể Tâm có nghĩa là cái Tâm Đại Đồng. Theo Hoàng Bá Ngũ Lục, một hôm Thiền sư Hoàng Bá thượng đường dạy chúng: "Chư Phật cùng tất cả chúng sanh chỉ là cái tâm Nhất Thể. Ngoài cái Tâm đó ra, không có thứ gì khác. Cái tâm vô thủy ấy vốn bất sinh bất hoại. Nó không xanh, không vàng, không hình tướng, diện mục. Nó không thuộc phạm trù những vật hiện hữu hay phi hiện hữu và nó cũng là bất khả tư nghì theo khái niệm mới hay cũ. Nó không dài, không ngắn, không lớn, không nhỏ vì nó vượt qua mọi giới hạn, cân đo, danh tánh, tung tích và so sánh. Đó là điều bạn thấy ngay trước mặt bạn, hãy thử bắt đầu lý luận về nó, ngay tức khắc, bạn sẽ sa vào lầm lạc. Nó cũng giống như khoảng trống vô hạn không thể thăm dò hoặc đo đạc. Chỉ riêng cái Tâm Nhất Thể là Phật và không có phân biệt nào giữa Phật và chúng sanh, nhưng chúng sanh vốn chấp trước hình tướng và luôn đi tìm Phật quả theo con đường bên ngoài. Bằng cách tìm kiếm này họ mất Phật quả, vì dùng Phật để tìm Phật và dùng Tâm để nắm lấy Tâm. Mặc dầu họ cố gắng tối đa đến muôn kiếp, họ sẽ không bao giờ đạt đến Phật quả. Họ không biết rằng nếu họ dứt cái tâm phân biệt và quên đi nỗi lo âu, Phật sẽ hiện ra trước mặt họ, vì cái Tâm ấy là Phật và Phật là mọi chúng sanh. Cái Tâm ấy không kém đi khi phát lộ nơi chúng sanh phàm tục, và cũng không lớn hơn khi phát lộ nơi chư Phật." Peter Matthiessen viết trong quyển "Dòng Sông Chín Đầu Rồng": "Trong tọa thiền, mỗi người đồng thời là cái ngã trong hiện

tại, cái ngã trong quá khứ, và cái ngã trong tương lai, tất cả cùng một lúc. Tôi có cái nhìn bao quát về giáo huấn Đại Thừa được hiểu như là cái tâm không phân biệt, qua nhận thức rằng cái gối để ngồi thiền màu đen này, ngọn lửa cây đèn, cơn ho hen, tiếng ợ, đức Phật, hương trầm, bức vẽ trên sàn nhà, cành cây thông, cơn đau nhói, và ý thức về các hiện tượng này, và tất cả mọi hiện tượng khác, đều có cùng chung ý nghĩa và cùng giá trị như nhau. Và ngày hôm sau, tất cả những gì còn lại trong tâm tôi cũng giống như bọt xà bông nổi lên rồi lắng lẽ vờ ra là cái tâm 'của tôi' và tất cả mọi cái tâm khác ở khắp nơi đều là sự hiển hiện cái Tâm Nhất Thể, cái Tâm Đại Đồng, giống như một đám vô số chim chóc đang bay lên hợp thành một bầy, giống như những con san hô tí hon chen chúc theo những con nước trên một bờ đá dài, không là một, mà cũng không khác, như một tạo vật to lớn với một linh hồn duy nhất."

Hy Vận: Tràng Tửu: Thí dụ thứ 11 của Bích Nham Lục. Một hôm sư thượng đường, đại chúng vân tập, Hoàng Bá bảo: "Các người! Các người muốn cầu cái gì?" Sư cầm trượng đuổi chúng. Đại chúng không tan. Sư lại ngồi xuống bảo: "Các người toàn là bọn ăn hèm, thế mà xưng hành khát để cho người chê cười. Thà cam thấy tám trăm, một ngàn người giải tán, chớ không thể giải tán, không thể chịu sự ồn náo. Ta khi đi hành khát hoặc gặp dưới rễ cỏ có cái ấy, là đem hết tâm tư xem xét nó. Nếu biết ngứa ngáy khả dĩ lấy đũa đựng gạo cúng dường. Trong lúc đó, nếu dễ dàng như các người hiện giờ thì làm gì có việc ngày nay. Các người đã xưng là hành khát, cần phải có chút ít tinh thần như thế, mới có thể biết đạo. Trong nước Đại Đường không có Thiền Sư sao?" Có vị Tăng hỏi: "Bậc tôn túc ở các nơi hợp chúng chỉ dạy, tại sao nói không Thiền Sư?" Hoàng Bá bảo: "Chẳng nói không thiền, chỉ nói không sư. Xà Lê chẳng thấy sao, dưới Mã Tổ Đại Sư có tám mươi bốn người ngồi đạo tràng, song được chánh nhãn của Mã Tổ chỉ có hai ba người, Hòa Thượng Lô Sơn Qui Tông là một trong số ấy. Phàm người xuất gia phải biết sự phần từ trước lại mới được. Vả như, dưới Tứ Tổ, Đại sư Ngưu Đầu Pháp Dung nói dọc nói ngang vẫn chưa biết then chốt hướng thượng. Có con mắt này mới biện được tông đảng tà chánh. Người hiện giờ không hay thể hội, chỉ biết học ngôn ngữ, nghĩ nhảm trong dây da tức chỗ đến an ổn, xưng là ta tự hội thiền, lại thay việc sanh tử cho người được chăng? Khinh thường bậc lão túc vào địa ngục nhanh như tên bắn. Ta vừa thấy người vào cửa liền biết được rồi. Lại

biết chẳng? Cần kíp nỗ lực chớ dung dị. Thọ nhận chén cơm manh áo của người mà để một đời qua sông, người sáng mắt chê cười. Người thời gian sau hẳn sẽ bị người tục lồi đi. Phải tự xem xa gần cái gì là việc trên mặt? Nếu hội liên hội, nếu không hội giải tán đi!”

V. Pháp Ngữ Của Thiền Sư Lâm Tế Nghĩa Huyền:

Thiền Sư Lâm Tế Nghĩa Huyền (?-866), nối pháp Thiền Sư Hoàng Bá Hy Vận. Ông thuộc dòng Thiền Nam Tông của Lục Tổ Huệ Năng, thuộc đời thứ mười một sau Tổ Bồ Đề Đạt Ma. Lâm Tế là tên của một vị Thiền sư Trung Hoa vào thế kỷ thứ chín. Trong suốt cuộc đời hành nghiệp, Thiền sư Lâm Tế Nghĩa Huyền đã để lại cho hậu thế chân lý sống động đặc biệt của Thiền. Những lời nói sâu sắc của các bậc trưởng lão và các thầy ngày xưa thuộc truyền thống Thiền. Những lời đó rất thường được các thầy về sau nhắc lại trong các phần trình bày kinh nghiệm chứng ngộ thiền của họ.

Lâm Tế Chân Nhân: Lâm Tế được tiếng qua việc đối xử rất thô với đệ tử của mình, nhưng người ta cũng thừa nhận rằng phương pháp của Sư có hiệu quả. Lâm Tế Chân Nhân là chủ đề của một công án nói về cơ duyên vấn đáp giữa Thiền sư Lâm Tế Nghĩa Huyền và một vị Tăng tên là Định Châu trong khi Sư đang thượng đường dạy chúng. Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển XII, một hôm sư thượng đường thuyết pháp: “Trên đồng thịt đỏ lòm có một vô vị chân nhân thường ra vô theo lối cửa mở trên mặt các người. Thầy nào sơ tâm chưa chứng cứ được thì nhìn đây.” Có một thầy tên là Định Châu bước ra hỏi: “Vô vị chân nhân ấy là cái gì?” Lâm Tế vụt bước xuống thiền sàng, nắm cứng Định Châu hét lớn, ‘Nói đi! Nói đi!’” Định Châu đang lính quýnh thì Tổ buông ra, trề môi nói: “Vô vị chân nhân, ô chỉ là một cục phân khô.” Nói xong ngài đi thẳng vào phương trượng. Vô vị chân nhân là con người thật không có địa vị, tên khác của bản lai diện mục. Vô vị chân nhân là từ ngữ của Lâm Tế để chỉ cái “Ngã.” Giáo lý của ông hầu như chuyên biệt quanh cái “người này.” Người mà đôi khi chúng ta gọi là “Đạo Nhân.” Có thể nói ông là vị Thiền sư đầu tiên trong lịch sử tư tưởng Trung Hoa hùng hồn xác nhận sự hiện diện của “Người này” trong mọi giai đoạn sinh hoạt nhân sinh của chúng ta. Ông không bao giờ chán nản trong việc chỉ dạy các đệ tử phải nhận cho ra cái “Người này” hay cái “Chân Ngã.” Chân Ngã là một thứ ngã siêu hình đối nghịch với cái ngã tâm lý hay đức lý thuộc về một thế

giới tương đối hữu hạn. “Vô vị chân nhân” của Lâm Tế được định nghĩa là “vô y: hay “không thuộc vào” hay “không mang y phục,” tất cả những cái ấy khiến chúng ta nghĩ đến cái Ngã “siêu hình.”

Lâm Tế Hát Đức Sơn Bồng: Tiếng hét thường được dùng bởi các thiền sư để làm giật mình thiền sinh và đưa họ thẳng tới chỗ đại ngộ. Đây là từ vô nghĩa mà các thiền sư thường dùng để giúp đệ tử vượt qua tri thức nhị nguyên và ngã kiến để đi thẳng vào bản tâm. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng nguyên lý cơ bản của mọi phương pháp dạy Thiền là cốt đánh thức ở nội tâm người cầu đạo một năng khiếu nào đó để tự chính họ trực giác lấy chân lý Thiền. Vì thế, các thiền sư thường dùng lối “tác động thẳng” và không phí thì giờ giảng giải dài dòng. Các cuộc đối thoại giữa thầy trò thường rất cô đọng và không tuân theo khuôn phép lý luận nào cả. Các thiền sư thường dùng những phương pháp không nhằm giải thích, mà cốt chỉ thẳng con đường trực ngộ Thiền. Theo Thiền, chúng ta hoàn toàn sống ngay trong chân lý, sống bằng chân lý; khi sống với Thiền chúng ta không thể nào tách rời với chân lý được. Theo truyền thống, tiếng hét được Mã Tổ Đạo Nhất dùng trước tiên. Tiếng hét xảy ra khi Mã Tổ “ngộ” thiền. Tiếng hét chủ yếu chỉ liên hệ với tông Lâm Tế, một tông phái nổi tiếng về phương pháp trực diện và đốn ngộ, gồm những cú đập bằng tích trượng. Người ta tin rằng một thiền sư đã chứng ngộ có thể nhận biết học trò của mình có đến gần với “ngộ” và việc vén lên bức màn vô minh có thể quét đi một cách nhanh chóng bằng phương cách khéo léo này. Còn về Đức Sơn, vị Thiền sư này nổi tiếng về lối vung gậy của mình. Khi Đức Sơn đã trở thành một bậc thầy, ngài thường nói với kẻ hỏi đạo: “Dù nói được hay nói không được, nhà ngươi cũng lãnh ba chục hèo.” Đây là một trong những công án thuộc loại giải minh chân lý Thiền bằng những lập trường phủ nhận, hư hóa hay phế bỏ. Với loại công án này, chúng ta thường cáo buộc các Thiền sư là phủ nhận. Nhưng kỳ thật họ chẳng phủ nhận gì cả, những gì họ đã làm chỉ nhằm để vạch rõ ra các ảo tưởng của chúng ta cho vô hữu là hữu, hữu là vô hữu, vân vân. Ý tưởng của Đức Sơn cốt giữ cho đầu óc chúng ta thoát ngoài những ràng buộc nhị nguyên và triết lý hư tưởng. Lúc đó nếu có một vị Tăng bước đến, nắm cây gậy trong tay Đức Sơn và ném xuống đất. Đó có phải là câu trả lời chẳng? Đó có phải là thủ đoạn đáp lại lời hăm dọa “ba chục hèo” của Đức Sơn chẳng? Đó có phải là con đường thoát ngoài bốn mệnh đề của “tứ cú”, siêu lên nếp tư tưởng luận lý

chẳng? Tóm lại, con đường tự do giải thoát là như vậy chẳng? Trong Thiền không có cái gì là khuôn phép hết, mỗi người tùy tiện giải quyết nỗi khó khăn riêng theo mỗi cách khác nhau. Đó là chỗ bắt nguồn độc đáo của Thiền, đầy sinh khí và sáng tạo. Đây cũng là loại công án "mặc nhiên phủ nhận", nghĩa là, loại công án giải minh chân lý Thiền bằng lối phát biểu hư hóa hoặc phế bỏ.

Lâm Tế Hạo Lư: Công án nói về cơ duyên vấn đáp giữa Thiền sư Lâm Tế Nghĩa Huyền và Tam Thánh Huệ Nhiên khi Lâm Tế sắp thị tịch. Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển XII, vào năm 867 khi sắp mất, Lâm Tế ngồi ngay thẳng, nói: "Sau khi ta tịch chẳng được diệt mất Chánh Pháp Nhãn Tạng của ta." Tam Thánh thưa: Đâu dám diệt mất Chánh Pháp Nhãn Tạng của Hòa Thượng." Lâm Tế bảo: "Về sau có người hỏi, người đáp thế nào?" Tam Thánh liền hét! Sư bảo: "Ai biết Chánh Pháp Nhãn Tạng của ta đến bên con lửa mù diệt mất." Nói xong sư ngồi thẳng thị tịch.

Lâm Tế: Mạnh Mạnh Tương Dẫn: Người mù dẫn đường cho kẻ đi. Trong thiền, từ này có nghĩa là những người chưa thấu rõ thiền pháp mà lại đi dạy đạo, hậu quả sẽ cực kỳ tai hại cho mọi người. Theo Lâm Tế Ngữ Lục, một hôm, thiền sư Lâm Tế thượng đường dạy chúng: "Chư Đại đức, hãy biết tiếc cái thời gian. Đừng như những người mù sờ voi, hay đi tu mù luyện. Đừng có làm thói lẩn mò lê lét mà học Thiền học Đạo, tìm chữ tìm câu, cầu Phật, cầu Tổ, cầu thiện tri thức. Chỉ có một thứ cha mẹ, ngoài thứ này ra các ngài tìm cầu cái gì nữa? Các ngài hãy tự mình soi rọi lại chính mình. Đức Phật có nói cho chúng ta một câu chuyện về Diễn Nhã nghĩ rằng mình mất đầu, chạy cùng nơi khắp chốn tìm kiếm; nhưng khi biết ra đầu mình chưa hề mất, thành ra một người an bình vô sự. Chư Đại đức, hãy là chính mình, chứ đừng bắt chước trò hề. Có một bọn trọc điên khùng, chẳng biết tốt xấu gì hết, nhìn đâu cũng thấy toàn là quỷ, là thần, chỉ cái này trở cái kia. Cầu trời tốt trời mưa. Cái bọn đó, chắc chắn có ngày mang nợ đến trước mặt Diêm Vương, nuốt hòn sắt nóng đỏ mà đền trả. Con trái con gái những gia đình đang hoàng bị một bọn chồn hoang yêu quái ám làm bại hoại mất tinh khí. Thật là lũ mù khốn khổ! Có ngày chúng phải đền trả đủ hết tiền cơm gạo của đàn na tín thí!"

Lâm Tế: Nhất Tật Phiền Thân: Vừa bị đẩy một cái là toàn thân xoay chuyển. Trong thiền, từ này có nghĩa là một khi được vị thiền sư khơi gợi người học liền lãnh hội hoàn toàn yếu chỉ nhà thiền. Theo

Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển XII, trước nhất Lâm Tế đến hội Hoàng Bá, và khi đang ở trong hội Hoàng Bá, Sư không học được gì hết vì mỗi lần mở miệng hỏi về đại nghĩa pháp Phật là mỗi lần bị Hoàng Bá đánh. Nhưng chính những trận đòn ấy là "Nhất tạt phiên thân", khi thời cơ đến, đã mở mắt Lâm Tế trên diệu lý Thiền, và khiến sư reo lớn rằng: "Thì ra Thiền Hoàng Bá chả có gì lắm đó!"

Lâm Tế Phật Pháp Đại Ý: Công án nói về cơ duyên vấn đáp giữa Thiền sư Lâm Tế Nghĩa Huyền và Định Thượng Tọa. Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển XII, một hôm, Định Thượng Tọa hỏi Lâm Tế: "Thế nào là đại ý của pháp Phật?" Lâm Tế bước xuống tòa, nắm lấy Thượng Tọa, xấn cho một bạt tai, rồi xô ra. Định Thượng Tọa đứng khựng. Ông Tăng đứng bên nhắc: "Định Thượng Tọa, sao không lay Hòa Thượng đi!" Định Thượng Tọa toan lay thì ngay lúc ấy hốt nhiên đại ngộ.

Lâm Tế Tài Tùng: Công án nói về cơ duyên vấn đáp giữa Lâm Tế Nghĩa Huyền và thầy mình là Thiền sư Hoàng Bá Hy Vận. Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển XII, ngày nọ, Lâm Tế đang trồng tùng, Hòa Thượng Hoàng Bá hỏi: "Trong chốn núi sâu trồng nhiều tùng để làm gì?" Lâm Tế đáp: "Thứ nhất là để tạo cảnh trí, và thứ nhì là làm vật tiêu biểu cho đời sau." Nói xong, Lâm Tế động cán cuốc xuống đất ba cái. Hoàng Bá nói: "Tuy được như thế nhưng ông đã ăn 30 gậy của ta rồi." Lâm Tế lại động thêm 3 cái nữa, rồi phát lên một tiếng "Hư, hư." Hoàng Bá nói: "Tông ta đến đời ông được hưng thịnh đấy!"

Lâm Tế Tam Cú: Ba câu yếu chỉ của Thiền sư Lâm Tế. Lâm Tế Tam Cú, cách thức diễn tả được khai triển bởi Thiền sư Lâm Tế Nghĩa Huyền, vị sáng lập ra tông Lâm Tế, như là một phương sách để giáo huấn đệ tử. Nó được căn cứ trên ngữ lục của Thiền sư Lâm Tế: "Một hôm, một vị Tăng đến và hỏi: 'Cái gì là đệ nhất cú?' Lâm Tế nói: 'Khi mà tam yếu ẩn khai chu, điểm trách, chưa cho nghĩ ngợi sự phân biệt chủ khách.' Vị Tăng lại hỏi: 'Thế còn Đệ nhị cú là gì?' Lâm Tế nói: 'Bài trừ câu hỏi vô vị, ngăn chặn cơ duyên bên ngoài (làm sao mà kỷ xảo dùng trong phương tiện lại chống trái với sức mạnh vệt xuyên qua trăm ngàn dòng chảy cho được?)" Vị Tăng lại hỏi: 'Thế nào là đệ tam cú?' Lâm Tế nói: 'Nhìn xem trên rạp diễn trò rồi, giật dây sau màn. Làm sao lý hội đây?'" Những câu này trở nên nổi tiếng ở Trung Hoa và Nhật Bản. Truyền thống Lâm Tế về sau này dùng công thức này

như một công án. Tuy nhiên, truyền thống không có sự hiểu biết thống nhất về ý nghĩa của ba câu này.

Lâm Tế Tam Huyền: Ba pháp giáo huấn huyền diệu của tông Lâm Tế. Thứ nhất là thể trung huyền. Câu nói phải chất phác, ngay thật và không trau chuốt. Thứ nhì là cú trung huyền. Lời nói không mắc kẹt nơi tình thức phân biệt. Thứ ba là huyền trung huyền. Câu nói lia đối đãi nhị nguyên.

Lâm Tế Tam Huyền Qua Giáp: Ba pháp giáo huấn huyền diệu của tông Lâm Tế giống như là giáo và giáp mà người tu thiền phải nên luôn tự trang bị cho mình.

Lâm Tế: Thiên Thủ Thiên Nhãn Quán Thế Âm Bồ Tát: Một hôm, Thiền sư Lâm Tế được thí chủ mời thuyết giảng. Khi Sư thăng đường và định thuyết pháp thì Ma Cốc Bảo Triệt bước ra hỏi: "Quán Thế Âm Bồ Tát có ngàn tay ngàn mắt. Mắt nào là mắt chính?" Lâm Tế đáp lại: "Quán Thế Âm Bồ Tát có ngàn tay ngàn mắt. Mắt nào là mắt chính? Nói mau! Nói mau!" Đoạn Ma Cốc dùng sức cổ kéo Lâm Tế khỏi chỗ ngồi và tự mình bước lên ngồi. Lâm Tế bước về phía Ma Cốc và nói rất khiêm nhường: "Thưa ngài, tôi không hiểu." Ma Cốc vừa định trả lời thì bị Lâm Tế kéo xuống khỏi chỗ ngồi và lại bước lên ngồi nữa. Sau khi Ma Cốc đi ra khỏi giảng đường. Lâm Tế cũng bước xuống khỏi chỗ ngồi, và chẳng có bài thuyết pháp nào cả. Đây là một trong những công án thuộc loại giải minh chân lý Thiền bằng những lập trường phủ nhận, hư hóa hay phế bỏ. Với loại công án này, chúng ta thường cáo buộc các Thiền sư là phủ nhận. Nhưng kỳ thật họ chẳng phủ nhận gì cả, những gì họ đã làm chỉ nhằm để vạch rõ ra các ảo tưởng của chúng ta cho vô hữu là hữu, hữu là vô hữu, vân vân. Kỳ thật, cuối cùng rồi không có một pháp nào để thuyết cả.

Lâm Tế Thiên Châm: Trong thiền, tấm ván, cái gối hay bất cứ vật gì trong thiền đường đều đóng vai trò quan trọng. Tấm ván và cái gối xuất hiện trong một số công án như thí dụ số 20 trong Bích Nham Lục, trong đó chúng ta thấy sự xuất hiện của các thiền sư Thúy Vi, Lâm Tế và Long Nha. Long Nha hỏi Lâm Tế: "Việc trưởng lão đến từ Tây phương có ý nghĩa như thế nào?" Lâm Tế đáp: "Đưa cho ta cái gối." Long Nha đưa cái gối cho Lâm Tế. Lâm Tế cầm lấy cái gối và đánh Long Nha. Long Nha nói: "Ta bị đánh là vì đáng đánh; nói cách khác, việc trưởng lão đến từ phương Tây chẳng có ý nghĩa gì cả."

Lâm Tế: Xích Nhục Đoàn: Quả tim, thân người, hay một khối thịt đỏ. Truyền Đăng Lục, quyển XII, một hôm Thiền sư Lâm Tế Nghĩa Huyền, người sáng lập ra tông Lâm Tế, thượng đường dạy chúng: "Ở đây khối thịt đỏ này có vô vị chân nhân, thường từ cửa mắt các ông ra vào. Trong các ông, ai chưa chứng điều này, hãy xem!" Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng chúng ta căn bản không là gì khác hơn những cánh cửa từ mắt của chúng ta, và mọi thứ đi qua các cánh cửa này là những đối tượng của các căn hay giác quan. Điều này cũng được diễn đạt trong một công án nổi tiếng nói về cánh cửa như là bản chất thật của Triệu Châu. Theo Bích Nham Lục, tấc 9, một vị Tăng hỏi Triệu Châu: "Triệu Châu là gì?" Triệu Châu đáp: "Đông môn, tây môn, nam môn, bắc môn." Có vẻ như Triệu Châu nói rằng người ta có thể đi vào thị trấn từ bất kỳ hướng nào. Nhưng quan trọng hơn, ngài nói rằng chính ngài, và tất cả chúng ta, không gì khác hơn ngoài những cánh cửa này, qua đó hiện tượng đến và đi không gián đoạn. Không phải chúng ta có những giác quan này, mà chúng ta không là gì khác ngoài những cánh cửa này, những giác quan này. Là như vậy, nên chúng ta không là gì cả, vô ngã; đây chính là bản chất thật.

Lâm Tế: Xúc Tỷ Dương: Con dê không phân biệt đồ vật được bằng mắt, mà phải đợi đến khi vật chạm vào mũi thì nó mới ăn. Nhà Thiền dùng từ này để chỉ cho người tu đạo mà mê muội, tu tập một cách mù quáng chứ chẳng biết chỉ đến chánh pháp. Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển XII, một hôm, Thiền sư Lâm Tế thượng đường dạy chúng: "Các thiền sinh thời bây giờ hoàn toàn mù tịt về chân lý. Họ giống như những chú dê già nua, vờ hết cả những gì mà họ vấp phải dưới chân họ (xúc tỷ dương). Họ không phân biệt được giữa tớ và chủ, hay giữa khách và chủ. Những người như vậy đi vào Thiền với tâm thức lệch lạc, và hoàn toàn không có khả năng tu tập một cách hiệu quả khi đi vào những hoàn cảnh năng động. Người ta có thể kêu họ là những người được sơ tâm điểm đạo, nhưng thật sự họ chỉ là những kẻ thế tục tầm thường. Những người thật sự buông bỏ phải làm chủ được khả năng nhận thức đúng đắn, để phân biệt được người giác ngộ và kẻ bị ma ám, cái thật và cái giả, nhà hiền triết và kẻ suy đồi. Nếu mấy ông có được những biện biệt rõ ràng như thế, người ta có thể nói là mấy ông đã thật sự rời bỏ những lệ thuộc. Bây giờ mấy ông có thể thấy được tà ma ám chướng đối với Phật giáo đang lẫn lộn với sự việc chân thật. Những người sáng suốt đã từ bỏ hẳn ma chướng cùng

lúc với Phật giáo. Nếu tôn sùng cái thiêng liêng và khinh khi cái phàm tục, mấy ông vẫn còn là những cái bọt bong bóng trong đại dương mê hoặc."

(F) Tóm Lược Về Thiền Lý & Thiền Tập Của Lâm Tế Tông

I. Tổng Quan Về Thiền Pháp Tông Lâm Tế:

Tổng Quan Về Thiền Pháp: Trong giáo thuyết Thiền, thiền pháp có nghĩa là hành pháp tọa thiền hay hành nghi của thiền gia. Pháp môn hay tông chỉ nhà Thiền được tìm thấy trong Như Lai Thiền trong các kinh điển, và Tổ Sư Thiền hay Đạt Ma Thiền được Tổ Bồ Đề Đạt Ma truyền sang Trung Quốc (phép thiền mẫu nhiệm được truyền cho nhau bằng tâm ý giữa các vị tổ sư). Thường người ta tưởng rằng pháp Thiền cốt gây nên một trạng thái tự kỷ ám thị bằng cách mặc tưởng. Điều này không hoàn toàn đúng. Kỳ thật, ngộ thiền không phải là tạo ra một điều kiện nào đó theo chủ tâm đã định trước bằng cách tập trung tư tưởng vào đó. Ngộ thiền là sự nhận chân một năng lực tâm linh mới để có thể phán đoán sự vật trên một quan điểm mới. Tự thuở giờ sự phát triển tâm thức luôn khiến chúng ta thụ động đáp lại những kích thích bên trong và bên ngoài bằng khái niệm và tư biện. Pháp Thiền cốt dứt khoát lật đổ ngôi nhà giả tạo ấy để dựng lên cái khác trên một nền tảng hoàn toàn mới. Cơ cấu cũ gọi là vô minh, và cơ cấu mới gọi là giác ngộ. Do đó, không bao giờ có chuyện trầm tư mặc tưởng về những câu nói tượng trưng hoặc siêu hình nào cả, vì chúng toàn là sản phẩm giả tạo của ý thức, của cơ trí, nên không can dự gì đến Thiền.

Lâm Tế: Tín Tâm Vi Bối: Lấy sự tín tâm làm căn bản. Một hôm, thiền sư Lâm Tế thượng đường dạy chúng: "Này các đạo lưu, các đấng tiên đức xưa thầy đều có con đường nhiếp dẫn mọi người; riêng lối chỉ dạy của sơn Tăng đây, chỉ cốt giúp mọi người không bị mê hoặc. Nếu mấy ông muốn dùng, thì cứ dùng, chứ đừng chần chờ thắc mắc. Ngày nay kẻ học vì bất ổn nào mà không thể chứng đắc? Bất ổn chính ở chỗ họ không có đủ *Tín Tâm*. Một khi mấy ông không có đủ tín tâm, tức thì bị những cảnh ngộ chung quanh dày xéo. Khi bị ngoại cảnh sai sử và lôi kéo, mấy ông hết còn có tự do nào nữa. Nếu mấy ông không còn mãi miết theo ngoại cảnh, mấy ông sẽ được như các đấng tiên đức.

Mấy có muốn biết các đấng tiên đức xưa như thế nào không? Họ chẳng khác gì những người đang đứng ngay trước mặt mấy ông nghe ta giảng pháp. Chỉ vì thiếu tín tâm mà mãi miết đuổi theo ngoại vật. Và những gì mà mấy ông bắt được bằng sự đeo đuổi ấy chỉ là cái xuất sắc của văn tự, xa với cuộc sống của các tiên đức xưa. Các đạo lưu! Theo chỗ thấy của sơn Tăng đây với đức Thích Ca không khác. Ngày nay, trăm đường ứng dụng còn thiếu chỗ nào đâu. Sáu nẻo thần quang, chưa từng gián đoạn, chưa từng trắc trở. Nếu thấy được như thế, quả thật là một kẻ vô sự. Mong các đạo lưu đừng nhầm lẫn chỗ này, hãy cẩn trọng!"

Pháp Môn Bí Truyền Của Tông Lâm Tế: Trong khi pháp môn tu tập của tông Tào Động là dạy cho môn đồ cách quán tâm mình trong tĩnh lặng. Trái lại, pháp môn của tông Lâm Tế là bắt tâm của các môn đồ phải tìm cách giải quyết một vấn đề không thể giải quyết được mà chúng ta gọi là tham công án hay thoại đầu. Chúng ta có thể xem pháp môn của tông Tào Động là hiển nhiên hay công truyền thì pháp môn của tông Lâm Tế là ẩn mật hay bí truyền. So với pháp môn công truyền của phái Tào Động thì pháp môn bí truyền của tông Lâm Tế rắc rối hơn nhiều, vì lối tham thoại đầu hay công án hoàn toàn vượt ra ngoài tầm của kẻ sơ học. Người ấy bị xô đẩy một cách cốt ý vào bóng tối tuyệt đối cho đến khi ánh sáng bất ngờ đến được với y.

Lâm Tế: Thủ Thủ Ngữ: Sự giải thích lỏng lẻo kém cỏi. Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển XII, một hôm, Thiền sư Lâm Tế thượng đường dạy chúng: "Mấy ông chớ để dễ dàng bị lão sư ở các nơi ẩn chứng lừa bịp rồi nói mình ngộ thiền ngộ đạo. Các thiền sinh thời bây giờ hoàn toàn mù tịt về chân lý. Họ giống như những chú cừu già nua, vơ hết cả những gì mà họ vấp phải dưới chân họ. Họ không phân biệt được giữa tớ và chủ, hay giữa khách và chủ. Những người như vậy đi vào Thiền với tâm thức lệch lạc, và hoàn toàn không có khả năng tu tập một cách hiệu quả khi đi vào những hoàn cảnh năng động. Người ta có thể kêu họ là những người được sơ tâm điểm đạo, nhưng thật sự họ chỉ là những kẻ thế tục tầm thường. Những người thật sự buông bỏ phải làm chủ được khả năng nhận thức đúng đắn, để phân biệt được người giác ngộ và kẻ bị ma ám, cái thật và cái giả, nhà hiền triết và kẻ suy đồi. Nếu mấy ông có được những biện biệt rõ ràng như thế, người ta có thể nói là mấy ông đã thật sự rời bỏ những lệ thuộc. Bây giờ mấy ông có thể thấy được tà ma ám chướng đối với Phật giáo đang lẫn lộn

với sự việc chân thật. Những người sáng suốt đã từ bỏ hấn ma chướng cùng lúc với Phật giáo. Nếu tôn sùng cái thiêng liêng và khinh khi cái phàm tục, mấy ông vẫn còn là những cái bọt bong bóng trong đại dương mê hoặc."

II. Lâm Tế Tứ Hát:

Bốn thứ tiếng hét của Lâm Tế. Các Thiền Sư trong Tông Lâm Tế hay sử dụng "Một tiếng hét" để làm giựt mình thiền sinh và đưa họ thẳng tới chỗ đại ngộ. Đây là từ vô nghĩa mà các thiền sư thường dùng để giúp đệ tử vượt qua tri thức nhị nguyên và ngã kiến để đi thẳng vào bản tâm. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng nguyên lý cơ bản của mọi phương pháp dạy Thiền là cốt đánh thức ở nội tâm người cầu đạo một năng khiếu nào đó để tự chính họ trực giác lấy chân lý Thiền. Vì thế, các thiền sư thường dùng lối "tác động thẳng" và không phí thì giờ giảng giải dài dòng. Các cuộc đối thoại giữa thầy trò thường rất cô đọng và không tuân theo khuôn phép lý luận nào cả. Các thiền sư thường dùng những phương pháp không nhằm giải thích, mà cốt chỉ thẳng con đường trực ngộ Thiền. Theo Thiền, chúng ta hoàn toàn sống ngay trong chân lý, sống bằng chân lý; khi sống với Thiền chúng ta không thể nào tách rời với chân lý được. Theo truyền thống, tiếng hét được Mã Tổ Đạo Nhất dùng trước tiên. Tiếng hét xảy ra khi Mã Tổ "ngộ" thiền. Tiếng hét chủ yếu chỉ liên hệ với tông Lâm Tế, một tông phái nổi tiếng về phương pháp trực diện và đốn ngộ, gồm những cú đập bằng tích trượng. Người ta tin rằng một thiền sư đã chứng ngộ có thể nhận biết học trò của mình có đến gần với "ngộ" và việc vén lên bức màn vô minh có thể quét đi một cách nhanh chóng bằng phương cách khéo léo này. Theo Thiền sư D.T. Suzuki trong Thiền Luận, Tập I, Lâm Tế phân biệt có bốn cách hét, tùy tiện mà dùng, gọi là "Tứ Hát." Tiếng hét thứ nhất như gươm báu vua Kim Cang. Tiếng hét thứ nhì như bốn vó sư tử vàng trụ bộ trên mặt đất. Tiếng hét thứ ba như cần câu quơ bóng cỏ. Tiếng hét thứ tư không có tác dụng của tiếng hét.

III. Lâm Tế Tứ Kiến:

Theo giáo thuyết nhà Thiền, chủ thể và đối tượng bất nhị. Con người và hiện tượng (chủ thể và đối tượng) không hai. Từ ngữ này dựa vào sự thể nghiệm căn bản của thiền về sự không phân biệt giữa chủ thể (con người) và đối tượng (hiện tượng). Ý tưởng sai lầm này, theo

đó chủ thể suy nghĩ tách khỏi thế giới hiện tượng, nằm bên ngoài ý nghĩ của mình, là một dấu hiệu mù quáng mà Thiền tìm cách khắc phục. Có bốn cách nhìn thế giới theo quan điểm của tông Lâm Tế. Những cách xem xét thế giới này là một sự tiến dần từ trạng thái ý thức nhị nguyên tới ý thức đại giác. Thứ nhất là không có chủ thể nào không có đối tượng. Thứ nhì là toàn bộ thế giới chỉ là những phóng chiếu của ý thức cá nhân. Thứ ba là có một trạng thái trong đó tính nhị nguyên của chủ thể và đối tượng bị vượt qua. Thứ tư, cuối cùng không có cả chủ thể lẫn đối tượng.

IV. Lâm Tế Tướng Quân:

Trong lúc đối đáp, thầy trò tông Lâm Tế thường dùng phong cách hét và đánh như phong cách của những vị tướng quân. Từ này chỉ cho phong cách của tông Lâm Tế. Một hôm, Lâm Tế thấy một vị Tăng đến gần Sư. Sư giờ cao phát trần lên, vị Tăng cúi lạy, nhưng Lâm Tế đánh vị Tăng. Sau một lát, một vị Tăng khác đi ngang, Lâm Tế lại giờ phát trần lên. Khi vị Tăng này không hề tỏ vẻ kính trọng, Lâm Tế cũng đánh vị Tăng. Tại sao Lâm Tế lại hành xử như vậy? Ông đánh cả hai vị Tăng, kính lạy cũng đánh mà bất kính không lạy cũng đánh? Đơn giản vì đó là phong thái của Lâm Tế. Kỳ thật, không có phương pháp nhất định nào mà Thiền sư phải theo để đưa đệ tử đến "Ngộ". Một cái đá, một cú đấm, một lời nói giản dị, thế nào cũng được nếu trạng thái tâm linh của người đệ tử đã đến mức chín muồi và sẵn sàng nhận cái đẩy tối hậu này. Tuy nhiên, dĩ nhiên là những cú đá, cú đấm, và những biệt ngữ của Thiền đó không phải là những gì như chúng ta tưởng đâu. Nếu giác ngộ có thể đạt được chỉ giản dị bằng cách này thì không cần phải tu Thiền nữa. Lại nữa, nếu chỉ nhờ nghe một ngôn cú Thiền nào đó mà có người có thể dễ dàng được nâng lên trạng thái giác ngộ, như có người hí hửng tin như vậy, thì chỉ cần học như kết những ngôn cú nổi danh đã đưa người ta đến giác ngộ thì cũng ngộ, và lại một lần nữa đâu cần gì phải tu Thiền.

V. Tham Công Án & Thoại Đầu Trong Tông Lâm Tế:

Lâm Tế Tông Và Tham Công Án: *Lâm Tế Tông Và Việc Xử Dụng Công Án:* Công án là một cái gì đó cho các đệ tử suy nghĩ và quán chiếu trong thiền quán trong các thiền đường phái Lâm Tế. Lúc đầu, công án là một "yết thị công khai," có nghĩa là "có trước về mặt

công lý.” Về sau này công án được nhà Thiền sử dụng một cách có hệ thống như những phương tiện đào tạo từ khoảng giữa thế kỷ thứ mười bằng cách tránh tất cả những lời giải thích duy lý. Công án cho phép đệ tử thấy rõ những giới hạn của trí tuệ và buộc phải vượt lên những giới hạn ấy bằng trực giác chứ không bằng duy lý, là thứ đưa anh ta vào một vũ trụ nằm bên ngoài mọi mâu thuẫn và mọi tư tưởng nhị nguyên. Sự phát khởi này cho phép người đệ tử trình bày với thầy một cách tự phát và không cần tới sự giúp đỡ từ bên ngoài. Nhằm giúp cho cái ngã tĩnh thức và chứng nghiệm “Phật tánh,” mà ngài Lâm Tế gọi là “Vô vị chân nhân,” nghĩa là trọn vẹn là mình và chân thực biết mình, trong các Thiền sư, nhất là các Thiền sư thuộc phái Lâm Tế, mới có sự sử dụng cái mà tiếng Nhật gọi là “koan.” Đó là một phát triển đặc biệt của các thế kỷ 11 và 12, khi Thiền được hết sức ưa chuộng và phổ biến rộng rãi khắp Trung Hoa, thu hút cả nhiều người không còn tìm đến vì một nhu cầu hiện sinh thức bách nào cả. Những vị thầy thời trước có lẽ hẳn đã phản ứng với cái lãnh đạm và lơ là bề ngoài như Bồ Đề Đạt Ma. Tuy nhiên, những vị thầy sau này, thành thật và bi mẫn muốn giúp tất cả những kẻ tìm kiếm, giờ đây bắt đầu chính họ thiết lập mối liên hệ với những người đến tìm bằng một công án. Vị thiền sư đời Tống đầu tiên sử dụng công án có phần hệ thống là Tông Cảo Đại Huệ (thế kỷ thứ 12), trong một dịp, đã nói như sau: “Chúng ta sinh ra từ đâu? chúng ta đi về đâu? Kẻ nào biết cái từ đâu đến và đi về đâu này là kẻ mà chúng ta có thể thực sự gọi là một Phật tử. Như ai là cái kẻ trải qua sinh tử này? Lại nữa, ai là cái kẻ chẳng biết gì về cái từ đâu đến và đi về đâu của đời sống này? Ai là cái kẻ đột nhiên ý thức được cái từ đâu đến và đi về đâu của đời sống? Lại nữa ai là cái kẻ đối mặt với công án này, không thể giữ đôi mắt mình định, và vì hấn không lãnh hội nổi nó, thấy cả ruột gan mình đảo lộn như nuốt phải một hòn lửa không dễ dàng phun ra được. nếu ông muốn biết cái kẻ này là ai, lãnh hội hấn ở cái chỗ mà mình không thể đem hấn vào khuôn khổ của lý trí. Khi ông đã lãnh hội được hấn như thế, ông hẳn biết rằng rốt cuộc hấn là kẻ vượt qua sự can thiệp của sanh tử.” Mục tiêu tối hậu vẫn giữ nguyên như vậy: biết và lãnh hội xem ta là ai bên kia cái “khuôn khổ của lý trí,” nghĩa là bên kia cái cơ cấu chủ thể-khách thể của trí năng. Hướng về cứu cánh này của công án, một thứ câu hỏi, vấn đề, thách thức, hay đòi hỏi đề ra bởi và do sáng kiến của vị thầy, có ý định thỏa mãn hai tác dụng: thứ nhất là thâm nhập vào những miền sâu và kích thích tận

căn nguồn nó mới ưu tâm nền tảng chôn sâu hay giả dối che đậy của bản ngã trong ngã thức. Thứ hai là trong khi khích động mới hoài mong căn bản này và cuộc tìm kiếm nó, giữ cho chúng được bền rễ và chỉ đạo một cách thích đáng. Vì chỉ khởi dậy chúng thôi cũng không đủ. Mà còn phải chỉ đạo và hơn nữa nuôi dưỡng chúng một cách cẩn mật ngõ hầu tránh nhiều cạm bẫy giả dối và ảo tưởng trong ấy chúng có thể bị giảm thiểu hay đi lạc hướng. Trong giai đoạn tiền công án của Thiền, kẻ cầu đạo thường đến vì sự thúc đẩy của kinh nghiệm sống của chính mình, đã rối loạn bởi một mối hoang mang dằn nén nào đó của đời sống. Tuy nhiên, bình thường “câu hỏi” hay mối ưu tâm chưa được thăm dò tới miền sâu tối hậu của nó. Mặc dù được nhen nhúm một cách tự nhiên, người ta cũng không biết cái căn nguồn hay chân tính của nó, do đó không có một hình thức thích đáng, nó dễ trở thành mơ hồ hay lệch lạc. Bất chấp một sự căng thẳng hay nghiêm trọng thực sự, do đó mới hoài mong và tìm kiếm này thường mù quáng, bất thường và hỗn độn, đòi hỏi một nền tảng và tâm điểm chính xác. Khi, trong thời kỳ này, trong một cuộc gặp gỡ với vị thầy, hành giả nhận được một thách thức hay đòi sắc bén, thí dụ như “Đem tâm ông ra đây!” “Cái gì đến như thế vậy?” “Thế nào là bản lai diện mục của ông trước khi ông được sanh ra?” “Khi chết, hỏa thiêu, và tro tàn rụi thì ông ở đâu?” Hay, giản dị “Nói! Nói!” Thường thường hiệu quả của nó cung cấp cái định hướng và chỉ dẫn cần thiết. Dù như vậy, những thách thức, những câu hỏi, hay những đòi hỏi không được gọi là công án. Thay vào đó người ta lại gọi những trao đổi nhất thời và không có cấu trúc, không có tổ chức giữa thầy và trò là “Vấn Đáp,” nghĩa đen là hỏi và trả lời. Nhưng vì những trao đổi, hay vấn đáp này gợi ý, đặt nền tảng và điều khiển mới ưu tâm căn bản và cứu cánh của bản ngã, do đó, trên thực tế nhiều vấn đáp được sử dụng như là công án, hay như là nền tảng cho công án. Do đó chúng ta có thể xem công án với tác dụng hai mặt của nó là một nỗ lực cố ý và có trù tính để bảo đảm một kết quả trước đây đã được một cách tự nhiên không mưu tính. Trái lại, có lẽ ta có thể nói, bất chấp cái thuật ngữ kỹ thuật và những sai biệt của Thiền, rằng người đệ tử trước kia có công án tự nhiên của mình, tự nhiên ở cái chất thể nồng cháy, mặc dù vẫn phải thể hiện nó dưới một hình thức hay tâm điểm thích ứng, trong khi ở giai đoạn sau này, khi người ta vẫn chưa được với một hình thức thích hợp của câu hỏi cũng chưa lột tả được hết cái nội dung sống động của nó, chính vị thầy phải

cố tìm cách trưởng dưỡng cả hình thức lẫn nội dung bằng cách ngay từ đầu đề ra một “câu hỏi” nào đó, từ bên ngoài. Trong trường hợp này, công án được hoàn toàn đề ra thay vì có phần nào tự nhiên. Nhưng lần nữa, chúng ta phải nhấn mạnh ngay tức khắc rằng khi nào mà cái “câu hỏi” hay “công án” vẫn tiếp tục là “cái từ phía bên ngoài” hay “được đề ra” mọi nỗ lực của chúng ta đều vô ích, và rốt cuộc lại, chẳng có Thiền gì cả. Tuy nhiên, trong đặc tánh về cơ cấu này cũng như trong thể cách áp dụng và sử dụng nó, công án được tính toán một cách cẩn thận để chống lại đúng cái nguy hiểm này. Vì ngay tự bản tánh của nó công án không tự cho mình thích ứng vào bất cứ khuôn khổ nhị nguyên chủ thể-khách thể nào của bản ngã trong ngã thức.

Lâm Tế Tông Và Việc Tham Công Án: Tham công án thường ngụ ý là cố giải quyết một vấn đề Thiền như "Ý Tổ Đạt Ma từ Tây Trúc qua là thế nào?"; hay "Cây trắc bá ngoài sân!"; hay "Tất cả các pháp qui về một, cái một ấy qui về đâu?"; hay chỉ một chữ "Vô", vân vân. Nhiều công án, đối tượng của những cuộc vấn đáp giữa thầy và trò, vạch lại những sự biến của lần 'độc tham' trong quá khứ. Theo truyền thống thiền, việc dùng lối giảng riêng cho từng người có từ những bài học bí truyền của chính đức Phật Thích Ca Mâu Ni; cách này hiện vẫn còn được giữ trong các phái Thiền, cách làm này đã biến mất trong phái Tào Động, nhưng vẫn còn trong phái Lâm Tế. Ở Trung Hoa môn đồ Thiền ít khi dùng chữ "Tham Công Án"; thay vào đó, họ dùng chữ "Tham Thoại Đầu", có nghĩa là theo đuổi một thoại đầu. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng các công án là cách diễn đạt trực tiếp sự thể nghiệm của các thiền sư ngày xưa, một sự thể nghiệm không thể nhận ra, không thể hiểu được theo lối duy lý. Bản chất của công án là dựa vào nghịch lý, nghĩa là dựa vào những gì vượt ra ngoài khái niệm (hay ở bên kia cái có thể nhận ra được). Vì vậy, các văn bản công án thuộc về những văn bản khó dịch nhất trong toàn bộ văn học thế giới. Ngay cả những ai đã đạt được mức độ thông thạo nào đó về Hoa ngữ hay Nhật ngữ vẫn chưa thể cung cấp một bản dịch thích hợp của các công án, nghĩa là một bản văn có thể được dùng trong việc tu tập thiền nếu mình không có sự thể nghiệm thiền sâu sắc. Trong nhà Thiền công án là một định thức, bằng ngôn ngữ đánh lừa, chỉ thẳng chân lý tối hậu. Công án không thể được giải đáp bằng cách sử dụng lý luận hợp lý, mà chỉ bằng cách làm tâm giác ngộ đến một mức sâu hơn, cũng như vượt qua lý trí biện biệt. Người tham công án hay người đọc các văn

bản về công án về những công án đánh lạc hướng dừng bao giờ quên rằng những văn bản này, theo định nghĩa của chúng, là khó hiểu, không thể dùng trí tuệ phàm tục để hiểu được. Mục đích của chúng là kích thích hành giả vượt qua những giới hạn của lý luận và tư duy duy lý. Hành giả nên luôn nhớ rằng những lời giải về công án ngay cả những giải thích tự nó chiếu sáng, rõ ràng là sai lầm theo quan điểm Thiền nếu chúng được tìm ra bằng cách lập luận và diễn dịch mà bất cứ một bậc thầy chân chánh nào đều dễ dàng nhận ra. Về mặt tâm lý mà nói, tiến trình tham công án này rất nổi tiếng, và các thiền sư từ kinh nghiệm của họ thường đưa ra các lời khuyên với mục đích tạo ra cái gì đó gọi là tâm thức thiền. Thiền sư Bát Nhã nhấn nhủ các môn đồ của ông như sau: "Khi tâm ông đã trụ vững chắc và mãnh liệt không gián đoạn vào công án, ông sẽ bắt đầu không chú ý tới sự hiện hữu thân xác của mình, trong khi công án chiếm trung tâm của ý thức ông. Tuy nhiên, ở mức độ này ông phải cẩn thận, không được chạy theo vô thức, bởi vì đôi khi ông có xu hướng đi lạc như trong mơ và tạo ra một trạng thái điên loạn. Dừng bao giờ buông bỏ công án, hãy để công án luôn luôn hiện diện trong tâm thức của ông. Rồi sẽ có lúc tất cả mọi thứ cùng với công án sẽ biến mất khỏi tâm ông kể cả chính tâm ông. Vào khoảnh khắc ấy, giống như hạt đậu nảy ra từ tro lạnh, rồi ông sẽ hiểu tại sao Trương Tam uống mà Lý Tứ lại say." Theo Thiền Sư D.T. Suzuki trong quyển "Sự Huấn Luyện của Một Thiền Tăng", các phép tu tập công án mà ngày nay là phương pháp chính yếu để hiểu Thiền đòi hỏi nhiều năm ứng dụng cặn kẽ. Dĩ nhiên là không có nhiều người trở thành thiền sư sau nhiều năm tháng tu tập tại thiền viện, và đây chính là bản chất của Thiền; bởi vì Thiền là để dành cho hạng người lỗi lạc, tức là cho những người có thiên tư thông tuệ, chứ không phải cho quần chúng. Đây là quan niệm đã có từ xưa, nhưng lại đặc biệt đúng cho thời hiện đại này khi khái niệm dân chủ là tinh thần thống trị trong tất cả lãnh vực của đời sống con người. Sự tiêu chuẩn hóa diễn ra khắp mọi nơi có nghĩa là san bằng hay nâng lên cho bằng các bất bình đẳng và các "phân chi giai cấp". Nếu một hình thức quý tộc nào đó không chấp nhận và khuyến khích đến một mức độ nhất định, thì các xung lực nghệ thuật bị dồn nén và không một trí tuệ tôn giáo nào phát sinh được cả. Các định chế như thiền đường đang trở thành nghịch thời và lỗi thời; truyền thống của nó bị mai một, và cái tinh thần điều khiển giới luật của Tăng chúng hàng mấy trăm năm nay đã không còn chống

đỡ được với sự công kích của tinh thần hiện đại nữa. Dĩ nhiên, vẫn còn các Tăng sĩ và thiền sư trong các thiền viện khắp Nhật Bản, thế nhưng có mấy ai trong số họ có thể đáp ứng một cách hữu hiệu cho các nhu yếu tâm linh của tuổi trẻ hiện đại và thích nghi bản thân với cái khung cảnh không ngọt thay đổi được tạo ra bởi khoa học và máy móc? Khi các bình chứa bị vỡ, những gì bên trong sẽ bị đổ ra. Bằng cách nào đó chân lý thiền cần phải được trì giữ trong cái phẳng lặng tâm thường và cảm tính nông cạn của đời sống hiện nay. Hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng những bản văn về công án là những thứ hỗ trợ cho sự đào tạo thiền và đừng bao giờ xem chúng như khuôn vàng thước ngọc mà hành giả tu thiền phải tuân theo. Hành giả tu thiền từ một công án tuyệt nhiên không tìm cách để biết xem một thiền sư nào đó đã sống như thế nào trong quá khứ, hay có thể nói ra những lời gì; điều mà hành giả quan tâm là chính bản thân mình hiểu và thực hiện chân lý sống trong công án ngay ở đây và bây giờ. Hành giả tu thiền cũng nên nhớ rằng nhiều công án chỉ hiện lên những giai thoại nông cạn và vui đùa từ sự hài hước sâu sắc của các thiền sư ngày xưa. Tuy nhiên, nói gì thì nói, chúng ta phải đồng ý rằng những công án này có công năng giúp các thiền sư ngày xưa đạt được đại giác.

Tông Lâm Tế & Tham Thoại Đầu: Tham thoại đầu có nghĩa là quan sát thoại đầu ngày đêm sáu thời như dòng nước chảy, không được để gián đoạn. Tâm trí phải luôn luôn linh minh bất muội, liễu liễu thường tri. Tất cả những tình cảm phàm, kiến giải thánh, đều chặt đứt. Ở Trung Hoa các môn đồ Thiền ít khi dùng chữ "Tham công án"; thay vào đó, họ dùng chữ "Tham thoại đầu". Thoại đầu có nghĩa gì? Thoại đầu có nghĩa là các đầu của một câu văn. Thí dụ, "Ai là người niệm Phật?" Thoại đầu này trở nên, và vẫn còn là thoại đầu phổ cập nhất. Nhưng vẫn có nhiều người vẫn chưa hiểu phải tham thoại đầu như thế nào. Vài người lại đem câu thoại đầu "Ai niệm Phật" này mà niệm đi niệm lại. Tu tập thoại đầu không phải là chuyện đem câu thoại đầu mà lặp đi lặp lại. Tham thoại đầu là nhìn thấu vào hay tập trung vào nó. Nó có nghĩa là xuyên thấu và quan sát. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng đây là một câu văn mà đầu thứ nhất của nó là chữ "Ai". Đặt tâm trí vào chỉ một chữ "ai" này, và cố tìm cách giải cho câu hỏi đó, là một thí dụ điển hình của việc "Tham thoại đầu." Tuy nhiên, "công án" được dùng trong một ý nghĩa rộng hơn "Thoại đầu", vì công án ám chỉ toàn thể trạng huống hoặc biến cố, trong khi thoại đầu chỉ có nghĩa là

các đầu cùng, hoặc chuyên biệt hơn, các chữ hoặc điểm quyết định của vấn đề. Thí dụ, một vị Tăng hỏi Triệu Châu, "Con chó có Phật tánh hay không?" Triệu Châu đáp, "Vô". Toàn thể mẩu đối thoại này được gọi là công án, nhưng hành giả đang tham công án không được nghĩ đến cả câu hỏi lẫn câu trả lời. Thay vào đó, người ấy phải dốc hết tâm trí vào chỉ một chữ "Vô". Cái chữ "Vô" độc nhất này được gọi là "Thoại đầu". Những câu chuyện từ đó các công án được lấy ra, được dùng như là đề mục của thiền tập trong truyền thống Thiền. Người ta nghĩ có thể lấy ra ngay cái cốt lõi của chân lý và bọc nó vào trong vỏ ngay lúc lời nói tự nó chấm dứt, đưa đến không còn khái niệm và trực chứng chân tướng. Trong Nhật ngữ, từ để chỉ 'thoại đầu' là 'wato', nghĩa là 'điểm của công án,' tổng kết chủ ý của cái ngược lại với cái mà công án đề ra. Hoa đầu là từ giải công án được coi như là phương tiện rèn luyện tâm linh. Các công án có thể có một hay nhiều thoại đầu, cũng như thoại đầu có thể gồm một từ duy nhất hay một câu dài hơn. Thiền sư Cao Phong Diệu Tổ nói: "Người học tu tập Thiền, có thể ví như đem một miếng ngói ném xuống hồ sâu, nó chìm mãi tới đáy mới thôi" (học nhân dụng công hảo tử tương nhất ngõa phiến phao ư thâm đàm trực trầm đáy để vi chỉ). Nói cách khác, khi chúng ta khấn thoại đầu chúng ta phải khấn cho đến khi nhìn thấu thoại đầu ấy mới thôi. Ngài Cao Phong Diệu Tổ còn phát nguyện: "Nếu như có một người cử một thoại đầu, mà không khởi lấy một niệm thứ hai, trong bảy ngày mà không ngộ đạo, tôi chịu đọa địa ngục cắt lưỡi mãi mãi." Nói tóm lại, mục đích của thoại đầu là thiết lập một sự tập trung tư tưởng một cách quyết liệt vào câu hỏi một chữ có khả năng chẳng những loại bỏ bất cứ câu trả lời nào mà còn không cho phép câu trả lời nào cả. Như Thiền sư Hoàng Bá đã dạy:

"Học đạo do như thủ cấm thành.
 Khẩn thủ thành đầu chiến nhất trường!
 Bất thụ nhất phiên hàn triệt cốt,
 Chấm đắc mai hoa phác tị hương?"
 (Học đạo cũng như thủ cấm thành.
 Giữ thành một trận đánh cho oai!
 Nếu không một bận thấu xương lạnh,
 Sao được trước mũi ngát hương mai?)

Theo Thiền sư Hư Vân, khi ngồi thiền đừng nên ưỡn ngực ra quá. Khi thở không nên đưa khí lên, cũng không dẫn nó xuống. Hãy để cho

hơi thở của mình lên xuống một cách tự nhiên. Nhưng các bạn phải thu nhiếp lực căn, gạt bỏ mọi thứ có thể khởi lên trong tâm. Không nghĩ gì cả mà chỉ nên quan sát câu thoại đầu. Không nên quá cứng nhắc hay nặng nề với cái tâm của mình, vì làm như thì tâm vẫn lang thang, và chúng ta không bao giờ có thể giữ cho nó trầm tĩnh được; nhưng cũng không để cho tâm mình trở nên trì độn và biếng nhác, vì như vậy ắt sẽ trở nên hôn trầm và kết quả là mình sẽ rơi vào cái "ngoan không". Nếu lúc nào bạn cũng gắn chặt vào câu thoại đầu thì tự nhiên công phu thuần thực dễ dàng. Do đó mà các tập khí sẽ tự nhiên được khuất phục. Đối với những người sơ cơ, không dễ gì tham thoại đầu cho tốt được, nhưng bạn không nên sợ hãi hay thối chí; cũng không nên bám víu vào bất cứ ý tưởng đạt ngộ nào, bởi vì các bạn đang tu tập thiền định, mục đích của thiền định là đưa đến giác ngộ. Thế nên có thêm một ý tưởng đạt ngộ nào nữa đều không cần thiết và ngu xuẩn như việc mình muốn có thêm một cái đầu trong khi mình đã có một cái rồi! Các bạn không nên lo lắng nếu như ngay từ đầu mình không làm tốt trong việc tham thoại đầu, cái mà các bạn nên làm là luôn nhớ và liên tục tham câu thoại đầu này. Nếu vọng tưởng có khởi lên, đừng chạy theo nó, mà chỉ nhận ra coi nó là cái gì. Có một câu ngôn ngữ:

"Bất phạ niệm khởi,
Chỉ phạ giác trì."

là rất đúng vậy. Lúc ban đầu mọi người đều cảm thấy vọng tưởng liên tục khởi lên và mình không thể nào nhớ nổi câu thoại đầu; nhưng từ từ chúng ta sẽ học được cách đề khởi câu thoại đầu một cách dễ dàng hơn. Đến lúc đó các bạn có thể đề khởi câu thoại đầu hàng giờ chẳng vụt. Rồi thì các bạn không còn cảm thấy khó khăn nữa trong việc tham thoại đầu. Chúng ta có thể tiếp tục nói và nói mãi những lời trống rỗng này. Nhưng cách hay nhất ngay lúc này là chúng ta nên cố sức dụng công thiền định và tham câu thoại đầu của mình. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng mục đích của tu Thiền là phải thành Phật, là liễu sanh thoát tử, mà theo cách giải thích này thì thoại đầu là con đường mà hành giả tu Thiền phải đi, muốn liễu sanh thoát tử phải mượn câu thoại đầu này làm vương kiếm, ma đến chém ma, Phật đến cũng chém Phật, chẳng giữ lại một tình, chẳng lập một pháp. Nói gì thì nói, tham thoại đầu không phải là cách duy nhất để tu tập Thiền. Thế nhưng ngày nay, khi nói đến tu tập Thiền, người ta lập tức nghĩ đến việc tham thoại đầu như thế là không còn lối tu tập Thiền nào khác.

Thật là không còn gì sai lầm bằng lối suy nghĩ như vậy. Hành giả tu Thiền nên nhớ rằng mãi đến gần cuối đời Tống, tức là vào thế kỷ thứ XI thì lối tham thoại đầu mới được phổ biến. Từ Tổ Bồ Đề Đạt Ma đến Huệ Năng, và từ Huệ Năng đến Lâm Tế và Động Sơn, một thời gian dài với tổng cộng khoảng bốn trăm năm, mà chúng ta chẳng truy ra được một hệ thống tham thiền thoại đầu nào vững chắc cả. Những thiền sư xuất chúng trong thời kỳ này phải là những nghệ sĩ vĩ đại; các ngài rất linh động và uyển chuyển trong giáo lý của mình, và chẳng bao giờ bị giam hãm trong bất cứ hệ thống nào cả. Chúng ta phải nói phần lớn là nhờ vào thiền sư Tông Cảo Đại Huệ mà pháp tu tập tham thoại đầu mới trở nên một phương tiện phổ biến nhất, nếu không muốn nói là duy nhất, mà những môn đồ Thiền đã tu tập trong suốt tám thế kỷ qua. Nhưng cái gì đã xảy ra trước thời Tông Cảo, nghĩa là trước khi việc tham câu thoại đầu được phổ biến và tiêu chuẩn hóa, các môn đồ ngày xưa đã tu tập như thế nào? Chính các bậc thầy vĩ đại như Huệ Năng, Mã Tổ, Hoàng Bá và Lâm Tế, đã tu tập như thế nào? Chúng ta không cần phải giải thích chi tiết thêm nữa, chắc chắn họ đã phải dùng lối tu 'mặc chiếu' thiền mà ngày nay vẫn còn được dùng bởi tông Tào Động.

VI. Lâm Tế Tứ Liệu Giản:

Tổng Quan Về Lâm Tế Tứ Liệu Giản: Tứ Liệu Giản là bốn cách cân nhắc trong giáo tướng của tông Lâm Tế. Dưới bề mặt có vẻ phi lý của những công án Thiền, thiền sư Lâm Tế đã đặt ra một hệ thống hay phạm trù, nếu người đời sau tuân theo, có thể sẽ khiến Thiền dễ hiểu hơn phần nào. Kỳ thật có nhiều hệ thống khác nhau đã được các thiền sư đề ra để xếp loại những công án. Giữa những hệ thống đó, 'Tứ Liệu Giản' của thiền sư Lâm Tế có thể được xem như là hay nhất và rõ rệt nhất, và nhờ đó người ta có thể hiểu được nhiều công án bí hiểm. Trong 'Tứ Liệu Giản' từ 'đoạt nhân' có nghĩa là bác bỏ, khước từ, cự tuyệt, phản đối, hoặc tước đoạt cái người đến tham vấn các thiền sư; trong khi từ 'không đoạt cảnh' có nghĩa là không phản đối lời nói của người đến tham vấn. Từ 'cảnh' ở đây bao gồm quang cảnh, lãnh vực, phạm vi, đối tượng, sự hiểu biết, vân vân. Nói chung, 'đoạt nhân chẳng đoạt cảnh' có nghĩa là phản đối hay bác bỏ người hỏi nhưng không bác bỏ lời của người ấy. Ba liệu giản còn lại có thể được hiểu bằng cách loại suy tương tự.

Sơ Lược Về Lâm Tế Tứ Liệu Giản: Chi tiết về bốn cách cân nhắc trong giáo tướng của tông Lâm Tế. Thiền sư Lâm Tế đã đề ra cho các đệ tử của mình khi Sư nói. Thứ nhất là Chủ Quan hay đoạt nhân chẳng đoạt cảnh. Thứ nhì là Khách Quan hay đoạt cảnh chẳng đoạt nhân. Thứ ba là cả Chủ Quan lẫn Khách Quan hay đoạt cả nhân lẫn cảnh. Thứ tư là chẳng Chủ Quan chẳng Khách Quan hay chẳng đoạt nhân chẳng đoạt cảnh.

Sự Giải Thích Chi Tiết Hơn Về Tứ Liệu Giản Của Chính Thiền Sư Lâm Tế: Tứ liệu giản này là những phương pháp mà các thiền sư sử dụng để xử sự với đệ tử về bốn trình độ lý hội Thiền. Chúng ta thấy lời giải thích của chính thiền sư Lâm Tế trong 'Lâm Tế Ngữ Lục' của ngài. Một hôm, có một vị Tăng đến hỏi Sư: "Thế nào là đoạt nhân chẳng đoạt cảnh?" Sư đáp: "Mặt trời ấm hiện phô gấm vóc, trẻ thơ rũ tóc trắng như mơ." Vị Tăng lại hỏi: "Thế nào là đoạt cảnh chẳng đoạt nhân?" Sư đáp: "Lệnh vua đã hành khắp thiên hạ, tướng quân ngoài ải dứt khói bụi." Vị Tăng lại hỏi: "Thế nào đoạt cả nhân lẫn cảnh?" Sư đáp: "Tịnh phần bật tin tức, một mình ở một nơi." Vị Tăng lại hỏi: "Thế nào là nhân cảnh đều chẳng đoạt?" Sư đáp: "Vua bước lên ngai, lão quê ca hát."

Thứ Nhất Là Đoạt Nhân Bất Đoạt Cảnh: Từ chối người hỏi, nhưng không từ chối lời của người ấy hay cái nhìn khách quan, đây là một trong bốn cách cân nhắc trong giáo tướng của tông Lâm Tế. Phương pháp này rất tốt cho những đệ tử nào còn nặng về pháp chấp, hay còn phân biệt theo sự chấp vào các pháp (hiện tượng). Nói tóm lại, 'đoạt nhân chẳng đoạt cảnh' có nghĩa là phản đối hay bác bỏ người hỏi nhưng không bác bỏ lời của người ấy. Có một vị Tăng hỏi Thiền sư Lâm Tế: "Thế nào là đoạt nhân không đoạt cảnh?" Sư đáp:

"Hú nhật phát sinh phô địa cẩm.
Anh hài thùy phát bạch như ty."
(Mặt trời ấm hiện phô gấm vóc.
Trẻ thơ rũ tóc trắng như tơ).

Dầu bài kệ có phần rõ ràng, nhưng người bình thường cũng khó hiểu được tinh yếu của phương pháp tứ liệu giản này. Có một vị Tọa chủ hỏi Thiền sư Lâm Tế: "Tam thừa mười hai phần giáo điển há không phải là để minh giải Phật tính hay sao?" Lâm Tế đáp:

"Hoang thảo bất tăng sừ."
(Cỏ dại chưa từng xới).

Câu trả lời của Thiền sư Lâm Tế hàm ý phản đối hay bác bỏ người hỏi nhưng không bác bỏ lời của người ấy. Nói cách khác, Thiền sư Lâm Tế đồng ý lời của vị Tọa chủ là đúng, nhưng theo quan điểm thực tiễn của Thiền có lẽ chúng ta nên nói: "Có ích lợi gì nếu chúng ta không vén mở được cái Phật tính này?" Điều này cũng giống như câu nói "Nói nhiều về thức ăn không bao giờ làm mình no." Hoặc "Nếu giáo lý của đức Phật thật sự không đưa người ta đến tức thời đạt ngộ, thì giữa cỏ dại và những bộ kinh đồ sộ có gì khác nhau?" Lời nói của vị Tăng không có gì là sai trái, nhưng chính bản thân ông ta lại thiếu kinh nghiệm về chân lý Bát Nhã. Chính vì thế mà Thiền sư Lâm Tế nói: "Cỏ dại chưa từng xới." Vị Tăng có vẻ không chịu nên nói: "Nhưng đức Phật có khi nào lại dối người chăng?" Lâm Tế liền đáp lại: "Phật ở đâu?" Đối với một người không có kinh nghiệm trực tiếp về cái Phật tính bản hữu trong mình thì Phật chỉ là một cái tên, một khái niệm, hoặc một cái bóng chẳng có nghĩa lý gì. Chính vì thế mà Thiền sư Lâm Tế mới nói một cách nhạo báng vị Tăng "Phật ở đâu?" Theo Thiền sư Tổ Nguyên, tác giả bộ sách Vạn Pháp Qui Tâm Lục, một hôm, có một vị Tăng hỏi: "Thế nào là đoạt nhân không đoạt cảnh?" Sư đáp: "Trong tự chứng phần, nếu hành giả làm trống không được cái tâm của mình thì ngoại cảnh còn ngăn ngại gì được nữa? Vì thế khi thiền sư dạy đệ tử thuộc loại hạ căn, thì đoạt nhân chứ không đoạt cảnh." Sau đây là một thí dụ khác về "Đoạt Nhân Bất Đoạt Cảnh": Một hôm, Thiền sư Lâm Tế thấy một vị Tăng đến gần, Sư giơ cây phất trần lên. Vị Tăng lễ bái, nhưng Lâm Tế đánh vị Tăng. Một lúc sau, có một vị Tăng khác đến. Sư lại giơ cây phất trần lên. Vị Tăng không kính lễ Sư, Sư cũng đánh vị Tăng này. Lâm Tế. Lễ bái hay không lễ bái rõ ràng không phải là nguyên nhân của việc đánh. Sự kiện là ngay sau khi Lâm Tế thấy hai vị Tăng, Sư biết hai vị Tăng này thuộc loại người nào. Không kể là họ lễ bái hay không, Sư đều đánh cả hai. Điều này chứng tỏ một cách rõ ràng cái mà Thiền sư Lâm Tế quan tâm không phải là hành động bên ngoài mà là sự thực chứng bên trong của người ấy.

Thứ Nhì Là Đoạt Cảnh Bất Đoạt Nhân: Bỏ cảnh chẳng bỏ người hay cái nhìn chủ quan, đây là một trong bốn cách cân nhắc trong giáo tướng của tông Lâm Tế. Phương pháp này rất tốt cho những đệ tử nào còn nặng về ngã chấp. Nói tóm lại, 'đoạt cảnh chẳng đoạt nhân' có nghĩa là phản đối hay bác bỏ lời của người hỏi nhưng không bác bỏ

người ấy. Có một vị Tăng hỏi Thiền sư Lâm Tế: "Thế nào là đoạt cảnh không đoạt nhân?" Lâm Tế trả lời:

"Vương lệnh dĩ hành biến thiên hạ,
Tướng quân tái ngoại tuyệt yên trần."
(Lệnh vua đã ban hành khắp thiên hạ,
Tướng quân ngoài ải dứt khói bụi).

Bài kệ rất bí hiểm và không rõ ràng làm cho người bình thường cực kỳ khó hiểu được tinh yếu của phương pháp tứ liệu giản này. Theo Thiền sư Tổ Nguyên, tác giả bộ sách Vạn Pháp Qui Tâm Lục, một hôm, có một vị Tăng hỏi: "Thế nào là đoạt cảnh không đoạt nhân?" Sư đáp: "Trong tự chứng phần, hành giả không trụ ngoại cảnh mà chỉ có cái tâm độc chiếu. Vì thế khi thiền sư dạy đệ tử thuộc loại hạ căn, thì đoạt cảnh chứ không đoạt nhân." Đây là một thí dụ khác về "Bỏ cảnh chẳng bỏ người": Một hôm Thiền sư Lâm Tế thượng đường thuyết pháp: "Trên đồng thịt đồ lồi có một vô vị chân nhân thường ra vô theo lối cửa mở trên mặt các người. Thầy nào sơ tâm chưa chứng cứ được thì nhìn đây." Có một thầy bước ra hỏi: "Vô vị chân nhân ấy là cái gì?" Lâm Tế vụt bước xuống thiền sàng, nắm cứng vị sư hét lớn, "Nói đi! Nói đi!" Vị sư đang lỉnh quỳnh thì Tổ buông ra, trề môi nói: "Vô vị chân nhân, ô chỉ là một cục phân khô." Nói xong ngài đi thẳng vào phương trượng. Thí dụ này chỉ ra rằng Thiền sư Lâm Tế bỏ cảnh, nghĩa là bỏ cái chủ đề đang bàn cãi hoặc khái niệm trong tâm. Công án cho thấy cách mà vị Thiền sư đặt bẫy với một ý tưởng kỳ quái và một cái tên kỳ lạ, đợi cho vị đệ tử đang chấp trước và theo đuổi kia rơi vào. Sự chấn động kinh ngạc này không những đánh tan tất cả những khái niệm khỏi cái tư tưởng liên tục của anh ta mà còn đưa hành giả đến cảnh giới siêu thoát.

Thứ Ba Là Nhân Cảnh Câu Đoạt: Đây là một trong Tứ Liệu Giản của Thiền Sư Lâm Tế. Cả Chủ Quan lẫn Khách Quan đều bỏ. Nhân cảnh đều dẹp, một trong bốn cách cân nhắc (tứ liệu giản) của tông Lâm Tế. Bỏ cả người lẫn cảnh, bỏ cả Chủ Quan lẫn Khách Quan. Các thiền sư dùng cách này để giúp đệ tử phá trừ cả ngã chấp lẫn pháp chấp. Nói tóm lại, 'nhân cảnh câu đoạt' có nghĩa là phản đối hay bác bỏ cả người hỏi lẫn lời của người ấy. Có một vị Tăng hỏi Thiền sư Lâm Tế: "Thế nào là đoạt cả nhân lẫn cảnh?" Lâm Tế đáp:

"Tịnh phần tuyệt tín,
Độc xử nhất phương."

(Tĩnh phần bất tin tức,
Một mình ở một nơi).

Bài kệ rất bí hiểm và không rõ ràng làm cho người bình thường cực kỳ khó hiểu được tinh yếu của phương pháp tứ liệu giản này. Theo Thiền sư Tổ Nguyên, tác giả bộ sách Vạn Pháp Qui Tâm Lục, một hôm, có một vị Tăng hỏi: "Thế nào là đoạt cả nhân lẫn cảnh?" Sư đáp: "Trong tự chứng phần, nếu tâm và cảnh của hành giả đều không thì vọng tưởng từ đâu mà có được? Vì thế khi thiền sư dạy đệ tử thuộc căn cơ loại khá, thì đoạt cả nhân lẫn cảnh." Đây là một thí dụ khác về "Bỏ cả người lẫn cảnh": Một hôm, Thiền sư Lâm Tế được một thì chủ thỉnh tới Hà Phủ thuyết pháp. Khi Sư đăng đàn và sắp sửa thuyết giảng thì Ma Cốc bước tới hỏi: "Đức Đại Bi Quán Thế Âm có ngàn tay ngàn mắt, vậy thì mắt nào là mắt chính?" Lâm Tế đáp: "Đức Đại Bi Quán Thế Âm có ngàn tay ngàn mắt, vậy thì mắt nào là mắt chính. Đức Đại Bi Quán Thế Âm có ngàn tay ngàn mắt, vậy thì mắt nào là mắt chính. Nói mau! Nói mau!" Ma Cốc kéo Sư ra khỏi tòa, rồi ngồi lên đó. Lâm Tế đến gần nói: "Lão Tăng Không hiểu ngài." Ma Cốc vừa định đáp lại, thì bị Lâm Tế kéo xuống khỏi tòa, rồi Lâm Tế ngồi lên tòa. Ma Cốc bèn bỏ đi ra. Lâm Tế cũng hạ tòa. Công án này cho thấy cả Lâm Tế lẫn Ma Cốc đều cố "đoạt" nhau như thế nào, và cả người hỏi lẫn người trả lời cố tước đoạt khỏi nhau từng mảnh kiến thức khách quan và thái độ chủ quan như thế nào. Cái quan trọng ở đây là phần cuối của câu truyện: sau khi Lâm Tế thắng tòa lần thứ nhì. Ma Cốc bỏ ra đi. Khi Lâm Tế thấy Ma Cốc bỏ đi, Sư cũng hạ tòa, và chẳng thuyết pháp gì cả. Nếu Ma Cốc không bỏ ra đi, hoặc nếu Lâm Tế vẫn cứ ngồi trên tòa như người thắng cuộc, chắc hẳn mỗi người đều rơi vào bẫy của nhau và đã bị vướng mắc trong nanh vuốt của chấp trước.

Thứ Tư Là Nhân Cảnh Câu Bất Đoạt: Đây là một trong Tứ Liệu Giản của Thiền Sư Lâm Tế. Chẳng bỏ Chủ Quan cũng chẳng bỏ Khách Quan (chẳng bỏ người chẳng bỏ cảnh). Nhân cảnh đều không đẹp, một trong bốn cách cân nhắc (tứ liệu giản) của tông Lâm Tế. Nói cách khác, 'nhân cảnh câu bất đoạt' có nghĩa là đồng ý với cả người hỏi lẫn lời của người ấy. Có một vị Tăng hỏi Thiền sư Lâm Tế: "Thế nào là nhân cảnh đều không đoạt?" Lâm Tế đáp:

"Vương đăng bảo điện,
Dã lão âu ca."
(Vua bước lên ngai,

Lão quê ca hát).

Dầu bài kệ có phần rõ ràng, nhưng người bình thường cũng khó hiểu được tinh yếu của phương pháp tứ liệu giản này. Theo Thiền sư Tổ Nguyên, tác giả bộ sách Vạn Pháp Qui Tâm Lục, một hôm, có một vị Tăng hỏi: "Thế nào là không đoạt cả nhân lẫn cảnh?" Sư đáp: "Trong tự chứng phần, tâm của hành giả tự trụ nơi tâm, còn cảnh thì tự trụ nơi cảnh. Vì thế khi thiền sư dạy đệ tử thuộc căn cơ loại cao, thì không đoạt cả nhân lẫn cảnh." Đây là một thí dụ khác về "Chẳng bỏ người cũng chẳng bỏ cảnh": Một hôm Lâm Tế ngồi trước trong Tăng đường, thấy Hoàng Bá đến, liền nhắm mắt lại. Hoàng Bá lấy tích trượng nện xuống sàn. Lâm Tế ngẩng đầu lên, thấy Hoàng Bá đứng đó, Lâm Tế bèn tiếp tục gục đầu xuống ngủ tiếp. Hoàng Bá làm thế sợ, liền trở về phương trượng. Sư theo đến phương trượng lễ tạ. Khi Lâm Tế thấy Hoàng Bá tới gần, Sư cốt ý nhắm mắt lại, hoàn toàn không để ý và gạt bỏ vị thầy tôn kính của mình. Hoàng Bá lại càng sâu sắc hơn Lâm Tế. Ngài nhân đó điều cốt giả bộ như sợ sệt cú đánh tâm lý này, đây là nhân cảnh câu bất đoạt. Ý định của Lâm Tế bị vạch trần, và như vậy cú đánh tâm lý của Sư không trúng đích. Lâm Tế bị sự sâu sắc của Thầy mình vượt hẳn, nên nhờ vậy mà Lâm Tế được tỏ ngộ.

Sự Giải Thích Về Tứ Liệu Giản Của Thiền Sư Tổ Nguyên Trong Vạn Pháp Qui Tâm Lục: Thiền sư Tổ Nguyên, tác giả bộ sách Vạn Pháp Qui Tâm Lục. Một hôm, có một vị Tăng hỏi: "Thế nào là đoạt nhân không đoạt cảnh?" Sư đáp: "Trong tự chứng phần, nếu hành giả làm trống không được cái tâm của mình thì ngoại cảnh còn ngăn ngại gì được nữa? Vì thế khi thiền sư dạy đệ tử thuộc loại hạ căn, thì đoạt nhân chứ không đoạt cảnh." Vị Tăng lại hỏi: "Thế nào là đoạt cảnh không đoạt nhân?" Sư đáp: "Trong tự chứng phần, hành giả không trụ ngoại cảnh mà chỉ có cái tâm độc chiếu. Vì thế khi thiền sư dạy đệ tử thuộc loại hạ căn, thì đoạt cảnh chứ không đoạt nhân." Vị Tăng lại hỏi: "Thế nào là đoạt cả nhân lẫn cảnh?" Sư đáp: "Trong tự chứng phần, nếu tâm và cảnh của hành giả đều không thì vọng tưởng từ đâu mà có được? Vì thế khi thiền sư dạy đệ tử thuộc căn cơ loại khá, thì đoạt cả nhân lẫn cảnh." Vị Tăng lại hỏi: "Thế nào là không đoạt cả nhân lẫn cảnh?" Sư đáp: "Trong tự chứng phần, tâm của hành giả tự trụ nơi tâm, còn cảnh thì tự trụ nơi cảnh. Vì thế khi thiền sư dạy đệ tử thuộc căn cơ loại cao, thì không đoạt cả nhân lẫn cảnh."

VII. Tông Lâm Tế Không Chấp Nhận Sự Giải Thích Lông Lẻo Kém Cỏi:

Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển XII, một hôm, Thiền sư Lâm Tế thượng đường dạy chúng: "Mấy ông chớ để dễ dàng bị lão sư ở các nơi ẩn chứng bữa bãi rồi nói mình ngộ thiền ngộ đạo. Các thiền sinh thời bây giờ hoàn toàn mù tịt về chân lý. Họ giống như những chú cừu già nua, vớ hết cả những gì mà họ vấp phải dưới chân họ. Họ không phân biệt được giữa tớ và chủ, hay giữa khách và chủ. Những người như vậy đi vào Thiền với tâm thức lệch lạc, và hoàn toàn không có khả năng tu tập một cách hiệu quả khi đi vào những hoàn cảnh năng động. Người ta có thể kêu họ là những người được sơ tâm điểm đạo, nhưng thật sự họ chỉ là những kẻ thế tục tầm thường. Những người thật sự buông bỏ phải làm chủ được khả năng nhận thức đúng đắn, để phân biệt được người giác ngộ và kẻ bị ma ám, cái thật và cái giả, nhà hiền triết và kẻ suy đồi. Nếu mấy ông có được những biện biệt rõ ràng như thế, người ta có thể nói là mấy ông đã thật sự rời bỏ những lệ thuộc. Bây giờ mấy ông có thể thấy được tà ma ám chướng đối với Phật giáo đang lẫn lộn với sự việc chân thật. Những người sáng suốt đã từ bỏ hẳn ma chướng cùng lúc với Phật giáo. Nếu tôn sùng cái thiêng liêng và khinh khi cái phàm tục, mấy ông vẫn còn là những cái bọt bong bóng trong đại dương mê hoặc."

VIII. Những Khác Biệt Giữa Hai Trường Phái Tào Động & Lâm Tế:

Phải thành thật mà nói, sự tu tập công án, cột trụ chính yếu nếu không nói là cột trụ độc nhất của lối tu tập theo phái Lâm Tế, quá khó khăn và không thích hợp đối với tâm thức hiện đại. Trong khi đó pháp môn của phái Tào Động là pháp môn giản dị và cụ thể, có thể thích hợp cho nhiều người ở thế kỷ hai mươi mốt này. Ngoài ra, đối với hành giả tông Lâm Tế, trong khi tu tập Thiền bằng cách tham công án, chúng ta không ngừng phải nhờ vào một vị Thiền sư có thẩm quyền từ đầu đến cuối. Như thế, đối với xã hội hiện đại là một vấn đề cực kỳ khó khăn. Một trở ngại nữa cho việc tu tập công án là nó có xu hướng làm tâm trí luôn luôn căng thẳng, như thế sẽ không giảm bớt, mà chỉ làm tăng thêm, những căng thẳng tinh thần của con người trong xã hội

hiện đại hôm nay. Theo Giáo sư Chang Chen-Chi trong tác phẩm "Thiền Đạo Tu Tập", trải qua nhiều thế hệ Tào Động và Lâm Tế là hai phái Thiền đối nghịch nhau, mỗi phái cung hiến, trên những phương diện nhất định nào đó, một pháp môn tu tập Thiền khác nhau. Bởi vì những pháp môn dị biệt này mà một người học Thiền độc lập có thể chọn pháp môn nào thích hợp với mình nhất và giúp ích mình nhiều nhất. Pháp môn Thiền giản dị, cụ thể và minh bạch kiểu Ấn Độ do phái Tào Động chủ trương, trở vượt hoặc được ưa chuộng hơn pháp môn rắc rối, khó hiểu, và "bí truyền" kiểu Trung Hoa do phái Lâm Tế tiêu biểu vẫn luôn luôn là một vấn đề còn tranh luận. Nói tóm lại, pháp môn tu tập của phái Tào Động là dạy môn đồ cách quán tâm mình trong tĩnh lặng. Trái lại, pháp môn của phái Lâm Tế, là bắt tâm của môn đồ phải tìm cách giải quyết một vấn đề không thể giải quyết được mà chúng ta gọi là tham công án hay thoại đầu. Có thể xem pháp môn tu tập công án của phái Lâm Tế là ẩn mật hay bí truyền trong khi pháp môn của phái Tào Động là hiển nhiên hay công truyền. Khách quan mà nói, cả hai pháp môn này đều có những điểm sở trường và sở đoản, lợi và bất lợi. Nếu chúng ta muốn tránh các yếu tố khó hiểu và bí ẩn của Thiền và cố ghi lại trực tiếp một lời dạy giản dị và cụ thể thực tiễn thực sự, thì có lẽ pháp môn của phái Tào Động thích hợp hơn. Nhưng nếu chúng ta muốn thâm nhập sâu xa hơn vào cốt tủy của Thiền, và sẵn lòng chấp nhận những khó khăn và trở ngại ngay từ buổi ban đầu, thì có lẽ pháp môn của phái Lâm Tế, phái Thiền thịnh hành và phổ biến nhất ở Trung Hoa và Nhật Bản hiện nay, là thích hợp hơn.

(G) Thiền Tập Theo Tông Lâm Tế: Con Đường Khả Dĩ Dẫn Đến Sự Giải Thoát Ngay Trong Kiếp Này

Như trên đã nói, thiền lý và thiền tập theo truyền thống Lâm Tế Tông thuộc truyền thống Thiền Đại Thừa và Tổ Sư Thiền. Bên cạnh đó, theo Phật giáo, Thiền Đại Thừa và Thiền Tối Thượng Thừa lại bổ sung cho nhau. Chính vì vậy mà thời đó người ta nói rằng thiền tập theo Lâm Tế tông là con đường khả dĩ dẫn đến sự giải thoát ngay trong kiếp này. Khi được thực hành đúng bạn ngồi trong niềm tin kiên định rằng tọa thiền chính là thể hiện Chân tánh không ô nhiễm của mình, và đồng thời bạn ngồi trong niềm tin trọn vẹn rằng cái ngày ấy sẽ đến,

khi bạn kêu lên: “Ồ, nó đây rồi!” Bạn sẽ nhận ra chân tánh này không lầm lẩn. Vì thế, về mặt tự thức, bạn không cần cố gắng để ngộ. Theo Thiền Sư Khuê Phong Tông Mật (780-841) trong Truyền Đăng Lục, quyển XIII, người tu thiền ngộ ngã pháp đều không, những hành giả này đang tu theo Thiền Đại Thừa. Thiền Sư Khuê Phong Tông Mật thường bảo chúng đệ tử: Hành giả tu Thiền y theo Phật tức là tu tập Thiền Tối Thượng Thừa. Người đón ngộ xưa nay luôn có tự tánh thanh tịnh bởi vì tự tánh thường thanh tịnh trong bản thể của nó. Tự tánh thanh tịnh, không sanh diệt, tự đầy đủ, không dao động, và thường sanh muôn pháp. Nói cách khác, trạng thái không tịch của tự tánh cũng là trạng thái không còn bị quấy rối, là trạng thái của Niết Bàn. Theo Truyền Đăng Lục, quyển V, một hôm Lục Tổ bảo chúng: “Tôi có một vật không đầu, không đuôi, không danh, không tự, không lường, không mặt, các người lại biết chăng?” Thần Hội bước ra nói rằng: “Ấy là bốn nguyên của chư Phật, là Phật tánh của Thần Hội.” Cũng theo Truyền Đăng Lục, quyển V, và bộ Hiển Tông Ký, một hôm có một vị Tăng đến hỏi Thiền sư Thần Hội: Thế nào là Đại Thừa và thế nào là Tối Thượng Thừa? Thiền sư Thần Hội đáp: Đại Thừa là Bồ Tát và Tối Thượng Thừa là Phật. Một vị Bồ Tát thực hành hạnh Bồ Thái Ba La Mật, chỉ thấy có ba thứ không: không thấy người bố thí, không thấy vật thí, và cũng không thấy người được bố thí. Trong khi hành giả tu tập Thiền Tối Thượng Thừa chỉ thấy Tự Tánh vốn Không Tịch.

Theo Phật giáo, thiền tập giúp chúng sanh giải thoát mọi khổ đau phiền não của con người ngay trong đời này. Những lời Phật dạy trong kinh điển Pali đều nhắm vào việc giải thoát mọi khổ đau phiền não của con người ngay trong đời này. Các lời Phật dạy đều có một chức năng giúp đỡ con người tìm phương cách khơi dậy các thiện tâm để giải thoát các ác tâm đối lập với chúng vốn chế ngự tâm thức con người. Chẳng hạn như năm thiền chi thì giải thoát năm triền cái; từ bi thì giải thoát sân hận; vô tham thì giải thoát lòng tham; trí tuệ thì giải thoát si mê; vô ngã tưởng, vô thường tưởng, và khổ tưởng thì giải thoát ngã tưởng, thường tưởng, và lạc tưởng, vân vân. Tịnh Độ Tông cho rằng trong thời Mạt Pháp, nếu tu tập các pháp môn khác mà không có Tịnh Độ, rất khó mà đạt được giải thoát ngay trong đời này. Nếu sự giải thoát không được thực hiện ngay trong đời này, thì mê lộ sanh tử sẽ làm cho hạnh nguyện của chúng ta trở thành những tư tưởng trống rỗng. Phật tử thuần thành nên luôn cẩn trọng, không nên ca ngợi tông

phái mình mà hạ thấp tông phái khác. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng tất cả chúng ta là Phật tử và cùng tu theo Phật, dù phương tiện có khác, nhưng chúng ta có cùng giáo pháp là Phật Pháp, và cùng cứu cánh là giác ngộ giải thoát và thành Phật. Để hiểu đạo Phật một cách chính xác, chúng ta phải bắt đầu ở cứu cánh công hạnh của Phật. Năm 486 trước Tây Lịch, hay vào khoảng đó, là năm đã chứng kiến thành kết hoạt động của Đức Phật với tư cách một đạo sư tại Ấn Độ. Cái chết của Đức Phật, như mọi người đều rõ, được gọi là Niết Bàn, hay tình trạng một ngọn lửa đã tắt. Khi một ngọn lửa đã tắt, không thấy còn lưu lại một chút gì. Cũng vậy, người ta nói Phật đã đi vào cảnh giới vô hình không sao miêu tả được bằng lời hay bằng cách nào khác. Trước khi Ngài chứng nhập Niết Bàn, trong rừng Ta La song thọ trong thành Câu Thi Na, Ngài đã nói những lời di giáo này cho các đệ tử: “Đừng than khóc rằng Đức đạo sư của chúng ta đã đi mất, và chúng ta không có ai để tuân theo. Những gì ta đã dạy, Pháp cùng với Luật, sẽ là đạo sư của các người sau khi ta vắng bóng. Nếu các người tuân hành Pháp và Luật không hề gián đoạn, há chẳng khác Pháp thân (Dharmakaya) của Ta vẫn còn ở đây mãi mãi.

Mọi người chúng ta lúc nào cũng nên tỉnh thức những gì đang xảy ra ngay trong giây phút này. Trong tu tập Phật giáo, tu tập thiền là tỉnh thức những gì đang xảy ra ngay trong giây phút này, là loại chú tâm mà hành giả nào cũng phải có. Đây là trạng thái nhất tâm đối với đối tượng, và đây cũng là niềm ao ước của chúng ta trong đời sống. Thật vậy, trong đời sống hằng ngày, mọi người chúng ta lúc nào cũng nên tỉnh thức những gì đang xảy ra ngay trong giây phút này. Với những hành động ngoài đời, sự tập trung vào một việc gì còn tương đối dễ, nhưng sự tập trung vào một đối tượng này trong nhà Thiền có giá trị và khó hơn nhiều, vì chúng ta luôn có khuynh hướng ước vọng về những điều tốt đẹp sẽ xảy đến cho chúng ta trong tương lai. Vì vậy mà chúng ta cố gắng gạt bỏ những gì không làm mình hài lòng trong hiện tại qua lý luận của chính mình: “Tôi không thích cái đó; tôi không phải nghe điều đó, vân vân và vân vân.” Và cũng chính vì vậy mà chúng ta sẵn sàng quên mất hiện tại để mơ màng về những gì sẽ xảy ra trong tương lai. Nhưng khi hành xử như vậy, chúng ta sẽ chẳng bao giờ thấy được cái hiện tại quý báu ngay trong lúc này. Một trong những vấn đề khó khăn của hành giả tọa thiền là phải liên tục đem cái tâm dong ruổi về với phút giây hiện tại, vì khả năng sống trong hiện tại là tất cả những

gì mà chúng ta phải tích cực phát triển để có được một cuộc sống tỉnh thức trong giây phút hiện tại. Mà thật vậy, nếu chúng ta không sống được với cái quý báu mà chúng ta có được trong lúc ngồi im lặng thì cái mà chúng ta gọi là tọa thiền chỉ là sự mệt mỏi, nhàm chán, tê cứng hai chân, và đau đớn thân thể mà thôi.

Thiền giúp chúng sanh giải thoát mọi khổ đau phiền não của con người ngay trong đời này. Thật vậy, những lời Phật dạy trong kinh điển Pali đều nhằm vào việc giải thoát mọi khổ đau phiền não của con người ngay trong đời này. Các lời Phật dạy đều có một chức năng giúp đỡ con người tìm phương cách khơi dậy các thiện tâm để giải thoát các ác tâm đối lập với chúng vốn chế ngự tâm thức con người. Chẳng hạn như năm thiền chi thì giải thoát năm triền cái; từ bi thì giải thoát sân hận; vô tham thì giải thoát lòng tham; trí tuệ thì giải thoát si mê; vô ngã tưởng, vô thường tưởng, và khổ tưởng thì giải thoát ngã tưởng, thường tưởng, và lạc tưởng, vân vân. Tịnh Độ Tông cho rằng trong thời Mạt Pháp, nếu tu tập các pháp môn khác mà không có Tịnh Độ, rất khó mà đạt được giải thoát ngay trong đời này. Nếu sự giải thoát không được thực hiện ngay trong đời này, thì mê lộ sanh tử sẽ làm cho hạnh nguyện của chúng ta trở thành những tư tưởng trống rỗng. Phật tử thuần thành nên luôn cẩn trọng, không nên ca ngợi tông phái mình mà hạ thấp tông phái khác. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng tất cả chúng ta là Phật tử và cùng tu theo Phật, dù phương tiện có khác, nhưng chúng ta có cùng giáo pháp là Phật Pháp, và cùng cứu cánh là giác ngộ giải thoát và thành Phật. Để hiểu đạo Phật một cách chính xác, chúng ta phải bắt đầu ở cứu cánh công hạnh của Phật. Năm 486 trước Tây Lịch, hay vào khoảng đó, là năm đã chứng kiến thành kết hoạt động của Đức Phật với tư cách một đạo sư tại Ấn Độ. Cái chết của Đức Phật, như mọi người đều rõ, được gọi là Niết Bàn, hay tình trạng một ngọn lửa đã tắt. Khi một ngọn lửa đã tắt, không thấy còn lưu lại một chút gì. Cũng vậy, người ta nói Phật đã đi vào cảnh giới vô hình không sao miêu tả được bằng lời hay bằng cách nào khác. Trước khi Ngài chứng nhập Niết Bàn, trong rừng Ta La song thọ trong thành Câu Thi Na, Ngài đã nói những lời di giáo này cho các đệ tử: “Đừng than khóc rằng Đức đạo sư của chúng ta đã đi mất, và chúng ta không có ai để tuân theo. Những gì ta đã dạy, Pháp cùng với Luật, sẽ là đạo sư của các người sau khi ta vắng bóng. Nếu các người tuân hành Pháp

và Luật không hề gián đoạn, há chẳng khác Pháp thân (Dharmakaya) của Ta vẫn còn ở đây mãi mãi.

Theo Phật giáo, những giây phút hiện tại là tất cả những gì chúng ta có trong cuộc sống này. Hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng trên đời này không có gì đáng để vội vã cả, không có một nơi chốn nào để tới, cũng chẳng có việc gì khác để làm. Chỉ có những giây phút hiện tại là tất cả những gì mà chúng ta có được trong cuộc sống này. Thiền là biết thông thả sống trong giờ phút hiện tại, thế thôi! Vì thế trong sinh hoạt hằng ngày chúng ta nên giữ cho tâm ý mình thật tỉnh thức, cẩn thận chú ý đến mọi cử động của mình. Việc duy trì tâm ý tỉnh thức liên tục này sẽ giúp cho công phu thiền quán của chúng ta ngày càng được thâm sâu, nhờ vậy mà cuộc sống của chúng ta ngày càng an lạc hơn.

Muốn có được sự giải thoát ngay trong kiếp này hành giả nên chấp nhận mọi sự như nó là. Trong tu tập Thiền, hành giả phải thấy được mặt mũi của thực tại. Thực tại là tinh túy hay bản thể của điều gì hay trạng thái thực. Theo triết học Trung Quán, thực tại là bất nhị. Nếu giải lý một cách thích đáng thì bản chất hữu hạn của các thực thể biểu lộ vô hạn định không những như là cơ sở của chúng mà còn là Thực Tại Tối Hậu của chính những thực thể hữu hạn. Thật ra, vật bị nhân duyên hạn định và vật phi nhân duyên hạn định không phân biệt thành hai thứ, vì tất cả mọi thứ nếu được phân tích và tìm về nguồn cội đều phải đi vào pháp giới. Sự phân biệt ở đây, nếu có, chỉ là tương đối chứ không phải là tuyệt đối. Theo Phật giáo, muốn có được sự giải thoát ngay trong kiếp này, hành giả nên chấp nhận mọi sự như nó là. Thiền tập sẽ giúp chúng ta có được một cuộc sống thoải mái hơn. Người sống thoải mái là người sống trọn vẹn với đời sống hiện tại của chính mình, chứ không phiêu lưu mộng tưởng dù trong bất kỳ tình huống nào; dầu tốt, dầu xấu, dầu khoẻ mạnh hay dầu bệnh hoạn, dầu phiền não hay dầu vui vẻ, tất cả đều không khác gì cả. Hành giả tu thiền luôn chú tâm và hòa nhập theo dòng sống chứ không để tâm phiêu lưu. Mà thật vậy, nếu chúng ta có thể chấp nhận mọi sự như nó là, thì chúng ta sẽ không còn bị xáo trộn bởi bất cứ thứ gì nữa; và nếu có, thì sự xáo trộn đó sẽ qua đi mau chóng. Như vậy, tất cả những gì mà hành giả tu thiền nên làm là hòa nhập vào những gì đang xảy ra. Mà thật vậy, khi tâm của chúng ta bị trôi dạt khỏi hiện tại, chúng ta sẽ cố lắng nghe tất cả những gì đang xảy ra quanh mình (dầu là âm thanh hay tiếng động),

chứ không bỏ qua bất cứ thứ gì. Hậu quả là chúng ta sẽ không thể nào có được sự tập trung tốt được. Vậy thì một trong những việc quan trọng nhất mà hành giả phải làm là rời bỏ cơn mộng để trở về với thực tại như thực này.

Trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Đức Phật dạy: “Người tu tập thiền như khúc gỗ nổi và trôi theo dòng nước. Nếu không bị người ta vớt, không bị quỷ thần ngăn trở, không bị nước xoáy làm cho dừng lại, và không bị hư nát, ta đảm bảo rằng khúc cây ấy sẽ ra đến biển. Người học đạo nếu không bị tình dục mê hoặc, không bị tà kiến làm rối loạn, tinh tấn tu tập đạo giải thoát, ta bảo đảm người ấy sẽ đắc Đạo.” Đối với những người xuất gia, về căn bản mà nói thì các lời dạy của Đức Phật đều nhắm vào việc giải thoát mọi khổ đau phiền não của con người trong đời này. Những lời dạy này có công năng giúp chúng ta hiểu phương cách khơi dậy các thiện tâm để giải thoát ác tâm, khiến cho tâm ý thanh tịnh để giải thoát loạn tâm vốn đối lập và chế ngự tâm thức con người. Chẳng hạn như thiền định thì giải thoát phiền trước, định tâm thì giải thoát tán tâm đã chế ngự tâm thức chúng sanh từ vô thủy, từ bị giải thoát sân hận, vô tham giải thoát lòng tham, vô ngã tưởng và vô thường tưởng thì giải thoát ngã tưởng và thường tưởng, trí tuệ thì giải thoát vô minh, vân vân. Tuy nhiên, sự tu tập tâm phải do chính mỗi các nhân thực hiện với chính nỗ lực của tự thân trong hiện tại. Còn đối với những cư sĩ tại gia, Đức Phật cũng chỉ dạy rất rõ ràng trong Kinh Thi Ca La Việt: không tiêu phí tài sản, không lang thang trên đường phố phi thời, không bè bạn với người xấu, không nhàn cư, không làm những hành động do tham, sân, si, sợ hãi tác động, vân vân. Trong Ngũ Giới, Đức Phật cũng dạy một cách rõ ràng: “Không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không vọng ngữ, không uống những chất cay độc.” Ngoài ra, người cư sĩ cần phải gìn giữ tốt những mối liên hệ giữa gia đình và xã hội: liên hệ giữa cha mẹ và con cái, giữa vợ và chồng, giữa thầy và trò, giữa bà con thân thuộc, giữa hàng xóm láng giềng, giữa chủ và tớ, giữa mình và chư Tăng Ni. Các mối quan hệ này phải được đặt trên cơ sở nhân bản, thủy chung, biết ơn, thành thật, biết chấp nhận nhau, biết cảm thông và tương kính nhau. Làm được như vậy, cả người xuất gia lẫn người tại gia đều được giải thoát khỏi mọi khổ đau phiền não ngay trong kiếp này.

Như đã đề cập trong phần giới thiệu, bài viết này không phải là một nghiên cứu thâm sâu về triết thuyết của Lâm Tế Tông, mà nó chỉ

sơ lược về Thiền Lý & Thiền Tập của Lâm Tế Tông và pháp tu đặc biệt của tông phái này. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng mục đích cuối cùng của người tu Phật là giác ngộ và giải thoát, nghĩa thấy được cách nào để thoát ra khỏi vòng luân hồi sanh tử ngay trong kiếp này. Đường tu tập còn đòi hỏi nhiều cố gắng và hiểu biết liên tục. Chính vì thế mà mặc dù hiện tại đã có quá nhiều sách viết về Phật giáo, tôi cũng mạo muội biên soạn bài viết với tựa đề “Sơ Lược Về Thiền Lý & Thiền Tập Theo Truyền Thống Lâm Tế Tông” song ngữ Việt Anh nhằm giới thiệu giáo lý và sự tu tập thiền theo truyền thống Lâm Tế Tông cho Phật tử ở mọi trình độ, đặc biệt là những người sơ cơ. Những mong sự đóng góp nhoi này sẽ mang lại lợi lạc cho những muốn hiểu biết thêm về Thiền trong Phật giáo và biết làm thế nào để có được cuộc sống an bình, tỉnh thức và hạnh phúc.

Mục Lục

<i>Lời Tựa</i>	1
(A) Đức Phật & Sự Khai Sanh Của Thiền Định	3
I. Sự Khai Sanh Của Thiền Định Trong Đạo Phật	3
II. Đạo Phật Là Đạo Của Trí Tuệ Giải Thoát Và Thiền Quán Trong Phật Giáo Hướng Tới Cái Trí Tuệ Giải Thoát Đó	4
III. Kỳ Thật, Danh Xưng “Phật” Đã Nói Lên Hết Ý Nghĩa Của Thiền	5
(B) Sơ Lược Về Thiền Quán Trong Giáo Thuyết Phật Giáo	6
I. Đại Cương Về Thiền Quán Trong Giáo Thuyết Phật Giáo	6
II. Tổng Quan Về Hướng Thiền Trong Giáo Điển Hướng Dẫn Tu Tập Phật Giáo	9
(C) Sơ Lược Về Thiền Tông Trung Hoa	12
(C-1) Sơ Lược Về Triết Lý & Thiền Tông	12
I. Đại Cương Về Thiền Định	12
II. Triết Lý Và Cương Yếu Thiền Tông	13
III. Bốn Nét Đặc Trưng Của Thiền Tông Phật Giáo	16
IV. Sự Tu Tập Thiền Định	18
V. Ba Thân Phật Theo Thiền Tông	19
VI. Bốn Giai Đoạn Trong Sự Phát Triển Của Thiền Tông	20
(C-2) Sơ Lược Về Thiền Tông Trung Hoa	21
I. Tổng Quan về Thiền Tông Trung Hoa	21
II. Thiền Môn Ngũ Tông Sau Thời Lục Tổ Huệ Năng	21
(D) Thiền Lý & Thiền Tập Theo Truyền Thống Lâm Tế Tông Trực Tiếp Thừa Hưởng Truyền Thống Thiền Từ Thời Thiền Ấn Độ Đến Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma Đến Khai Tổ Lâm Tế Nghĩa Huyền	24
(D-1) Niêm Hoa Vi Tiểu: Thiền Lý & Thiền Tập Của Truyền Thống Thiền Ấn Độ Trước Thời Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma	24
(D-1) Niêm Hoa Vi Tiểu: Thiền Lý & Thiền Tập Của Truyền Thống Thiền Ấn Độ Trước Thời Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma	24
(D-2) Thiền Pháp Của Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma	29
I. Sơ Lược Về Thiền Pháp Của Sơ Tổ Bồ Đề Đạt Ma	29
II. Sự Truyền Đạt Thiền Pháp Của Tổ Sư Bồ Đề Đạt Ma Tại Trung Hoa	32
III. Bồ Đề Đạt Ma Bát Câu Nghĩa Đóng Vai Trò Then Chốt Trong Thiền Tông	36
IV. Bồ Đề Đạt Ma & Vô Sở Cầu Môn	45

V. <i>Tu Cái Tâm Được Truyền Bồi Chư Phật</i>	48
VI. <i>Sơ Lược Đại Ý Bồ Đề Đạt Ma Quán Tâm Pháp</i>	51
 (D-3A) <i>Tổ Huệ Năng Thiền Pháp Yếu Lược</i>	78
I. <i>Đạo Do Tâm Ngộ</i>	78
II. <i>Huệ Năng Đốn Ngộ Pháp</i>	80
III. <i>Kiến Tánh Thành Phật Theo Lục Tổ Huệ Năng</i>	83
IV. <i>Lục Tổ Huệ Năng: Nhất Niệm Ngộ Chúng Sanh Thị Phật, Bất Ngộ Tức Phật Thị Chúng Sanh</i>	84
V. <i>Nhất Thể Tam Thân Tự Tánh Phật</i>	87
VI. <i>Niệm Niệm Tự Tánh Tự Kiến</i>	88
VII. <i>Phật Tánh Không Tên & Không Có Sự Diễn Tả Dầu Được Diễn Tả</i>	89
VIII. <i>Thành Tất Cả Tướng Tức Tâm, Là Tất Cả Tướng Tức Phật</i>	89
 (D-3B) <i>Tu Tập Thiền Quán Theo Lục Tổ Huệ Năng</i>	90
I. <i>Mục Đích Của Việc Hành Thiền Trong Tu Tập Phật Giáo</i>	90
II. <i>Tu Tập Thiền Quán Lấy Định Tuệ Làm Gốc</i>	93
III. <i>Pháp Môn Thiền Định Không Chấp Nơi Tâm, Không Chấp Nơi Tịnh, Cũng Không Chấp Nơi Động</i>	95
IV. <i>Yếu Chỉ Khác Biệt Giữa Giáo Pháp Của Thần Tú Và Huệ Năng</i>	96
 (E) <i>Thiền Lý & Thiền Tập Theo Truyền Thống Lâm Tế Tông Dựa Theo Thiền Pháp Của Các Vị Tổ Từ Sau Lục Tổ Đến Khai Tổ Lâm Tế Nghĩa Huyền</i>	98
 (E-1) <i>Thiền Lý & Thiền Tập Theo Các Truyền Thống Thiền Đại Thừa & Tổ Sư Thiền</i>	98
 (E-3) <i>Thiền Lý & Thiền Tập Theo Truyền Thống Lâm Tế Tông Dựa Theo Thiền Pháp Của Các Vị Tổ Từ Sau Lục Tổ Đến Khai Tổ Lâm Tế Nghĩa Huyền</i>	102
 (E-3A) <i>Tổng Quan Về Các Sơ Tổ Tiền Phong Của Thiền Tông Lâm Tế</i>	102
 (E-3B) <i>Thiền Lý & Thiền Tập Theo Truyền Thống Lâm Tế Tông Dựa Theo Pháp Ngữ Của Các Vị Tổ Từ Sau Lục Tổ Đến Khai Tổ Lâm Tế Nghĩa Huyền</i>	103
I. <i>Pháp Ngữ Của Thiền Sư Nam Nhạc Hoài Nhượng</i>	103
II. <i>Pháp Ngữ Của Thiền Sư Mã Tổ Đạo Nhất</i>	105
III. <i>Pháp Ngữ Của Thiền Sư Bách Trượng Hoài Hải</i>	110
IV. <i>Pháp Ngữ Của Thiền Sư Hoàng Bá Hy Vận</i>	118
V. <i>Pháp Ngữ Của Thiền Sư Lâm Tế Nghĩa Huyền</i>	121

(F) Tóm Lược Về Thiên Lý & Thiên Tập Của Lâm Tế Tông	127
I. Tổng Quan Về Thiên Pháp Tông Lâm Tế	127
II. Lâm Tế Tứ Hát	129
III. Lâm Tế Tứ Kiến	129
IV. Lâm Tế Tướng Quân	130
V. Tham Công Án & Thoại Đầu Trong Tông Lâm Tế	130
VI. Lâm Tế Tứ Liệu Giản	138
VII. Tông Lâm Tế Không Chấp Nhận Sự Giải Thích Lông Lẻo Kém Cỏi	144
VIII. Những Khác Biệt Giữa Hai Trường Phái Tào Động & Lâm Tế	144
 (G) Thiên Tập Theo Tông Lâm Tế: Con Đường Khả Dĩ Dẫn Đến Sự Giải Thoát Ngay Trong Kiếp Này	 145
 Mục Lục	 153
Tài Liệu Tham Khảo	331

A Summary of Zen Theories & Practices of the Tradition of the Lin Chi Zen School

Thiện Phúc

According to the history of Zen, Lin-Chi was a disciple of Huang-Po. He was one of the famed Chinese Zen masters during the T'ang dynasty. His year of birth is unknown. He was famous for his vivid speech and forceful pedagogical methods, as well as direct treatment of his disciples. Consequently, in China a special Zen sect was named after him "Lin-Chi" of which doctrine was based on his teachings. He never liked those roundabout dealings which generally characterized the methods of a lukewarm master. He must have got this directness from his own master Huang-Po, by whom he was struck three times for asking the fundamental principle of Buddhism. Lin-Chi is regarded as the author of "Kwats!" even though Ma-Tsu was an epoch-maker in the history of Zen, uttered "Kwats!" to his disciple, Pai-Chang, when the latter came up to the master for a second time to be instructed in Zen. This "Kwats!" is said to have deafened Pai-Chang's ear for three days. But it was principally due to Lin-Chi that this particular cry was most effectively and systematically made use of and later came to be one of the special features of the Lin-Chi school in distinction to the other schools. In fact, the cry came to be so abused by his followers that he had to make the following remark: "You are so given up to learning my cry, but I want to ask you this: 'Suppose one man comes out from the eastern hall and another from the western hall, and suppose both give out the cry simultaneously; and yet I say to you that subject and predicate are clearly discernible in this. But how will you discern them?' If you are unable to discern them, you are forbidden hereafter to imitate my cry." In 867 A.D. when Lin-Chi was about to die he sat upright and said: "After I'm gone, my Treasury of the True Dharma Eye cannot be destroyed." Lin-Chi's disciple, San-Sheng, said: "How could we dare destroy the Master's Treasury of the True Dharma Eye?" Lin-Chi said: "In the future if someone ask about my teaching, what will you say to them?" San-Sheng shouted! Lin-Chi said: "Who would have thought that my Treasury of the true Dharma Eye

would be destroyed by this blind ass!" Upon saying these words Lin-Chi passed away, sitting upright.

Lin Chi Zen School is one of the most famous Chinese Ch'an founded by Ch'an Master Lin-Chi I-Hsuan, a disciple of Huang-Po. At the time of the great persecution of Buddhists in China from 842 to 845, Lin-Chi founded the school named after him, the Lin-Chi school of Ch'an. During the next centuries, this was to be not only the most influential school of Ch'an, but also the most vital school of Buddhism in China. Lin-Chi brought the new element to Zen: the koan. The Lin-Chi School stresses the importance of "Sudden Enlightenment" and advocates unusual means or abrupt methods of achieving it, such as shouts, slaps, or hitting them in order to shock them into awareness of their true nature. The Lin-Chi uses collections of koans systematically in its temples and downplays the reading of sutras and veneration of Buddha images in favor of seeking the Buddha Nature directly through the use of koans and practical living. After being acquainted with Zen master Lin-chi through Lin-chi's Sayings, we can see Lin-chi as a great smasher of the conventional Buddhism whose ideas are arranged in an ordinary order. He did not like the round-about way in which Buddhist experience was treated by philosophers, but he wanted to reach the goal directly. He destroyed every obstacle that was found in his approach to Reality. He was not only against those intellectualist philosophers but against the Zen masters of his day. Lin-chi's method of handling Zen was quite refreshing and vivifying. However, because of these, he stood so majestically among his contemporaries. And also because of these, Lin-chi became one of the greatest Zen Master of the ninth century. **He is recognized to have founded the Lin Chi School of Zen.** This school, along with the T'sao Tung School, remains today as one of the two existing Zen schools that began in China during the Tang dynasty (615-905), the golden age of Zen. It is his school which is still flourishing in Japan, China, and Vietnam, though in China Zen itself is somewhat on the wane. Lin-chi's Sayings are regarded by many as the strongest treatise we have. Lin-chi had 21 dharma successors. However, this school gradually declined after the twelfth century, but had been brought to Japan where it continues up to the present day and known as Rinzai.

This writing is not a profound philosophical study of the Lin Chi Zen School, but a writing that essentially summarizes Zen theories and practices of the Lin Chi Zen

School and its methods of cultivation. Devout Buddhists should always remember the ultimate goal of any Buddhist cultivator is to attain enlightenment and emancipation, that is to say to see what method or methods to escape or to go beyond the cycle of births and deaths right in this very life. The path of cultivation still demands continuous efforts with right understanding and practice. Presently even with so many books available on Buddhism, I venture to compose this writing titled "A Summary of Zen Theories & Practices in the Tradition of the Lin Chi Zen School" in Vietnamese and English to introduce basic things theories and practices of the Lin Chi Zen School to all Buddhist followers in all levels, especially Buddhist beginners. Hoping this little contribution will help Buddhists in different levels to understand Buddhist Zen and to know how to achieve a life of peace, mindfulness and happiness.

(A) The Buddha & the Birth of Meditation

I. A Summary of the Birth of Meditation in Buddhism:

After Prince Siddhartha Gautama decided to leave behind His princely life. After his groom Chandala saddled His white horse, He rode off the royal palace, toward the dense forest and became a wandering monk. First, He studied under the guidance of the leading masters of the day such as Alara Kalama and Uddaka Ramaputta. He learned all they could teach Him; however, He could not find what He was looking for, He joined a group of five mendicants and along with them, He embarked on a life of austerity and particularly on starvation as the means which seemed most likely to put an end to birth and death. In His desire for quietude, He emaciated His body for six years, and carried out a number of strict methods of fasting, very hard for ordinary men to endure. The bulk of His body was greatly reduced by this self-torture. His fat, flesh, and blood had all gone. Only skin and bone remained. One day, worn out He fell to the ground in a dead faint. A shepherdess who happened to pass there gave Him milk to drink. Slowly, He recovered His body strength. His courage was unbroken, but His boundless intellect led Him to the decision that from now on He needed proper food. He would have certainly died had He not realized the futility of self-mortification, and decided to practice

moderation instead. Then He went into the Nairanjana River to bathe. The five mendicants left Him, because they thought that He had now turned away from the holy life. He then sat down at the foot of the Bodhi tree at Gaya and vowed that He would not move until He had attained the Supreme Enlightenment. After 49 days, at the beginning of the night, He achieved the “Knowledge of Former Existence,” recollecting the successive series of His former births in the three realms. At midnight, He acquired the “Supreme Heavenly Eye,” perceiving the spirit and the origin of the Creation. Then early next morning, He reached the state of “All Knowledge,” realizing the origin of sufferings and discovering the ways to eliminate them so as to be liberated from birth-death and reincarnation. He became Anuttara Samyak-Sambodhi, His title was Sakyamuni Buddha.

II. Buddhism Is a Religion of Wisdom of Emancipation, and Meditation in Buddhism Is Aiming at That Wisdom:

Many people believe that they meditate to become a Buddha. Yes, they're right. The exposition of meditation as it is handed down in the early Buddhist writings is more or less based on the methods used by the Buddha for his own attainment of enlightenment and Nirvana, and on his personal experience of mental development. Therefore, the final goal of any Buddhist is becoming a Buddha; however, meditation itself will not turn any beings to a Buddha. The contemplative traditions of Buddhism are not simple like that. What distinguishes Buddhism from the contemplative traditions of other religions is the fact that, for Buddhism, meditation by itself is not enough. We might say that, for Buddhism, meditation is like sharpening a knife. We sharpen a knife for a purpose, let's say, in order to cut something easily. Similarly, by means of meditation, we sharpen the mind for a definite purpose, in the case of cultivation in Buddhism, the purpose is wisdom. The wisdom that's able us to eliminate ignorance and to cut off sufferings and afflictions. The word meditation really is no equivalent for the Buddhist term “bhavana” which literally means ‘development’ or ‘culture,’ that is development of the mind, culture of the mind, or ‘making-the-mind become.’ It is the effort to build up a calm, concentrated mind that sees clearly the true nature of all phenomenal things and realizes Nirvana, the ideal state of mental health. In Buddhism, meditation functions the

job of a torch which gives light to a dark mind. Suppose we are in a dark room with a torch in hand. If the light of the torch is too dim, or if the flame of the torch is disturbed by drafts of air, or if the hand holding the torch is unsteady, it's impossible to see anything clearly. Similarly, if we don't meditate correctly, we can't never obtain the wisdom that can penetrate the darkness of ignorance and see into the real nature of existence, and eventually cut off all sufferings and afflictions. Therefore, sincere Buddhists should always remember that meditation is only a means, one of the best means to obtain wisdom in Buddhism. Furthermore, owing to obtaining the wisdom, one can see right from wrong and be able to avoid the extremes of indulgence in pleasures of senses and tormenting the body.

III. As a Matter of Fact, the Title “Buddha” Speaks Out All the Meanings of Meditation:

The word Buddha is not a proper name, but a title meaning “Enlightened One” or “Awakened One.” Prince Siddhartha was not born to be called Buddha. He was not born enlightened; however, efforts after efforts, he became enlightened. Any beings who sincerely try can also be freed from all clingings and become enlightened as the Buddha. All Buddhists should be aware that the Buddha was not a god or any kind of supernatural being. Like us, he was born a man. The difference between the Buddha and an ordinary man is simply that the former has awakened to his Buddha nature while the latter is still deluded about it. However, whether we are awakened or deluded, the Buddha nature is equally present in all beings. Therefore, the term “Buddha” is an epithet of those who successfully break the hold of ignorance, liberate themselves from cyclic existence, and teach others the path to liberation. The word “Buddha” derived from the Sanskrit root budh, “to awaken,” it refers to someone who attains Nirvana through meditative practice and the cultivation of such qualities as wisdom, patience, and generosity. Such a person will never again be reborn within cyclic existence, as all the cognitive ties that bind ordinary beings to continued rebirth have been severed. Through their meditative practice, buddhas have eliminated all craving, and defilements. The Buddha of the present era is referred to as “Sakyamuni” (Sage of the Sakya). He was born Siddhartha Gautama, a

member of the Sakya clan. The Buddha is One awakened or enlightened to the true nature of existence. The word Buddha is the name for one who has been enlightened, who brings enlightenment to others, whose enlightened practice is complete and ultimate. The term Buddha derived from the Sanskrit verb root “Budh” meaning to understand, to be aware of, or to awake. It describes a person who has achieved the enlightenment that leads to release from the cycle of birth and death and has thereby attained complete liberation. In the Ratana Sutta, Khuddakapatha, volume 6, the Buddha taught: “What the excellent Awakened One extolled as pure and called the concentration of unmediated knowing. No equal to that concentration can be found. This, too, is an exquisite treasure in the Dhamma. By this truth may there be well-being.”

(B) An Outline of Meditation and Contemplation In Buddhist Teachings

I. An Outline of Meditation and Contemplation in Buddhist Teachings:

When looking into the origins of Zen, we find that the real founder of Zen is none other than the Buddha himself. Through the practice of inward meditation, the Buddha attained Supreme Enlightenment and thereby became the Awakened One, the Lord of Wisdom and Compassion. In Buddhism, there are many methods of cultivation, and meditation is one of the major and most important methods in Buddhism. According to the Buddhist History, our Honorable Gautama Buddha reached the Ultimate Spiritual Perfection after many days of meditation under the Bodhi Tree. The Buddha taught more than 25 centuries ago that by practicing Zen we seek to turn within and discover our true nature. We do not look above, we do not look below, we do not look to the east or west or north or south; we look into ourselves, for within ourselves and there alone is the center upon which the whole universe turns. To this day, we, Buddhist followers still worship Him in a position of deep meditation. Thus, we can not take Zen out of Buddhism. According to Zen Master Thich Thien An in “Zen Philosophy, Zen Practice”, some people believe that Zen

Buddhism is a religious phenomenon peculiar to Japan. This is especially the case with many Western World who first learned about Zen through the work of the great Japanese scholar D.T. Suzuki. But while Zen may truly be the flower of Japanese civilization, the Zen school of Buddhism has not been confined to Japan but has flourished in other countries as well. Zen is traced to a teaching the Buddha gave by silently holding a golden lotus. The general audience was perplexed, but the disciple Mahakasyapa understood the significance and smiled subtly. The implication of this is that the essence of the Dharma is beyond words. In Zen, that essence is transmitted from teacher to disciple in sudden moments, breakthroughs of understanding. The meaning Mahakasyapa understood was passed down in a lineage of 28 Indian Patriarchs to Bodhidharma. Bodhidharma, an Indian meditation master, strongly adhered to the Lankavatara Sutra, a Yogacara text. He went to China around 470 A.D., and began the Zen tradition there. It spread to Korea and Vietnam, and in the 12th century, it became popular in Japan. Zen is a Japanese word, in Chinese is Ch'an, in Vietnamese is Thiền, in Sanskrit is "Dhyana" which means meditative concentration. There are a number of different Zen lineages in China, Japan and Vietnam, each of it has its own practices and histories, but all see themselves as belonging to a tradition that began with Sakyamuni Buddha. Zen histories claim that the lineage began when the Buddha passed on the essence of his awakened mind to his disciple Kasyapa, who in turn transmitted to his successor. The process continued through a series of twenty-eight Indian patriarchs to Bodhidharma, who transmitted it to China. All the early Indian missionaries and Chinese monks were meditation masters. Meditation was one of many practices the Buddha gave instruction in, ethics, generosity, patience, and wisdom were others, and the Ch'an tradition arose from some practitioners' wish to make meditation their focal point. An underlying principle in Zen is that all beings have Buddha nature, the seed of intrinsic Buddhahood. Some Zen masters express this by saying all beings are already Buddhas, but their minds are clouded over by disturbing attitudes and obscurations. Their job, then, is to perceive this Buddha nature and let it shine forth without hindrance. Because the fundamental requirement for Buddhahood, Buddha nature, is already within everyone, Zen stresses attaining

enlightenment in this very lifetime. Zen masters do not teach about rebirth and karma in depth, although they accept them. According to Zen, there is no need to avoid the world by seeking nirvana elsewhere. This is because first, all beings have Buddha-nature already, and second, when they realize emptiness, they will see that cyclic existence and nirvana are not different. Zen is accurately aware of the limitations of language, and gears its practice to transcend it. When we practice meditation, we seek to turn to within and to discover our true nature. We do not look above, we do not look below, we do not look to the east or to the west, or to the north, or to the south; we look into ourselves, for within ourselves and there alone is the center upon which the whole universe turns. Experience is stressed, not mere intellectual learning. Thus, associating with an experienced teacher is important. The Zen teacher's duty is to bring the students back to the reality existing in the present moment whenever their fanciful minds get involved in conceptual wanderings.

In English, Zen is the Japanese pronunciation of the Chinese word "Ch'an" which in turn is the Chinese pronunciation of the Sanskrit technical term Dhyana, meaning meditation. The distinctive characteristic of the Buddha's practice at the time of his enlightenment was his inner search. For this reason, many people believe that they meditate to become a Buddha. Yes, they're right. The final goal of any Buddhist is becoming a Buddha; however, meditation itself will not turn any beings to a Buddha. Zen is the method of meditation and contemplation, the method of keeping the mind calm and quiet, the method of self-realization to discover that the Buddha-nature is nothing other than the true nature. However, the contemplative traditions of Buddhism are not simple like that. What distinguishes Buddhism from the contemplative traditions of other religions is the fact that, for Buddhism, meditation by itself is not enough. We might say that, for Buddhism, meditation is like sharpening a knife. We sharpen a knife for a purpose, let's say, in order to cut something easily. Similarly, by means of meditation, we sharpen the mind for a definite purpose, in the case of cultivation in Buddhism, the purpose is wisdom. The wisdom that's able us to eliminate ignorance and to cut off sufferings and afflictions. Before the moment of 'Enlightenment', the Buddha practiced the inward way for forty-nine days until suddenly He

experienced enlightenment and became the Buddha. By turning inward upon Himself, he discovered His true nature, or Buddha-nature. This is the ultimate aim of Zen. Zen in Buddhism differs from meditation in other religions. Most other religions place a supreme God above man and then ask that man should pray to God and worship Him, implying that reality is to be sought externally. While Zen in Buddhism holds that reality is to be gotten hold of, not externally, but inwardly. According to Buddhism, every living being has within himself the Buddha-nature, and to become a Buddha is simply to turn inward to discover this Buddha-nature. This Buddha-nature is always present within, and eternally shining. It is like the sun and the moon. The sun and the moon continually shine and give forth light, but when the clouds cover them, we cannot see the sunlight or the moonlight. The goal of any Zen practitioner is to eliminate the clouds, for when the clouds fly away, we can see the light again. In the same way, human beings always have within ourselves the Buddha-nature, but when our desires, attachments and afflictions cover it up, it does not appear. In Buddhism, meditation functions the job of a torch which gives light to a dark mind. Suppose we are in a dark room with a torch in hand. If the light of the torch is too dim, or if the flame of the torch is disturbed by drafts of air, or if the hand holding the torch is unsteady, it's impossible to see anything clearly. Similarly, if we don't meditate correctly, we can't never obtain the wisdom that can penetrate the darkness of ignorance and see into the real nature of existence, and eventually cut off all sufferings and afflictions. Therefore, sincere Buddhists should always remember that meditation is only a means, one of the best means to obtain wisdom in Buddhism. Furthermore, owing to obtaining the wisdom, one can see right from wrong and be able to avoid the extremes of indulgence in pleasures of senses and tormenting the body.

II. An Overview of the Fragrance of Zen in Guiding Scriptures for Buddhist Cultivation:

When talking about Buddhist meditation, we cannot skip talking about the days just before the Buddha's enlightenment more than twenty-six centuries ago. One day, after taking a bath in the Nairanjana River, Prince Siddhartha went up straight to the river bank, sat under the Bodhi Tree and made a vow to himself: "Even if my blood dries up

and my muscles shrink leaving me with bones and skin only, I will not leave this seat until I finally and absolutely achieve the goal of finding for myself and all mankind a way of deliverance from the suffering of the turning round life and death.” Then Prince Siddhartha firmly sat there until he had attained enlightenment. From that time on, Prince Siddhartha concentrated his will and aroused his mind to ward off the disturbances coming from nature and to cast away the memory of the illusory joys of the past. He completely detached himself from all worldly thoughts and devoted his whole mind to the search for the ultimate truth. In his searching and reflection, he asked himself: “How does all suffering arise? How can one detach himself from suffering?” During that period of time, a lot of phantoms always tried to distract Prince Siddhartha's mind, enticing him to linger on the pleasures of the past and even arousing his desire to return to the royal palace to enjoy the sensual life of his former days. But then, his resolute vow reminded him to resist these temptations with firm mental efforts. Finally, he succeeded in completely dispersing all the illusory thoughts that were disturbing him. His mind became calm and tranquil like pond water on a breezeless day. He was in deep samadhi. In this tranquility of samadhi, he tried to find the source of his own life, and acquired the power of being aware of all his previous lives. Through further insight, he also acquired the divine vision, the power to see all things and know the future rebirths of all beings. He thus came to realize that the unceasing cycle of death and rebirth of all beings is solely a manifestation of one's karma; that is one's thoughts and deeds. Some people could be born to a better life than they presently enjoyed, encountering all sorts of happiness because they had done good deeds. Some, on the other hand, could be born to a condition worse than their present ones and suffer very much because they had done bad deeds. Finally, he observed that the ultimate cause of the turning round of birth and death in the vast sea of worldly suffering, that all sentient beings are involved in is ignorance and the attachment to transient and illusory pleasures. And for those who are unwilling to remain in the cycle of death and rebirth, there is only one way to escape; that is , by the complete destruction or elimination of all lustful desires. Then, Prince Siddhartha acquired the extinction of outflows. At this time, he knew that he had delivered himself from all passions and delusions,

that he had discovered the cause of and the method of elimination of all suffering. He attained Great Enlightenment. Prince Siddhartha became the Buddha from that very moment. Till today, the fragrance of meditation of those early days, at the time of the Buddha, still remains boldly in most guiding scriptures for Buddhist cultivation.

As mentioned above, through almost all most guiding scriptures for Buddhist cultivation, we can see the Zen fragrance is wafting everywhere. In fact, almost 26 centuries ago, after experiencing a variety of methods of cultivation without success, the Buddha decided to test the truth by self purification of his own mind. He sat cross-legged for 49 days and nights under the bodhi-tree and reached the highest meditative attainments which are now known as enlightenment and deliverance. He gradually entered the first, second, and third Jhanas. So, Zen originated from the very day of the Buddha and Buddhist meditation forms the very heart and core of the Buddha's teaching. Zen in China and other Eastern Asian countries formed after Bodhidharma went to China and nowadays Zen becomes so popular that not only Buddhists practise it, but even people from all countries including Christians and Muslims have been trying to practise Zen in their daily activities to improve their life. However, meditation in Buddhism does not stop at seeking to improve life; but it also help mankind attain enlightenment through the spontaneous understanding of the nature of reality, which it believes cannot be communicated through rational thought, but rather found in a simple brush stroke or a hearty laugh. Nowadays, Buddhist Zen has spread to the Western World and has been becoming so widely known that almost everyone knows about Zen. Zen leads the mind away from the mind until the spark of direct insight appears in a simple brush stroke. Meditation is not a practice of today or yesterday. From time immemorial people have been practicing meditation in diverse ways. There never was, and never will be, any mental development or mental purity without meditation. Meditation was the means by which Siddhartha Gotama, the Buddha, gained supreme enlightenment. Meditation is not only for Indian, not for the country of India, or not only for the Buddha's time, but for all mankind, for all times and all places in the world. The boundaries of race and religion, the frontiers of time and space, are irrelevant to the practice of meditation.

Zen fragrance has the ability to help us gain a state of mental purity where disturbing passions and impulses are subdued and calmed down so that the mind becomes concentrated and collected and enters into a state of clear consciousness and mindfulness. We should always have Zen fragrance just similar to the case of Zen that should be applied to the daily affairs of life, and its results obtained here and now, in this very life. It is not separated from the daily activities. It is part and parcel of our life. In Zen, we are living a Zen life whenever we are wholly in the present without our usual fears, hopes and distractions. With mindfulness we can find Zen in all activities of our daily life. Zen cannot be found by uncovering an absolute truth hidden to outsiders, but by adopting an attitude to life that is disciplined. People seek enlightenment by striving; however, most of us forget that to become enlightened we must give up all striving. This is extremely difficult for all of us because in our daily life we always strive to achieve things. Once we can smell the Zen fragrance, we are able to live with our precious presence and forget about yesterdays and tomorrows for yesterdays have gone and tomorrows do not arrive yet. In Zen, we should have everyday enlightenment with nothing special. Everything is just ordinary. Business as usual, but handling business with mindfulness. To start your day, brush your teeth, wash your face, relieve your bowels, take a shower, put on your clothes, eat your food and go to work, etc. Whenever you're tired, go and lie down; whenever you feel hungry, go and find something to eat; whenever you do not feel like to talk, don't talk; whenever you feel like to talk, then talk. Let circumstances come and go by themselves, do not try to change them for you can't anyway. Zen teaches us to cut off all discriminating thoughts and to understand that the truth of the universe is ultimately our own true self. All of us should meditate very deeply on this, for this thing is what we call the 'self'? When we understand what it is, we will have automatically returned to an intuitive oneness with nature and will see that nature is us and we are nature, and that nature is the Buddha, who is preaching to us at every moment. We all hope that all of us will be able to hear what nature is saying to us, so that we can return to the peaceful realm that we once separated. In this world, ordinary people can only enjoy the smell of ordinary flowers; while

true Buddhist cultivators can enjoy both the smell of ordinary flowers and the smell of liberation from Zen fragrance.

(C) Summaries of the Zen School & The Chinese Zen Sects

(C-1) Summaries of Philosophy & Preliminary of the Zen School

I. An Overview on Dhyana:

The Meanings of Samadhi: Dhyana is Meditation (Zen), probably a transliteration. Meditation is an element of Concentration; however, the two words (dhyana and samadhi) are loosely used. Concentration is an interpretation of Samadhi. Samadhi covers the whole ground of meditation, concentration or abstraction, reaching to the ultimate beyond emotion or thinking. There are also several different definitions for Dhyana and Samadhi: Meditation or Mental development, or to meditate upon the implications or disciplines of pain, unreality, impermanence, and the non-ego. Although different in forms and methods in different Buddhist schools, but has the same goal is to concentrate the mind of the cultivators, to calm and to clarify it as one would calm and clarify the surface of a turbulent body of water, so that the bottom of which can be seen. Once the surface of that turbulent water is pacified, one can see it's bottom as when the mind is pacified, one can come to an experience or a state of awakening, liberation or enlightenment. In addition, diligent repetition of practice of meditation, if the cultivator has not yet become one with the "absolute truth," dualistic state of mind and distinction between subject and object disappeared in that person. Zen is also defined as a process of concentration and absorption by which the mind is first tranquilized and brought to one-pointedness, and then awakened. "Dhyana" is one of the six paramitas. Zen is also a Mahayana buddhist sect, Zen is a religious free of dogmas or creeds whose teachings and disciplines are directed toward self-consummation. For example, the full awakening that Sakyamuni Buddha himself experienced under the Bodhi-tree

after strenuous self-discipline. In Vietnam, Zen sects comprise of Lin-Chi, T'ao-Tung, and Ch'u-Lin. The term "Dhyana" also connotes Buddhism and Buddhist things in general, but has special application to the Zen (Ch'an) sects.

The Purposes of Meditation Practices: Buddhists practise meditation for mind-training and self-discipline by looking within ourselves. To meditate is to try to understand the nature of the mind and to use it effectively in daily life. The mind is the key to happiness, and also the key to sufferings. To practice meditation daily will help free the mind from bondage to any thought-fetters, defilements, as well as distractions in daily life. Practicing meditation is the most direct way to reach enlightenment.

II. Philosophical & Preliminary of Zen:

Philosophical Zen: According to the Zen sect, the key theory of Zen, to look inwards and not to look outwards, is the only way to achieve enlightenment, which to the human mind is ultimately the same as Buddhahood. In this system, the emphasis is upon 'intuition,' its peculiarity being that it has no words in which to express itself, no method to reason itself out, no extended demonstration of its own truth in a logically convincing manner. If it expresses itself at all, it does so in symbols and images. In the course of time this system developed its philosophy of intuition to such a degree that it remains unique to this day. According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, Zen has much philosophy, but is not a philosophy in the strict sense of the term. It is the most religious school of all and yet not a religion in the ordinary sense of the word. It has no scripture of the Buddha, nor does it hold any discipline of the Buddha. Without a sutra (discourse) or a vinaya (Discipline) text, no school or sect would seem to be Buddhistic. However, according to the ideas of Zen, those who cling to words, letters or rules can never fully comprehend the speaker's true idea. The ideal or truth conceived by the Buddha should be different from those taught by him because the teaching was necessarily conditioned by the language he used, by the hearers whom he was addressing, and by the environment in which the speaker and hearers were placed. What Zen aims at is the Buddha's ideal, pure and unconditioned. The school is otherwise called 'the School of the

Buddha's Mind." The Buddha's mind is after all a human mind. An introspection of the human mind alone can bring aspirant to a perfect enlightenment. But how? The general purport of Buddhism is to let one see rightly and walk rightly. *Darsana-Marga*: The way of viewing is different from the way of walking. To judge whether the path we are going to take is right or not, first of all, science is important. *Bhavana-Marga*: The way of walking or the way of cultivation. People often walk without seeing the way. Religions generally lay importance on practice, that is, how to walk, but neglect teaching the intellectual activity with which to determine the right way, that is, how to see. With Zen, as we go on, we discover that philosophy is much more important than anything else. In case science and philosophy do not give a satisfactory result, we must resort to the meditative method of Zen in order to get insight into any given problem. First, find out your way and begin to walk on it. The foot acquired by meditation can carry you across the wave-flux of human life, and over and above the air region of the heavenly world and finally make you perfect and enlightened like the Buddha. *Contemplation* is the eye which gives insight, and, at the same time, the foot which procures a proper walk. *Zen (meditation and concentration)* is the lens on which diverse objects outside will be concentrated and again dispersed and impressed on the surface of the negative plates inside. The concentration on the lens itself is concentration (samadhi) and the deeper the concentration is, the quicker the awakening of intuitive intellect. The further impression on the negative film is wisdom (prajna) and this is the basis of intellectual activity. Through the light of reflection (prajna) outwardly, i.e., insight, we see and review the outer world of diversity once again so as to function or act appropriately toward actual life.

Preliminary of the Zen Sect: According to the Lankavatara Sutra, the Zen sects believe in direct enlightenment, disregarded ritual and sutras and depended upon the inner light and personal influence for the propagation of its tenets, founding itself on the esoteric tradition supposed to have been imparted to Kasyapa by the Buddha, who indicated his meaning by plucking a flower without further explanation. Kasyapa smiled in apprehension and is supposed to have passed on this mystic method to the patriarchs. According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, as an inheritance from the

ancient Aryan race, India has had the habit of meditation practiced in all schools of philosophy as well as in religion. There are six systems of Indian philosophy, one of which called Yoga, is especially devoted to meditation or concentration. The Yoga system is the practical side of the Sankhya philosophy, which is dualistic. In Sankhya, Self (Atman) and Nature (Prakriti), one blind as it were, and the other lame, cannot function without being united. Self has the intellectual function, but cannot move without the physical function of Nature. When the two combine together, they see the way and move at will. Self, like the promoter of a theatrical play, simply looks on his mate's acting and moving but curiously thinks that he himself is acting in the moving, though in reality only Nature is moving and achieving. Only self-culture brings about freedom, that is, dependence of Self. The method of self-culture is practically the Yoga system of Patanjali in the second century B.C. The Sankhya system, originally heterodox since it was atheistic, asserted only the existence of the individual Self (Atman) and not of Universal Self (Mahatman). But in the practice of abstract meditation an object of self-concentration was necessary and so the doctrine assumes the form of deism, but not theism. At the end of meditation, when the absolute separation of Self from Nature has been effected, the object of meditation, Brahman, Paramatman or God, whatever it is, is no longer used. The importance of the abstract meditation of the Yoga system is laid upon the evolution and reversion of the dual principles and upon the final liberation of Self from Nature, while that of the idealistic Yogacara School of Buddhism is centered on the unification of the world within and without, on the synthesizing of our causal and illusory existences, and thus negatively discovering the state of Thusness (Tathata). Buddhism, has, of course, a special doctrine of meditation. Although the depth and width of contemplation depend upon one's personal character, the methods or contents of meditation taught by the Buddha are similar in Hinayana and Mahayana. This special meditation is generally called 'Tathagata meditation,' as it forms one part of the sacred teaching. The highest development of it is seen in the perfect 'calmness and insight' (samathavipasyana) of the T'ien-T'ai School and in the mystical Yogacara of the Shingon School.

III. Four Special Characteristics of Zen Buddhism:

According to Edward Conze in *Buddhism: Its Essence and Development*, there are four specific features of Zen Buddhism. ***First, the Traditional Aspects of Buddhism Are Viewed by Zen with Hostility:*** Images and scriptures are held up to contempt, conventions are derided by deliberate eccentricities. Zen evinces a spirit of radical empiricism, very similar to that shown by the Royal Society in England in the seventeenth century. There also the motto was, “Don’t think, try!” and “With books they meddle not farther than to see what experiments have been tried before.” Zen aimed at a direct transmission of Buddhahood outside the written tradition. The study of the scriptures was for occasional reference in close proximity to the restroom. To discuss commentaries, ransack the scriptures, brood over words is regarded like investigating the needle at the bottom of the sea. “What use is the count the treasures of other people?” “To see one’s own nature is Zen.” By comparison with that, nothing else matters. Historians have often attributed these attitudes to the practical turn in the Chinese national character. This cannot be the whole truth because anti-traditionalism pervaded the whole Buddhist world between 500 and 1,000, and the Indian Tantra in this respect offers many parallels to Zen.

Second, Zen Is Hostile to Metaphysical Speculation: Zen is hostile and averse to theory and intent on abolishing reasoning. Direct insight is prized more highly than the elaborate webs of general terms, but as concretely as possible. The T’ang masters were renowned for their oracular and cryptic sentences, and for their curious and original actions. Salvation is found in the ordinary things of everyday life. Hsuan-Chien was enlightened when his teacher blew out a candle, another when a brick dropped down, another when his leg got broken. This was not altogether new phenomenon. The Pali Psalms of the Brethren and Psalms of the Sisters show that also in the Old Wisdom School trivial Incidents could easily start off the final awakening. The Zen masters flaunt their disapproval of mere tradition in startling actions. They burn wooden statues of the Buddha, kill cats, catch shrimps and fishes. The master assists the pupil not so much by the wise words which issue from his mouth, but by the “direct action” of pulling at his nose, hitting him with the staff, or shouting at him. The

Koans, which are the basis and support of meditation, consist of riddles and puzzling stories which one should think about, until intellectual exhaustion leads to a sudden realization of their meaning. Again, the koan is not, as is so often asserted, a peculiar creation of the Chinese genius. It is nothing but the Chinese form of a general Buddhist trend which, at the same time, is clearly visible in Bengale, where the Tantric Sahajiyas taught by riddles and enigmatic expressions, partly to guard the secrets of their thoughts, partly to avoid abstractions by concrete imagery.

Third, Sudden Enlightenment Is the Distinctive Slogan of the Southern Branch of Zen: Enlightenment according to instantaneous process. The purport of this teaching has often been misunderstood. The Zen masters did not intend to say that no preparation was necessary, and that enlightenment was won in a very short time. They just laid stress on the common mystical truth that enlightenment takes place in a “timeless moment,” i.e. outside time, in eternity, and that it is an act of the Absolute itself, not our own doing. One cannot do anything at all to become enlightened. To expect austerities or meditation to bring forth salvation is like “rubbing a brick to make it into a mirror.” Enlightenment just happens, without the mediacy of any finite condition or influence, and it is, as we might put it, a totally “free” event. It is not the gradual accumulation of merit which causes enlightenment, but a sudden act of recognition. All this teaching is, in its essence, impeccably orthodox. The Zen sect deviated from orthodox only when it drew the inference that one need not adhere to the minor prescriptions of discipline, and thus cultivated a moral indifference which enabled it to fall in with the demands of Japanese militarism.

Fourth, the Zen School Believes That the Fulfilment of the Buddhist Life Can Be Found Only in Its Negation: Like Amidism, the Madhyamikas, and to some extent the Tantra, Zen believes that the fulfilment of the Buddhist life can be found only in its negation. The Buddha dwells hidden in the inconspicuous things of daily life. To take them just as they come, that is all that enlightenment amounts to. “As regards the Zen followers, when they see a staff, they simply call it a staff. If they want to walk, they just walk; if they want to sit, they just sit. They should not in any circumstances be ruffled and distracted.” Or: “How wondrously supernatural! And how miraculous this! I draw

water, I carry fuel!” Or, once more: “In spring, the flowers, and in autumn the moon. In summer a refreshing breeze, and in winter the snow. Each hour to me is an hour of joy.”

IV. Meditation Practices:

Four Concentrative Meditations: According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are four concentrative meditations. *Zen Practices Can Help Practitioners Attain Happiness Here & Now:* Here a monk, having given up desires and unwholesome deeds, having practiced, developed and expanded the first, second, third and fourth jhanas, he will attain happiness here and now. *Second, Zen Practices Can Help Practitioners Gaining Knowledge & Vision:* Here a monk attends to the perception of light (alokasannam-manasikaroti), he fixes his mind to the perception of day, by night as by day, by day as by night. In this way, with a mind clear and unclouded, he develops a state of mind that is full of brightness (sappabhasam cittam). This monk is gaining knowledge-and-vision. *Third, Zen Practices Can Help Leading Practitioners to Mindfulness & Clear Awareness:* Here a monk knows feelings as they arise, remain and vanish; he knows perceptions as they arise, remain and vanish; he knows thoughts as they arise, remain and vanish. He therefore always has mindfulness and clear awareness. *Fourth, Zen Practices Can Help Leading Practitioners to the Destruction of the Corruption:* Here a monk abides in the contemplation of the rise and fall of the five aggregates of grasping. This material form, this is its arising, this is its ceasing; these are feelings; this is perception; these are mental formations; this is consciousness, etc. Accomplishing these contemplations will lead to the destruction of the corruptions.

Zen Sect and Meditation on the Mind: Through continuous meditation we can perceive our mind clearly and purely. Only through continuous meditation we can gradually overcome mental wandering and abandon conceptual distractions. At the same time, we can focus our mind within and observe whatever arises (thoughts, sensations of body, hearing, smelling, tasting and images). Through continuous meditation we are able to contemplate that they all are impermanent, we then develop the ability to let go of everything. Nirvana appears right at the moment we let go of everything.

V. Trikaya According to the Zen School:

According to Zen Master D.T. Suzuki in *Essays in Zen Buddhism*, Book III, in teachings of the Zen Buddhism, there are three bodies of the Buddha. ***First, the Dharmakaya:*** The Dharmakaya is the essence-being of all the Buddhas and also of all beings. What makes at all possible the existence of anything is the Dharmakaya, without which the world itself is inconceivable. But, especially, the Dharmakaya is the essence-body of all beings which forever is. In this sense it is Dharmata or Buddhata, that is, the Buddha-nature within all beings. ***Second, the Sambhogakaya:*** The Sambhogakaya is the spiritual body of the Bodhisattvas which is enjoyed by them as the fruit of their self-discipline in all the virtues of perfection. This they acquire for themselves according the law of moral causation, and in this they are delivered at last from all the defects and defilements inherent in the realm of the five Skandhas. ***Third, the Nirmanakaya:*** The Nirmanakaya is born of great loving heart (mahakaruna) of the Buddhas and Bodhisattvas. By reason of this love they have for all beings, they never remain in the self-enjoyment of the fruits of their moral deeds. Their intense desire is to share those fruits with their fellow-beings. If the ignorant could be saved by the Bodhisattva by his vicariously suffering for them, he would do so. If the ignorant could be enlightened by the Bodhisattva by turning his stock of merit over to them, he would do so. This turning over of merit and this vicarious suffering are accomplished by the Bodhisattva by means of his Nirmanakaya, transformation-body. Nirmanakaya is a body assumed by the Buddha in order to establish contact with the world in a human form. In this form, therefore, the Bodhisattva, spatially speaking, divides himself into hundreds of thousands of kotis of bodies. He can then be recognized in the form of a creeping caterpillar, in a sky-scraping mountain, in the saintly figure of Saints, and even in the shape of a world-devouring Evil One (Mara), if he thinks it necessary to take this form in order to save a world that has passed into the hands of ignorance, evil passions, and all kinds of defilements and corruptions.

VI. Four Stages of Development of Zen in Zen Sect:

According to Edward Conze in *Buddhism: Its Essence and Development*, there are four stages of development of the Zen School. ***First, the Formative Period:*** The formative period began about 440 A.D. with a group of students of Gunabhadra's Chinese translation of the Lankavatara Sutra. About 520 A.D. we have the legendary figure of Bodhidharma. After that, a few groups of monks round Zen masters like Seng-T'san (?-606), whose poem, called Hsin Hsin Ming (On Believing in Mind) is one of the finest expositions of Buddhism we know of, and Hui-Neng (637-713), of South China, who is held up to posterity as an illiterate, practically-minded person, who approached truth abruptly and without circumlocution. Much of the traditions about the early history of Zen are the inventions of later age. Many of the Sayings and Songs of the patriarchs which are transmitted to us are, however, very valuable historical and spiritual documents.

Second, the Period After 700 A.D.: After 700 A.D., Zen established itself as a separate school. In 734, Shen-Hui, a disciple of Hui-Neng, founded a school in the South of China. While the Northern branch of Zen died out in the middle of the T'ang dynasty (750A.D.), all the later developments of Zen issue from Shen-Hui's school. Whereas so far, the Zen monks had lived in the monasteries of the Lu-Tsung (Vinaya) sect, about 750 A.D., Pai-Chang provided them with a special rule of their own, and an independent organization. The most revolutionary feature of Pai-Chang's Vinaya was the introduction of manual work. "A Day Without Work, A Day Without Food." Under the T'ang Dynasty (618-907), the Zen sect slowly gained its ascendancy over the other schools. One of the reasons was the fact that it survived the bitter persecution of 845 better than any other sects. The five Great Masters among Hui-Neng's disciples initiated a long series of great T'ang masters of Zen, and this was the heroic and creative period of Zen.

Third, The Period by About 1,000 A.D.: By about 1,000 A.D., Zen had overshadowed all Chinese Buddhist sects, except Amidism. Within the Zen school, the Lin-Chi sect had gained the leadership. Its approach was now systematized, and to some extent mechanized. In the form of collections of riddles and cryptic sayings, usually connected with the T'ang masters, special text books were composed in the Twelfth and Thirteenth centuries. The riddles are technically known as

Kungan (Japanese Koan), literally “official document.” An example of this one: Once a monk asked Tung-Shan: “What is the Buddha?” Tung-Shan replied: “Three pounds of flax.”

Fourth, the Final Period of Permeation into the General Culture of the Far East: The final period is one of permeation into the general culture of the Far East, its art and the general habits of life. The art of the Sung Period is an expression of Zen philosophy. It was particularly in Japan that the cultural influence of Zen made itself felt. Zen had been brought to Japan about 1,200 by Eisai and Dogen. Its simplicity and straightforward heroism appealed to the men of the military class. Zen discipline helped them to overcome the fear of death. Many poems were composed testifying to the soldier’s victory over death.

(C-2) Summaries of the Chinese Zen Sects

I. An Overview of the Zen Sects in China:

The Ch’an (Zen), meditative or intuitional, sect usually said to have been established in China by Bodhidharma, the twenty-eighth patriarch, who brought the tradition of the Buddha-mind from India. Ch’an is considered as an important school of Buddhism in China. This was the recreation of the Buddhist sutras in the Fourth Council. The first three councils being the Abhidharma, the Mahayana, and the Tantra. Zen is nearly contemporary with the Tantra and the two have much in common. Bodhidharma came to China about 470 A.D. and became the founder of esoteric and Zen schools there. It is said that he had practised meditation against the wall of the Shao-Lin-Tzu monastery for nine years. The followers of Bodhidharma were active everywhere, and were completely victorious over the native religions with the result that the teachings of Zen have come to be highly respected everywhere in China.

II. The Five Ch’an Schools After the Sixth Patriarch Hui-Neng:

After the time of the Fifth Patriarch Hung-Jen, the Northern Zen branch headed by great master Shen-Hsiu (606-706). The Northern followers of “gradual enlightenment”, who assumed that our defilements must be gradually removed by strenuous practice.

However, this branch soon died out not long after the death of Shen-Hsiu. Meanwhile, for the Southern Zen branch, from the First Patriarch Bodhidharma to the Sixth Patriarch Hui-Neng, the Chinese Zen School was just only one, but after the Sixth Patriarch Hui-Neng, the Chinese Zen School was divided into 5 sects. Among these five sects, the second and the third already disappeared; the fourth was removed to Korea; the other two remained, the first being the most successful.

First, the Lin-Chi School: Lin-Chi is one of the five sects of Zen Buddhism in China, which was founded and propagated by Lin-Chi, a Dharma heir of Zen Master Huang-Bo. In China, the school has 21 dharma successors, gradually declined after the twelfth century, but had been brought to Japan where it continues up to the present day and known as Rinzai. This is one of the most famous Chinese Ch'an founded by Ch'an Master Lin-Chi I-Hsuan, a disciple of Huang-Po. At the time of the great persecution of Buddhists in China from 842 to 845, Lin-Chi founded the school named after him, the Lin-Chi school of Ch'an. During the next centuries, this was to be not only the most influential school of Ch'an, but also the most vital school of Buddhism in China. Lin-Chi brought the new element to Zen: the koan. The Lin-Chi School stresses the importance of "Sudden Enlightenment" and advocates unusual means or abrupt methods of achieving it, such as shouts, slaps, or hitting them in order to shock them into awareness of their true nature. By about 1,000 A.D., Zen had overshadowed all Chinese Buddhist sects, except Amidism. Within the Zen school, the Lin-Chi sect had gained the leadership. Its approach was now systematized, and to some extent mechanized. In the form of collections of riddles and cryptic sayings, usually connected with the T'ang masters, special text books were composed in the Twelfth and Thirteenth centuries. The riddles are technically known as Kungan (Japanese Koan), literally "official document." An example of this one: Once a monk asked Tung-Shan: "What is the Buddha?" Tung-Shan replied: "Three pounds of flax." While the Tsao-tung approach to Zen practice is to teach the student how to observe his mind in tranquility. On the contrary, the Lin-chi approach is to put the student's mind to work on the solution of an unsolvable problem known as koan or head phrase exercise. The approach of Tsao-tung school may be regarded as overt or exoteric, while the approach of the Lin-chi as covert or

esoteric one. The approach of Lin-chi sect is much more complicated compared to that of Tsao-tung sect, for the Lin-chi approach of head phrase exercise is completely out of the beginner's reach. He is put purposely into absolute darkness until the light unexpectedly dawns upon him. Lin-Ji Sect, which remains and is very successful until this day. During the Sung dynasty, it divided into two sects of Yang-Qi and Hung-Lung. **Second, the Kui-Yang Sect:** Kui-Yang Sect, a Zen sect established by two disciples of Pai-Ch'ang-Huai-Hai. 'Kuei' is the first word of 'Kuei-Shan Ling-Yu' (a disciple of Pai-Ch'ang). 'Yang' is the first word of 'Yang-Shan-Hui-Ji' (a disciple of Kuei-Shan). In the middle of the tenth century, this school merged with Lin-Chi school and since then it was disappeared, no longer subsisted as an independent school. **Third, the Yun-Men Sect:** Yun-Men Sect, a Zen sect established by Yun-Mên-Wên-Yen (864-949). Later, Hsueh-Tou Ch'ung-Hsien collected the koans which published by Yuan Wu K'o Ch'in in the Pi-Yen-Lu (the Blue Cliff Record). Hsueh-Tou was the last important master of the Yun Men School, which began to decline in the middle of the 11th century and died out altogether in the 12th. **Fourth, the Fa-Yen Sect:** The Fa-Yen Sect, established by Wen-Yi Zen Master. The Fa-Yen school of Zen that belongs to the 'Five houses-Seven schools', i.e., belongs to the great schools of the authentic Ch'an tradition. It was founded by Hsuan-sha Shih-pei, a student and dharma successor of Hsueh-feng I-ts'un, after whom it was originally called the Hsuan-sha school. Master Hsuan-sha's renown was later overshadowed by that of his grandson in dharma Fa-yen Wen-i and since then the lineage has been known as the Fa-yen school. Fa-yen, one of the most important Zen masters of his time, attracted students from all parts of China. His sixty-three dharma successors spread his teaching over the whole of the country and even as far as Korea. For three generations the Fa-yen school flourished but died out after the fifth generation. However, the Fa-Yen school is still popular in Korea. **Fifth, the Tsao-Tung Sect:** The Ts'ao-Tung tsung, a Chinese Ch'an tradition founded by Tung-Shan Liang-Chieh (807-869) and his student Ts'ao-Shan Pen-Chi (840-901). The name of the school derives from the first Chinese characters of their names. It was one of the "five houses" of Ch'an. There are several theories as to the origin of the name Ts'ao-Tung. One is that it stems from the first character in the names of two masters

in China, Ts'ao-Shan Pên-Chi, and Tung-Shan Liang-Chieh. Another theory is that Ts'ao refers to the Sixth Patriarch and the Ch'an school was founded by Hui-Neng, the sixth patriarch. In Vietnam, it is one of several dominant Zen sects. Other Zen sects include Vinitaruci, Wu-Yun-T'ung, Linn-Chih, and Shao-T'ang, etc. Ts'ao-Tung was brought to Japan by Dogen in the thirteenth century; it emphasizes zazen, or sitting meditation, as the central practice in order to attain enlightenment. In the first half of the 13th century, the tradition of Soto school was brought to Japan from China by the Japanese master Dogen Zenji; there, Soto Zen, along with Rinzai, is one of the two principal transmission lineages of Zen still active today. While the goal of training in the two schools is basically the same, Soto and Rinzai differ in their training methods. Though even here the line differentiating the two schools cannot be sharply drawn. In Soto Zen, 'Mokusho' Zen and thus 'Shikantaza' is more heavily stressed; in Rinzai, 'Kanna' Zen, and koan practice. In Soto Zen, the practice of 'dokusan', one of the most important elements of Zen training, has died out since the middle of the Meiji period. Tsao-Tung Sect still remains until this day.

***(D) Zen Theories & Practices of the Lin Chi Zen
School Directly Inherited the Tradition of Zen
Methods from the Indian Zen Tradition to
the First Patriarch Bodhidharma to the
Founding Patriarch Lin Chi I Hsuan***

***(D-1) Winking and Twirling a Flower Between
the Fingers: Zen Theories and Practices of
Indian Zen Tradition Before the Time of
the First Patriarch Bodhidharma***

In Zen history, winking and twirling a flower between the fingers means the incident the Buddha smiled and twirled a flower between the fingers before his Assembly on Mount Eagle Peak. Mount Grdhrakuta or Eagle Peak, a mountain located to the northeast of

Rajagriha, the capital of Magadha, where Sakyamuni is said to have expounded the Lotus Sutra and other teachings. This was one of many Viharas or Retreats given to the Buddha and the Sangha. According to Eitel in *The Dictionary of Chinese-English Buddhist Terms*, Vulture Peak, near Rajagrha, the modern Giddore, so called probably because of its shape, or because of the vultures who fed there on the dead.

"Buddha held up a flower and Kasyapa smiled." This incident does not appear till about 800 A.D., but is regarded as the beginning of the tradition on which the Ch'an or Intuitionist sect based its existence. In Japanese, the term 'Nenge-misho' means 'smiling and swirling a flower between the fingers'; a Zen expression that refers to the wordless transmission of the Buddha-dharma from Sakyamuni Buddha to his student Kashyapa, later called Mahakashyapa. The transmission from heart-mind to heart-mind is the beginning of the "Special transmission outside the orthodox teaching," as Zen calls itself. The story begins with a sutra, the "Ta-fan T'ien-wang Wen Fo Ching." In it it is told that once Brahma, the highest deity in the Hinduist assembly of gods, visited a gathering of disciples of the Buddha on Mount Gridhrakuta (Vulture Peak Mountain). He presented the Buddha with a garland of flowers and requested him respectfully to expound the dharma. However, instead of giving a discourse, the Buddha only took a flower and twirled it, while smiling silently, between the fingers of his raised hand. None of the gathering understood except for Kashyapa, who responded with a smile. When the World-Honored One holds up a flower to the assembly, Mahakasyapa's face is transformed, and he smiles. Zen practitioners should open your eyes and look carefully. A thousand mountain ranges separate the one who reflects from the one who is truly present. According to Zen Keys, Vietnamese King Tran Thai Tong said: "While looking at the flower that the World-Honored One raised in his hand, Mahakasyapa found himself suddenly at home. To call that 'transmission of the essential Dharma' is to say that, for him alone, the chariot shaft is adequate transport." According to the somewhat shortened version of this episode given in example 6 of the Wu-Men-Kuan, the Buddha then said, "I have the treasure of the eye of true dharma, the wonderful mind of nirvana, the true form of no form, the mysterious gate of dharma. It cannot be expressed through words and letters and is a special transmission, outside of all doctrine.

This I entrust to Mahakashyapa." After this event, Kashyapa was called Mahakashyapa, thus became the first patriarch of the Indian transmission lineage of Ch'an. The story of the Buddha twirling a flower before his assembly, like the story of the baby Buddha taking seven steps in each of the cardinal directions, need not be taken literally. The first account of his transmitting the Dharma to Mahakasyapa is set forth in a sutra of Chinese origin that is dated A.D. 1036, fourteen hundred years after the Buddha's time. This was the Sung period, a peak in the development of Chinese culture when great anthologies, encyclopedias, and directories were being produced. Myth, oral tradition, and sectarian justification all played a role in this codification. The fable of the Buddha twirling a flower filled a great need for connection with the founder, and it was picked up immediately and repeated like gospel. The 'Four Principles' attributed to Bodhidharma were also formulated during the Sung period, some six hundred years after Bodhidharma's time, using some of the same language attributed to the Buddha: 'A special transmission outside tradition, not established on words or letters.' The Sung teachers were making important points with their myths."

If we trace back to the Indian monk named Bodhidharma, who according to tradition travelled to China in the early sixth century. He is considered to be the twenty-eighth Indian and the first Chinese patriarch of the Zen tradition. The school's primary emphasis on meditation, and some schools make use of enigmatic riddles called "kung-an," which are designed to defeat conceptual thinking and aid in direct realization of truth. When looking into the origins of Zen, we find that the real founder of Zen is none other than the Buddha himself. Through the practice of inward meditation, the Buddha attained Supreme Enlightenment and thereby became the Awakened One, the Lord of Wisdom and Compassion. In Buddhism, there are many methods of cultivation, and meditation is one of the major and most important methods in Buddhism. According to the Buddhist History, our Honorable Gautama Buddha reached the Ultimate Spiritual Perfection after many days of meditation under the Bodhi Tree. The Buddha taught more than 25 centuries ago that by practicing Zen we seek to turn within and discover our true nature. We do not look above, we do not look below, we do not look to the east or west or north or south; we

look into ourselves, for within ourselves and there alone is the center upon which the whole universe turns. To this day, we, Buddhist followers still worship Him in a position of deep meditation. Zen is traced to a teaching the Buddha gave by silently holding a golden lotus. The general audience was perplexed, but the disciple Mahakasyapa understood the significance and smiled subtly. The implication of this is that the essence of the Dharma is beyond words. In Zen, that essence is transmitted from teacher to disciple in sudden moments, breakthroughs of understanding. The meaning Mahakasyapa understood was passed down in a lineage of 28 Indian Patriarchs to Bodhidharma. Bodhidharma, an Indian meditation master, strongly adhered to the Lankavatara Sutra, a Yogacara text. He went to China around 470 A.D., and began the Zen tradition there. It spread to Korea and Vietnam, and in the 12th century, it became popular in Japan. Zen is a Japanese word, in Chinese is Ch'an, in Vietnamese is Thiền, in Sanskrit is "Dhyana" which means meditative concentration. There are a number of different Zen lineages in China, Japan and Vietnam, each of it has its own practices and histories, but all see themselves as belonging to a tradition that began with Sakyamuni Buddha. Zen histories claim that the lineage began when the Buddha passed on the essence of his awakened mind to his disciple Kasyapa, who in turn transmitted to his successor. The process continued through a series of twenty-eight Indian patriarchs to Bodhidharma, who transmitted it to China. All the early Indian missionaries and Chinese monks were meditation masters. Meditation was one of many practices the Buddha gave instruction in, ethics, generosity, patience, and wisdom were others, and the Ch'an tradition arose from some practitioners' wish to make meditation their focal point. An underlying principle in Zen is that all beings have Buddha nature, the seed of intrinsic Buddhahood. Some Zen masters express this by saying all beings are already Buddhas, but their minds are clouded over by disturbing attitudes and obscurations. Their job, then, is to perceive this Buddha nature and let it shine forth without hindrance. Because the fundamental requirement for Buddhahood, Buddha nature, is already within everyone, Zen stresses attaining enlightenment in this very lifetime. Zen masters do not teach about rebirth and karma in depth, although they accept them. According to Zen, there is no need to avoid the world by seeking

nirvana elsewhere. This is because first, all beings have Buddha-nature already, and second, when they realize emptiness, they will see that cyclic existence and nirvana are not different. Zen is accurately aware of the limitations of language, and gears its practice to transcend it. When we practice meditation, we seek to turn to within and to discover our true nature. We do not look above, we do not look below, we do not look to the east or to the west, or to the north, or to the south; we look into ourselves, for within ourselves and there alone is the center upon which the whole universe turns. Experience is stressed, not mere intellectual learning. Thus, associating with an experienced teacher is important. The Zen teacher's duty is to bring the students back to the reality existing in the present moment whenever their fanciful minds get involved in conceptual wanderings. In this sense, Ch'an is a religion, the teachings, and practices of which are directed toward self-realization and lead finally to complete awakening or enlightenment as experienced by Sakyamuni Buddha after intensive meditative self-discipline under the Bodhi-tree. More than any other school, Ch'an stresses the prime importance of the enlightenment experience and the useless of ritual religious practices and intellectual analysis of doctrine for the attainment of liberation. Ch'an teaches the practice of sitting in meditative absorption as the shortest, but also steepest, way to awakening. The essential nature of Ch'an can be summarized in four short statements: Special transmission outside the orthodox teaching; nondependence on sacred writings; direct pointing to the human heart; leading to realization of one's own nature and becoming a Buddha. Esoterically regarded, Ch'an is not a religion, but rather an indefinable, incommunicable root, free from all names, descriptions, and concepts, that can only be experienced by each individual for him or herself. From expressed forms of this, all religions have sprung. In this sense, Ch'an is not bound to any religion, including Buddhism. It is the primordial perfection of everything existing, designated by the most various names, experienced by all great sages, and founders of religions of all cultures and times. Buddhism has referred to it as the "identity of Samsara and Nirvana." From this point of view, Ch'an is not a method that brings people living in ignorance to the goal of liberation; rather it is the immediate expression and actualization of the perfection present in every person at every moment. Exoterically

regarded, Zen, or Ch'an as it is called when referring to its history in China, is a school of Mahayana Buddhism, which developed in China in the 6th and 7th centuries from the meeting of Dhyana Buddhism, which was brought to China by Bodhidharma, and Taoism. However, according to Buddhist traditions, there are five different kinds of Zen: Outer Path Zen, Common People's Zen, Hinayana Zen, Mahayana Zen, and Utmost Vehicle Zen. Outer Path Zen: Outer Path Zen includes many different types of meditation. For example, Christian meditation, Divine Light, Transcendental Meditation, and so on. Common People's Zen: Common People's Zen is concentration meditation, Dharma Play meditation, sports, the tea ceremony, ritual ceremonies, etc. Hinayana Zen: Hinayana Zen is insight into impermanence, impurity, and non-self. Mahayana Zen: Mahayana Zen a) insight into the existence and nonexistence of the nature of the dharmas; b) insight into the fact that there are no external, tangible characteristics, and that all is empty; c) insight into existence, emptiness, and the Middle Way; d) insight into the true aspect of all phenomena; e) insight into the mutual interpenetration of all phenomena; f) insight that sees that phenomena themselves are the Absolute. These six are equal to the following statement from the Avatamsaka Sutra: "If you wish thoroughly understand all the Buddhas of the past, present, and future, then you should view the nature of the whole universe as being created by the mind alone." Utmost Vehicle Zen: Utmost Vehicle Zen, which is divided into three types: Theoretical Zen, Tathagata Zen, and Patriarchal Zen. In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: "From meditation arises wisdom. Lack of meditation wisdom is gone. One who knows this twofold road of gain and loss, will conduct himself to increase his wisdom (Dharmapada 282). He who controls his hands and legs; he who controls his speech; and in the highest, he who delights in meditation; he who is alone, serene and contented with himself. He is truly called a Bhikhshu (Dharmapada 362). Meditate monk! Meditate! Be not heedless. Do not let your mind whirl on sensual pleasures. Don't wait until you swallow a red-hot iron ball, then cry, "This is sorrow!" (Dharmapada 371). He who is meditative, stainless and secluded; he who has done his duty and is free from afflictions; he who

has attained the highest goal, I call him a Brahmana (Dharmapada 386).”

(D-2) The First Patriarch Bodhidharma's Methods of Zen

I. A Summary of the First Patriarch Bodhidharma's Methods of Zen:

Bodhidharma Brought His Zen Methods to China: In 527, the first Patriarch Bodhidharma settled in Shao-lin Monastery to teach Zen. His teaching can be divided into two approaches: first, entry through understanding and, second, entry through practice. Understanding refers to wisdom achieved through meditation, with the practitioner attaining insight into cosmic reality. The form of meditative practice the Bodhidharma taught still owed a great deal to Indian Buddhism. His instructions were to a great extent based on the traditional sutra of Mahayana Buddhism; he especially emphasized the importance of the Lankavatara Sutra. Typical Chinese Zen, which is a fusion of the Dhyana Buddhism represented by Bodhidharma and indigenous Chinese Taoism and which is described as a "special transmission outside the orthodox teaching," first developed with Hui-Neng, the sixth patriarch of Zen in China, and the great Zen masters of the T'ang period who followed him.

Patriarch Bodhidharma & the Spreading of Zen Without Sutras: According to historians, Bodhidharma denied canon reading, and his system therefore made the Buddhist monasteries much less intellectual and much more meditative than they were ever before. According to Bodhidharma, Buddhists should stress on meditation, because by which alone enlightenment can be attained. Bodhidharma was the 28th Indian (in line from the Buddha) and first Zen Patriarch in China. Scholars still disagree as to when Bodhidharma came to China from India, how long he stayed there, and when he died, but it is generally accepted by Zen Buddhists that he came by boat from India to southern China about the year 520 A.D., and after a short, fruitless attempt to establish his teaching there he went to Lo-Yang in northern China and finally settled in Shao-Lin Temple. Bodhidharma came to China with a special

message which is summed in sixteen Chinese words, even though Zen masters only mentioned about this message after Ma-Tsu:

“A special transmission outside the scriptures;
No dependence upon words and letters
Direct pointing at the soul of man;
Seeing into one’s nature and the attainment of Buddhahood.”

The form of meditative practice the Bodhidharma taught still owed a great deal to Indian Buddhism. His instructions were to a great extent based on the traditional sutra of Mahayana Buddhism; he especially emphasized the importance of the Lankavatara Sutra. Typical Chinese Zen, which is a fusion of the Dhyana Buddhism represented by Bodhidharma and indigenous Chinese Taoism and which is described as a "special transmission outside the orthodox teaching," first developed with Hui-Neng, the sixth patriarch of Zen in China, and the great Zen masters of the T'ang period who followed him. Among special characteristics of Bodhidharma's Zen Methods are the eight fundamental principles, intuitional or relating to direct mental vision of the Zen School: Correct Law Eye-Treasury; Nirvana of Wonderful and Profound Mind; Reality is nullity; the Door of Abhidharma; it is not relying on books, or not established on words; it is a special transmission outside the teachings; it points directly to the human mind; through it one sees one’s own nature and becomes a Buddha. Nancy Wilson Ross wrote in *The World of Zen*: "Zen, although considered a religion by its followers, has no sacred scriptures whose words are law; no fixed canon; no rigid dogma; no Savior or Divine Being through whose favor or intercession one's eventual Salvation is assured. The absence of attributes common to all other religious systems lends Zen a certain air of freedom to which many modern people respond. Furthermore, Zen's stated aim of bringing about, through the employment of its special methods, a high degree of knowledge with a resultant gain of peace of mind has caught the attention of certain Western psychologists... The gravest obstacle in discussing Zen's possible meaning for the West is the difficulty of explaining 'How it works.' As mentioned above, in its own four statements, Zen emphasizes particularly that its teaching lies beyond and outside words: 'A special transmission outside the Scriptures; No dependence upon

words and letters; Direct pointing to the soul of man; Seeing into one's nature and the attainment of Buddhahood.'

To know Zen, even to begin to understand it, it is necessary to practice it."

Bodhidharma's Six Zen Gates: Bodhidharma's Six Zen Gates, a collection of six Zen essays (Shôshitsu Rokumon (jap)), all of which are traditionally attributed to Bodhidharma. The word "Shôshitsu" refers to the hermitage on Mount Sung where Bodhidharma practiced meditation, and is often used as another name for Bodhidharma. The title therefore can be translated as "The Six Gates of Bodhidharma." Scholars believe that the six texts are later compositions, probably written during the T'ang dynasty (618-907). They were originally written as independent texts and later collected under a single title. Exactly when the collection was put together is unknown, but the oldest extant copy is a Japanese edition published in 1647. The first essay is written in verse and called "Hsin-ching Sung" (Shingyô Ju), or "Verse on the Heart Sutra." The other five are prose texts, entitled "P'o-hsiang Lun" (Hasô Ron) or "On Breaking Through Form"; Erh-chung-ju (Nishu'nyû), Two Ways of Entrance; An-hsin fa-mên (Anjin Hômon), The Gate of Peaceful Mind; Wu-hsing Lun (Goshô Ron), On Awakened Nature; and Hsueh-mo Lun (Ketsumyaku Ron), On the Blood Lineage. Three of the six essays are translated into English in Red Pine's Zen Teaching of Bodhidharma.

II. The First Patriarch Bodhidharma's Transmission of Zen Methods in China:

Why Did Bodhidharma Come to China?: Before entering the Parinirvana, the Buddha made a prediction that from the Twenty-eighth Patriarch on, the Great Vehicle teaching should go to China. Thus, the Patriarch Bodhidharma came to China. According to Most Venerable Hsuan-hua in "The Intention of Patriarch Bodhidharma's Coming From the West": At that time, the Buddhahadharma seemed to exist in China, but it really did not. It was as if it were and yet weren't there. That is because the work being done was superficial. There were few who recited Sutras, investigated Sutra texts, or explained the Sutras, and virtually no one bowed repentance ceremonies. Ordinary scholars regarded Buddhism as a field of study and engaged in debates and

discussions about it. But the principles in the Sutras should be cultivated! However, nobody was cultivating. Why not? People were afraid of suffering. No one truly meditated. Except Venerable Patriarch Chi-kung, who practiced meditation and attained the Five Eyes. But most people feared suffering and didn't cultivate. No one seriously investigated Zen and sat in meditation, just like you people now who sit in meditation for a while until your legs begin to hurt. When their legs began to ache, they would wince and fidget then gently unbend and rub them. People are just people and everyone avoids suffering as much as possible. That's the way it was then; that the way it is now. That's called Buddhadharma seeming to be there but not really being there.

The Aftermath of the Conversation With Emperor Han-Wu-Ti: Bodhidharma, the First Ancestor of Chinese Ch'an, is depicted in Ch'an and Zen painting as a grim and glowering figure with huge, bulbous eyes. Legend has it that he sliced off his own eyelids in order to keep awake and aware. According to the Pi-Yen-Lu, example 1, according to Bodhidharma, the Highest Meaning of the Holy Truth means the real truth and the conventional truth are not two. By the real truth we understand that it is not existent; and by the conventional truth we understand that it is not non-existent. This is the most esoteric and most abstruse point of Buddhist doctrines. Besides, as is clear from the dialogue between the emperor and Bodhidharma, the essential core of Bodhidharma's doctrine is the philosophy of emptiness (sunyata), and sunyata is beyond demonstration of any kind. Therefore, Bodhidharma also used the breaking through forms to reply in the negative way. When we speak of the Buddhist influence on the life and literature of the Chinese people, we should keep this mystic trend of Bodhidharma's philosophy in mind, for there is no doubt that it has had a great deal to do with the moulding of the spirit of Chinese Zen Buddhism. According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume III, the Emperor Wu-Ti invited him to Nanking for an audience. The emperor said: "Since my enthronement, I have built many monasteries, copied many holy writings and invested many priests and nuns. How great is the merit due to me?" "No merit at all," was the answer. Bodhidharma added: "All these things are merely insignificant effects of an imperfect cause. It is the shadow following

the substance and is without real entity.” The emperor asked: “Then, what is merit in the true sense of the word?” Bodhidharma replied: “It consists in purity and enlightenment, completeness and depth. Merit as such cannot be accumulated by worldly means.” The emperor asked again: “What is the Noble Truth in its highest sense?” Bodhidharma replied: “It is empty, no nobility whatever.” The emperor asked: “Who is it then that facing me?” Bodhidharma replied: “I do not know, Sire.” Wu had been doing good for the sake of accumulating merit. Bodhidharma cut through Wu's ideas about merit to the core of his teaching, that your practice isn't apart from you: when your mind is pure, you live in a pure universe; when you're caught up in ideas of gaining and losing, you live in a world of delusion. The emperor tried again: 'What is the first principle of the holy teaching?' And Bodhidharma's answer once again cut to the quick: 'Vast emptiness, nothing holy.' There is nothing to cling to, 'holy' is just a word. The great dynamic universe of absolute reality flourishes, and it is completely ordinary. "Who is standing before me now?" The emperor asked. Bodhidharma replied, "I don't know." Evidently neither the master nor the emperor was particularly impressed with the other. The emperor did not understand what he was saying, and Bodhidharma left his kingdom..." The emperor could not understand him. Bodhidharma was famous for his interview with Emperor Han Wu Ti. But after that, Bodhidharma went away. He crossed the Yangtze River and reached the capital, Lo-Yang, of Northern Wei. After a sojourn there he went to Mount Wu-T'ai-Shan and resided in the Shao-Lin Temple where he meditated (facing the wall) for nine years in silence and departed. Through this koan, we see that in the sixth century, Bodhidharma saw that he needed to go to China to transmit the Mind seal to people who had the capability of the Great Vehicle. The intent of his mission was to arouse and instruct those mired in delusion. Without establishing written words, he pointed directly to the human mind for them to see nature and fulfill Buddhahood. According to Bodhidharma, the Highest Meaning of the Holy Truth means the real truth and the conventional truth are not two. By the real truth we understand that it is not existent; and by the conventional truth we understand that it is not non-existent. This is the most esoteric and most abstruse point of Buddhist doctrines.

The First Patriarch Bodhidharma and Shao-Lin Monastery: Shao-Lin is one of the great monasteries in China, located on Mount Sung, in Teng-Feng district, Hunan province, built in 477 by Emperor Hsiao-Wen of the Northern Wei dynasty. The Indian monk named Bodhiruci lived at this monastery at the beginning of the sixth century and he translated numerous sutras into Chinese. According to Ch'an Tradition, after Bodhidharma arrived in China and encountered King Liang Wu Ti. As the emperor was not ready, he missed this opportunity to experience an awakening. Bodhidharma then went north, as he came to Yangtze River, Bodhidharma stepped on a floating reed and used his supernatural powers to cross this river that separates south and north China. He decided that the country was not yet ready for his teachings, so he went to Shao-Lin, where he meditated facing a wall for nine years until his eventual disciple Hui-K'o convinced him to accept him as a student. However, today many people, especially people from East Asia, usually associate the Shao-Lin Monastery with the practice of kung-fu, a form of chi-kung, that is often misunderstood as a combat sport though it was originally a form of both spiritual and physical training.

Nine Years of Sitting Facing the Wall: To sit in meditation with the face to a wall, as did Bodhidharma for nine years, without uttering a word. This practice is still common in Japanese Soto monasteries, in which younger monks generally practice Zazen facing a wall, while Rinzai monasteries meditators generally face the center of the meditation hall (zendo). When Dharma Master Shen-Kuang caught up with Patriarch Bodhidharma, only to find him sitting in meditation facing a wall. He was turned toward the wall and not speaking to anyone. The Dharma Master immediately knelt down and did not get up, saying, "Venerable Sir! When I first saw you, I did not know that you were a patriarch, a sage. I hit you with my recitation beads, and I'm really sorry. I'm really remorseful. I know you are a person with true virtue. You are a noble one who cherishes the Way. I am now seeking the Way, the Dharma, from you." Patriarch Bodhidharma took one look at him and said nothing; he remained sitting in meditation. Dharma Master Shen-Kuang (Hui-k'o) knelt there seeking the Dharma for nine years. Patriarch Bodhidharma meditated facing the wall for nine years, and Dharma Master Shen-Kuang knelt there for nine years. This

practice is still common in Japanese Soto monasteries, in which younger monks generally practice Zazen facing a wall, while Rinzai monasteries meditators generally face the center of the meditation hall (zendo).

Bodhidharma's First Disciple in China: Bodhidharma and his first disciple in China, Hui-K'e, to whom he had transmitted the Dharma, are always the subject of koan in the "No Gate Zen" as well as of a famous painting by Sesshu, Japan's greatest painter. Hui-K'e, a scholar of some repute, complains to Bodhidharma, who is silently doing meditation, that he has no peace of mind and asks how he can acquire it. Bodhidharma turns him away, saying that the attainment of inward peace involves long and hard discipline and is not for the conceited and fainthearted. Hui-K'e, who has been standing outside in the snow for hours, implores Bodhidharma to help him. Again, he is rebuffed. In desperation he cuts off his left hand and offers it to Bodhidharma. Now convinced of his sincerity and determination, Bodhidharma accepts him as a disciple. This story emphasizes the importance which Zen masters attach to the hunger for self-realization, to meditation, and to sincerity and humility, perseverance and fortitude as prerequisites to the attainment of the highest truth. He was moved by the spirit of sincerity of Hui-K'o, so he instructed him: "Meditating facing the wall is the way to obtain peace of mind, the four acts are the ways to behave in the world, the protection from slander and ill-disposition is the way to live harmoniously with the surroundings, and detachment is the upaya to cultivate and to save sentient beings." When he lived at Shao-Lin temple, he always taught the second patriarch with this verse:

Externally keep you away from all relationships, and,
Internally, have no hankerings in your heart;
When your mind is like unto a straight-standing wall
You may enter into the Path.

What Did the First Patriarch Bodhidharma Talk About His Disciples' Attainments?: After nine years at Shao-Lin temple, the Patriarch wished to return to India. He called in all his disciples before him, and said: "The time is come for me to depart, and I want to see what your attainments are." Tao-Fu said: "According to my view, the truth is above affirmation and negation, for this is the way it moved." The Patriarch said: "You have got my skin." Then Nun Tsung-Ch'ih

said: "As I understand it, it is like Ananda's viewing the Buddhaland of Akshobhya Buddha: it is seen once and never again." The Patriarch said: "You have got my flesh." Tao-Yu said: "Empty are the four elements and non-existent the five skandhas. According to my view, there is not a thing to be grasped as real." The Patriarch said: "You have got my bone." Finally, Hui-K'o reverently bowed to the master, then kept standing in his place and said nothing. The Patriarch said: "You have my marrow." Nobody knows his whereabouts and when he passed away. Some people say that he crossed the desert and went to India, and others say that he crossed the sea to go to Japan.

A Legendary Straw Sandal Bodhidharma: The story of Bodhidharma returning to India after his death with one straw sandal. According to the legend preserved in the Ching te Ch'uan-teng Lu (Dentôroku), some three years after Bodhidharma had died and been buried in China, a Chinese official named Sung Yun was returning to China from a mission to India and encountered the master somewhere in Central Asia. The master carried a single straw sandal in his shoulder. When the emissary asked where he was going, the master replied that he was returning to India. The official reported this encounter to the emperor on his return to the capitol. The emperor ordered Bodhidharma's grave opened for inspection. They found the coffin completely empty, save for a single straw sandal. Because of this story, Bodhidharma often appears in Zen art carrying a single sandal (seriki daruma).

III. Bodhidharma's Eight Fundamental Principles Play the Key Role in the Zen School:

An Overview of Bodhidharma's Eight Fundamental Principles: According to Buddhism, Mahayana Zen and Zen of the highest vehicle are in fact complementary for one another; so, Eight Fundamental Principles play the key role in both the Mahayana Zen and Zen of the highest vehicle. In Bodhidharma's Six Zen Gates, the First Patriarch's main ideas are still based on the eight fundamental principles of a special transmission outside the Scriptures, no dependence upon words and letters, direct pointing to the soul of man, seeing into one's nature and the attainment of Buddhahood. The eight fundamental principles, intuitional or relating to direct mental vision of the Zen School:

Correct Law Eye-Treasury; Nirvana of Wonderful and Profound Mind; Reality is nullity; the Door of Abhidharma; it is not relying on books, or not established on words; it is a special transmission outside the teachings; it points directly to the human mind; through it one sees one's own nature and becomes a Buddha. Zen, although considered a religion by its followers, has no sacred scriptures whose words are law; no fixed canon; no rigid dogma; no Savior or Divine Being through whose favor or intercession one's eventual Salvation is assured. The absence of attributes common to all other religious systems lends Zen a certain air of freedom to which many modern people respond. Furthermore, Zen's stated aim of bringing about, through the employment of its special methods, a high degree of knowledge with a resultant gain of peace of mind has caught the attention of certain Western psychologists... The gravest obstacle in discussing Zen's possible meaning for the West is the difficulty of explaining 'How it works.' In its own four statements, Zen emphasizes particularly that its teaching lies beyond and outside words: 'A special transmission outside the Scriptures; No dependence upon words and letters; Direct pointing to the soul of man; Seeing into one's nature and the attainment of Buddhahood.' To know Zen, even to begin to understand it, it is necessary to practice it.

A Summary of the Content & the Key Role in the Zen School of Bodhidharma's Eight Fundamental Principles: Almost all Mahayana Zen Sects in East Asia consider Bodhidharma's Eight Fundamental Principles play the key role in their methods of Zen. As a matter of fact, the Eight Fundamental Principles neatly envelops the cores of Zen: Not set up Scriptures-Special Transmission Outside the Teachings-Pointing Directly to Human's Mind-To See Your Own Nature and Reach Buddhahood. The eight fundamental principles, intuitional or relating to direct mental vision of the Zen School: *First, Correct Law Eye-Treasury:* The right Dharma eye treasury or 'Treasure Chamber of the Eye of True Dharma'. Something that contains and preserves the right experience of reality, the principal work of the great Japanese Zen master Dogen Zenji; it is considered the most profound work in all of Zen literature and the most outstanding work of religious literature of Japan. A collection of sayings and instructions of the great Japanese Zen master Dogen Zenji as recorded by his student

Ejo (1198-1280). "Shobo-genzo" is a major work of Dogen Master (1200-1253), a voluminous treatise that discusses all aspects of Buddhist life and practice, from meditation to details concerning personal hygiene. In Shobogenzo, Zen Master Dogen taught: "When all things are Buddha-teachings, then there are delusion and enlightenment, there is cultivation of practice, there is birth, there is death, there are Buddhas, there are sentient beings. When myriad things are all not self, there is no delusion, no enlightenment, no Buddhas, no sentient beings, no birth, no death. Because the Buddha Way originally sprang forth from abundance and paucity, there is birth and death, delusion and enlightenment, sentient beings and Buddhas. Moreover, though this is so, flowers fall when we cling to them, and weeds only grow when we dislike them. People's attaining enlightenment is like the moon reflected in water. The moon does not get wet; the water isn't broken. Though it is a vast expansive light, it rests in a little bit of water, even the whole moon, the whole sky, rests in a dewdrop on the grass, rests in even a single droplet of water. That enlightenment does not shatter people is like the moon not piercing the water. People's not obstructing enlightenment is like the drop of dew not obstructing the moon in the sky."

Second, Nirvana of Wonderful and Profound Mind: Nirvana consists of 'nir' meaning exit, and 'vana' meaning craving. Nirvana means the extinguishing or liberating from existence by ending all suffering. So, Nirvana is the total extinction of desires and sufferings, or release (giải thoát). It is the final stage of those who have put an end to suffering by the removal of craving from their mind (Tranquil extinction: Tịch diệt, Extinction or extinguish: Diệt, Inaction or without effort: Vô vi, No rebirth: Bất sanh, Calm joy: An lạc, Transmigration to extinction: Diệt độ). In other word, Nirvana means extinction of ignorance and craving and awakening to inner Peace and Freedom. Nirvana with a small "n" stands against samsara or birth and death. Nirvana also refers to the state of liberation through full enlightenment. Nirvana is also used in the sense of a return to the original purity of the Buddha-nature after the dissolution of the physical body, that is to the perfect freedom of the unconditioned state. The supreme goal of Buddhist endeavor. An attainable state in this life by right aspiration, purity of life, and the elimination of egoism. The Buddha speaks of Nirvana as "Unborn,

unoriginated, uncreated, and unformed,” contrasting with the born, originated, created and formed phenomenal world. The ultimate state is the Nirvana of No Abode (Apratisthita-nirvana), that is to say, the attainment of perfect freedom, not being bound to one place. Nirvana is used in both Hinayana and Mahayana Buddhist schools. For Zen practitioners, when you understand no-self, that is the peace of nirvana. The word "Nirvana" is translated in different ways, such as "perfect bliss" or "extinction of all desires." But nirvana and impermanence are like front and back. When you understand impermanence, you find peace. When you truly see your life as nirvana, then impermanence is taken care of. So, Zen practitioners rather than figuring out how to deal with impermanence, consider these dharma seals all together as the dharma to be realized. In the Lankavatara Sutra, the Buddha told Mahamati: “Oh Mahamati, Nirvana means seeing into the abode of reality in its true significance. The abode of reality is where a thing stands by itself. To abide in one’s self-station means not to be astir, i.e., to be eternally quiescent. By seeing into the abode of reality as it is means to understand that there is only what is seen of one’s own mind, and no external world as such.” After the Buddha’s departure, most of the metaphysical discussions and speculations centered around the subject of Nirvana. The Mahaparinirvana Sutra, the Sanskrit fragments of which were discovered recently, one in Central Asia and another in Koyasan, indicates a vivid discussion on the questions as to what is ‘Buddha-nature,’ ‘Thusness,’ ‘the Realm of Principle,’ ‘Dharma-body’ and the distinction between the Hinayana and Mahayana ideas. All of these topics relate to the problem of Nirvana, and indicate the great amount of speculation undertaken on this most important question. Meanwhile, the wonderful and profound mind or heart which is beyond human thought. The mind which clings to neither to nothingness nor to actuality. The mind in which all erroneous imaginings have been removed. According to the Differentiated Teaching of the T’ien-T’ai school, limited this to the mind of the Buddha, while the Perfect teaching universalized it to include the unenlightened heart of all men. This is one of the eight fundamental principles, intuitional or relating to direct mental vision of the Zen School.

Third, Reality Is Nullity: True marks are no marks, the essential characteristic or mark (laksana) of the Bhutatathata, i.e. reality. The

bhutatathata from the point of view of the void, attributeless absolute; the real-nature is bhutatathata from the point of view of phenomena. Reality is Nullity, i.e. is devoid of phenomenal characteristics, unconditioned. This is one of the eight fundamental principles, intuitionist or relating to direct mental vision of the Zen School. The Sanskrit term “Animitta” means “Signlessness.” “Signs” include forms, sounds, scents, tastes, and tangible objects, men, women, birth, aging, sickness, death, and so forth. The absence of these is signlessness. So, animitta means formlessness, no-form, devoid of appearance, or absence of characteristics of all dharmas; the mark of absolute truth, which is devoid of distinctions. Animitta is commonly used as an epithet of Nirvana. According to Buddhist teachings, the theory that the only reality is mental, that of the mind. Nothing exists apart from mind. Similar to “Only Mind,” or “Only Consciousness” in the Lankavatara Sutra. The bhutatathata from the point of view of the void, attributeless absolute; the real-nature is bhutatathata from the point of view of phenomena.

Fourth, the Door of Abhidharma: The Door of Abhidharma or the extremely subtle dharma gate means the doctrine or wisdom of Buddha regarded as the door (method) to enlightenment. The teaching of the Buddha. The meaning is that the dharma is something like a gate, because through it sentient beings attain the enlightenment. As the living have 84,000 delusions, so the Buddha provides 84,000 methods of dealing with them. Knowing that the spiritual level of sentient beings is totally different from one another, the Buddha had allowed his disciples to choose any suitable Dharma they like to practice. A person can practice one or many dharmas, depending on his physical conditions, his free time, since all the dharmas are closely related. Practicing Buddhist Dharma requires continuity, regularity, faith, purpose and determination. Laziness and hurriedness are signs of failure. There is only one path leading to Enlightenment, but, since people differ greatly in terms of health, material conditions, intelligence, character and faith, the Buddha taught more than one path leading to different stages of attainment such as stage of Hearers, that of Pratyeka-buddhas, that of Bodhisattvas, that of laymen, and that of monks and nuns. All of these ways are ways to the Buddhahood. Generally speaking, all teachings of the Buddha are aimed at releasing

human beings' sufferings and afflictions in this very life. They have a function of helping individual see the way to make arise the skilful thought, and to release the evil thought. For example, using compassion to release ill-will; using detachment or greedlessness to release greediness; using wisdom or non-illusion to release illusion; using perception to release selfishness; using impermanence and suffering to release "conceit." For lay people who still have duties to do in daily life for themselves and their families, work, religion, and country, the Buddha specifically introduced different means and methods, especially the Buddha's teachings in the Advices to Lay People (Sigalaka) Sutra. The Buddha also introduced other methods of cultivation: "To abandon four wrong deeds of not taking life, not taking what is not given, not committing sexual misconduct, not lying, not doing what is caused by attachment, ill-will, or fear, not to waste one's substance by the six ways of not drinking alcohol, not haunting the streets at unfitting time, not attending nonsense affairs, not gambling, not keeping bad company, and not staying idle. In addition, lay people should always live in the six good relationships of their families and society: between parents and children, between husband and wife, between teacher and student, among relatives and neighbors, between monks and lay people, between employer and employee, etc. These relationships should be based on human love, loyalty, sincerity, gratitude, mutual acceptance, mutual understanding and mutual respect because they relate closely to individuals' happiness in the present. Thus, the Buddha's Dharma is called the Dharma of liberation. Besides, Dharmakshanti is also a wonderful dharma of liberation. Dharmakshanti means acceptance of the statement that all things are as they are, not being subject to the law of birth and death, which prevails only in the phenomenal world created by our wrong discrimination. Patience attained through dharma to overcome illusion. Also, ability to bear patiently external hardships. Dharma door of patience (Dharma gate of Patience) is among the six paramitas, the Dharma door of patience is very important. If we cultivate the Dharma door of patience to perfection, we will surely reach an accomplishment. To practice the Dharma door of patience, one must not only be hot tempered, but one should also endure everything. Nobody can reach final attainment without following a path, and no enlightenment can be reached without

studying, understanding and practicing. This is one of the eight fundamental principles, intuitional or relating to direct mental vision of the Zen School.

Fifth, A Special Transmission Outside the Scriptures: Special tradition outside the orthodox teaching means the transmission of the Buddha-dharma from 'mind-to-mind' in the tradition of Zen, which is not to be confused with the transmission of the teaching of Buddha through sacred scriptures. Special transmission outside of the teaching. According to a Buddhist legend, the special transmission outside the orthodox teaching began with the famous discourse of Buddha Sakyamuni on Vulture Peak Mountain (Gridhrakuta). At that time, surrounded by a crowd of disciples who had assembled to hear him expound the teaching. The Buddha did not say anything but holding up a lotus flower. Only Kashyapa understood and smiled. As a result of his master, he suddenly experienced a break through to enlightened vision and grasped the essence of the Buddha's teaching on the spot. The Buddha confirmed Mahakashyapa as his enlightened student. Mahakashyapa was also the first patriarch of the Indian Zen.

Sixth, Teaching That Does Not Establish Words and Letters: The Zen or intuitive school does "not set up scriptures." It lays stress on meditation and intuition rather than on books and other external aids. Word-teaching contrasted with self-realization. In the Lankavatara Sutra, the Buddha taught: "Those who well understand the distinction between realization and teaching, between inner knowledge and instruction, are kept away from the control of mere speculation." Teaching, recitation, and stories, etc. Thus, the Buddha emphasized the inner attainment of the truth, not the teaching realized by all the Tathagatas of the past, present, and future. The realm of the Tathagatagarbha which is the Alayavijnana belongs to those Bodhisattva-Mahasattvas who follow the course of truth and not to those philosophers who cling to the letter, learning, and mere discourse. Thus, the Buddha taught: "It is owing to his not perfectly understanding the nature of words that he regards them as identical with the sense." In Japanese Zen terms, the term "Ichiji-fusetsu" means "not a word is said." "Ichiji-fusetsu" refers to the fact that the Buddha in all his teaching or instruction never made use of a single word to describe ultimate reality, for it is not preachable. In consideration of

this fact, after his complete enlightenment, the Buddha did not want to teach at all. However, compassion for beings trapped in the cycle of life and death moved him. In doing this, he had to come down from the level of true insight to that of “everyman’s consciousness.” In Zen, all the teachings and instructions of the Buddha mean a “finger-point” for the purpose of giving those who wish to cultivate a way leading to enlightenment and prajna insight into the true nature of reality. According to a Buddhist legend, the special transmission outside the orthodox teaching began with the famous discourse of Buddha Sakyamuni on Vulture Peak Mountain (Gridhrakuta). At that time, surrounded by a crowd of disciples who had assembled to hear him expound the teaching. The Buddha did not say anything but holding up a lotus flower. Only Kashyapa understood and smiled. As a result of his master, he suddenly experienced a break through to enlightened vision and grasped the essence of the Buddha’s teaching on the spot. The Buddha confirmed Mahakashyapa as his enlightened student. Mahakashyapa was also the first patriarch of the Indian Zen. People who practice Zen often advise not using words. This is not to discredit words, but to avoid the danger of becoming stuck in them. It is to encourage us to use words as skillfully as possible for the sake of those who hear them. In the second century, Nagarjuna wrote “The Madhyamika Sastra,” in which he used concepts to destroy concepts. He was not trying to create a new doctrine, but to break all the bottles, all the flasks, all the vases, all the containers, to prove that water needs no form to exist. He outlined a dance for us, a dance for us to drop our categories and barriers so that we can directly encounter reality and not content ourselves with its mere reflection. This is one of the eight fundamental principles, intuitional or relating to direct mental vision of the Zen School.

Seventh, Point Directly to the Mind: It points directly to the human mind means to behold the Buddha-nature within oneself or to see into one’s own nature. Semantically “Beholding the Buddha-nature” and “Enlightenment” have virtually the same meaning and are often used interchangeably. In describing the enlightenment of the Buddha and the patriarchs, however, it is often used the word “Enlightenment” rather than “Beholding the Buddha-nature.” The term “enlightenment” implies a deeper experience. This is a common saying of the Ch’an

(Zen) or Intuitive School. In Zen Buddhism, to behold the Buddha-nature means to reach the Buddhahood or to attain enlightenment. To point directly to the mind to see your own nature and reach Buddhahood. Pointing-out instruction, a direction instruction on the nature of the mind which a guru gives the student when the student is ready for the instructions. It takes many forms: slapping the student with a shoe, shouting at the student. This is individual to each master and each student.

Eighth, Seeing One's Own Nature and Becoming a Buddha: The whole phrase includes Directly pointing to the mind of man; through it one sees one's own nature and becomes a Buddha. To point directly to the mind means a master's pointing-out instruction so a disciple can to see his own nature and reach Buddhahood. This is a direction instruction on the nature of the mind which a guru gives the student when the student is ready for the instructions. It takes many forms: slapping the student with a shoe, shouting at the student. This is individual to each master and each student. Point directly to the mind to see your own nature and reach Buddhahood, for through to the human mind it one sees one's own nature and becomes a Buddha. This is one of the eight fundamental principles, intuitional or relating to direct mental vision of the Zen School. Point directly to the mind to see your own nature and reach Buddhahood. To behold the Buddha-nature within oneself or to see into one's own nature. Semantically "Beholding the Buddha-nature" and "Enlightenment" have virtually the same meaning and are often used interchangeably. In describing the enlightenment of the Buddha and the patriarchs, however, it is often used the word "Enlightenment" rather than "Beholding the Buddha-nature." The term "enlightenment" implies a deeper experience. This is a common saying of the Ch'an (Zen) or Intuitive School. In Zen Buddhism, to behold the Buddha-nature means to reach the Buddhahood or to attain enlightenment. As mentioned above, to see into one's own nature means to behold the Buddha-nature within oneself. Semantically "Beholding the Buddha-nature" and "Enlightenment" have virtually the same meaning and are often used interchangeably. In describing the enlightenment of the Buddha and the patriarchs, however, it is often used the word "Enlightenment" rather than "Beholding the Buddha-nature." The term "enlightenment"

implies a deeper experience. This is a common saying of the Ch'an (Zen) or Intuitive School. "To see into one's own nature" means "looking into your own nature directly and finding it to be the same as the ultimate nature of the universe." It is, however, the main aim of meditation of the Mahayana and the Highest Vehicle, and its attainment is considered to be the real awakening. According to Zen Master Philip Kapleau in *The Three Pillars of Zen*, *kenso* (enlightenment) is no... haphazard phenomenon. Like a sprout which emerges from a soil which has been seeded, fertilized, and thoroughly weeded, *satori* comes to a mind that has heard and believed the Buddha-truth and then uprooted within itself the throttling notion of self-and-other. And just as one must nurture a newly emerged seedling until maturity, so Zen training stresses the need to ripen an initial awakening through subsequent koan practice and or *shikan-taza* until it thoroughly animates one's life. In other words, to function on the higher level of consciousness brought about by *kensho* (kiến tánh), one must further train oneself to act in accordance with this perception of Truth. This special relationship between awakening and post-awakening *zazen* is brought out in a parable in one of the sutras. In this story enlightenment is compared to a youth who, after years of destitute wandering in a distant land, one day discovers that his wealthy father had many years earlier bequeathed him his fortune. To actually take possession of this treasure, which is rightly his, and become capable of handling it wisely is equated with post-*kensho zazen*, that is, with broadening and deepening the initial awakening. To see one's own nature or to behold the Buddha-nature within oneself or to see into one's own nature. Beholding the Buddha-nature within oneself or to see into one's own nature. Semantically "Beholding the Buddha-nature" and "Enlightenment" have virtually the same meaning and are often used interchangeably. In describing the enlightenment of the Buddha and the patriarchs, however, it is often used the word "Enlightenment" rather than "Beholding the Buddha-nature." The term "enlightenment" implies a deeper experience. This is a common saying of the Ch'an (Zen) or Intuitive School. Through it one sees one's own nature and becomes a Buddha. This is one of the eight fundamental principles, intuitional or relating to direct mental vision of the Zen School. The Sixth Patriarch, Hui-neng, insists on this in a most

unmistakable way when he answers the question: "As to your commission from the fifth patriarch of Huang-mei, how do you direct and instruct others in it?" The answer was, "No direction, no instruction there is; we speak only of seeing into one's Nature and not of practicing dhyana and seeking deliverance thereby." The sixth Patriarch considered them as "confused" and "not worth consulting with." They are empty-minded and sit quietly, having no thoughts whatever; whereas "even ignorant ones, if they all of a sudden realize the truth and open their mental eyes are, after all, wise men and may attain even to Buddhahood." Again, when the patriarch was told of the method of instruction adopted by the masters of the Northern school of Zen, which consisted in stopping all mental activities, quietly absorbed in contemplation, and in sitting cross-legged for the longest while at a stretch, he declared such practices to be abnormal and not at all to the point, being far from the truth of Zen, and added this stanza:

"While living, one sits up and lies not,
When dead, one lies and sits not;
A set of ill-smelling skeleton!
What is the use of toiling and moiling so?"

As a matter of fact, the whole content of all essays in the Six Gates of Bodhidharma have the First Patriarch's message to aim at the Contemplation of the Mind, however, in the limitation of this writing, we do not discuss in details but we only briefly mentioned on the following doors of the Verse on the Heart Sutra, Breaking Through Form, Two Ways of Entrance, The Gate of Peaceful Mind, On Awakened Nature, and On the Blood Lineage. However, to make it easier for us to understand about Main Ideas of Bodhidharma's Methods of Contemplation of the Mind, and to make it easier for us to practice Zen, the First Patriarch Bodhidharma shows us Six Zen Gates to the Patriarch's Abode. After stepping through these six gates, we have entered right in the Patriarch's Abode.

IV. Bodhidharma & the Doors of Non-Seeking:

An Overview on "Not to Seek After Anything": Bodhidharma, the 28th Patriarch from India and also the 1st Patriarch in China taught about three non-seeking practices or three doors of liberation. According to the first patriarch Bodhidharma, "Not to seek after anything" is one of

the four disciplinary processes. By 'not seeking after anything' is meant this: "Men of the world, in eternal confusion, are attached everywhere to one thing or another, which is called seeking. The wise, however, understand the truth and are not like the vulgar. Their minds abide serenely in the uncreated while the body turns about in accordance with the laws of causation. All things are empty and there is nothing desirable and to be sought after. Wherever there is nothing merit of brightness there follows the demerit of darkness. The triple world there one stays too long is like a house on fire; all that has a body suffers, and who would ever know what is rest? Because the wise are thoroughly acquainted with this truth, they get neer attached to anything that becomes, their thoughts are quieted, they never seek. Says the sutra: 'Wherever there is seeking, there you have sufferings; when seeking ceases you are blessed. Thus, we know that not to seek is verily the way to the truth. Therefore, one should not seek after anything.'" n cultivation, Buddhists don't cultivate to seek happiness, but once people cultivate with all their heart, happiness will naturally come.

The First Patriarch Bodhidharma's Three Non-Seeking Practices:
The First Non-Seeking Practice Is Emptiness: The term "Sunyata" terminologically compounded of "Sunya" meaning empty, void, or hollow, and an abstract suffix "ta" meaning "ness". The term was extremely difficult to be translated into Chinese; however, we can translate into English as "Emptiness," "Voidness," or "Vacuity." The concept of this term was essentially both logical and dialectical. The difficulty in understanding this concept is due to its transcendental meaning in relation to the logico-linguistic meaning, especially because the etymological tracing of its meaning (sunyata meaning vacuous or hollow within a shape of thing) provides no theoretical or practical addition to one's understanding of the concept. According to Dr. Harsh Narayan, Sunyavada is complete and pure Nihilism. Sunyata is a negativism which radically empties existence up to the last consequences of Negation. The thinkers of Yogacara school describe "Sunyata" as total Nihilism. Dr. Radhakrishnan says that absolute seems to be immobile in its absoluteness. Dr. Murti views Prajna-paramita as absolute itself and said: "The absolute is very often termed sunya, as it is devoid of all predicates." According to Chinese-English

Buddhist Dictionary, “the nature void, i.e., the immateriality of the nature of all things” is the basic meaning of “Sūnyata”. According to other Mahayana sūtras, “Sūnyata” means the true nature of empirical Reality. It is considered as beyond the Negation or Indescribable. The Buddha used a number of similes in the Nikayas to point out the unreality of dharmas of every kind and it is these similes that have been later used with great effectiveness in Mahayana philosophical schools, especially of Chinese Buddhist thinkers. Emptiness implies non-obstruction... like space or the Void, it exists within many things but never hinders or obstructs anything. Emptiness implies omnipresence... like the Void, it is ubiquitous; it embraces everything everywhere. Emptiness implies equality... like the Void, it is equal to all; it makes no discrimination anywhere. Emptiness implies vastness... like the Void, it is vast, broad and infinite. Emptiness implies formlessness or shapelessness... like the Void, it is without form or mark. Emptiness implies purity... like the Void, it is always pure without defilement. Emptiness implies motionlessness... like the Void, it is always at rest, rising above the processes of construction and destruction. Emptiness implies the positive negation... it negates all that which has limits or ends. Emptiness implies the negation of negation... it negates all Selfhood and destroys the clinging of Emptiness. Emptiness implies unobtainability or ungraspability... space or the Void, it is not obtainable or graspable. *The Second Non-Seeking Practice Is Signlessness*: To get rid of the idea of form, or externals. There are no objects to be perceived by sense-organs, one of the three emancipations. The Sanskrit term “Animitta” means “Signlessness.” “Signs” include forms, sounds, scents, tastes, and tangible objects, men, women, birth, aging, sickness, death, and so forth. The absence of these is signlessness. So, animitta means formlessness, no-form, devoid of appearance, or absence of characteristics of all dharmas; the mark of absolute truth, which is devoid of distinctions. Animitta is commonly used as an epithet of Nirvana. *The Third Non-Seeking Practice Is Wishlessness*: Wishlessness means to get rid of all wishes or desires until no wish of any kind whatsoever remains in the cultivator’s mind, for he no longer needs to strive for anything, one of the three emancipations. In Buddhist teachings, concentration on desirelessness (wishlessness) or samadhi of non-desire is one of the three samadhis or the

samadhi on the three subjects. The other two kinds are: samadhi of emptiness (to empty the mind of the ideas of me and mine and suffering, which are unreal) and samadhi of non-form (to get rid of the idea of form, or externals). Three samadhis or the samadhi on the three subjects include samadhi of emptiness (to empty the mind of the ideas of me and mine and suffering, which are unreal), samadhi of non-form (to get rid of the idea of form, or externals), and samadhi of non-desire (to get rid of all wish or desire). Concentration on getting rid of all wish or desire. Practitioners try to get rid of all wishes or desires until no wish of any kind whatsoever remains in the cultivator's mind, for he no longer needs to strive for anything, one of the three liberations or emancipations.

Conclusion on the “Three Non-Seeking Practices”: It's exactly what the First Patriarch Bodhidharma taught about three non-seeking practices or three doors of liberation: Emptiness, signlessness or to get rid of the idea of form, or externals. There are no objects to be perceived by sense-organs and wishlessness or to get rid of all wishes or desires until no wish of any kind whatsoever remains in the cultivator's mind, for he no longer needs to strive for anything. That's really an emancipation. Truly speaking, worldly phenomena are dharmas are illusory and dream-like, born and destroyed, destroyed and born. So, what is there which is true ever-lasting and worth seeking? Furthermore, worldly phenomena are all relative, in calamities are found blessings, in blessings there is misfortune. Therefore, Buddhist cultivators should always keep their minds calm and undisturbed in all situations, rising or falling, unfortunate or blessed. For example, when a monk cultivates alone in a deserted hut with few visitors. Although his living conditions are miserable and lonely, his cultivation is diligent. After a while, virtuous people learn of his situation and come to offer and seek for his guidance, his used-to-be hut now become a huge magnificent temple, filled with monks and nuns. By then, his blessings may be great, his cultivation has not only obviously declined, sometimes external events may attract him to causing more bad karma. Therefore, Buddhist cultivators should always keep in mind these three non-seeking practices. According to the Forty-Two Sections Sutra, “A Sramana asked the Buddha: ‘What are the causes and conditions by which one come to know past lives and also

by which one's understanding enables one to attain the Way?' The Buddha said: 'By purifying the mind and guarding the will, your understanding can achieve (attain) the Way. Just as when you polish a mirror, the dust vanishes and brightness remains; so, too, if you cut off and do not seek desires, you can then know past lives.'

V. To Cultivate the Mind-Essence Transmitted by All Buddhas:

One's Own Mind Is Buddha: According to The Records of the Transmission of the Lamp, Volume V, one day, Ma-Tsu entered the hall and addressed the congregation, saying: "All of you here! Believe that your own mind is Buddha. This very mind is Buddha mind. When Bodhidharma came from India to China he transmitted the supreme vehicle teaching of one mind, allowing people like you to attain awakening. Moreover, he brought with him the text of Lankavatara Sutra, using it as the seal of the mind-ground of sentient beings. He feared that your views would be inverted, and you wouldn't believe in the teaching of this mind that each and every one of you possesses. Therefore, Bodhidharma brought the Lankavatara Sutra, which offers the Buddha's words that mind is the essence, and that there is no gate by which to enter Dharma. You who seek Dharma should seek nothing. Apart from mind there is no other Buddha. Apart from Buddha there is no other mind. Do not grasp what is good nor reject what is bad. Don't lean toward either purity or pollution. Arrive at the empty nature of transgressions; that nothing is attained through continuous thoughts; and that because there is no self-nature and three worlds are only mind. The myriad forms of the entire universe are the seal of the single Dharma. Whatever forms are seen are but the perception of mind. But mind is not independently existent. It is co-dependent with form. You should speak appropriately about the affairs of your own life, for each matter you encounter constitutes the meaning of your existence, and your actions are without hindrance. The fruit of the Bodhisattva way is just thus, born of mind, taking names to be forms. Because of the knowledge of the emptiness of forms, birth is nonbirth. Comprehending this, one acts in the fashion of one's time, just wearing clothes, eating food, constantly upholding the practices of a Bodhisattva, and passing time according to circumstances. If one practices in this manner is there

anything more to be done?" To receive my teaching, listen to this verse:

"The mind-ground responds to conditions.
Bodhi is only peace.
When there is no obstruction in worldly affairs or principles,
Then birth is nonbirth."

A monk asked: "Master, why do you say that mind is Buddha?" Ma-Tsu said: "To stop babies from crying." The monk said: "What do you say when they stop crying?" Ma-Tsu said: "No mind, no Buddha." The monk asked: "Without using either of these teachings, how would you instruct someone?" Ma-Tsu said: I would say to him that it's not a thing." The monk asked: "If suddenly someone who was in the midst of it came to you, then what would you do?" Ma-Tsu said: "I would teach him to experience the great way."

Mind-To-Mind Transmission in Cultivation of Bodhidharma's Zen Methods: Mind-To-Mind-Transmission means a special transmission outside the teaching of textual tradition. The phrase "Transmitting Mind Through Mind" is a Ch'an expression for the authentic transmission of Buddha-Dharma from master to students and dharma successors within the lineages of transmission of the Ch'an tradition. The notion of "Transmission from heart-mind to heart-mind" became a central notion of Zen. That is to say what preserved in the lineage of the tradition and "transmitted" is not book knowledge in the form of "teachings" from sutras, but rather an immediate insight into the true nature of reality, one's own immediate experience, to which an enlightened master can lead a student through training in the way of Zen. According to Zen tradition, its teachings are passed on directly from the mind of the master to that of the disciple, without recourse to words and concepts. This requires that students demonstrate their direct experience of truth to their teachers, who serve as the arbiters who authenticate the experience. So, mind transmitting the mind means to be transmitted without words, or transmitted from 'master's soul to student's soul' (Ishin-denshin (jap), as contrasted with the written word. Direct transmission from mind to mind (the intuitive principle of the Zen or Intuitive school). Zen stresses the importance of personal contact between master and disciple rather than the study of written texts. Thus, early Japanese monks had a strong incentive to learn to

speak Chinese, or at least to write the colloquial language with sufficient fluency to be able to carry on 'brush talk' with their masters. The transmission from heart-mind to heart-mind is the beginning of the "Special transmission outside the orthodox teaching," as Zen calls itself. The story begins with a sutra, the "Ta-fan T'ien-wang Wen Fo Ching." In it it is told that once Brahma, the highest deity in the Hinduist assembly of gods, visited a gathering of disciples of the Buddha on Mount Gridhrakuta (Vulture Peak Mountain). He presented the Buddha with a garland of flowers and requested him respectfully to expound the dharma. However, instead of giving a discourse, the Buddha only took a flower and twirled it, while smiling silently, between the fingers of his raised hand. None of the gathering understood except for Kashyapa, who responded with a smile. When the World-Honored One holds up a flower to the assembly. Mahakasyapa's face is transformed, and he smiles. Zen practitioners should open your eyes and look carefully. A thousand mountain ranges separate the one who reflects from the one who is truly present.

To Cultivate the Mind-Essence Transmitted by All Buddhas:

According to the Records of the Transmission of the Lamp, Hui K'o tried variously to explain the reason of mind, but failed to realize the truth itself. One day, Hui K'o said to Bodhidharma: "I have ceased all activities." The First Patriarch Bodhidharma simply said: "No! No!" Bodhidharma never proposed to explain to his disciple what was the mind-essence in its thoughtless state; that is, in its pure being. Later, Hui K'o said: "I know now how to keep myself away from all relationships." Bodhidharma queried: "You make it a total annihilation, do you not?" Hui K'o said: "No, master. I do not make it a total annihilation." Bodhidharma asked: "How do you testify your statement?" Hui K'o said: "For I know it always in a most intelligible manner, but to express it in words, that is impossible." Bodhidharma said: "Thereupon, that is the mind-essence itself transmitted by all the Buddhas. Harbour no doubt about it!" Eventually Hui-K'o received the teaching directly "mind-to-mind." Subsequently, he inherited his robe and alms-bowl to become the Second Patriarch of the Chinese Zen Sect (the successor of Bodhidharma). Through this teaching from the First Patriarch Bodhidharma, the Patriarch wanted to remind his later disciples a pointing-out instruction, a direction instruction on the nature

of the mind which a guru gives the student when the student is ready for the instructions. It is to say: "Pointing Directly to the Mind to See Your Own Nature and Reach Buddhahood." It takes many forms: slapping the student with a shoe, shouting at the student. This is individual to each master and each student. Directly pointing to the mind of man; through it one sees one's own nature and becomes a Buddha. It points directly to the human mind. This is one of the eight fundamental principles, intuitional or relating to direct mental vision of the Zen School. Point directly to the mind to see your own nature and reach Buddhahood. To behold the Buddha-nature within oneself or to see into one's own nature. Semantically "Beholding the Buddha-nature" and "Enlightenment" have virtually the same meaning and are often used interchangeably. In describing the enlightenment of the Buddha and the patriarchs, however, it is often used the word "Enlightenment" rather than "Beholding the Buddha-nature." The term "enlightenment" implies a deeper experience. This is a common saying of the Ch'an (Zen) or Intuitive School. In Zen Buddhism, to behold the Buddha-nature means to reach the Buddhahood or to attain enlightenment.

VI.A Summary of Main Ideas of Bodhidharma's Methods of Contemplation of the Mind:

An Overview of Bodhidharma's Methods of Contemplation of the Mind: Bodhidharma was the third son of the King of Kancipura, South India. He was a deeply learned Indian Buddhist monk at that time. He was a man of wonderful intelligence, bright and far reaching; he thoroughly understood everything that he ever learned. He obeyed the instruction of his teacher, Prajnatara, Bodhidharma started for the East in China in 520 A.D., with the special purpose of propagating his system of philosophy. After a brief unsuccessful attempt to spread his teaching there, he wandered further to Lo-Yang in north China and finally settled at the Shao-Lin Monastery on Sung-shan Mountain. Here he practiced unmovable zazen for nine years, known as nine years in from of the wall. Here, Hui-K'o, later the second patriarch of Zen in China, found his way to the master, after an impressive proof of his 'will for truth', was accepted as his disciple. It is not certain whether he died there or again left the monastery after he had transmitted the

patriarchy to Hui-K'o. According to another legend, Bodhidharma was poisoned at the age of 150 and buried in the mountains of Honan. Not long after his death, the pilgrim Sung Yun, who had gone to India to bring the sutra texts back to China, met Bodhidharma on his way home in the mountains of Turkestan. The Indian master, who wore only one sandal, told the pilgrim he was on his way back to India; a Chinese dharma heir would continue his tradition. Upon his return to China the pilgrim reported this encounter to the disciples of Bodhidharma. They opened his grave and found it empty except for one of the patriarch's sandals. As a matter of fact, the whole content of all essays in the Six Gates of Bodhidharma have the First Patriarch's message to aim at the Contemplation of the Mind, however, in the limitation of this chapter, we do not discuss in details but we only briefly mentioned on the following doors of the Verse on the Heart Sutra, Breaking Through Form, Two Ways of Entrance, The Gate of Peaceful Mind, On Awakened Nature, and On the Blood Lineage.

Bodhidharma's Essay on the Verse of the Heart Sutra: An Overview of the Heart Sutra: The Heart Sutra (the Prajnaparamita Hridaya Sutra or the Sutra of the Prajnaparamita) is one of the smallest sutras, contained in the Vast Prajnaparamita. The full title of this sutra is "Heart of Prajna Paramita Sutra." Probably the most popular sutra in the world today. The Heart Sutra explains the meaning of "Prajna Paramita," the perfection of wisdom that enables one to perceive clearly the emptiness of self and of all phenomena. The Heart Sutra is the heart of the perfection of wisdom; it is also the heart of the entire family of "Prajna Paramita Sutras." According to Zen Master D. T. Suzuki in *Essays in Zen Buddhism, Volume III*, what superficially strikes us most while pursuing the text of the Hridaya or Heart Sutra of the Prajnaparamita is that it is almost nothing else but a series of negations, and that what is known as Emptiness is pure negativism which ultimately reduces all things into nothingness. The conclusion will then be that the Prajnaparamita or rather its practice consists in negating all things... And at the end of all these negations, there is neither knowledge nor attainment of any sort. Attainment means to be conscious of and be attached to an understanding which is the result of relative reasoning. As there is no attainment of this nature, the mind is entirely free from all obstructions, that is, errors and confusions which

arise from intellectualization, and also from the obstruction that are rooted in our cognitive and affective consciousness, such as fears and worries, joys and sorrows, abandonments, and infatuations. When this is realized, Nirvana is reached. Nirvana and enlightenment are one. Thus from the Prajnaparamita arise all the Buddhas of the past, present, and future. The Prajnaparamita is the mother of Buddhahood and Bodhisattvahood, which is reiterated throughout the Prajnaparamita literature.

The Verse of the Prajnaparamita Hridaya Sutra: Bodhisattva Avalokiteshvara was practicing the profound Prajna Paramita, he illuminated the five skandhas and saw that they are all empty, and he crossed beyond all sufferings and difficulties. Shariputra! form does not differ from emptiness, emptiness does not differ from form; form itself is emptiness, emptiness itself is form; so too are feeling, cognition, formation and consciousness. Shariputra! All Dharmas are empty of characteristics. They are not produced, not destroyed, not defiled, not pure, and they neither increase nor diminish. Therefore, in emptiness there is no form, feeling, cognition, or consciousness; no eyes, ears, nose, tongue, body, or mind; no sights, sounds, smells, tastes, objects of touch, or Dharmas; no field of the eyes up to and including no field of mind consciousness and no ignorance or ending of ignorance, up to and ending no old age and death or ending of old age and death. There is no suffering, no accumulating, no extinction, and no way, and no understanding and no attaining. Because nothing is attained, the Bodhisattva through reliance on Prajna Paramita is unimpeded in his mind. Because there is no impediment, he is not afraid and he leaves distorted dream-thinking far behind. Ultimately Nirvana ! All Buddhas of three periods of time attain anuttarasamyak-sambodhi through reliance on the Prajna Paramita. Therefore, know that Prajan Paramita is a great spiritual mantra, a great bright mantra, a supreme mantra, an unequalled mantra. It can remove all suffering: It is genuine and not false. That is why the mantra of Prajna Paramita was spoken. Recite it like this: Gate Gate Paragate Parasamagate Bodhi Svaha! (3 times). Maha Prajan Paramita (3 times).

The Verse of the Prajnaparamita Hridaya Sutra Shows Us We All Have the True Mind: The Verse on the Heart Sutra shows that each and everyone of us has the true mind or true nature. When we step into this

door, we should know that the true mind is permanent and unchangeable. True mind is a common true state encompassing both the conditioned and the unconditioned.” According to the Treatise on the Awakening of Faith, the true mind has two aspects: essence and marks. The aspect of essence is called the door of True Thusness, the aspect of marks is called the door of Birth and Death. True Thusness is inseparable from Birth and Death. Birth and Death are True Thusness. This is why Patriarch Asvaghosha called True Thusness the “truth-like Emptiness Treasury” and Birth and Death the “truth-like Non-Emptiness treasury.” True Thusness and Birth and Death have the same truth-like nature. For instance, the great ocean, we cannot accept sea water but not waves. If we were to do so, we would be wrong about the manifestations of the ocean and fail to understand truly what the ocean is. Therefore, when we abandon phenomena, noumenon cannot stand by itself; when we reject marks, essence cannot remain stable. In the Diamond Sutra, the Buddha stated: “Who sees Me by form, who seeks Me in sound, perverted are his footsteps upon the way, for he cannot perceive the Tathagatha.” However, the Buddha immediately told Subhuti: “Subhuti, do not think the opposite either that when the Tathagatha attained Supreme Enlightenment it was not by means of his possession of the thirty-two marks of physical excellence. Do not think that. Should you think that, then when you begin the practice of seeking to attain supreme enlightenment you would think that all systems of phenomena and all conceptions about phenomena are to be cut off and rejected, thus falling into nihilism. Do not think that. And why? Because when a disciple practices seeking to attain supreme enlightenment, he should neither grasp after such arbitrary conceptions of phenomena nor reject them. First, the Buddha taught that we should not follow sounds, forms and marks in seeking the Way. But right after that, He reminded that at the same time, we should not abandon sounds, forms and marks, nor should we destroy all dharmas. Thus, we can see that the Way belongs neither to forms, nor to emptiness. Clinging to either aspect is misguided.

Prajna-Wisdom: In the Prajna Gate, the First Patriarch Bodhidharma wants to show all of us that we all have our own original mind, that is the Prajna-wisdom. Knowledge of perfection or Paramita wisdom or transcendental knowledge means entering into the powers

of Buddhas. Knowledge paramita or knowledge of the true definition of all dharmas. The cultivation of the Bodhisattva's intellectual and spiritual journey comes with his ascent to the Jnana Paramita, then immediately preceding his transformation into a fully awakened Buddha. Wisdom which brings men to nirvana, the sixth of the six paramitas. The prajna-paramita is a gate of Dharma-illumination; for with it, we eradicate the darkness of ignorance. Among the basic desires and passions, ignorance has the deepest roots. When these roots are loosened, all other desires and passions, greed, anger, attachment, arrogance, doubt, and wrong views are also uprooted. In order to obtain wisdom-paramita, practitioner must make a great effort to meditate on the truths of impermanence, no-self, and the dependent origination of all things. Once the roots of ignorance are severed, we can not only liberate ourselves, but also teach and guide foolish beings to break through the imprisonment of birth and death. Prajna-wisdom is sometimes translated as "transcendental wisdom." The fact is even when we have an intuition, the object is still in front of us and we sense it, or perceive it, or see it. Here is a dichotomy of subject and object. In prajna this dichotomy no longer exists. Prajna is not concerned with finite objects as such; it is the totality of things becoming conscious of itself as such. And this totality is not at all limited. An infinite totality is beyond our ordinary human comprehension. But the prajna-intuition is this "incomprehensible" totalistic intuition of the infinite, which is something that can never take place in our daily experience limited to finite objects or events. The prajna, therefore, can take place, in other words, only when finite objects of sense and intellect are identified with the infinite itself. Instead of saying that the infinite sees itself, it is much closer to our human experience to say that an object regarded as finite, as belonging in the dichotomous world of subject and object, is perceived by prajna from the point of view of infinity. Symbolically, the finite then sees itself reflected in the mirror of infinity. The intellect informs us that the object is finite, but prajna contradicts, declaring it to be the infinite beyond the realm of relativity. Ontologically, this means that all finite objects or beings are possible because of the infinite underlying them, or that the objects are relatively and therefore limitedly laid out in the field of infinity without which they have no moorings. There are two kinds of prajna. First,

temporal wisdom. Second, supernatural wisdom. There are also original wisdom and contemplative wisdom. Original wisdom is the first part of the Prajnaparamita. Contemplative wisdom is the second part of the Prajnaparamita, or the wisdom acquired from cultivation or contemplation. There are also prajna of the three stages of Sravaka and Pratyeka-buddha and the imperfect bodhisattva sect. The prajna of the perfect bodhisattva teaching. Prajna means “Enlightened wisdom,” the wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation; the highest of the six paramitas, the virtue of wisdom as the principal means of attaining nirvana. It connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy. There are three prajnas or perfect enlightenments. The first part of the prajnaparamita. The wisdom achieved once crossed the shore. The second part of the prajnaparamita. The necessary wisdom for actual crossing the shore of births and deaths. Third, the wisdom of knowing things in their temporary and changing condition. The necessary wisdom for vowing to cross the shore of births and deaths.

Bodhidharma’s Essay on the Breaking Through Form: A Summary of the Breaking Through Form in Buddhist Teachings: According to the Lankavatara Sutra, there are five categories of forms. They are Name (nama), Appearance (nimitta), Discrimination (Right Knowledge (samyagijnana), and Suchness (tathata). Those who are desirous of attaining to the spirituality of the Tathagata are urged to know what these five categories are; they are unknown to ordinary minds and, as they are unknown, the latter judge wrongly and become attached to appearances. Forms include all appearances or phenomena. Appearances (nimitta) mean qualities belonging to sense-objects such as visual, olfactory, etc. People use names to call all appearance or phenomena. Names are not real things, they are merely symbolical, they are not worth getting attached to as realities. Ignorant minds move along the stream of unreal constructions, thinking all the time that there are really such things as “me” and “mine.” They keep tenacious hold of these imaginary objects, over which they learn to cherish greed, anger, and infatuation, altogether veiling the light of wisdom. These passions lead to actions, which, being repeated, go on to weave a cocoon for the agent himself. He is now securely imprisoned in it and is unable to free

himself from the encumbering thread of wrong judgments. He drifts along on the ocean transmigration, and, like the derelict, he must follow its currents. He is again compared to the water-drawing wheel turning around the same axle all the time. He never grows or develops, he is the same old blindly-groping sin-committing blunderer. Owing to this infatuation, he is unable to see that all things are like maya, mirage, or like a lunar reflection in water; he is unable to free himself from the false idea of self-substance (svabhava), of “me and mine,” of subject and object, of birth, staying and death; he does not realize that all these are creations of mind and wrongly interpreted. For this reason he finally comes to cherish such notions as Isvara, Time, Atom, and Pradhana, and becomes so inextricably involved in appearances that he can never be freed from the wheel of ignorance. Due to vikalpa people discriminate or name all these objects and qualities, distinguishing one from another. Ordinary mental discrimination of appearance or phenomena, both subjective and objective, saying “this is such and not otherwise;” and we have names such as elephant, horse, wheel, footman, woman, man, wherein Discrimination takes place.

Breaking through form means using Samyagjnana or corrective wisdom, which correct the deficiencies of errors of the ordinary mental discrimination. Right Knowledge consists in rightly comprehending the nature of Names and Appearances as predicating or determining each other. It consists in seeing mind as not agitated by external objects, in not being carried away by dualism such as nihilism and eternalism, and in not faling the state of Sravakahood and Pratyekabuddhahood as well as into the position of the philosopher. Owing to the intervene of samyagjnana or corrective wisdom, Bhutatathata appears. Bhutatathata or absolute wisdom reached through understanding the law of the absolute or ultimate truth. When a word of Names and Appearances is surveyed by the eye of Right-Knowledge, the realisation is achieved that they are to be known as neither non-existent nor existent, that they are in themselves above the dualism of assertion and refutation, and that the mind abides in a state of absolute tranquility undisturbed by Names and Appearances. With this is attained with the state of Suchness (tathata), and because in this condition no images are reflected the Bodhisattva experiences joy. The Vajra Sutra taught:

“All things born of conditions are like dreams,

Like illusions, bubbles, and shadows;
 Like dewdrops, like flashes of lightning:
 Contemplate them in these ways.”

Anything with shape or form is considered a “dharma born of conditions.” All things born of conditions are like dreams, illusory transformations, bubbles of foam, and shadows. Like dewdrops and lightning, they are false and unreal. By contemplating the mind on everything in this way, we will be able to understand the truth, let go of attachments, and put an end to random thoughts. In short, to turn outward to look for Buddha can scarcely imagine.

Bodhidharma's Sitting Facing the Wall: The wall-gazer, applied to Bodhidharma, at Tsao-Linn monastery in Tsung Shan mountain, who is said to have gazed at a wall for nine years. This practice is still common in Japanese Soto monasteries, in which younger monks generally practice Zazen facing a wall, while Rinzai monasteries meditators generally face the center of the meditation hall (zendo). He said: “When concentration in the ‘Meditating facing the wall,’ one will see neither selfhood nor otherness. The only thing remains is the true nature. At that time, the masses and the worthies are of one essence. If one firmly holds on to this belief of breaking through forms and never moves away from it, he will not be depended on any literary instructions, free from conceptual discrimination.” For nine years he sat in meditation facing the wall (wall contemplation). He never talked to anyone; he just sat there and remained silent. When Dharma Master Shen-Kuang caught up with Patriarch Bodhidharma, only to find him sitting in meditation facing a wall. He was turned toward the wall and not speaking to anyone. The Dharma Master immediately knelt down and did not get up, saying, “Venerable Sir! When I first saw you, I did not know that you were a patriarch, a sage. I hit you with my recitation beads, and I'm really sorry. I'm really remorseful. I know you are a person with true virtue. You are a noble one who cherishes the Way. I am now seeking the Way, the Dharma, from you.” Patriarch Bodhidharma took one look at him and said nothing; he remained sitting in meditation. Dharma Master Shen-Kuang (Hui-k'o) knelt there seeking the Dharma for nine years. Patriarch Bodhidharma meditated facing the wall for nine years, and Dharma Master Shen-Kuang knelt there for nine years. This practice is still common in Japanese Soto

monasteries, in which younger monks generally practice Zazen facing a wall, while Rinzai monasteries meditators generally face the center of the meditation hall (zendo).

The Vast Emptiness Without Holiness: The Patriarch Bodhidharma appears in the first example of the Pi-Yen-Lu. We can learn more about the mind of him and the ultimate truth from this koan. According to John Snelling in *The Buddhist Handbook*, Bodhidharma, the First Ancestor of Chinese Ch'an, is depicted in Ch'an and Zen painting as a grim and glowering figure with huge, bulbous eyes. Legend has it that he sliced off his own eyelids in order to keep awake and aware. According to the Pi-Yen-Lu, example 1, according to Bodhidharma, the Highest Meaning of the Holy Truth means the real truth and the conventional truth are not two. By the real truth we understand that it is not existent; and by the conventional truth we understand that it is not non-existent. This is the most esoteric and most abstruse point of Buddhist doctrines. Besides, as is clear from the dialogue between the emperor and Bodhidharma, the essential core of Bodhidharma's doctrine is the philosophy of emptiness (sunyata), and sunyata is beyond demonstration of any kind. Therefore, Bodhidharma also used the breaking through forms to reply in the negative way. When we speak of the Buddhist influence on the life and literature of the Chinese people, we should keep this mystic trend of Bodhidharma's philosophy in mind, for there is no doubt that it has had a great deal to do with the moulding of the spirit of Chinese Zen Buddhism. According to the *Records of the Transmission of the Lamp* (Ch'uan-Teng-Lu), Volume III, the Emperor Wu-Ti invited him to Nanking for an audience. The Emperor said: "Since my enthronement, I have built many monasteries, copied many holy writings and invested many priests and nuns. How great is the merit due to me?" "No merit at all," was the answer. Bodhidharma added: "All these things are merely insignificant effects of an imperfect cause. It is the shadow following the substance and is without real entity." The emperor asked: "Then, what is merit in the true sense of the word?" Bodhidharma replied: "It consists in purity and enlightenment, completeness and depth. Merit as such cannot be accumulated by worldly means." The emperor asked again: "What is the Noble Truth in its highest sense?" Bodhidharma replied: "It is empty, no nobility whatever." The emperor asked: "Who is it then that

facing me?" Bodhidharma replied: "I do not know, Sire." Wu had been doing good for the sake of accumulating merit. Bodhidharma cut through Wu's ideas about merit to the core of his teaching, that your practice isn't apart from you: when your mind is pure, you live in a pure universe; when you're caught up in ideas of gaining and losing, you live in a world of delusion. The emperor tried again: 'What is the first principle of the holy teaching?' And Bodhidharma's answer once again cut to the quick: 'Vast emptiness, nothing holy.' There is nothing to cling to, 'holy' is just a word. The great dynamic universe of absolute reality flourishes, and it is completely ordinary. "Who is standing before me now?" The emperor asked. Bodhidharma replied, "I don't know." Evidently neither the master nor the emperor were particularly impressed with the other. The emperor did not understand what he was saying, and Bodhidharma left his kingdom..." The Emperor could not understand him. Bodhidharma was famous for his interview with Emperor Han Wu Ti. But after that, Bodhidharma went away. He crossed the Yangtze River and reached the capital, Lo-Yang, of Northern Wei. After a sojourn there he went to Mount Wu-T'ai-Shan and resided in the Shao-Lin Temple where he meditated (facing the wall) for nine years in silence and departed. Through this koan, we see that in the sixth century, Bodhidharma saw that he needed to go to China to transmit the Mind seal to people who had the capability of the Great Vehicle. The intent of his mission was to arouse and instruct those mired in delusion. Without establishing written words, he pointed directly to the human mind for them to see nature and fulfill Buddhahood. According to Bodhidharma, the Highest Meaning of the Holy Truth means the real truth and the conventional truth are not two. By the real truth we understand that it is not existent; and by the conventional truth we understand that it is not non-existent. This is the most esoteric and most abstruse point of Buddhist doctrines.

Bodhidharma's Essay on Two Ways of Entrance: An Overview of Getting into the Path: Bodhidharma's Essay on Two Ways of Entrance comprise of Entering the Way Through the Principle and Entering the Way Through Practice. In Buddhism, there are many many roads lead to the Path, reaching the number 84,000 maybe. However, according to the First Patriarch Bodhidharma, there are basically only two: the road of reason, and the road of practice. One day, the Second Patriarch Hui-

K'o asked the First Patriarch Bodhidharma, "How can one get into the Way?" Bodhidharma replied with a verse:

"Outwardly, all activities cease;
Inwardly, the mind stops its panting.
When one's mind has become a wall,
Then he may begin to enter into the Way."

This highly significant stanza is one of the esoteric type of koans that the Zen masters are disinclined to discuss or elaborate. Despite its apparent "mystic" flavor and profound significance, it is very explicit and straightforward. It describes plainly the actual experience of the pre-enlightenment state.

Entering the Way Through the Principle: As mentioned above, there are two ways of entering the truth, or two ways of entering Zen: First, entering by conviction intellectually that all sentient beings have the Buddha-nature. Second, entering by proving it in practice. In Buddhism, "lý" means "a principle," "reason," "the whole," "the all," "totality," "the universal," "the abstract," etc. Enter the Buddha-nature in theory or entering by conviction intellectually that all sentient beings have the Buddha-nature. Entry by the truth or by means of the doctrine, or reason, in contrast with entry by conduct or practice, one of the two kinds of entry which are depending on one another. Everywhere and at all time, our actions must be in accordance with "Prajna" at all time. Worldly people always brag with their mouths, but their minds are always deluded. This is one of the three kinds of Prajna, the prajna or wisdom of meditative enlightenment on reality. According to The Transmission of the Lamp, the First Patriarch Bodhidharma taught: "There are many avenues for entering the Way, but essentially they all are of two kinds: entering through the principle (cosmic order) and entering through practice. 'Entering through the Principle' is awakening to the essential by means of the teachings. It requires a profound trust that all living beings, both enlightened and ordinary, share the same true nature, which is obscured and unseen due only to mistaken perception. If you turn from the false to the true, dwelling steadily in wall contemplation, there is no self or other, and ordinary people and sages are one and the same. You abide unmoving and unwavering, never again confused by written teachings. Complete, ineffable accord

with the principle is without discrimination still, effortless. This is called entering through the principle.

Entering the Way Through Practice: Enter the Buddha-nature in practice means entering by proving it in practice. 'Entering through practice' refers to four all-encompassing practices: the practice of requiting animosity, the practice of accepting one's circumstances, the practice of craving nothing and the practice of accord with the Dharma." Also, according to the first patriarch Bodhidharma. *First, to Requite Hatred:* Those who discipline themselves in the Path should think thus when they have to struggle with adverse conditions: "During the innumerable past eons I have wandered through multiplicity of existences, never thought of cultivation, and thus creating infinite occasions for hate, ill-will, and wrong-doing. Even though in this life I have committed no violations, the fruits of evil deeds in the past are to be gathered now. Neither gods nor men can fortell what is coming upon me. I will submit myself willingly and patiently to all the ills that befall me, and I will never bemoan or complain. In the sutra it is said not to worry over ills that may happen to you, because I thoroughly understand the law of cause and effect. This is called the conduct of making the best use of hatred and turned it into the service in one's advance towards the Path. *Second, to Be Obedient to Karma:* Being obedient to karma, there is not 'self' (atman) in whatever beings that are produced by the interplay of karmic conditions; pain and pleasure we suffer are also the results of our previous action. If I am rewarded with fortune, honor, etc., this is the outcome of my past deeds which, by reason of causation, affect my present life. When the force of karma is exhausted, the result I am enjoying now will disappear; what is then the use of being joyful over it? Gain or loss, let us accept karma as it brings us the one or the other; the spirit itself knows neither increase nor decrease. The wind of gladness does not move it, as it is silently in harmony with the Path. Therefore, this is called 'being obedient to karma.' *Third, Not to Seek After Anything:* By 'not seeking after anything' is meant this: "Men of the world, in eternal confusion, are attached everywhere to one thing or another, which is called seeking. The wise, however, understand the truth and are not like the vulgar. Their minds abide serenely in the uncreated while the body turns about in accordance with the laws of causation. All things are empty and

there is nothing desirable and to be sought after. Wherever there is nothing merit of brightness there follows the demerit of darkness. The triple world there one stays too long is like a house on fire; all that has a body suffers, and who would ever know what is rest? Because the wise are thoroughly acquainted with this truth, they get neer attached to anything that becomes, their thoughts are quieted, they never seek. Says the sutra: 'Wherever there is seeking, there you have sufferings; when seeking ceases you are blessed. Thus, we know that not to seek is verily the way to the truth. Therefore, one should not seek after anything.' *Fourth, to Be in Accord with the Dharma:* By 'being in accord with the Dharma; is meant that the reason in its essence is pure which we call the Dharma, and that this reason is the principle of emptines in all that is manifested, as it is above defilements and attachments, and as there is no 'self' or 'other' in it. Says the sutra: 'In the Dharma there are no sentient beings, because it is free from the stains of being; in the Dharma there is no Self because it is free from the stain of selfhood. When the wise understand this truth and believe in it, their conduct will be in accordance with the Dharma. As the Dharma in essence has no desire to possess, the wise are ever ready to practise charity with their body, life, property, and they never begrudge, they never know what in ill grace means. As they have a perfect understanding of the threefold nature of emptiness they are above partiality and attachment. Only because of their will to cleanse all beings of their stains, they come among them as of them, but they are not attached to the form. This is known as the inner aspect of their life. They, however, know also how to benefit others, and again how to clarify the path of enlightenment. As with the virtue of charity, so with the other five virtues in the Prajnaparamita. That the wise practise the six virtues of perfection is to get rid of confused thoughts, and yet they are not conscious of their doings. This is called 'being in accord with the Dharma.'

Bodhidharma's Essay on the Gate of Peaceful Mind: Pacifying the mind means inner peace or tranquility of mind. To quiet the heart or mind or to obtain tranquility of mind. "Anjin" is a Japanese Buddhist term for "Heart-mind in peace." Peace of mind is a state of consciousness that according to Buddhism, is possible only through the experience of enlightenment. In Zen the practice of sitting meditation

is seen as the shortest path to peace of mind. For Zen masters, they always spread the Buddha-dharma for the sake of the human world, and to tranquilize the mind immovably. In Zen, pacifying the mind does not mean doing nothing, nor idly sitting and doing nothing particularly; or that he has nothing else to do but to enjoy the spring flowers in the the spring morning sun, or the autumn moon white and silvery; he may be in the midst of work, teaching his disciples, reading the Sutras, sweeping and farming as all the masters have done, and yet his own mind is filled with transcendental happiness and quietude. We may say he is living with Zen for all hankerings of the heart have departed, there are no idle thoughts clogging the flow of life-activity, and thus he is empty and poverty-stricken. As he is poverty-stricken, he knows how to enjoy the 'spring flowers' and the 'autumnal moon'. When worldly riches are amassed in the temple, there is no room for such celestial happiness.

Habitually speaking, during meditation practice, sometimes we encounter restlessness and agitation. The best way to deal with this situation is mindfulness. For Zen practitioners, it is very important to fix our mind. Let us look at the restless mind, examine what that mind is all about. If we are sitting and are feeling agitated and not concentrated, make that mental state the object of awareness. In other words, just sit, watch, and speak to ourselves softly "restless". We observe the restlessness without identifying with it. Remember, there is no one who is restless; rather it is the working of a particular mental factor. It comes and goes. If we can maintain a balanced awareness, it does not disturb the mind. In the process of cultivation, we should never think of attainment of enlightenment because the more we think of enlightenment, the further we are away from it. Many times we we run east and west to find a place to practice Zen so that we can attain enlightenment. Remember, no place we find will be good enough for us in this world. Devout Zen practitioners should cut off all false thinking and return to our mind from the beginning for that mind itself will be true enlightenment. In addition, if we fix our mind with true empty mind, then any place we are is Nirvana. Therefore, devout Zen practitioners can fix their mind at any place, from the deep quiet mountains to the noisy cities. Remember, all phenomena from the blue

sky, the white clouds, mountain, cities, and so forth, are just our great teachers.

According to the Diamond Sutra, elder Subhuti reverently asked the Buddha, “Honorable, the most precious one, a good man or woman who seeks the Anuttara Samyak Sambodhi, what should one rely on, and how can one pacify the mind?” The Buddha replied: “What a good man or woman who seeks Anuttara Samyak Sambodhi (The Supreme Enlightenment) should rely on, and how one can pacify one’s mind.” Bodhisattva Mahasattvas should pacify their mind this way. All beings, whether they born from eggs, wombs, spawned, or metamorphosis; whether they have forms or not; have consciousness or not; I will lead them to the liberation of Parinirvana. Although I have emancipated countless immeasurable beings, in actuality, no beings were emancipated. Why? Bodhisattvas, who are attached to the concept of self, others, afflictions and incessantness are not Bodhisattvas. Also, Bodhisattvas in truth have no attachment in acts of charity. One should not attach to sight while giving. One should not attach to sound, smell, taste, touch, or consciousness in giving. Bodhisattvas should give without attachment. Why? If they do, the merits and virtues are immeasurable.” Bodhisattvas who give without attachment have equal amounts of merit and virtue. It is incomprehensible and immeasurable. Bodhisattvas should be mindful of this teaching. Can the Tathagata be identified by the physical bodily attributes? No, one can never identify the Tathagata by physical attributes. Why? The Tathagata says that physical form has no actuality. All forms and phenomena are illusive. If one can see beyond forms, one sees the Tathagata. Therefore, Bodhisattva-Mahasattva should be pure in heart. Do not act on sight. Do not act on sound, smell, taste, touch or Dharma. One should act without attachments. Therefore, Bodhisattvas should be unattached to concepts while seeking the Anuttara Samyak-Sambodhi. They should not attach to form. They should not attach to sound, smell, taste, touch or cognition. They should seek without attachments. If they have attachments, they rely on erroneous foundations. Therefore, the Buddha teaches that Bodhisattvas should not give and attach to forms. Bodhisattvas work for the benefits of all. They should practice charity accordingly. The Tathagata teaches that all concepts have no actuality. Beings also have no actuality. If Bodhisattvas give with attachments,

they are walking in darkness and see nothing. If Bodhisattvas give without attachments, they are walking under the sun and everything is clear. In the future, any good man or woman who follows or studies this Sutra, the Tathagata will confer on this person wisdom and insight. Such a person has achieved boundless and immeasurable merit. Every being in all these realms, their minds are fully known to the Tathagata. Why? The minds that the Tathagata speaks of have no actuality. They are just names and concepts. Why? One cannot locate the mind from the past, present or future."

After becoming Bodhidharma's disciple, until Hui K'o seemed to be well prepared, Bodhidharma called him in and asked: "What do you wish to learn?" Hui-K'o replied: "My mind is always disturbed. I request your honor that I could be taught a way to pacify it." Bodhidharma then ordered: "Bring me your troubled mind and I will calm it down for you." Hui-K'o replied: "But Honorable Master, I could not locate it." Bodhidharma then said: "Don't worry, disciple. I have appeased your mind for you already." With that short encounter, Hui-K'o immediately became enlightened. This story emphasizes the importance which Zen masters attach to the hunger for self-realization, to meditation, and to sincerity and humility, perseverance and fortitude as prerequisites to the attainment of the highest truth. He was moved by the spirit of sincerity of Hui-K'o, so he instructed him: "Meditating facing the wall is the way to obtain peace of mind, the four acts are the ways to behave in the world, the protection from slander and ill-disposition is the way to live harmoniously with the surroundings, and detachment is the upaya to cultivate and to save sentient beings." According to Wu Men Hui-Kai in the Wu-Men-Kuan, the snaggletoothed foreigner came complacently a hundred thousand miles across the sea. It was like raising waves where there is no wind. Finally, he cobbled together a single disciple, and a crippled one at that. Barbaric! Hsieh-san-lang does not know four words!

At the time the First Patriarch came to China from India, he always reminded his disciples to spread the Buddha-dharma for the sake of the human world, and to tranquilize the mind immovably. Later generations of Zen masters always follow this way of living and cultivating of contentment and unworldly riches. For Zen masters, they always spread the Buddha-dharma for the sake of the human world,

and to tranquilize the mind immovably. Zen master Wu-Men as well as other masters are more poetic and positive in their expression of the feeling of poverty; they do not make a direct reference to things worldly. Here is Wu-men's verse on poverty:

"Hundreds of spring flowers; the autumn moon;
A refreshing summer breeze; winter snow:
Free your mind of all idle thoughts,
And for you how enjoyable every season is!"

The above verse is not to convey the idea that Wu-men is idly sitting and doing nothing particularly; or that he has nothing else to do but to enjoy the spring flowers in the the spring morning sun, or the autumn moon white and silvery; he may be in the midst of work, teaching his disciples, reading the Sutras, sweeping and farming as all the masters have done, and yet his own mind is filled with transcendental happiness and quietude. We may say he is living with Zen for all hankerings of the heart have departed, there are no idle thoughts clogging the flow of life-activity, and thus he is empty and poverty-stricken. As he is poverty-stricken, he knows how to enjoy the 'spring flowers' and the 'autumnal moon'. When worldly riches are amassed in the temple, there is no room for such celestial happiness. Zen masters always speak positively about their contentment and unworldly riches. Instead of saying that they are empty-handed, they talk of the natural sufficiency of things about them. In fact, according to real masters, the amassing of wealth has always resulted in producing characters that do not go very well with our ideals of saintliness, thus they were always poor. The aim of Zen discipline is to attain to the state of 'non-attainment.' All knowledge is an acquisition and accumulation, whereas Zen proposes to deprive one of all one's possessions. The spirit is to make one poor and humble, thoroughly cleansed of inner impurities. On the contrary, learning makes one rich and arrogant. Because learning is earning, the more learned, the richer, and therefore 'in much wisdom is much grief; and he that increased knowledge increased sorrow.' It is, after all, Zen emphasizes that this is only a 'vanity and a striving after wind.'

Bodhidharma's Essay on the Awakened Nature: A Summary of Enlightenment or Awakened Nature in Buddhist Teachings: In Buddhist teachings, enlightenment means opening one's own mind's eye in order

to awaken to one's True-nature and hence of the nature of all existence. Enlightenment also means the intuitive awareness or cognition of the Dharma-Nature, the realization of ultimate reality. The term Bodhi in Sanskrit has no equivalent in Vietnamese nor in English, only the word "Lóe sáng" or "Enlightenment is the most appropriate term for it. A person awakens the true nature of the all things means he awakens to a nowness of emptiness. The emptiness experienced here is no nihilistic emptiness; rather it is something unperceivable, unthinkable, unfeeling for it is endless and beyond existence and nonexistence. Emptiness is no object that could be experienced by a subject, a subject itself must dissolve in it (the emptiness) to attain a true enlightenment. In real Buddhism, without this experience, there would be no Buddhism. The term 'Enlightenment' is very important in the Zen sects because the ultimate goal of Zen discipline is to attain what is known as 'enlightenment.' Enlightenment is the state of consciousness in which Noble Wisdom realizes its own inner nature. And this self-realization constitutes the truth of Zen, which is emancipation (moksha) and freedom (vasavartin). The term "Enlightenment" is also used to indicate the transcendental experience of realizing universal Reality. It signifies a spiritual mystical, and intuitive realization, and should not be understood as denoting an intellectual awakening as its common application in association with the "Age of Reason" suggests. According to the First Patriarch Bodhidharma, Enlightenment is the whole of Zen. Zen starts with it and ends with it. When there is no enlightenment, there is no Zen. Enlightenment is the measure of Zen, as is announced by a master. Enlightenment is not a state of mere quietude, it is not tranquilization, it is an inner experience which has no trace of knowledge of discrimination; there must be a certain awakening from the relative field of consciousness, a certain turning-away from the ordinary form of experience which characterizes our everyday life. The technical Mahayana term for it is 'Paravritti,' turning back, or turning over at the basis of consciousness. By this entirety of one's mental construction goes through a complete change. Enlightenment is the most intimate individual experience and therefore cannot be expressed in words or described in any manner. All that one can do in the way of communicating the experience to others is to suggest or indicate, and

this only tentatively. The one who has had it understands readily enough when such indication are given, but when we try to have a glimpse of it through the indices given, we utterly fail. When our consideration is limited to the objective side of enlightenment, the opening an eye to the truth of Zen does not appear to be very extraordinary thing. The master makes some remarks, and if they happen to be opportune enough, the disciple will come at once to a realization and see into a mystery he has never dreamed of before. It seems all to depend upon what kind of mood or what state of mental preparedness one is at the moment. According to Zen master D.T. Suzuki in *Essays in Zen Buddhism, First Series* (p.251), Zen after all a haphazard affair, one may be tempted to think but when we know that it took Nan-yueh eight long years to answer the question from the Sixth Patriarch "What is it that thus come?" We shall realize the fact that in Nan-yueh there was a great deal of mental anguish which he had to go through before he could come to the final solution and declare, "To say it's a thing misses the mark." We must try to look into the psychological aspect of enlightenment, where is revealed the inner mechanism of opening the door to the eternal secret of the human soul. Ruth Fuller Sasaki wrote in 'Zen: A Method for Religious Awakening': The aim of Zen is first of all awakening, awakening to our true self. With this awakening to our true self comes emancipation from our small self or personal ego. When this emancipation from the personal ego is finally complete, then we know the freedom spoken of in Zen and so widely misconstrued by those who take the name for the experience. Of course, as long as this human frame hangs together and we exist as one manifested form in the world of forms, we carry on what appears to be individual existence as an individual ego. But no longer is that ego in control with its likes and dislikes, its characteristics and its foibles. The True Self, which from the beginning we have always been, has at last become the master. Freely the True Self uses this individual form and this individual ego as it will. With no resistance and no hindrance, it uses them in all the activities of everyday life, whatever they are and wherever they may be... In short, according to Buddhist teachings, enlightenment means to enlighten or to wake up or the intuitive awareness or cognition of the Dharma-Nature, the realization of ultimate reality. Enlightenment is the most intimate

individual experience and therefore cannot be expressed in words or described in any manner. All that one can do in the way of communicating the experience to others is to suggest or indicate, and this only tentatively. The one who has had it understands readily enough when such indication are given, but when we try to have a glimpse of it through the indices given, we utterly fail. Enlightenment is a complete and deep realization of what it means to be a Buddha. Achieving a complete and deep realization of what it means to be a Buddha and how to reach Buddhahood. It is to see one's Nature, comprehend the True Nature of things, the Truth. However, only after becoming a Buddha can one be said to have truly attained Supreme Enlightenment. "Awakening" is one of the three aims of meditation. Awakening or seeing into your True-nature and at the same time seeing into the ultimate nature of the universe and all things. It is the sudden realization that "I have been complete and perfect from the very beginning. How wonderful, how miraculous!" If it is true awakening, its substance will always be the same for whoever experiences it, whether he be the Sakyamuni Buddha, the Amitabha Buddha, or any one of you. But this does not mean that we can all experience awakening to the same degree, for in the clarity, the depth, and the completeness of the experience there are great difference. But Zen practitioners should always remember that enlightenment rests on your own shoulders. And each one of us has an equal opportunity to reach our own enlightenment.

Enlightened Mind Is the Buddha's Mind: According to Buddhism, understanding is not an accumulation of knowledge. To the contrary, it is the result of the struggle to become free of knowledge. Understanding shatters old knowledge to make room for the new that accords better with reality. When Copernicus discovered that the Earth goes around the sun, most of the astronomical knowledge of the time had to be discarded, including the ideas of above and below. Today, physics is struggling valiantly to free itself from the ideas of identity and cause effect that underlie classical science. Science, like the Way, urges us to get rid of all preconceived notions. Understanding, in human, is translated into concepts, thoughts, and words. Understanding is not an aggregate of bits of knowledge. It is a direct and immediate penetration. In the realm of sentiment, it is feeling. In the realm of

intellect, it is perception. It is an intuition rather than the culmination of reasoning. Every now and again it is fully present in us, and we find we cannot express it in words, thoughts, or concepts. “Unable to describe it,” that is our situation at such moments. Insights like this are spoken of in Buddhism as “impossible to reason about, to discuss, or to incorporate into doctrines or systems of thought.” Besides, understanding also means a shield to protect cultivator from the attack of greed, hatred and ignorance. A man often does wrong because of his ignorance or misunderstanding about himself, his desire of gaining happiness, and the way to obtain happiness. Understanding will also help cultivators with the ability to remove all defilements and strengthen their virtues. The illuminated mind, the original nature of man. The Mind of Enlightenment is always enlightened that this body is not ME (self) or MINE (self-belonging), but is only a temporary collaboration of the four great elements (land, water, fire, and wind). Of course, the systematic outline of the process in the texts is very clear and accurate, but the experience of the state of mind that we obtain in meditation is beyond textual study. Text books cannot tell us about the experience of ignorance arising, or how volition feels. A person with an enlightened mind will not attach to the words. He simply sees that all things are impermanent, unsatisfactory, and empty of self. He let go of everything. When things arise, he is aware of them, knows them, but not accompanies them to any where. Buddhists should always remember that once the mind is stirred up, the various mental formations, thought constructions, and reactions start arising from it. Therefore, the one who possesses an enlightened mind always sees according to the truth and does not become happy or sad according to changing conditions. This is true peace, free of birth, aging, sickness, and death, not dependent on causes, results, or conditions, beyond happiness and suffering, above good and evil. Nothing can be spoken about it. No other mind can be achieved! The discriminating mind is the same way; it is the result from the combination of the six elements of form, sound, odor, flavor, touch and dharma. Therefore, it is also not ME or SELF-BELONGING either. If cultivators are able to penetrate and comprehend in this way, they will be able to eliminate that the two types of bondage of SELF and SELF-BELONGING. If there is no “Self” or “Self-belonging,” then the Self-Form, or the characteristic of

being attached to the concept of self will be eliminated immediately; The Other's Form or the characteristic of clinging to the concept of other people does not exist either; the Sentient Beings Form or the characteristic of clinging to the existence of all other sentient beings will no longer exist; the Recipient-Form is also eliminated. Because these four form-characteristics of sentient beings no longer exist, practitioners will attain Enlightenment. Enlightened mind is one of the six points to develop a true Bodhi Mind. Sentient beings are used to grasping at this body as "me," at this discriminating mind-consciousness which is subject to sadness and anger, love and happiness, as "me." However, this flesh-and-blood body is illusory; tomorrow, when it dies, it will return to dust. Therefore, this body, a composite of the four elements (earth, water, fire, and air) is not "me." The same is true with our mind-consciousness, which is merely the synthesis of our perception of the six "Dusts" (form, sound, fragrance, taste, touch, and dharmas). For example, a person who formerly could not read or write, but is now studying Vietnamese or English. When his studies are completed, he will have knowledge of Vietnamese or English. Another example is a person who had not known Paris, but who later on had the opportunity to visit France and absorb the sights and sounds of that city. Upon his return, if someone were to mention Paris, the sights of that metropolis would appear clearly in his mind. That knowledge formerly did not exist; when the sights and sounds entered his subconscious, they "existed." If these memories were not rekindled from time to time, they would gradually fade away and disappear, returning to the void. This knowledge of ours, sometimes existing, sometimes not existing, some images disappearing, other images arising, always changing following the outside world, is illusory, not real. Therefore, the mind-consciousness is not "me." The ancients have said: "The body is like a bubble, the mind is like the wind; they are illusions, without origin or True Nature." If we truly realize that body and mind are illusory, and do not cling to them, we will gradually enter the realm of "no-self," escaping the mark of self. The self of our self being thus void, the self of others is also void, and therefore, there is no mark of others. Our self and the self of others being void, the selves of countless sentient beings are also void, and therefore, there is no mark of sentient beings. The self being void,

there is no lasting ego; there is really no one who has “attained Enlightenment.” This is also true of Nirvana, ever-dwelling, everlasting. Therefore, there is no mark of lifespan. Here we should clearly understand: it is not that eternally dwelling “True Thusness” has no real nature or true self; it is because the sages have no attachment to that nature that it becomes void. Sentient beings being void, objects (dharma) are also void, because objects always change, are born and die away, with no self-nature. We should clearly realize that this is not because objects, upon disintegration, become void and non-existent; but, rather, because, being illusory, their True Nature is empty and void. Sentient beings, too, are like that. Therefore, ancient have said: “Why wait until flowers fall to understand that form is empty.” Talking about the enlightened mind, the Buddha always reminded His disciples to let the mind be like a river receiving and flowing; or be like a fire receiving and burning all things thrown into. Nothing could be clung to in that river or fire because they would flow all things or burn all things. If we can keep our mind this way, we possess the so-called enlightened mind. Therefore, Zen practitioners should not have anything in mind, including the so-called Tathagata Store in our mind. Let’s drop all we have. Gently drop even the so-called “Enlightened Mind”. Just drop all we have, even if we think we have the so-called unborn mind. Just sit down, gently breathe in and out. The practitioner, having clearly understood that beings and dharmas are empty, can proceed to recite the Buddha’s name with a pure, clear and bright mind, free from all attachments. Awakening Mind is used in Zen for direct apprehension of truth. It literally means “seeing nature,” and is said to be awareness of one’s true nature in an insight that transcends words and conceptual thought. It is equated with “Satori” in some Zen contexts, but in others “kensho” is described as an initial awakening that must be developed through further training, while “satori” is associated with the awakening of Buddhas and the patriarchs of Zen. A monk asked Chao-chou to be instructed in Zen, Chao-chou said, "Have you had your rice soup or not?" The monk said, "Yes, master." Chao-chou said, "If so, have your dishes washed." These words at once opened the monk's mind to the truth of Zen. This is enough to show what a commonplace thing enlightenment is! At any rate, we could not say that Chao-chou had nothing to do with the

monk's realization. But, how did Chao-chou make the monk's eye open by such a prosaic remark? Did the remark have any hidden meaning, however, which happened to coincide with the mental tone of the monk? How was the monk so mentally prepared for the final stroke of the master, whose service was just pressing the button, as it were? Zen practitioners should always remember that the whole history of the mental development leading up to an enlightenment; that is from the first moment when the disciple came to the master until the last moment of realization, with all the intermittent psychological vicissitudes which he had to go through. But the conversation between the monk and Chao-chou just shows that the whole Zen discipline gains meaning when there takes place this turning of the mental hinge to a wider and deeper world. For when this wide and deeper world opens, Zen practitioners' everyday life, even the most trivial thing of it, grow loaded with the truths of Zen. On the one hand, therefore, enlightenment is a most prosaic and matter-of-fact thing, but on the other hand, when it is not understood it is something of a mystery. But after all, is not life itself filled with wonders, mysteries, and unfathomabilities, far beyond our discursive understanding?

According to the Zen School, if you would free yourself of the sufferings of samsara, you must learn the direct way to become a Buddha. This way is no other than the realization of your own Mind. Now what is this Mind? It is the true nature of all sentient beings, that which existed before our parents were born and hence before our own birth, and which presently exists, unchangeable and eternal. So it is called one's Face before one's parents were born. This Mind is intrinsically pure. When we are born it is not newly created, and when we died it does not perish. It has no distinction of male or female, nor has it any coloration of good or bad. it cannot be compared with anything, so it is called Buddha-nature. Yet countless thoughts issue from this Self-nature as waves arise in the ocean or as images are reflected in a mirror... Imagine a child sleeping next to its parents and dreaming it is being beaten or is painfully sick. The parents cannot help the child no matter how much it suffers, for no one can enter the dreaming mind of another. If the child could awaken itself, it could be freed of this suffering automatically. In the same way, one who realizes that his own Mind is Buddha frees himself instantly from the

sufferings arising from ignorance of the law of ceaseless change of birth-and-death." Zen Master Tokugaku (fifteenth century) wrote about the original face in Zen Poems of China and Japan as follows:

"Original Face is the reality of realities:
Stretch your hand to the winging bird.
Vertical nose, horizontal eye, and then?
What if your mind is empty?"

Talking about the Original Primeval Buddhahood, one day, Zen master Yung-chia Hsuan-chiao entered the hall to address the monks with a verse, saying:

"The real nature of blindness is the real nature of Buddha.
This illusory physical body is the Dharmakaya itself.
When one realizes the Dharmakaya, he sees that nothing exists.
This is called "The Original Primeval Buddhahood."

In fact, if we, Buddhist practitioners, with this understanding, will abruptly throw our mind into the abyss where mind and thought cannot reach, we will then behold the absolute, void Dharmakaya. This is where one emancipates oneself from Samsara. People have always been abiding in the cave of thought and intellection. As soon as they hear someone says "Get rid of thinking," they are dazed and lost and do not know where to go. They should know that the moment when this very feeling of loss and stupefaction arises is the best time for them to attain realization, literally, for them to release their body and life.

Bodhidharma's Essay on the Blood Lineage: A Summary of the Blood Lineage: The arteries and veins, linked closely connected (refer to schools' essential teachings transmitted from the patriarchs). In Japan there is a book going under the title of "Six Essays" by Bodhidharma, the first patriarch of Zen in China. The book contains six essays, among which some of the sayings may be from Bodhidharma. One of the essays entitled "Treatise on the Lineage of Faith" (Kechchimyakuron), discusses the question of enlightenment, which constitutes the essence of Zen Buddhism. The following passages are parts of the main content of the essay: "If you wish to seek the Buddha, you ought to see into your own Nature; for this Nature is the Buddha himself. If you have not seen into your own Nature, what is the use of thinking of the Buddha, reciting the Sutras, observing a fast, or keeping the precepts? By thinking of the Buddha, your cause or your meritorious deed may bear

fruit; by reciting the Sutras, your intelligence may grow brighter; by keeping the precepts, you may be born in the heavens; by practicing charity you may be rewarded abundantly; but as to seeking the Buddha, you are far away from him. If your Self is not yet clearly comprehended, you ought to see a wise teacher or a good-knowing advisor and get a thorough understanding as to the root of birth-and-death. One who has not seen into one's own Nature is not to be called a wise teacher. When this seeing into one's own Nature is not attained, one cannot escape from the transmigration of birth-and-death, however well one may be versed in the study of the sacred scriptures in twelve divisions. No time will ever come to one to get out of the sufferings of the triple world. Anciently there was a Bhikshu Shan-hsing (Zensho) who was capable of reciting all the twelve divisions of scriptures, yet he could not save himself from transmigration, because he had no insight into his own Nature. If this was the case with Shan-hsing, how about those moderners who, being able to discourse only on a few Sutras and Sastras, regard themselves as exponents of Buddhism? They are truly simple-minded ones. When Mind is not understood it is absolutely of no avail to recite and discourse on idle literature. If you want to seek the Buddha, you ought to see into your own Nature, which is the Buddha himself. The Buddha is a free man, a man who neither works nor achieves. If, instead of seeing into your own Nature, you turn away and seek the Buddha in external things, you will never get at him. The Buddha is your own Mind, make no mistake to bow to external object. 'Buddha' is a Western word, and in this country it means 'enlightenment nature'; and by 'enlightened' is meant 'spiritual enlightened'. It is one's own spiritual Nature in enlightenment that responds to the external world, comes in contact with objects, raises the eyebrows, winks the eyelids, and moves the hands and legs. This Nature is the Mind, and the Mind is the Buddha, and the Buddha is the Way, and the Way is Zen. This simple word, Zen, is beyond the comprehension both of the wise and the ignorant. To see directly into one's original Nature, this is Zen. Even if you are well learned in hundreds of the Sutras and Sastras, you still remain an ignoramus in Buddhism when you have not yet seen into your original Nature. Buddhism is not there in mere learning. The highest truth is unfathomably deep, is not an object of talk or discussion, and even the

canonical texts have no way to bring it within our reach. Let us once see into our own original Nature and we have the truth, even when we are quite illiterate, not knowing a word. Those who have not seen into their own Nature may reach the Sutras, think of the Buddha, study long, work hard, practice religion throughout the six periods of the day, sit for a long time and never lie down for sleep, and may be wide in learning and well informed in all things; and they may believe that all this is Buddhism. All the Buddhas in successive ages only talk of seeing into one's Nature. All things are impermanent; until you get an insight into your Nature, do not say 'I have perfect knowledge'. Such is really committing a very grave crime. Ananda, one of the ten great disciples of the Buddha, was known for his wide information, but did not have any insight into Buddhhood, because he was so bent on gaining information only."

When we speak of the Buddhist influence on the life and literature of the Chinese people, we should keep this mystic trend of Bodhidharma's philosophy in mind, for there is no doubt that it has had a great deal to do with the moulding of the spirit of Chinese Zen Buddhism. According to historians, Bodhidharma denied canon reading, and his system therefore made the Buddhist monasteries much less intellectual and much more meditative than they were ever before. According to Bodhidharma, Buddhists should stress on meditation, because by which alone enlightenment can be attained. Bodhidharma was the 28th Indian (in line from the Buddha) and first Zen Patriarch in China. Scholars still disagree as to when Bodhidharma came to China from India, how long he stayed there, and when he died, but it is generally accepted by Zen Buddhists that he came by boat from India to southern China about the year 520 A.D., and after a short, fruitless attempt to establish his teaching there he went to Lo-Yang in northern China and finally settled in Shao-Lin Temple. Bodhidharma came to China with a special message which is summed in sixteen Chinese words, even though Zen masters only mentioned about this message after Ma-Tsu:

"A special transmission outside the scriptures;
No dependence upon words and letters
Direct pointing at the soul of man;
Seeing into one's nature and the attainment of Buddhahood."

The Triple World Is But One Mind: According to Buddhist teachings, the triple world is but one mind (the triple world is just Mind) means all things but one mind or all dharmas are created only by the mind or everything is created by mind alone. In the Lankavatara Sutra, the Buddha taught: "The Bodhisattva-mahasattvas sees that the triple world is no more than the creation of the citta, manas, and manovijnana, that it is brought forth by falsely discriminating one's own mind, that there are no signs of an external world where the principle of multiplicity rules, and finally that the triple world is just one's own mind." One day, as the big temple bell was being rung, the Buddha asked Ananda, "Where does the bell sound come from?" "The bell," replied Ananda. The Buddha said, "The bell? But if there were no bell stick, how would the sound appear?" Ananda hastily corrected himself. "The stick! The stick!" The Buddha said, "The stick? If there were no air, how could the sound come here?" "Yes! Of course! It comes from the air!" The Buddha asked, "Air? But unless you have an ear, you cannot hear the bell sound." "Yes! I need an ear to hear it. So it comes from my ear." The Buddha said, "Your ear? If you have no consciousness, how can you understand the bell sound?" "My consciousness makes the sound." "Your consciousness? So, Ananda, if you have no mind, how do you hear the bell sound?" "It was created by mind alone." Myriad things but one mind; all things as noumenal. According to the Sun Face Buddha (the Teachings of Ma-Tsu and the Hung-chou School of Ch'an), one day Zen master Ma-Tsu entered the hall and preached the assembly: "Though the reflections of the moon are many, the real moon is only one. Though there are many springs of water, water has only one nature. There are myriad phenomena in the universe, but empty space is only one. There are many principles that are spoken of, but 'unobstructed wisdom' is only one. Whatever we established, it all comes from One Mind. Whether constructing or sweeping away, all is sublime function; all is oneself. There is no place to stand where one leaves the Truth. The very place one stands on is the Truth; it is all one's being. If that was not so then who is that? All dharmas are Buddha-dharmas and all dharmas are liberation. Liberation is identical with suchness: all dharmas never leave suchness. Whether walking, standing, sitting, or reclining, everything is always inconceivable function. The sutras say that the Buddha is

everywhere." In short, all the Buddhas and sentient beings are nothing but one's mind. From the time of no-beginning this Mind never arises and is not extinguished. It is neither blue nor yellow. It has no form or shape. It is neither existent nor non-existent, old or new, long or short, big or small. It is beyond all limitation and measurement, beyond all words and names, transcending all traces and relativity. It is here now! But as soon as any thought arises in your mind you miss it right away! It is like space, having no edges, immeasurable and unthinkable. Buddha is nothing else but this, your very mind.

Mind-Essence Transmitted by All Buddhas: According to the Zen School, Mind-To-Mind-Transmission means a special transmission outside the teaching of textual tradition. The phrase "Transmitting Mind Through Mind" is a Ch'an expression for the authentic transmission of Buddha-Dharma from master to students and dharma successors within the lineages of transmission of the Ch'an tradition. The notion of "Transmission from heart-mind to heart-mind" became a central notion of Zen. That is to say what preserved in the lineage of the tradition and "transmitted" is not book knowledge in the form of "teachings" from sutras, but rather an immediate insight into the true nature of reality, one's own immediate experience, to which an enlightened master can lead a student through training in the way of Zen. According to Zen tradition, the triple world is but one mind. Previous Buddhas transmitted their minds to later Buddhas without depending upon words and letters. Thus, Zen teachings are passed on directly from the mind of the master to that of the disciple, without recourse to words and concepts. This requires that students demonstrate their direct experience of truth to their teachers, who serve as the arbiters who authenticate the experience. According to the Records of the Transmission of the Lamp, Hui K'o tried variously to explain the reason of mind, but failed to realize the truth itself. One day, Hui K'o said to Bodhidharma: "I have ceased all activities." The First Patriarch Bodhidharma simply said: "No! No!" Bodhidharma never proposed to explain to his disciple what was the mind-essence in its thoughtless state; that is, in its pure being. Later, Hui K'o said: "I know now how to keep myself away from all relationships." Bodhidharma queried: "You make it a total annihilation, do you not?" Hui K'o said: "No, master. I do not make it a total annihilation."

Bodhidharma asked: "How do you testify your statement?" Hui K'o said: "For I know it always in a most intelligible manner, but to express it in words, that is impossible." Bodhidharma said: "Thereupon, that is the mind-essence itself transmitted by all the Buddhas. Harbour no doubt about it!"

Mind Is Buddha: The identity of mind and Buddha means mind here and now is Buddha. The identity of mind and Buddha is the highest doctrine of Mahayana. The negative form is "No mind no Buddha," or apart from mind there is no Buddha; and all the living are of the one mind. According to Records of the Transmission of the Lamp, one day, volume VI, Ta-mei asked Ma-tsu, "What is Buddha?" Ma-tsu said, "This very mind is Buddha." According to Wu Men Hui-Kai in the Wu-Men-Kuan, if you can grasp this point directly, you wear Buddha's robes, eat Buddha's food, speak Buddha's words, take Buddha's role. That is, you yourself are Buddha. Ta-mei, however, misled quite a few people into trusting a broken scale. Don't you know you should rinse out your mouth for three days when you utter the name Buddha? If you are genuine, you'll run away holding your ears upon just hearing the words, "This very mind is Buddha." As a matter of fact, there is not any different thing among mind, Buddha, and sentient beings. Outside the mind there is no other thing; mind, Buddha, and all the living, these three are not different. There is no differentiating among these three because all is mind. All are of the same order. This is an important doctrine of the Hua-Yen sutra. The T'ien-T'ai called "The Mystery of the Three Things." Our minds are constantly occupied with a lot of false thoughts, thoughts of worry, happiness, hatred and anger, friends and enemies, and so on, so we cannot discover the Buddha-nature within. The state of mind of 'Higher Meditation' is a state of quietude or equanimity gained through relaxation. To meditate to calm down and to eliminate attachments, the aversions, anger, jealousy and the ignorance that are in our heart so that we can achieve a transcendental wisdom which leads to enlightenment. Once we achieve a state of quietude through higher meditation, we will discover our real nature within; it is nothing new. However, when this happens, then there is no difference between us and the Buddha. In order to achieve the state of quietude through higher meditation, Zen practitioners should cultivate four basic stages in Dhyana. The relinquishing of desires and

unwholesome factors achieved by conceptualization and contemplation. In this stage, the mind is full of joy and peace. In this phase the mind is resting of conceptualization, the attaining of inner calm, and approaching the one-pointedness of mind (concentration on an object of meditation). In this stage, both joy and sorrow disappear and replaced by equanimity; one is alert, aware, and feels well-being. In this stage, only equanimity and wakefulness are present.

To Find a Buddha, All You Have to Do Is See Your Own Nature: In the Bloodstream Sermon, the Patriarch Bodhidharma taught: “To find a Buddha, all you have to do is see your nature. Your nature is the Buddha. If you don't see your nature and run around all day long looking somewhere else, you'll never find a Buddha. Perceiving and responding, arching your brows, blinking your eyes, moving your hands and feet, it's all your miraculously aware nature. And this Nature is the Mind, the Mind is the Buddha, the Buddha is the Path, and the Path is Zen. So, seeing your own nature is Zen. Unless you see your nature, it's not Zen. If you don't see your nature, no matter how much time you recite sutras, invoke Buddha-names, make offering, observe precepts, do good works, practice meditation, and so on, you can't attain enlightenment.” In Zen, if practitioners want to see their own nature or to clear the mind, they must first stop the flow of thoughts. The introduction of Zen to China is attributed to Bodhidharma, though it came earlier, and its extension to T'ien-T'ai. To sit in dhyana (abstract meditation, fixed abstraction, contemplation). With thoughts or without thoughts, or noisy or quiet are made by our thinking. If we think something is noisy, it is noisy; if we think something is quiet, it is quiet. If we do not think, noisy is not noisy, quiet is not quiet. True quiet is neither quiet nor noisy. If we sit in our car listening to the traffic with a clear mind, without any concepts and thoughts, it is not noisy, it is only what it is. Therefore, to stop the flow of thoughts and to clear the mind are extremely important for any Zen practitioners. The best way to stop the flow of thoughts and to clear the mind is to notice the thoughts as they come up and to acknowledge them without judging, just return to the clear experience of the present moment. We must be patient for we might have to do this millions of times, but the value of our cultivation is the constant return of the mind into the present, over and over and over again. According to the Vimalakirti Sutra, Vimalakirti reminded

Sariputra about meditation, saying: “Sariputra, meditation is not necessarily sitting. For meditation means the non-appearance of body and mind in the three worlds (of desire, form and no form); giving no thought to inactivity when in nirvana while appearing (in the world) with respect-inspiring deportment; not straying from the Truth while attending to worldly affairs; the mind abiding neither within nor without; being imperturbable to wrong views during the practice of the thirty-seven contributory stages leading to enlightenment: and not wiping out troubles (klesa) while entering the state of nirvana. If you can thus sit in meditation, you will win the Buddha’s seal.”

(D-3A) Essential Summaries of The Sixth Patriarch Hui-Neng's Methods of Zen

I. The Way Is Awakened from the Mind:

An Overview of Realization of the Path in Buddhist Teachings: In Buddhism, to realize (enlighten) the path means religious experience or understanding clearly or realizing the Path. Having attained the way (of mystic experience) or to witness to the truth. According to the Dharmapada Sutra, verse 280, the Buddha taught: “One who does not strive when it is time to strive, who though young and strong but slothful with thoughts depressed; such a person never realizes the path.” The term ‘Enlightenment’ is very important in the Zen sects because the ultimate goal of Zen discipline is to attain what is known as ‘enlightenment.’ Enlightenment is the state of consciousness in which Noble Wisdom realizes its own inner nature. And this self-realization constitutes the truth of Zen, which is emancipation (moksha) and freedom (vasavartin). The term "Enlightenment" is also used to indicate the transcendental experience of realizing universal Reality. It signifies a spiritual mystical, and intuitive realization, and should not be understood as denoting an intellectual awakening as its common application in association with the "Age of Reason" suggests. According to Zen master D.T. Suzuki in *Essays in Zen Buddhism*, Second Series, Enlightenment is the whole of Zen. Zen starts with it and ends with it. When there is no enlightenment, there is no Zen. Enlightenment is the measure of Zen, as is announced by a master.

Enlightenment is not a state of mere quietude, it is not tranquilization, it is an inner experience which has no trace of knowledge of discrimination; there must be a certain awakening from the relative field of consciousness, a certain turning-away from the ordinary form of experience which characterizes our everyday life. The technical Mahayana term for it is 'Paravritti,' turning back, or turning over at the basis of consciousness. By this entirety of one's mental construction goes through a complete change. Enlightenment is the most intimate individual experience and therefore cannot be expressed in words or described in any manner. All that one can do in the way of communicating the experience to others is to suggest or indicate, and this only tentatively. The one who has had it understands readily enough when such indication are given, but when we try to have a glimpse of it through the indices given we utterly fail. When our consideration is limited to the objective side of enlightenment, the opening an eye to the truth of Zen does not appear to be very extraordinary thing. The master makes some remarks, and if they happen to be opportune enough, the disciple will come at once to a realization and see into a mystery he has never dreamed of before. It seems all to depend upon what kind of mood or what state of mental preparedness one is at the moment. According to Zen master D.T. Suzuki in *Essays in Zen Buddhism, First Series* (p.251), Zen after all a haphazard affair, one may be tempted to think but when we know that it took Nan-yueh eight long years to answer the question from the Sixth Patriarch "What is it that thus come?" We shall realize the fact that in Nan-yueh there was a great deal of mental anguish which he had to go through before he could come to the final solution and declare, "To say it's a thing misses the mark." We must try to look into the psychological aspect of enlightenment, where is revealed the inner mechanism of opening the door to the eternal secret of the human soul.

The Way is Awakened From the Mind: Hsieh Chien's Question of the Way: According to the Platform Sutra, Chapter Nine, on the fifteenth day of the first month, during the first year of the Shen-Lung reign (705 A.D.), Empress Tse-T'ien and Emperor Chung-Tsung issued the following proclamation: "We have invited Master Hui-Neng and Shen-Hsiu to the palace to receive offerings so that we may investigate the One Vehicle in the leisure time remaining after our myriad duties.

The two Masters have declined, saying that in the South there is Dhyana Master Hui-Neng, who was secretly transmitted the robe and Dharma of the Great Master Hung-Jen who now transmits the Buddhas' mind-seal. We now send Chamberlain Hsieh Chien with this invitation, hoping that the Master will remember us with compassion and come to the capital." The Master sent back a petition pleading illness saying that he wished to spend his remaining years at the foot of the mountain. Hsieh Chien said, "The Virtuous Dhyana Masters at the capital all say that to master the Way one must sit in Dhyana meditation and practice concentration, for without Dhyana concentration, liberation is impossible. I do not know how the Master explains this dharma." The Master said, "The Way is awakened to from the mind. How could it be found in sitting? The Diamond Sutra states that to say the Tathagata either sits or lies down is to walk a deviant path. Why? The clear pure Dhyana of the Tathagata comes from nowhere and goes nowhere and is neither produced nor extinguished. The Tathagata's clear pure 'sitting' is the state of all dharmas being empty and still. Ultimately there is no certification; even less is there any 'sitting.' Hsieh Chien said, "When your disciple returns to the capital, their majesties will surely question him. Will the High Master please be compassionate and instruct me on the essentials of the mind so that I can transmit them to the two palaces and to students of the Way at the capital? It will be like one lamp setting a hundred thousand lamps burning, making all the darkness endlessly light." The Master said, "The Way is without light or darkness. Light and darkness belong to the principle of alternation. 'Endless light' has an end, too, because such terms are relative. Therefore the Vimalakirti Sutra says, 'The Dharma is incomparable because it is not relative.'" Hsien Chien said, "Light represents wisdom and darkness represents affliction. If cultivators of the Way do not use wisdom to expose and destroy affliction, how can they escape from the birth and death that have no beginning?" The Master said, "Affliction is Bodhi; they are not two and not different. One who uses wisdom to expose and destroy affliction has the views and understanding of the two vehicles and the potential of the sheep and deer carts. Those of superior wisdom and great roots are completely different."

II. Hui-Neng's Sudden Teachings:

A Summary of the Teaching of the Yellow Plum Mountain: After master Ying-Tsung had Hui-Neng's head shaved, ordained him as a monk, he requested Hui Neng to be his teacher and asked Hui Neng to enlighten him on the teaching of the master of Yellow Plum Mountain. Hui Neng said: "My master had no special instruction to give; he simply insisted upon the need of our seeing into our own Nature through our own effort. He had nothing to do with meditation, or with deliverance. For meditation and deliverance are names; and whatever can be named leads to dualism, and Buddhism is not dualistic. To take hold of this non-duality of truth is the aim of Zen. The Buddha-Nature of which we are all in possession, and the seeing into which constitute Zen, is invisible into such oppositions as good and evil, eternal and temporal, material and spiritual, and so on. The ignorant see dualism in life is due to confusion of thought; the wise, the enlightened, see into the reality of things unhampered by erroneous ideas. It is a mistake to think that sitting quietly in contemplation is essential to deliverance. The truth of Zen opens by itself from within and it has nothing to do with the practice of dhyana. For we read in the Diamond Sutra that those who try to see the Tathagata in one of his special attitudes, as sitting or lying, do not understand his spirit. Tathagata is designated as Tathagata because he comes from nowhere and departs nowhere. His appearance has no whence, and his disappearance no whither, and this is Zen. In Zen, therefore, there is nothing to gain, nothing to understand; what shall we then do with sitting cross-legged and practicing dhyana? Some may think that understanding is needed to enlighten the darkness of ignorance, but the truth of Zen is absolute in which there is no dualism, no conditionality. To speak of ignorance and enlightenment, or of Bodhi and Kléśa, as if they were two separate objects which cannot be merged in one, is not Zen. In Zen, every possible form of dualism is condemned as not expressing the ultimate truth. Everything is a manifestation of the Buddha-Nature, which is not defiled in passions, nor purified in enlightenment. It is above all categories. If you want to see what is the nature of your being, free your mind from thought of relativity and you will see by yourself how serene it is and yet how full of life it is!"

Sudden and Gradual Teachings in the Jewel Platform Sutra:

Immediate, or sudden, attainment, in contrast with gradualness. The two schools of Zen, the Gradual and the Sudden, represent different facets of the same teaching adapted to different types of people in different location. To praise one school while disparaging the other is therefore a form of crazy attachment, not appropriate for any Buddhists. “Sudden and Gradual Teachings” according to the Sixth Patriarch’s point of view in the Dharma Jewel Platform Sutra, Chapter Four, The Master instructed the assembly: “Good Knowing Advisors, the right teaching is basically without a division into ‘sudden’ and ‘gradual.’ People’s natures themselves are sharp or dull. When the confused person who gradually cultivates and the enlightened person who suddenly connects each recognize the original mind and see the original nature, they are no different. Therefore, the terms sudden and gradual are shown to be false names. Good Knowing Advisors, this Dharma-door of mine, from the past onwards, has been established the first with no-thought as its doctrine, no-mark as its substance, and no-dwelling as its basis. No-mark means to be apart from marks while in the midst of marks. No-thought means to be without thought while in the midst of thought. No-dwelling is the basic nature of human beings. In the world of good and evil, attractiveness and ugliness, friendliness and hostility, when faced with language which is offensive, critical, or argumentative, you should treat it all as empty and have no thought of revenge. In every thought, do not think of former states. If past, present, and future thoughts succeed one another without interruption, it is bondage. Not to dwell in dharmas from thought to thought is to be free from bondage. That is to take no-dwelling as the basis. Good Knowing Advisors, to be separate from all outward marks is called ‘no-mark.’ The ability to be separate from marks is the purity of the Dharma’s substance. It is to take no-mark as the substance. Good Knowing Advisors, the non-defilement of the mind in all states is called ‘no-thought.’ In your thoughts you should always be separate from states; do not give rise to thought about them. If you merely do not think of hundred things, and so completely rid yourself of thought, then as the last thought ceases, you die and undergo rebirth in another place. That is a great mistake, of which students of the Way should take heed. To misinterpret the Dharma and make a mistake yourself

might be acceptable but to exhort others to do the same is unacceptable. In your own confusion you do not see, and, moreover, you slander the Buddha's Sutras. Therefore, no-thought is to be established as the doctrine. Good Knowing Advisors, why is no-thought established as the doctrine? Because there are confused people who speak of seeing their own nature, and yet they produce thought with regard to states. Their thoughts cause deviant views to arise, and from that, all defilement and false thinking are created. Originally, not one single dharma can be obtained in the self-nature. If there is something to attain, or false talk of misfortune and blessing, that is just defilement and deviant views. Therefore, this Dharma-door establishes no-thought as its doctrine. Good Knowing Advisors, 'No' means no what? 'Thought' means thought of what? 'No' means two marks, no thought of defilement. 'Thought' means thought of the original nature of True Suchness. True Suchness is the substance of thought and thought is the function of True Suchness. The True Suchness self-nature gives rise to thought. It is not the eye, ear, nose, or tongue which can think. The True Suchness possesses a nature and therefore gives rise to thought. Without True Suchness, the eye, ear, forms, and sounds immediately go bad. Good Knowing Advisors, the True Suchness self-nature gives rise to thought, and the six faculties, although they see, hear, feel, and know, are not defiled by the ten thousand states. Your true nature is eternally independent. Therefore, the Vimalakirti Sutra says, "If one is well able to discriminate all dharma marks, then, in the primary meaning, one does not move."

The Method of Sudden Teachings: "Sudden Teachings" according to the Sixth Patriarch's point of view. In the Dharma Jewel Platform Sutra, Chapter Four, the Sixth Patriarch taught: "Good Knowing Advisors, when people of limited faculties hear this Sudden Teaching, they are like the plants and trees with shallow roots which, washed away by the great rain, are unable to grow. But at the same time, the Prajna wisdom which people of limited faculties possess is fundamentally no different from the Prajna that men of great wisdom possess. Hearing this Dharma, why do they not become enlightened? It is because the obstacle of their deviant views is a formidable one and the root of their afflictions is deep. It is like when thick clouds cover the sun. If the wind does not blow, the sunlight will not be visible."

'Prajna' wisdom is itself neither great nor small. Living beings differ because their own minds are either confused or enlightened. Those of confused minds look outwardly to cultivate in search of the Buddha. Not having awakened to their self-nature yet, they have small roots. When you become enlightened to the Sudden Teaching, you do not grasp onto the cultivation of external things. When your own mind constantly gives rise to right views, afflictions and defilement can never stain you. That is what is meant by seeing your own nature. Good Knowing Advisors, those of future generations who obtain my Dharma, should take up this Sudden Teaching. The Dharma door including those of like views and like practice should vow to receive and uphold it as if serving the Buddhas. To the end of their lives they should not retreat, and they will certainly enter the holy position. In this way, it should be transmitted from generation to generation. It is silently transmitted. Do not hide away the orthodox Dharma and do not transmit it to those of different views and different practice, who believe in other teachings, since it may harm them and ultimately be of no benefit. I fear that deluded people may misunderstand and slander this Dharma-door and, therefore will cut off their own nature, which possesses the seed of Buddhahood for hundreds of ages and thousands of lifetimes."

III. Seeing One's Own Nature and Becoming a Buddha According to the Sixth Patriarch Hui-Neng:

"To see into one's own nature" means "looking into your own nature directly and finding it to be the same as the ultimate nature of the universe." It is, however, the main aim of the Mahayana Meditation, and its attainment is considered to be the real awakening. According to Buddhism, "to see into one's own nature" (enlightenment) is no... haphazard phenomenon. Like a sprout which emerges from a soil which has been seeded, fertilized, and thoroughly weeded, satori comes to a mind that has heard and believed the Buddha-truth and then uprooted within itself the throttling notion of self-and-other. And just as one must nurture a newly emerged seedling until maturity, so Zen training stresses the need to ripen an initial awakening through subsequent koan practice and or shikan-taza until it thoroughly animates one's life. In other words, to function on the higher level of

consciousness brought about by kensho (kiến tánh), one must further train oneself to act in accordance with this perception of Truth. This special relationship between awakening and post-awakening zazen is brought out in a parable in one of the sutras. In this story enlightenment is compared to a youth who, after years of destitute wandering in a distant land, one day discovers that his wealthy father had many years earlier bequeathed him his fortune. To actually take possession of this treasure, which is rightly his, and become capable of handling it wisely is equated with post-kensho zazen, that is, with broadening and deepening the initial awakening. To see one's own nature (Kensho-Jo-Butsu) or to behold the Buddha-nature within oneself or to see into one's own nature. Beholding the Buddha-nature within oneself or to see into one's own nature. Semantically "Beholding the Buddha-nature" and "Enlightenment" have virtually the same meaning and are often used interchangeably. In describing the enlightenment of the Buddha and the patriarchs, however, it is often used the word "Enlightenment" rather than "Beholding the Buddha-nature." The term "enlightenment" implies a deeper experience. This is a common saying of the Ch'an (Zen) or Intuitive School. Through it one sees one's own nature and becomes a Buddha. This is one of the eight fundamental principles, intuitional or relating to direct mental vision of the Zen School.

The Sixth Patriarch, Hui-neng, insists on this in a most unmistakable way when he answers the question: "As for your commission from the fifth patriarch of Huang-mei, how do you direct and instruct others in it?" The answer was, "No direction, no instruction there is; we speak only of seeing into one's Nature and not of practicing dhyana and seeking deliverance thereby." The sixth Patriarch considered them as "confused" and "not worth consulting with." They are empty-minded and sit quietly, having no thoughts whatever; whereas "even ignorant ones, if they all of a sudden realize the truth and open their mental eyes are, after all, wise men and may attain even to Buddhahood." Again, when the patriarch was told of the method of instruction adopted by the masters of the Northern school of Zen, which consisted in stopping all mental activities, quietly absorbed in contemplation, and in sitting cross-legged for the longest while at a

stretch, he declared such practices to be abnormal and not at all to the point, being far from the truth of Zen, and added this stanza:

"While living, one sits up and lies not,
When dead, one lies and sits not;
A set of ill-smelling skeleton!
What is the use of toiling and moiling so?"

***IV. Hui-Neng: A Single Enlightened Thought, the Living Being
Is a Buddha, Unenlightened, the Buddha is a Living Being:***

According to the Platform Sutra, the Second Chapter, the Sixth Patriarch taught: "Good knowing Advisors, unenlightened, the Buddha is a living being. At the time of a single enlightened thought, the living being is a Buddha. Therefore, you should know that the ten thousand dharmas exist totally within your own mind. Why don't you, from within your own mind, suddenly see the truth (true suchness) of your original nature. The Bodhisattva-Sila-Sutra says, 'Our fundamental self-nature is clear and pure.' If we recognize our own mind and see the nature, we shall perfect the Buddha Way. The Vimalakirti Nirdeśa Sutra says, 'Just then, you suddenly regain your original mind.' Good Knowing Advisors, when I was with the High Master Jen, I was enlightened as soon as I heard his words and suddenly saw the true suchness (truth) of my own original nature. That is why I am spreading this method of teaching which leads students of the Way to become enlightened suddenly to Bodhi, as each contemplates his own mind and sees his own original nature. If you are unable to enlighten yourself, you must seek out a great Good Knowing Advisor, one who understands the Dharma of the Most Superior Vehicle and who will direct you to the right road. Such a Good Knowing Advisor possesses great karmic conditions, which is to say that he will transform you, guide you and lead you to see your own nature. It is because of the Good Knowing Advisor that all wholesome Dharmas can arise. All the Buddhas of the three eras (periods of time), and the twelve divisions of Sutra texts as well, exist within the nature of people, that is originally complete within them. If you are unable to enlighten yourself, you should seek out the instruction of a Good Knowing Advisor who will lead you to see your nature. If you are one who is able to achieve self-enlightenment, you need not seek a teacher outside. If you insist that it

is necessary to seek a Good Knowing Advisor in the hope of obtaining liberation, you are mistaken. Why? Within your own mind, there is self-enlightenment, which is a Good Knowing Advisor itself. But if you give rise to deviant confusion, false thoughts and perversions, though a Good Knowing Advisor outside of you instructs you, he cannot save you. If you give rise to genuine Prajna contemplation and illumination, in the space of an instant, all false thoughts are eliminated. If you recognize your self-nature, in a single moment of enlightenment, you will arrive at the level of Buddha. Good Knowing Advisor, when you contemplate and illuminate with the wisdom, which brightly penetrates within and without, you recognize your original mind. The recognition of your original mind is the original liberation. The attainment of liberation is the Prajna Samadhi, thus no-thought. What is meant by 'no-thought?' No-thought means to view all dharmas with a mind undefiled by attachment. The function of the mind pervades all places but is nowhere attached. Merely purify your original mind to cause the six consciousnesses to go out the six gates, to be undefiled and unmixed among the six objects, to come and go freely and to penetrate without obstruction. That is the Prajna Samadhi, freedom and liberation, and it is called the practice of no-thought. Not thinking of the hundred things and constantly causing your thought to be cut off is called Dharma-bondage and is an extremist view. Good Knowing Advisors, one who awakens to the no-thought dharma completely penetrates the ten thousand dharmas; one who awakens to the no-thought dharma sees all Buddha realms; one who awakens to the no-thought dharma arrives at the Buddha position. Good Knowing Advisors, those of future generations who obtain my Dharma, should take up this Sudden Teaching. The Dharma door including those of like views and like practice should vow to receive and uphold it as if serving the Buddhas. To the end of their lives they should not retreat, and they will certainly enter the holy position. In this way, it should be transmitted from generation to generation. It is silently transmitted. Do not hide away the orthodox Dharma and do not transmit it to those of different views and different practice, who believe in other teachings, since it may harm them and ultimately be of no benefit. I fear that deluded people may misunderstand and slander this Dharma-door and, therefore will cut off their own nature, which possesses the seed of

Buddhahood for hundreds of ages and thousands of lifetimes. Good Knowing Advisors, I have a verse of no-mark, which you should all recite. Those at home and those who have left home should cultivate accordingly. If you do not cultivate it, memorizing it will be of no use. Listen to my verse:

“With speech and mind both understood,
 Like the sun whose place is in space,
 Just spread the ‘seeing-the-nature way’
 Appear in the world to destroy false doctrines.
 Dharma is neither sudden nor gradual,
 Delusion and awakening are slow and quick
 But deluded people cannot comprehend
 This Dharma-door of seeing-the-nature.
 Although it is said in ten thousand ways,
 United, the principles return to one;
 In the dark dwelling of defilements,
 Always produce the sunlight of wisdom.
 The deviant comes and affliction arrives,
 The right comes and affliction goes.
 The false and true both cast aside,
 In clear purity the state of no residue is attained.
 Bodhi is the original self-nature;
 Giving rise to a thought is wrong;
 The pure mind is within the false:
 Only the right is without the three obstructions.
 If people in the world practice the Way,
 They are not hindered by anything.
 By constantly seeing their own transgressions,
 They are in accord with the Way.
 Each kind of form has its own way
 Without hindering one another;
 Leaving the Way to seek another way
 To the end of life is not to see the Way.
 A frantic passage through a life,
 Will bring regret when it comes to its end.
 Should you wish for a vision of the true Way,
 Right practice is the Way.

If you don't have a mind for the Way,
 You walk in darkness blind to the Way;
 If you truly walk the Way,
 You are blind to the faults of the world.
 If you attend to others' faults,
 Your fault-finding itself is wrong;
 Others' faults I do not treat as wrong;
 My faults are my own transgressions.
 Simply cast out the mind that finds fault,
 Once cast away, troubles are gone;
 When hate and love don't block the mind,
 Stretch out both legs and then lie down.
 If you hope and intend to transform others,
 You must perfect expedient means.
 Don't cause them to have doubts, and then
 Their self-nature will appear.
 The Buddhadharma is here in the world;
 Enlightenment is not apart from the world.
 To search for Bodhi apart from the world
 Is like looking for a hare with horns.
 Right views are transcendental;
 Deviant views are all mundane.
 Deviant and right completely destroyed:
 The Bodhi nature appears spontaneously.
 This verse is the Sudden Teaching,
 Also called the great Dharma boat.
 Hear in confusion, pass through ages,
 In an instant's space, enlightenment.

V. In One's Own Body to Have the Trikaya Three Bodies of a Single Substance:

According to the Platform Sutra of the Sixth Patriarch's Dharma Treasure, the Sixth Patriarch, Hui-Neng, taught: "There are three bodies of a single substance, the self-nature of the Buddha, so that you may see the three bodies and become completely enlightened to your own self-nature." Good Knowing Advisors, the form-body is an inn; it cannot be returned to. The three bodies of the Buddha exist within the

self-nature of worldly people but, because they are confused, they do not see the nature within them and so, seek the three bodies of the Tathagata outside themselves. They do not see that the three bodies of the Buddha are within their own bodies. Listen to what I say, for it can cause you to see the three bodies of your own self-nature within your own body. The three bodies of the Buddha arise from your own self-nature and are not obtained from outside. What is the clear pure Dharma-body Buddha? The worldly person's nature is basically clear and pure and, the ten thousand dharmas are produced from it. The thought of evil produces evil actions and the thought of good produces good actions. Thus, all dharmas exist within self-nature. This is like the sky which is always clear, and the sun and moon which are always bright, so that if they are obscured by floating clouds, it is bright above the clouds and dark below them. But if the wind suddenly blows and scatters the clouds, there is brightness above and below, and the myriad forms appear. The worldly person's nature constantly drifts like those clouds in the sky. Good Knowing Advisors, intelligence is like the sun and wisdom is like the moon. Intelligence and wisdom are constantly bright but, if you are attached to external states, the floating clouds of false thought cover the self-nature so that it cannot shine. If you meet a Good Knowing Advisor, if you listen to the true and right Dharma and cast out your own confusion and falseness, then inside and out there will be penetrating brightness, and within the self-nature all the ten thousand dharmas will appear. That is how it is with those who see their own nature. It is called the clear, pure Dharma-body of the Buddha." Your own mind takes refuge with your self-nature: Good Knowing Advisors, when your own mind takes refuge with your self-nature, it takes refuge with the true Buddha. To take refuge is to rid your self-nature of ego-centered and unwholesome thoughts as well as jealousy, obsequiousness, deceitfulness, contempt, pride, conceit, and deviant views, and all other unwholesome tendencies whenever they arise. To take refuge is to be always aware of your own transgressions and never to speak of other people's good or bad traits. Always to be humble and polite is to have penetrated to the self-nature without any obstacle. That is taking refuge."

VI. To See Your Own Nature in Every Thought:

According to the Platform Sutra, Chapter Six, the Sixth Patriarch taught: “Good Knowing Advisors, the Dharma body of the Buddha is basically complete. To see your own nature in every thought is the Reward body of the Buddha. When the Reward body thinks and calculates, it is the Transformation body of the Buddha. Awaken and cultivate by your own efforts the merit and virtue of your self-nature. That is truly taking refuge. The skin and flesh of the physical body are like an inn to which you cannot return. Simply awaken to the three bodies of your self-nature and you will understand the self-nature Buddha. I have a verse without marks. If you can recite and memorize it, it will wipe away accumulated aeons of confusion and offenses as soon as the words are spoken. The verse runs:

A confused person will foster blessings, but not cultivate the Way
 And say, “To practice for the blessings is practice of the way.”
 While giving and making offerings bring blessings without limit,
 It is in the mind that the three evils have their origins.
 By seeking blessings, you may wish to obliterate offenses.
 But in the future, though you are blessed, offenses still remain.
 You ought to simply strike the evil conditions from your mind.
 By true repentance and reform within your own self-nature.
 A sudden awakening: the true repentance
 and reform of the Great Vehicle;
 You must cast out the deviant,
 and practice the right, to be without offense to study the Way,
 Always look within your own self-nature;
 You are then the same in kind and lineage as all Buddhas.
 Our Patriarch passed along only this Sudden Teaching,
 Wishing that all might see the nature and be of one substance.
 In the future if you wish to find the Dharma-body,
 Detach yourself from Dharma marks and Inwardly wash the mind.
 Strive to see it for yourself and do not waste your time,
 For when the final thought has stopped your life comes to an end.
 Enlightenment to the Great Vehicle you can see your nature;
 So reverently join your palms, and seek it with all your heart.

The Master said, “Good Knowing Advisors, all of you should take up this verse and cultivate according to it. If you see your nature at the

moment these words are spoken, even if we are a thousand miles apart you will always be by my side. If you do not awaken at the moment of speaking, then, though face to face, we are a thousand miles apart, so why did you bother to come from so far? Take care of yourselves and go well."

VII. Even Name and Described, Buddha-Nature Remains Without Name or Description:

One day the Sixth Patriarch addressed the assembly as follows: "I have a thing. It has no head or tail, no name or label, no back or front. Do you all know what it is?" Shen-Hui stepped forward and said, "It is the root source of all Buddhas, Shen-Hui's Buddha nature!" The Master said, "I just told you that it has no name or label, and you immediately call it the root-source of all Buddhas. Go and build a thatched hut over your head! You're nothing but a follower who pursues knowledge and interpretation." Shen-hui said, "Buddha-nature has neither name nor description, but because my master asked what it was, name and description are used. However, even name and described, it remains without name or description." The Master hit him three times with his staff. Then, the Sixth Ancestor continued to say, "No matter what I just said, in the future if this youngster heads a monastery, it will certainly bring forth fully realized disciples of our school." The the master dismissed the assembly. In the evening, Hui-neng called Shen-hui in and asked, "Today I struck you. Was it you or Buddha-nature that felt the blow?" When confronted with this question, Shen-hui suddenly came to awakening.

VIII. The Setting Up of Marks Is Mind, Separation from Them Is Buddha:

Zen Master Fa-Hai Shao-Chou, a Chinese Zen master, one of the Sixth Patriarch Hui-Neng's disciples. We do have a lot of detailed documents on this Zen Master, i.e, the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume V, and the Platform Sutra; however, there is some interesting information on him in Platform Sutra. According to the Platform Sutra, Chapter Seven, when Bhikshu Fa-Hai of Ch'u-Ch'iang city in Shao-Chou. At first he called on the

Sixth Patriarch, he asked, “What teaching dharma will the High Master leave behind so that confused people can be led to see the Buddha-nature?” The Sixth Patriarch said: “The setting up of marks is mind, and separation from them is Buddha.” Then, Fa-Hai asked, “Will you please instruct me on the sentence, ‘Mind is Buddha’?” The Master said, “When one of preceding thoughts are not produced, this is mind.” Were I to explain it fully, I would not finish before the end of the present age.” Listen to my verse:

“When the mind is called wisdom,
Then the Buddha is called concentration.
When concentration and wisdom are equal.
The intellect is pure.
Understand this Dharma teaching
By practicing with your own nature.
The function is basically unproduced;
It is right to cultivate both.”

At these words, Fa-Hai was enlightened and spoke a verse in praise:

“This mind is basically Buddha;
By not understanding I disgrace myself.
I know the cause of concentration and wisdom
Is to cultivate both and separate myself from all things.”

(D-3B) The Sixth Patriarch Hui-Neng’ Methods of Cultivation of Meditation

I. Purposes of Meditation Practices in Buddhist Cultivation:

Yes, the ultimate aim of Buddhist meditation is to gain full enlightenment, self-mastery and complete mental health or Nirvana through the conquest of mental defilements. However, apart from this ultimate aim there are other advantages and benefits that can be derived through meditation. It can inspire us to discover our own intelligence, richness and natural dignity. Meditation can also stimulate the latent powers of the mind, aid clear thinking, deep understanding, mental balance and tranquility. It is a creative process which aims at converting the chaotic feelings and unwholesome thoughts into mental harmony and purity. If by meditation is meant mental discipline or

mind culture, it goes without saying that all should cultivate meditation irrespective of sex, color, creed or any other division. Modern society is in danger of being swamped by distractions and temptation which can only be controlled if we undertake the difficult task of steady training our minds. All of us should wake up to the fact that we need to work with our life, we need to practice Zen. We have to see through the mirage that there is an "I" that is separating from our "Original Nature". Our cultivation is to close the gap. Only in that instant when we and the object become one can we see what our life is.

Perhaps everyone of us finds life difficult, perplexing, and oppressive. Even when everything goes well for some time, we still worry that it probably will not keep on that way. This is the very reason for all of us to practice Zen. Speaking of Zen, why do we have to practice Zen? We often hear about 'Samadhi', that is a 'Ch'an' method of meditation to pacify the mind. When the mind is pacified, it is unperturbed, and we attain the one-pointedness of mind. The purpose of Zen is to dissolve our accumulated 'thought-mass'. What is finally left in us is just the real self and eventually we enter into the world of the selfless. And if we do not stop there, if we do not think about this realm or cling to it, we will continue in our practice until we become one with the Absolute. Then, is Zen method different from any other methods in Buddhism? While reciting the sutra, reading the mantras, and practicing Buddha Recitation, we are sitting still and fixing our mind in reciting the sutra, reading the mantras, and practicing Buddha Recitation. Thus, when practicing reciting the sutra, reading the mantras, and practicing Buddha Recitation, we may have accomplished controlling the body, speech and mind if we want to stop our mind from wandering about. In the same manner, when practicing meditation, may also have accomplished controlling the body, speech and mind if we want to stop our mind from wandering about. It is really difficult to control the mind; however, if we can halt our body and speech still, we earn some merits. If we want to get the highest level of all merits, we have to control our mind. The main purpose of a Zen practitioner is the search for truth, the search for awakening. On our journey, if we move one step, we are one step closer to the truth, one step closer to awakening. The Buddha is the Awakened, so learning the Buddha's teachings is learning about his methods of awakening. Thus, on the

way to enlightenment, the more we move forward, the closer we come to awakening.

Meditation and contemplation mean practice to obtain the seeing which goes beyond what is ordinary, clear vision. It is not surface seeing or skimming, not seeing mere appearance, but seeing things as they really are. This means seeing everything in terms of the three characteristics, the signs of all phenomenal existence: impermanence, suffering, and egolessness. It is this insight meditation, with calm concentration of mind as its basis, that enables the practitioner to purge his mind of all defilements, to remove ego-illusion, to see reality, and to experience Nirvana. The ultimate purpose of meditation is to eradicate mental impurities from our mind altogether. Before that stage, there are benefits of tranquillity, peace of mind and the ability to accept things as they come. Meditation helps us to see things as they truly are, not as they appear to be. Things appear to be permanent, desirable and substantial, but actually they are not. When we practice meditation, we will see for ourselves the arising and disappearing of mental and physical phenomena. And we will have a clearer comprehension of what is going on in our mind and body. We will be able to accept things as they come to us with less agitation and deal with situations in a more positive way. Yes, the ultimate aim of Buddhist meditation is to gain full enlightenment, self-mastery and complete mental health or Nirvana through the conquest of mental defilements. However, apart from this ultimate aim there are other advantages and benefits that can be derived through meditation. It can inspire us to discover our own intelligence, richness and natural dignity. Meditation can also stimulate the latent powers of the mind, aid clear thinking, deep understanding, mental balance and tranquility. It is a creative process which aims at converting the chaotic feelings and unwholesome thoughts into mental harmony and purity. Therefore, if we wait until we sit down and compose ourselves to practice meditation for a couple of hours, then what happens to the other hours of our day? Saying that sitting meditation is Zen, we really destroy the true concept of Zen. If we know how to practice meditation, we will certainly make good use of our whole day. In order for us to do this, we should devote our day to Zen while accomplishing our daily tasks.

II. Cultivation of Meditation Takes Concentration and Wisdom as Its Foundation:

According to the Jewel Platform Sutra, the Fourth Chapter, Chapter of Concentration & Wisdom, the Sixth Patriarch Hui-Neng instructed the assembly: “Good Knowing Advisors, this Dharma-door of mine has concentration and wisdom as its foundation. Great assembly, do not be confused and say that concentration and wisdom are different. Concentration and wisdom are one substance, not two. Concentration is the substance of wisdom, and wisdom is the function of concentration. Where there is wisdom, concentration is in the wisdom. Where there is concentration, wisdom is in the concentration. If you understand this principle, you understand the balanced study of concentration and wisdom. Students of the Way, do not say that first there is concentration, which produces wisdom, or that first there is wisdom, which produces concentration: do not say that the two are different. To hold this view implies a duality of dharma. If your speech is good, but your mind is not, then concentration and wisdom are useless because they are not equal. If mind and speech are both good, the inner and outer are alike, and concentration and wisdom are equal. Self-enlightenment, cultivation, and practice are not a matter for debate. If you debate which comes first, then you are similar to a confused man who does not cut off ideas of victory and defeat, but magnifies the notion of self and dharmas, and does not disassociate himself from the four marks.

Good Knowing Advisors, what are concentration and wisdom like? They are like a lamp and its light. With the lamp, there is light. Without the lamp, there is darkness. The lamp is the substance of the light and the light is the function of the lamp. Although there are two names, there is one fundamental substance. The dharma of concentration and wisdom is also thus.” The Master instructed the assembly: “Good Knowing Advisors, the Single Conduct Samadhi is the constant practice of maintaining a direct, straightforward mind in all places, whether one is walking, standing, sitting or lying down. As the Vimalakirti Sutra says, ‘The straight mind is the Bodhimandala; the straight mind is the Pure Land.’ Do not speak of straightness with the mouth only, while the mind and practice are crooked nor speak of the Single Conduct Samadhi without maintaining a straight mind. Simply practice keeping

a straight mind and have no attachment to any dharma. The confused person is attached to the marks of dharmas, while holding to the Single Conduct Samadhi and saying, 'I sit unmoving and falseness does not arise in my mind. That is the Single Conduct Samadhi.' Such an interpretation serves to make him insensate and obstructs the causes and conditions for attaining the Way. Good Knowing Advisors, the Way must penetrate and flow. How can it be impeded? If the mind does not dwell in dharmas, the way will penetrate and flow. The mind that dwells in dharmas is in self-bondage. To say that sitting unmoving is correct is to be like Sariputra who sat quietly in the forest but was scolded by Vimalakirti. Good Knowing Advisors, there are those who teach people to sit looking at the mind and contemplating stillness, without moving or arising. They claimed that it has merit. Confused men, not understanding, easily become attached and go insane. There are many such people. Therefore, you should know that teaching of this kind is a greater error."

The Master instructed the assembly: "Good Knowing Advisors, the right teaching is basically without a division into 'sudden' and 'gradual.' People's natures themselves are sharp or dull. When the confused person who gradually cultivates and the enlightened person who suddenly connects each recognize the original mind and see the original nature, they are no different. Therefore, the terms sudden and gradual are shown to be false names. Good Knowing Advisors, this Dharma-door of mine, from the past onwards, has been established the first with no-thought as its doctrine, no-mark as its substance, and no-dwelling as its basis. No-mark means to be apart from marks while in the midst of marks. No-thought means to be without thought while in the midst of thought. No-dwelling is the basic nature of human beings. In the world of good and evil, attractiveness and ugliness, friendliness and hostility, when faced with language which is offensive, critical, or argumentative, you should treat it all as empty and have no thought of revenge. In every thought, do not think of former states. If past, present, and future thoughts succeed one another without interruption, it is bondage. Not to dwell in dharmas from thought to thought is to be free from bondage. That is to take no-dwelling as the basis. Good Knowing Advisors, to be separate from all outward marks is called 'no-mark.' The ability to be separate from marks is the purity of the

Dharma's substance. It is to take no-mark as the substance. Good Knowing Advisors, the non-defilement of the mind in all states is called 'no-thought.' In your thoughts you should always be separate from states; do not give rise to thought about them. If you merely do not think of hundred things, and so completely rid yourself of thought, then as the last thought ceases, you die and undergo rebirth in another place. That is a great mistake, of which students of the Way should take heed. To misinterpret the Dharma and make a mistake yourself might be acceptable but to exhort others to do the same is unacceptable. In your own confusion you do not see, and, moreover, you slander the Buddha's Sutras. Therefore, no-thought is to be established as the doctrine. Good Knowing Advisors, why is no-thought established as the doctrine? Because there are confused people who speak of seeing their own nature, and yet they produce thought with regard to states. Their thoughts cause deviant views to arise, and from that, all defilement and false thinking are created. Originally, not one single dharma can be obtained in the self-nature. If there is something to attain, or false talk of misfortune and blessing, that is just defilement and deviant views. Therefore, this Dharma-door establishes no-thought as its doctrine. Good Knowing Advisors, 'No' means no what? 'Thought' means thought of what? 'No' means two marks, no thought of defilement. 'Thought' means thought of the original nature of True Suchness. True Suchness is the substance of thought and thought is the function of True Suchness. The True Suchness self-nature gives rise to thought. It is not the eye, ear, nose, or tongue which can think. The True Suchness possesses a nature and therefore gives rise to thought. Without True Suchness, the eye, ear, forms, and sounds immediately go bad. Good Knowing Advisors, the True Suchness self-nature gives rise to thought, and the six faculties, although they see, hear, feel, and know, are not defiled by the ten thousand states. Your true nature is eternally independent. Therefore, the Vimalakirti Sutra says, "If one is well able to discriminate all dharma marks, then, in the primary meaning, one does not move."

III. The Door of Sitting in Meditation Consists Fundamentally of Attaching Oneself Neither to the Mind Nor to Purity; It Is Not Non-Movement:

According to the Jewel Platform Sutra, the Fifth Chapter, Chapter of Sitting in Meditation, the Sixth Patriarch Hui-Neng instructed the assembly: The Master instructed the assembly: “The door of sitting in Ch’an consists fundamentally of attaching oneself neither to the mind nor to purity; it is not non-movement. One might speak of becoming attached to the mind, and yet the mind is fundamentally false. You should know that the mind is like an illusion and, therefore, there is nothing to which you can become attached. One might say that to practice Ch’an is to attach oneself to purity, yet the nature of people is basically pure. It is because of false thinking that the True Suchness is obscured. Simply have no false thinking, and the nature will be pure of itself. If attachment to purity arises in your mind, a deluded idea of purity will result. What is delusory does not exist, and the attachment is false. Purity has no form or mark and yet there are those who set up the mark of purity as an achievement. Those with this view obstruct their own original nature and become bound by purity.” Good Knowing Advisors, one who cultivates non-movement does not notice whether other people are right or wrong, good or bad, or whether they have other faults. That is the non-movement of the self-nature. Good Knowing Advisors, although the body of the confused person may not move, as soon as he opens his mouth he speaks of what is right and wrong about others, of their good points and shortcomings and so, he turns his back on the way. Attachment to the mind and attachment to purity are obstructions to the Way.” The Master also instructed the assembly, “Good Knowing Advisors, what is meant by ‘sitting in Ch’an?’ In this obstructed and unimpeded Dharma-door, the mind’s thoughts do not arise with respect to any good or evil external state. That is what ‘sitting’ is. To see the unmoving self-nature inwardly is Ch’an. Good Knowing Advisors, what is meant by Ch’an concentration? Being separate from external mark is ‘Ch’an.’ Not being confused inwardly is ‘concentration.’ If you become attached to external marks, your mind will be confused inwardly. If you are separate from external marks, inwardly your mind will be unconfused. The original nature is naturally pure, in a natural state of concentration.

Confusion arises merely because states are seen and attended to. If the mind remains unconfused when any state is encountered, that is true concentration. Good Knowing Advisors, being separate from all external marks is Ch'an and being inwardly unconfused is concentration. External Ch'an and inward concentration are Ch'an concentration. The Vimalakirti Sutra says, 'Just then, suddenly return and regain the original mind.' The Bodhisattva-Sila Sutra says, 'Our basic nature is pure of itself.' Good Knowing Advisors, in every thought, see your own clear and pure original nature. Cultivate, practice, realize the Buddha Way."

IV. Different Important Meanings Between Shen-Hsiu's Teaching and That of Hui-Neng:

Hung-Jen was a great Zen Master, and had many capable followers, but Hui-Neng and Shen-Hsiu stood far above the rest. During that time Zen came to be divided into two schools, the Northern and Southern. When we understand Shen-Hsiu and what was taught by him, it will be easier to understand Hui-Neng. Unfortunately, however, we are not in possession of much of the teaching of Shen-Hsiu, for the fact that this School failed to prosper against its competitor led to the disappearance of its literature. The Teaching of the Five Means by the Northern School, one of the preserved writings of the Northern School, which is incomplete and imperfect in meaning, and not written by Shen-Hsiu. They were notes taken by his disciples of the Master's lectures. Here the word "Means" or method, upaya in Sanskrit, is not apparently used in any special sense, and the five means are five heads of reference to the Mahayana Sutras as to the teaching in the Northern School. The Northern School teaches that all beings are originally endowed with Enlightenment, just as it is the nature of a mirror to illuminate. When the passions veil the mirror, it is invisible, as thought obscured with dust. If, according to the instructions of Shen-Hsiu, erroneous thoughts are subdued and annihilated, they cease to rise. The the mind is enlightened as to its own nature, leaving nothing unknown. It is like brushing the mirror. When there is no more dust the mirror shines out, leaving nothing unilluminated. The Northern school placed great value on the study and intellectual penetration of the scriptures of Buddhism, especially the Lankavatara Sutra, and held the

view that enlightenment is reached 'gradually' through slow progress on the path of meditative training. As Shen-hsiu's gatha suggests, he viewed awakening as something acquired gradually, comparable to the process of burnishing a metal surface so that it slowly reflects a clearer and sharper image. Hui-neng's school, on the other hand, insisted that true awakening necessarily occurred suddenly and immediately. Although there may be activity leading up to that experience, the experience itself comes all at once. The Southern School might compare the process to chipping away at a stone barrier. While it could take a long while to pierce the barrier, but once one does, the whole view on the other side becomes visible immediately. The Southern stresses the 'suddenness' of the enlightenment experience and the primacy of direct insight into the true nature of existence over occupation with conceptual affirmations about this. This dust-wiping attitude of Shen-Hsiu and his followers inevitably leads to the quietistic method of meditation, and it was indeed the method which they recommended. They taught the entering into a samadhi by means of concentration, and the purifying of the mind by making it dwell on one thought. They further taught that by awakening of thoughts an objective world was illumined, and that when they were folded up an inner world was perceived. And because of its emphasis on gradual "polishing," Shen-hsiu's school not only advocated prolonged periods of meditation, but it also promoted sutra study and chanting as well as other ritual activities that Southern School did not value as highly. Although both the Northern School and the Southern School focused on meditation, but the Southern School also recognized that the enlightenment experience could be acquired as Hui-neng had acquired it during activities as mundane as chopping and hauling wood in the forest. The disagreement between Shen-Hsiu's teaching of Zen and that of Hui Neng is due to Shen-Hsiu's holding the view that Dhyana is to be practiced first and that it is only after its attainment that Prajna is awakened. But according to Hui-Neng's view, the very moment Dhyana and Prajna are present at the same time. Dhyana and Prajna are the same for according to the Nirvana Sutra, when there is more of Dhyana and less of Prajna, this helps the growth of ignorance; when there is more of Prajna and less of Dhyana, this helps the growth of false views; but when Dhyana and Prajna are the same, this is called

seeing into the Buddha-nature. Therefore, in his preachings, Hui-Neng always tried to prove his idea of oneness: “O good friends, in my teaching what is most fundamental is Dhyana and Prajna. And, friends, do not be deceived and let to thinking that Dhyana and Prajna are separable. They are one, and not two. Dhyana is the Body of Prajna, and Prajna is the Use of Dhyana. When Prajna is taken up, Dhyana is in Prajna; when Dhyana is taken up, Prajna is in it. When this is understood, Dhyana and Prajna go hand in hand in practice of meditation. O followers of truth, do not say that Dhyana is first attained and then Prajna awakened, or that Prajna is first attained and the Dhyana awakened; for they are separate. Those who advocate this view make a duality of the Dharma; they are those who affirm with the mouth and negate in the heart. They regard Dhyana as distinct from Prajna. But with those whose mouth and heart are in agreement, the inner and the outer are one, and Dhyana and Prajna are regarded as equal.” Hui-Neng further illustrates the idea of this oneness by the relation between the lamp and its light. He says: “It is like the lamp and its light. As there is a lamp, there is light; if no lamp, no light. The lamp is the Body of the light, and the light is the Use of the lamp. They are differently designated, but in substance they are one. The relation between Dhyana and Prajna is to be understood in like manner.” We can see Shen-Hui’s view on the oneness in his Sayings as follows: “Where no thoughts are awakened, and emptiness and nowhere-ness prevails, this is right Dhyana. When this non-awakening of thought, emptiness, and nowhere-ness suffer themselves to be the object of perception, there is right Prajna. Where this mystery takes place, we say that Dhyana, taken up by itself, is the Body of Prajna, and is not distinct from Prajna, and is Prajna itself; and further, that Prajna, taken up by itself, is the Use of Dhyana, and is not distinct from Dhyana, and is Dhyana itself. Indeed, when Dhyana is to be taken up by itself, there is no Dhyana; when Prajna is to be taken up by itself, there is no Prajna. Why? Because Self-nature is suchness, and this is what is meant by the oneness of Dhyana and Prajna.”

(E) Zen Theories & Practices of the Lin Chi Zen School Based on Zen Methods from the Pioneer Patriarchs After the Sixth Patriarch Hui-Neng to the Founding Patriarch Lin-Chi I Hsuan

(E-1) Zen Theories & Practices in the Mahayana Zen & the Patriarchal Zen

An Overview of Zen Practice in the Traditions of The Mahayana Zen: The practice of religion through the mystic trance. Zen practice is not a subject that uninitiated scholars can deal with competently through intellection or formal pedantry. Only those who have had the self-experience can discuss this topic with authoritative intimacy. Therefore, it would be impossible to practice correct methods of Zen if one would not follow the advice of the accomplished Zen Masters, not to reflect on their life-stories; stories that abound with accounts of the actual experience gained during their struggles in Zen. The discourses and autobiographies of these Masters have proved, in past centuries, to be invaluable documents for Zen students, and they are accepted and cherished by all Zen seekers from all over the world as infallible guides and companions on the journey towards Enlightenment.

Zen Practice in the Traditions of the Mahayana Zen in the Point of View of Some Zen Masters: Zen practitioners of the Mahayana Zen should always remember that Meditation is not a state of self-suggestion. Enlightenment does not consist in producing a certain premeditated condition by intensely thinking of it. Meditation is the growing conscious of a new power in the mind, which enabled it to judge things from a new point of view. The cultivation of Zen consists in upsetting the existing artificially constructed framework once for all and in remodelling it on an entirely new basis. The older frame is call 'ignorance' and the new one 'enlightenment.' It is evident that no products of our relative consciousness or intelligent faculty can play any part in Zen. Buddhists practise meditation for mind-training and self-discipline by looking within ourselves. To meditate is to try to understand the nature of the mind and to use it effectively in daily life.

The mind is the key to happiness, and also the key to sufferings. To practice meditation daily will help free the mind from bondage to any thought-fetters, defilements, as well as distractions in daily life, in order to see the truth. Practicing meditation is the most direct way to reach enlightenment. According to Charlotte Joko Beck in 'Nothing Special', Zen practice is sometimes called the way of transformation. Many who enter Zen practice, however, are merely seeking incremental change: "I want to be happier." "I want to be less anxious." We hope that Zen practice will bring us these feelings. But if we are transformed, our life shifts to an entirely new basis. It's as if anything can happen, a rosebush transformed into a lily, or a person with a rough, abrasive nature and bad temper transformed into a gentle person. Cosmetic surgery won't do it. True transformation implies that even the aim of the "I" that wants to be happy is transformed. For example, suppose I see myself as a person who is basically depressed or fearful or whatever. Transformation isn't merely that I deal with what I call my depression; it means that the "I," the whole individual, the whole syndrome that I call "I," is transformed. This is a very different view of practice than is held by most Zen students. We don't like to approach practice in this way because it means that if we want to genuinely joyful, we have to be willing to be anything. We have to be open to the transformation that life wants us to go through... We think we're going to be wonderful new versions of who we are now. Yet true transformation means that maybe the next step is to be a bag lady. "Focusing on something called 'Zen practice' is not necessary. If from morning to night we just took care of one thing after another, thoroughly and completely and without accompanying thoughts, such as 'I'm a good person for doing this' or 'Isn't it wonderful, that I can take care of everything?', then that would be sufficient." According to Zen Master in The Compass of Zen, Zen does not explain anything. Zen does not analyze anything. It merely points back directly to our mind so that we can wake up and become Buddha. A long time ago, someone once asked a great Zen master, "Is attaining our true self very difficult?" The Zen master replied, "Yah, very difficult!" Later someone else asked the same Zen master, "Is attaining our true self very easy?" The Zen master replied, "Yah, very easy!" Someone later asked him, "How is Zen practice? Very difficult or easy?" The Zen

master replied, "When you drink water, you understand by yourself whether it is hot or cold."

The Postures and Readiness in Practices of the Mahayana Zen:

When a man wishes to practice meditation, let him retire into a quiet room where he prepares a thickly wadded cushion for his seat, with his dress and belt loosely adjusted about his body. He then assumes his relatively proper posture. That is to say, he sits with his legs fully crossed by placing the right foot over the the left thigh and the left foot over the right thigh. Sometimes the half-cross-legged posture is permitted, in which case simply let the left leg rest over the right thigh. Next, he places the right hand over the left leg with its palm up over this rest left hand, while the thumbs press against each other over the palm. He now raised the whole body slowly and quietly, turns the upper body repeatedly to the left and to the right, then moves the upper body backward and forward, until the proper seat and straight posture is assured. He will take care not to lean too much on one side, either left or right, forward or backward; his spinal column stands erect with his head, shoulders, bach, and loins each properly supporting the others like a stupa (or a chaitya). But he is advised to be cautious not to sit too upright or rigidly, for he will then begin to feel uneasy before long. The main point for the sitter is to have his ears and shoulders, nose and navel stand to each other in one vertical plane, while his tongue rests against his upper palate and his lips and teeth are firmly closed. Let his eyes be slightly opened in order to avoid falling asleep. When meditation advances the wisdom of this practice will grow apparent. Great masters of meditation from old days have their eyes kept open. When this position is steadied and the breathing regular the sitter may now assume a somewhat relaxed attitude. Let him not be concerned with ideas good or bad. Let him concentrate himself on the koan, which is to think the unthinkable by going beyond the realm of thought. When the exercise is kept up persistently for a sufficient space of time, disturbing thoughts will naturally cease to assert themselves and there will prevail a state of oneness, which is however not to be understood conceptually.

Zen Theories & Practices in the Patriarchal Zen: The Patriarchal Zen Is Still Mythical: The history of Zen is mythical. It is said that one day Brahma came to the Buddha who was residing at the Vulture Peak,

offered a Kumbhala flower, and requested him to preach the Law. The Buddha ascended the Lion seat and taking that flower touched it with his fingers without saying a word. No one in the assembly could understand the meaning. The venerable Mahakasyapa alone smiled with joy. The world-Honoured One said: "The doctrine of the Eye of the True Law is hereby entrusted to you, Oh Mahakasyapa! Accept and hand it down to posterity." Once when Ananda asked Mahakasyapa what the Buddha's transmission was, Mahakasyapa said: "Go and take the banner-stick down!" Ananda understood him at once. Thus, the mind-sign was handed down successively. The teaching was called the 'school of the Buddha-mind.' *The Patriarchal Follows Neither Science Nor Philosophy*: According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, the meditation of the patriarchal Zen was not an analytical like science, nor was it a synthetical method like philosophy. It was a method of thinking without ordinary thinking, transcending all methods of logical argument. To think without any method of thinking is to give opportunity for the awakening of the intuitional knowledge or wisdom. All methods of meditation as taught by Hinayana, by Yogacara (quasi-Mahayana), by the abrupt method of calmness and insight (samathavipasyana) of T'ien-T'ai, or by the mystical yoga of Shingon can be used if the aspirant likes, but are in no way necessary. The ideas peculiar to Zen may be summarized as follows: "from mind to mind it was transmitted, not expressed in words or written in letters; it was a special transmission apart from the sacred teaching. Directly point to the human mind, see one's real nature and become an enlightened Buddha." The idea was very well expressed in Hakuin's hymn on sitting and meditating: "All beings are fundamentally Buddhas; it is like ice (which represents our actual condition) and water (which represents an underlying Buddha-nature); without water there will be no ice, etc. This very earth is the lotus-land and this body is Buddha."

(E-2) Zen Theories & Practices of the Lin Chi Zen School Based on Dharma-Talks from the Pioneer Patriarchs After the Sixth Patriarch Hui-Neng to the Founding Patriarch Lin-Chi I Hsuan

(E-2A) An Overview of Pioneer Patriarchs of the Lin Chi Zen School

Talking on pioneer patriarchs of the Lin Chi Zen School, we'd better start from Zen master Huai Jang. Zen master Huai Jang, the Sixth Patriarch Hui Neng's Dharma Heirs. He was the founding patriarch of the Huai Jang's Zen Branch which belonged to the The Sixth Patriarch Hui Neng's Southern Zen School, and the Seventh Generation After the First Patriarch Bodhidharma. One of Zen Master Nan-yueh Huai-jang's first major dharma heirs was Zen master Ma-tsu Tao-i belonged to the The Sixth Patriarch Hui Neng's Southern Zen School, and the Eighth Generation After the First Patriarch Bodhidharma. Zen Master Ma-tsu Tao-i's dharma heir was Zen master Pai-chang-Huai-hai belonged to the The Sixth Patriarch Hui Neng's Southern Zen School, and the Ninth Generation after the First Patriarch Bodhidharma. Among the dharma heirs of Zen master Huai Hai, Zen master Huang Po Hsi Yun was the most outstanding because he was the master of Lin Chi, the founding patriarch of the Lin Chi Zen School. Zen master Lin-chi-I-hsuan, Zen Master Huang-po Hsi-yun 's Dharma Heir. He belonged to the The Sixth Patriarch Hui Neng's Southern Zen School, and the Eleventh Generation after the First Patriarch Bodhidharma. Zen master Lin-chi-I-hsuan was the founding patriarch of the Chinese Lin-Chi Zen Tsung.

(E-2B) Zen Theories & Practices of the Lin Chi Zen School Based on Dharma-Talks from the Pioneer Patriarchs After the Sixth Patriarch Hui-Neng to the Founding Patriarch Lin-Chi I Hsuan

I. Zen Master Nan-Yueh Huai-Jang's Dharma Talks:

Zen master Huai Jang was the founding patriarch of the Huai Jang's Zen Branch. He was the Sixth Patriarch Hui Neng's Dharma Heirs; and he belonged to the The Sixth Patriarch Hui Neng's Southern Zen School, and the Seventh Generation After the First Patriarch Bodhidharma. Zen Master Nan-Yueh-Huai-Jang, name of a Chinese Zen monk in the eighth century. We do not have detailed documents on this Zen Master; however, there is some interesting information on him in The Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume V: Nan-Yueh was born in 677 A.D. in Jing-Chou, one of the famous Zen masters during the T'ang dynasty. He was the great disciple of the Sixth Patriarch; and he was Lin Chi's master. In his whole life of teaching, Zen master Nan Yueh handed down to later generations the particularly living truth of sayings relating to Zen of the Patriarchs and the ancient masters of the Zen tradition. Such sayings have been readily cited later by Zen masters in their presentation of Zen realization.

Nan Yueh "Grinding a Piece of Tile on a Rock": The koan about the potentiality and conditions of questions and answers regarding Zen master Nan Yueh (677-744) opened up the intelligence and brought enlightenment to Ma-tsu Tao-i (709-788). According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume V, during the Kai-Yuan era of the T'ang dynasty (713-741) there was a novice monk called Ma-Tsu T'ao-Yi who constantly practice Zen meditation upon Mount Heng. Nan-Yueh knew that T'ao-Yi was a great vessel for the Dharma, and once walked up to him and said: "What does your Worthiness intend to do by sitting in meditation?" Ma-Tsu said: "I intend to become a Buddha." Nan-Yueh then picked up a piece of tile from the ground and began grinding on a rock. T'ao-Yi then asked: "What are you trying to make by grinding that?" Nan-Yueh said: "I'm grinding it to make a mirror." T'ao-Yi said: "How can you make a

mirror by grinding a tile on a rock?" Nan-Yueh said: "If you can't make a mirror by grinding a tile on a rock, how can you become a Buddha by sitting in meditation?" T'ao-Yi said: "What is the correct way?" Nan-Yueh said: "It can be compared to an ox pulling a cart. If the cart doesn't move, do you strike the cart or strike the ox?" T'ao-Yi didn't answer. Nan-Yueh then said: "Are you sitting in order to practice Zen, or are you sitting to be a Buddha? If you're sitting to practice Zen, then know that Zen is not found in sitting or lying down. If you're sitting to become a Buddha, then know that Buddha has no fixed form. With respect to the constantly changing world, you should neither grasp it nor reject it. If you sit to become a Buddha, you kill Buddha. If you grasp sitting form then you have not yet reached the meaning." When T'ao-Yi heard this instruction, it was as though he had drunk sweet nectar. He bowed and asked: "How can one cultivate mind to be in accord with formless samadhi?" Nan-Yueh said: "You're studying the Dharma gate of mind-ground, and this activity is like planting seeds there. The essential Dharma of which I speak may be likened to the rain that falls upon the seeded ground. In this same manner your auspicious karmic conditions will allow you to perceive the Way." T'ao-Yi then asked: "The Way is without color or form. How can one perceive it?" Nan-Yueh said: "The Dharma eye of mind-ground can perceive the true way. The formless samadhi is likewise perceived." T'ao-Yi then asked: "Does it have good and bad, or not?" Nan-Yueh said: "If the Way is seen in the aggregation and disintegration of good and bad, then it is not the way. Listen to this verse:

"The mind-ground fully sown,
When moisture comes, all seeds sprout
The formless flower of samadhi,
How can it be bad or good?"

At these words T'ao-Yi experienced great enlightenment and unsurpassed realization.

Nan Yueh "An Image Is Reflected in a Mirror": The koan about the potentiality and conditions of questions and answers between Zen master Nan Yueh (677-744) and a monk. According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume V, a great worthy one asked Nan-Yueh: "If an image is reflected in a mirror, where does the light of the image go when it's no longer observed?"

Nan-Yueh said: "It's similar to remembering when Your Worthiness was a child. Where has your childlike appearance gone now? The worthy one asked: "But afterward, why does the image not remain?" Nan-Yueh said: "Although it is no longer reflected, it can be reproved even slightly."

Nan Yueh "To Say It's a Thing Misses the Mark.": The koan about the potentiality and conditions of questions and answers between the Sixth Patriarch, Hui Neng, and Zen master Nan Yueh (677-744). According to the Platform Sutra, Chapter Seven, and the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume V, Nan-Yueh came to Tsao-Xi to study with Hui-Neng. Hui-Neng said to Nan-Yueh: "Where did you come from?" Nan-Yueh said: "From Mount Song." Hui-Neng said: "What is it that thus come?" Nan-Yueh couldn't answer. After eight years, Nan-Yueh suddenly attained enlightenment. He informed the Sixth Patriarch of this, saying: "I have an understanding." The Sixth Patriarch said: "What is it?" Nan-Yueh said: "To say it's a thing misses the mark." The Sixth Patriarch said: "Then can it be made evident or not?" Nan-Yueh said: "I don't say it can't be made evident, but it can't be defiled." The Sixth Patriarch said: "Just this that is undefiled is what is upheld and sustained all Buddhas. You are thus. I am also thus. "Prajñadhara has foretold that from beneath your feet will come a horse which will trample to death everyone in the world. Bear this in mind but don't soon repeat it." Huai-Jang suddenly understood (experienced Great Enlightenment). Accordingly he waited upon the Master for fifteen years, daily penetrating more deeply into the profound and mysterious. He later went to Nan-Yao where he spread the Dhyana School.

II. Zen Master Ma-tsu Tao-i's Dharma Talks:

Zen master Ma-tsu Tao-i belonged to the The Sixth Patriarch Hui Neng's Southern Zen School, and the Eighth Generation After the First Patriarch Bodhidharma. Zen master Ma-tsu Tao-i was Zen Master Nan-yueh Huai-jang's First Dharma Heirs. In his whole life of teaching, Zen master Ma-tsu Tao-i handed down to later generations the particularly living truth of sayings relating to Zen of the Patriarchs and the ancient masters of the Zen tradition. Such sayings have been readily cited later by Zen masters in their presentation of Zen realization.

One Subjective Corresponds to One Objective: One subjective corresponds to one objective: Cờ is the subjective (fire), and Cánh is the objective (smoke). In the Pi-Yen-Lu, example 3, one device, one object; one word, one phrase - the intent is that you'll have a place to enter; still, this is gouging a wound in healthy flesh - it can become a nest or a den. The Great Function appears without abiding by fixed principles - the intent is that you'll realize there is something transcendental; it covers the sky and covers the earth, yet it cannot be grasped. This way will do, not this way will do too - this is too diffuse. This way won't do, not this way won't do either - this is too cut off. Without treading these two paths, what would be right? Also according to example 3 of the Pi-Yen-Lu, one day when the Great Master Ma was unwell, so the temple superintendent asked him: 'Teacher, how has your venerable health been in recent days?' The Great Master replied: 'Sun Face Buddha, Moon Face Buddha.' Till these days, many people say that Master Ma was teaching the superintendent that: 'It is here, the left eye is the Sun Face, and the right eye is the Moon Face.' As a matter of fact, it is not clear if Master Ma was intentionally teaching the superintendent or not; however, by saying this, we could have missed what Master Ma was about. Therefore, Zen practitioners should always remember that the single road of transcendence has not been transmitted by a thousand sages; we trouble ourselves with forms like monkeys grasping at reflections. The phrase 'Sun Face Buddha, Moon Face Buddha' is extremely difficult to see; even Zen master Hsueh-Tou finds it difficult to verify this. Zen practitioners should take a step back on our own and look before we try to find what Master Ma was about. However, before doing this, let's listen to Zen master Hsueh-Tou's advice through the image of his twenty years of diligent cultivation instead of spending time to find the meaning of this phrase.

A Deafening Cry Causes Everything to Stop and the Ear Cannot Hear for Three Days: A deafening cry causes everything to stop and the ear cannot hear for three days. The term indicates a complete elimination of all discriminations from deluded thoughts. According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume VI, on one occasion Pai-chang was in attendance to Master Ma-tsu. He saw the abbot's whisk sitting on its stand and said, "If someone uses this, can they also not use it?" Ma-tsu said, "In the future

if you travel to some other place, how will you help people?" Pai-chang picked up the whisk and held it upright. Ma-tsu said, "If you use it this way, what other way can it be used?" Pai-chang placed the whisk back on its stand. Ma-tsu suddenly let out an earth-shaking shout so loud that Pai-chang was deaf for three days.

"Sun Face Buddha, Moon Face Buddha": "Sun Face Buddha, Moon Face Buddha" is the third example in the Pi-Yen-Lu. Ma-tsu appears in examples 30 and 33 of the Wu-Men-Kuan and in examples 3, 53 and 57 of the Pi-Yen-Lu. We learn more about the mind of Chao-chou from these koans than from all historical data concerning his life and significance. Here, for instance, is example 3 of the Pi-Yen-Lu, regarding "Sun Face Buddha, Moon Face Buddha." One day when the Great Master Ma was unwell, so the temple superintendent asked him: "Teacher, how has your venerable health been in recent days?" The Great Master replied: 'Sun Face Buddha, Moon Face Buddha.' In other words, Zen master Ma-tsu wanted to say: "It will be odd if this old body is not carried to the graveyard within three days." The temple superintendent was nonplussed and did not know how to respond. Ma-tsu wanted to refer to a passage in one of the sutras, said: "Sun-faced Buddha. Moon-faced Buddha." The Sun-faced Buddha lives for one thousand eight hundred years. The Moon-faced Buddha lives only a single day and night. But whether one's lifetime is short or long, Buddha-nature is immeasurable. Till these days, many people say that Master Ma was teaching the superintendent that: 'It is here, the left eye is the Sun Face, and the right eye is the Moon Face.' As a matter of fact, it is not clear if Master Ma was intentionally teaching the superintendent or not; however, by saying this, we could have missed what Master Ma was about. Therefore, Zen practitioners should always remember that the single road of transcendence has not been transmitted by a thousand sages; we trouble ourselves with forms like monkeys grasping at reflections. The phrase 'Sun Face Buddha, Moon Face Buddha' is extremely difficult to see; even Zen master Hsueh-Tou finds it difficult to verify this. Zen practitioners should take a step back on our own and look before we try to find what Master Ma was about. However, before doing this, let's listen to Zen master Hsueh-Tou's advice through the image of his twenty years of diligent cultivation instead of spending time to find the meaning of this phrase.

How Lofty!: The koan about the potentiality and conditions of questions and answers between Zen master Ma Tsu Tao I and a monk. According to the Pi-Yen-Lu, example 3, one day when the Great Master Ma was unwell, so the temple superintendent asked him: "Teacher, how has your venerable health been in recent days?" The Great Master replied: "Sun Face Buddha, Moon Face Buddha." Till these days, many people say that Master Ma was teaching the superintendent that: "It is here, the left eye is the Sun Face, and the right eye is the Moon Face." As a matter of fact, it is not clear if Master Ma was intentionally teaching the superintendent or not; however, by saying this, we could have missed what Master Ma was about. For the ancients, one device, one object, one word, one phrase, the intent is that you'll have a place to enter; still, this is gouging a wound in healthy flesh; it can become a nest or a den. The Great Function appears without abiding by fixed principles; the intent is that you'll realize there is something transcendental; it covers the sky and covers the earth, yet it cannot be grasped. This way will do, not this way will do too; this is too diffuse. This way doesn't do, not this way don't do either; this is too cut off. Without treading these two paths, what would be right? Therefore, Zen practitioners should always remember that the single road of transcendence has not been transmitted by a thousand sages; we trouble ourselves with forms like monkeys grasping at reflections. The phrase 'Sun Face Buddha, Moon Face Buddha' is extremely difficult to see; even Zen master Hsueh-Tou finds it difficult to verify this. Zen practitioners should take a step back on our own and look before we try to find what Master Ma was about. However, before doing this, let's listen to Zen master Hsueh-Tou's advice through the image of his twenty years of diligent cultivation instead of spending time to find the meaning of this phrase.

Zen Is Practical, Commonplace, and Most Living: Whatever Zen may be, it is practical and commonplace and at the same time most living. According to Wudeng Huiyuan, volume III, Zen master Ma-tsu slapped the face of his questioner. And according to Wudeng Huiyuan, volume IV, T'ien-lung, who repeated what Zen master Chu-chih did a long time ago, wishing to show what Zen is, lifted one of his fingers. And also, according to Wudeng Huiyuan, volume VII, while Zen master Hsueh-fêng kicked a ball. If the inner truth that lies deep in us

is thus demonstrated, is not Zen the most practical and direct method of spiritual training ever resorted to by any religion? And is not this a unique and original one? Indeed, Zen cannot be anything else but original and creative because it refuses to deal with concepts but directly deals with living facts of life. When conceptually understood, the lifting of a finger is one of the most ordinary incidents in everybody's life. But when it is viewed from the Zen point of view it vibrates with divine meaning and creative vitality. So long as Zen can point out this truth in the midst of our conventional and concept-bound existence we must say that it has its reason of being. Moreover, Zen Master Ma-Tsu taught: "The Way does not require cultivation, just don't pollute it. What is pollution? As long as you have a fluctuating mind fabricating artificialities and contrivances, all of this is pollution. If you want to understand the Way directly, the normal mind is the Way. What I mean by the normal mind is the mind without artificiality, without subjective judgments, without grasping or rejection." One day, a monk told Chao-chou, "I have just entered the monastery. Please teach me." Chao-chou asked: "Have you eaten your rice porridge?" The monk replied: "I have eaten." Chao-chou said: "Then you had better wash your bowl!" At that moment the monk was enlightened.

Ma Tsu's Permutations of Assertion and Denial: According to example 73 of the Pi-Yen-Lu, a monk asked Grand Master Ma, "Please, teacher, going beyond the permutations of assertion and denial, directly point out to me the meaning of the coming from the West." Master Ma said, "I'm tired today and can't explain for you. Go ask Chih Tsang." When the monk asked Chih Tsang, Tsang said, "Why didn't you ask the Teacher?" The monk said, "The Teacher had me come here to ask you." Tsang said, "I have a headache today and can't explain for you. Go ask Elder Brother Hai." When the monk asked Elder Brother Hai (Pai Chang), Hai said, "At this point, after all, I don't understand." When the monk related this to Grand Master Ma, Master Ma said, "Tsang's head is white, Hai's head is black." According to Yuan-Wu in the Pi-Yen-Lu, in the old days when I studied with Chen Chueh in Ch'eng Tu in Szechuan, Chueh said of this case, "You just need to look at Ma Tsu's first line and you will naturally understand all at once." Tell me, did this monk understand when he asked, or did he ask not understanding? This question of his is undeniably profound and

far-reaching. As for going beyond the permutations of assertion and denial, the four basic propositions are: 'it exists,' 'it doesn't exist,' 'it neither exists nor doesn't exist,' and 'it both exists and doesn't exist.' When you depart from these four propositions, you cut off their hundred negations. But if you just occupy yourself making up theories, you won't recognize the point of the story; you'll be looking for your head without seeing it. If it had been me, I'd have waited until Ma Tsu had spoken, then unrolled my mat and bowed three times, to see how he would have responded. If I had been Ma Tsu at that time, when I saw this monk come up and ask, "Please, Teacher, going beyond the permutations of assertion and denial, directly point out to me the meaning of the coming from the West," I would have brought my staff down across his back and driven him out with blows, to see if he would awaken or not. Grand Master Ma just created complications for him. When this fellow was right in front of it and stumbled past missing it. Ma Tsu still directed him to go ask Chih Tsang. The monk really didn't know that Grand Master Ma Profoundly discerns oncoming winds. The monk went in ignorance to ask Chih Tsang. Tsang said, "Why didn't you ask the Teacher?" The monk said, "The Teacher had me come here to ask you." Watch this bit of his: when pressed, he immediately turns without wasting any more time. Chih Tsang said, "I have a headache today and can't explain for you. Go ask Elder Brother Hai." This monk went to ask Elder Brother Hai, who said, "At this point, after all, I don't understand." But say, why did one man say he had a headache and one man say he didn't understand? In the end, what's what? This monk then came back and related this to Grand Master Ma. The Master said, "Tsang's head is white, Hai's head is black." If you figure this by way of intellectual interpretation, then you would say that they were fooling the monk. Some say that it was all just buck-passing. Some say that all three knew the monk's question, and therefore they didn't answer. All such interpretations amount to clapping your hands over your eyes and putting poison into the excellent-flavored pure ghee of the Ancients. Thus, Ma Tsu said to Layman P'ang, "When you swallow all the water in West River in one gulp, then I'll explain to you." This is the same as the present case. If you can understand "Tsang's head is white, Hai's head is black," then you can understand this talk about West River's water. This monk took his load of

confusion and exchanged it for uneasiness: he went on troubling these three adepts, making them enter the mud and water. In the end this monk didn't catch a glimpse of it. Although it was like this throughout, nevertheless these three masters of our school were exposed by a board-carrying fellow. People these days just go to the words to make their living. They say that white refers to merging in brightness, while black refers to merging in darkness. Just occupying themselves with pursuing their calculations, such people are far from knowing that the ancient Ma Tsu cuts off their intellectual faculties with a single line. You must go to the true lifeline and look for yourself before you can gain firm accord. Therefore, Ma Tsu said, "With the last word you finally get to the impenetrable barrier." If you cut off the essential crossing place, you don't let profane or holy pass. If you discuss this matter, it's like having a sword pressing against your forehead; hesitate and you lose your body and your life. Again, it's said, "It's like hurling a sword into the sky; it's not a question of whether it reaches or not." Just go to the place of glistening clarity to understand. Haven't you heard of the Ancients saying, "You tub of lacquer!" or "Wild fox spirit!" or "Blind man!"? Tell me, is this the same as, or different from, a blow or a shout? If you know that the myriad differences and distinctions are all one, then naturally you will be able to take on opponents on all sides. Do you want to understand "Tsang's head is white, Hai's head is black"? My late teacher Wu Tsu said, "Mr. Dustsweeper."

The Identity of Mind and Buddha (Mind is Buddha): Ta-mei asked Ma-tsu, "What is Buddha?" Ma-tsu said, "This very mind is Buddha." According to Wu Men Hui-Kai in the Wu-Men-Kuan, if you can grasp this point directly, you wear Buddha's robes, eat Buddha's food, speak Buddha's words, take Buddha's role. That is, you yourself are Buddha. Ta-mei, however, misled quite a few people into trusting a broken scale. Don't you know you should rinse out your mouth for three days when you utter the name Buddha? If you are genuine, you'll run away holding your ears upon just hearing the words, "This very mind is Buddha."

Myriad Things But One Mind: Myriad things but one mind; all things as noumenal. According to the Sun Face Buddha (the Teachings of Ma-Tsu and the Hung-chou School of Ch'an), one day Zen master

Ma-Tsu entered the hall and preached the assembly: "Though the reflections of the moon are many, the real moon is only one. Though there are many springs of water, water has only one nature. There are myriad phenomena in the universe, but empty space is only one. There are many principles that are spoken of, but 'unobstructed wisdom' is only one. Whatever we established, it all comes from One Mind. Whether constructing or sweeping away, all is sublime function; all is oneself. There is no place to stand where one leaves the Truth. The very place one stands on is the Truth; it is all one's being. If that was not so then who is that? All dharmas are Buddha-dharmas and all dharmas are liberation. Liberation is identical with suchness: all dharmas never leave suchness. Whether walking, standing, sitting, or reclining, everything is always inconceivable function. The sutras say that the Buddha is everywhere."

III. Zen Master Pai-chang-Huai-hai's Dharma Talks:

Zen Master Pai-Chang-Huai-Hai, name of a Chinese Zen master in the ninth century. Zen master Pai-chang-Huai-hai, Zen Master Ma-tsu Tao-i's Dharma Heirs. Huai-hai belonged to the The Sixth Patriarch Hui Neng's Southern Zen School, and the Ninth Generation after the First Patriarch Bodhidharma. In his whole life of teaching, Zen master Pai-chang-Huai-hai handed down to later generations the particularly living truth of sayings relating to Zen of the Patriarchs and the ancient masters of the Zen tradition. Such sayings have been readily cited later by Zen masters in their presentation of Zen realization.

Pai-Chang and the Fox: In the same way that Nan-ch'uan came to be associated with the cat he cut in two, Pai-Chang came to be associated with a dead fox. He found it in a small cave in the mountains and, to the surprise of the monks, had it cremated with all the honors due a Zen monk. According to example 2 of the Wu-Men-Kuan, every day when Zen master Bai-Zhang spoke in the hall, there was an old man who would attend along with the assembly. One day when the congregation had departed, the old man remained. Bai-Zhang asked him: "Who are you?" The old man said: "I'm not a person. Formerly, during the age of Kasyapa Buddha, I was the abbot of a monastery on this mountain. At that time a student asked me: "Does a great adept fall into cause and effect?" I answered: "A great adept

does not fall into cause and effect.” Thereafter, for five hundred lifetimes I’ve been reborn in the body of a fox. Now I ask that the master say a turning phrase in my behalf, so that I can shed the fox’s body. Bai-Zhang said: “Ask the question.” The old man said: “Does a great adept fall into cause and effect or not?” Bai-Zhang said: “A great adept is not blind to cause and effect.” Upon hearing these words, the old man experienced unsurpassed enlightenment. He then said: “Now I have shed the body of a fox. I lived behind the mountain. Please provide funeral services for a monk who has died.” Bai-Zhang then instructed the temple director to tell the monks to assemble after the next meal for funeral services. The monks were all mystified by this, because there was no one who was ill in the temple infirmary, so how could this be? After the meal, Bai-Zhang instructed the monks to assemble beneath a grotto behind the mountain. He then brought out the body of a dead fox on his staff, and proceeded to cremate it according to established ritual. That evening, Pai-Chang took the high seat before his assembly and told the monks the whole story. Huang-Po stepped forward and said: “As you say, the old man missed the turning word and was reborn as a fox five hundred times. What if he had given the right answer each time he was asked a question; what would have happened then?” Pai-Chang said: “Just step up here closer, and I will tell you.” Huang-Po went up to Pai-Chang and slapped him in the face. Pai-Chang clapped his hands and laughed, saying, “I thought the Barbarian had a red beard, but here is a red-bearded Barbarian.” Zen practitioners should always remember the teaching of Zen master Pai-Chang “Not evading the law of cause and effect” on the path of cultivation of emancipation. The above story is one of the manners of Zen art that Zen master Pai-Chang utilized to illustrate a certain Buddhist teaching. According to Wu Men Hui-Kai in the Wu-Men-Kuan, “not falling under the law of cause and effect.” Why should this prompt five hundred lives as a fox? “Not evading the law of cause and effect.” Why should this prompt a return to human life? If you have the single eye of realization, you will appreciate how old Pai-chang lived five hundred lives as a fox as lives of grace.

Pai Chang's Wild Ducks: Example 53 of the Pi-Yen-Lu. Once the Great Master Ma and Pai Chang were walking together they saw some wild ducks fly by. The Great Master asked, “What is that?” Pai Chang

said, "Wild ducks." The Great Master said, "Where have they gone?" Pai Chang said, "They've flown away." The Great Master then twisted Pai Chang's nose. Pai Chang cried out in pain. The Great Master said, "When have they ever flown away?" According to Yuan-Wu in the Pi-Yen-Lu, if you observe this case with the correct eye, unexpectedly it's Pai Chang who has the correct basis, whereas Great Master Ma is creating waves where there is no wind. If all of you want to be teachers of Buddhas and Patriarchs, then study Pai Chang. If you want to be unable to save even yourselves, then study the Great Master Ma. Observe how those Ancients were never absent from Here, twenty-four hours a day. At a young age Pai Chang left behind the dusts of worldly life and became well versed in the three studies (discipline, meditation, and wisdom). When Ma Tsu known as Ta Chi was teaching at Nan Ch'ang, Pai Chang set his heart on joining him. For twenty years he served as Ma Tsu's attendant, until the time of his second calling (on Ma Tsu), when he was finally greatly enlightened at Ma Tsu's shout. But these days some say, "Where there is fundamentally no enlightenment, they construct the gate of 'enlightenment' and establish this affair." If you view it in this way, you are like a flea on a lion's body feeding itself on the lion's flesh. Haven't you seen where an Ancient said, "If the source is not deep, the stream is not long; if the wisdom is not great, the vision is not far-reaching." If you entertain the understanding that enlightenment is a construct, how could the Buddhist Teaching have come down to the present? Look: once when Great Master Ma and Pai Chang were walking together they saw some wild ducks fly by. How could the Great Master not have known they were wild ducks? Why did he nevertheless ask like this? Tell me, what does his meaning come down to? When Pai Chang merely followed up behind him, Ma Tsu then twisted his nose. Pai Chang cried out in pain and Ma Tsu said, "When have they ever flown away?" At this Pai Chang had insight. But these days some people misunderstand: as soon as they're questioned, they immediately make a cry of pain. Fortunately they can't leap out of it. When teachers of our school help people, they must make them penetrate through. You see that Pai Chang didn't understand, that he didn't avoid cutting his hand on the point. Ma Tsu just wanted to make him understand this matter. Thus it is said, "When you understand, then the conventional truth prevails." If

Ma Tsu hadn't twisted Pai Chang's nose at that time, the conventional truth would have prevailed. It's also necessary when encountering circumstances and meeting conditions to turn them around and return them to oneself; to have no gaps at any time is called "the ground of nature bright and clear." What's the use of one who just haunts the forests and fields, accepting what's ahead of an ass but behind a home? Observe how Ma Tsu and Pai Chang act this way; though they seem radiant and spiritual, nevertheless they don't remain in radiance and spirituality. Pai Chang cried out in pain; if you see it as such, then the whole world does not hide it, and it is perfectly manifest everywhere. Thus it is said, "Penetrate one place, and you penetrate a thousand places, ten thousand places all at once." When Ma Tsu went up to the hall the next day, as soon as the congregation had assembled, Pai Chang came forward and rolled up the bowing mat. Ma Tsu immediately left his seat. After he had returned to his abbot's quarters, he asked Pai Chang, "I had just gone up to the hall and had not yet preached; why did you roll up the mat right away?" Pai Chang said, "Yesterday I had my nose twisted by you, Teacher, and it hurt." Ma Tsu said, "Where were you keeping your mind yesterday?" Pai Chang said, "Today the nose no longer hurts." Ma Tsu said, "You have profound knowledge of Today's affair." Pai Chang then bowed and returned to the attendants' quarters, crying. One of his fellow attendants asked, "Why are you crying?" Pai Chang said, "Go ask our Master." The attendant then went to ask Ma Tsu. Tsu said, "Go ask Pai Chang." When the attendant returned to their quarters to ask Pai Chang, Chang laughed loudly. The attendant said, "You were just crying, now why are you laughing?" Pai Chang said, "I was crying before, now I'm laughing." Look at Pai Chang after his enlightenment; turning smoothly, he can't be trapped. Naturally he's sparkling clear on all sides.

Pai-Chang's Sitting Alone on Ta Hsiung Mountain: Example 26 of the Pi-Yen-Lu. A monk asked Pai Chang, "What's the extraordinary affair?" Pai Chang said, "Sitting alone on Ta Hsiung Mountain." The monk bowed; Pai Chang thereupon hit him. According to Yuan-Wu in the Pi-Yen-Lu, he has the eye to face situations and not heed danger or death. Thus, it is said, "How can you catch tiger cubs without entering the tiger's lair?" Pai Chang was ordinarily like a tiger with wings. Nor does this monk shun birth and death: he dares to grab the tiger's

whiskers and asks, "What's the extraordinary affair?" This monk too haseyes. Pai Chang immediately took up the burden with him saying, "Sitting alone on Ta Hsiung Mountain." The monk then bowed. Patchrobed monks must be able to discern the meaning before the question. This monk's bowing was not the same as ordinary bowing: he had to have eyes before he could do this. he didn't spill all his guts to others. Though they knew each other, they acted like they didn't. As for "A monk asked Pai Chang, 'What's the extraordinary affair?' Pai Chang said, 'Sitting alone on Ta Hsiung Mountain.' The monk bowed; then Pai Chang hit him": observe how when they let go, they both do so at once, and when they gather back, they wipe away the tracks and obliterate the traces. But say, when the monk bowed right then, what was his meaning? If you say it was good, then why and for what did Pai Chang then hit him? If you say it was no good, what was wrong about his bowing? When you get here, you must be able to tell right from wrong, distinguish initiate from outsider, and stand on the summits of a thousand peaks, to begin to understand. This monk's bowing was like grabbing the tiger's whiskers: he was just contending for a pivotal position. Fortunately, there's an eye on Pai Chang's forehead and a talisman behind his elbow, shining through the four quarters and profoundly discerning oncoming winds. Therefore, he immediately hit the monk. If it had been someone else, he wouldn't have been able to handle the monk. The monk met mind with mind, conveyed intention with intention: that is why he bowed. Nan Ch'uan said, "Last night at midnight, Manjusri and Samanthabhadra came up with views of Buddha and Dharma. I gave them each twenty blows and sentenced them to be hemmed in by twin iron mountains." At the time Chao Chou came forward and said, "Who should take your beating, Teacher?" Nan Ch'uan said, "Where was my fault?" Chao Chou bowed. Masters of our school do not idly observe how the other takes action. The moment they are in charge of the situation and bring it into play, they are naturally leaping with life. My late teacher Wu Tsu would often say, "It's like coming to grips in the front lines." I'm always telling you simply to cut off seeing and hearing, form and sound, all at once, then you'll be able to hold fast and act with mastery. Only then will you see Pai Chang and that monk.

Pai Chang Questions Yun Yen: According to example 72 of the Pi-Yen-Lu, Pai Chang also asked Yun Yen, "With your throat, mouth, and lips shut, how will you speak?" Yun Yen said, "Teacher, do you have any way to speak or not?" Pai Chang said, "I have lost my descendants." According to Yuan-Wu in the Pi-Yen-Lu, Yun Yen was an attendant for twenty years at Pai Chang. Later he went along with Tao Wu to Yao Shan. Yao Shan asked him, "When you were in Pai Chang's congregation, what was your purpose?" Yun Yen said, "To escape birth and death." Yao Shan said, "Have you escaped yet or not?" Yun Yen said, "There's no birth and death for this one." Yao Shan said, "Twenty years at Pai Chang and your force of habit still hasn't been cleared away yet." Yun Yen took his leave and went to see Nan Ch'uan. Later he returned to Yao Shan and at last understood and was enlightened. Look how the ancient man Yun Yen studied and investigated for twenty years and still was half green and half yellow (unripe). He stuck to his skin and clung to his bones, and couldn't break through. He was indeed this way; in fact, ahead he didn't reach the village, behind he didn't get to the shop. Haven't you heard it said: "If your words do not leave the old clichés, how will you be able to get out of what covers and binds you? White clouds lie athwart the valley mouth, making so many people miss the source." In the Ts'ao Tung tradition this is called "transgression." Thus, they say, "Throw open the well-guarded phoenix tower but avoid transgressing (the prohibition against saying) the present emperor's name." Hence it is said, "To attain it is first necessary to pass beyond the forest of brambles. If you do not pass beyond it, then from beginning to end you will get stuck in subtleties without being able to cut them off." As I just said, "Ahead he didn't reach his village, behind he didn't get to his shop." Yun Yen just went to test the other man's depths. When Pai Chang saw him acting like this, he immediately held him and struck him dead.

Paichang on Regulations for Monks in a Zen Monastery: An Overview of the "Paichang on Regulations for Monks in a Zen Monastery": Baizgangqinggui, name of a book written by Paichang on regulations for monks in a Zen monastery. Baizhang's precise rules and regulations and the emphasis on manual labor for Zen practitioners. It was redacted by the monk Te-hui, in which the regulations recorded in this work are considered authoritative to the present day.

One Day Without Manual Labor, One Day Without Eating: One day without manual labor, one day without eating. Pai-Chang-Huai-Hai was an outstanding Zen master, the first to establish the Zen community in China with precise rules and regulations and the emphasis on manual labor. In his own daily activity, he provided an example of the life he expected his disciples to lead. Well into his eighties, he still continued to work in the fields every day. As he became frailer with age, however, some of his disciples decided he should refrain from such exertions and they hid his gardening tools. When Pai-Chang could not find his tools, he went back to his room and, at meal time, remained there. He did not eat that day and the next. The disciples discussed this and wondered if he were angered by the missing tools, so they put them back in their usual place. Pai-Chang returned to his work in the fields and resumed his meals as well. He told his disciples, "A day of no work is a day of no food." For this very reason, Zen master Pai-chang Huai-hai always found together with his monks engaged in some manual work. The monks wanted to keep him away because they did not wish to see their old master working as hard as themselves. But he insisted: "I have not accumulated enough merit to deserve services by others; if I, in one day, do not work, that day, I have no right to take my meal." His motive of work evidently came from his feeling of humility, but in fact manual labor forms one of the most essential features of the Zen life. In India, the monks simply begged for their food and were not inclined to work hard. But things were different in China. Life meant to the Chinese monks to be engaged in physical labor, to move their hands and feet, to handle tools, in order to accomplish some visible and tangible ends. This practicalness of the Chinese mind saved Buddhism from sinking into a state of lethargy and a life of mere contemplation, as we see this fact emphatically verified in the life of the Zen monastery. Another example shows that there is nothing there comparable to the cultivating the field, gathering crops and eating boiled rice. One day, Kuei-ch'eng of Ti-t'sang was working on the paddy-field. Seeing a novice-monk coming his way, he asked, "Where do you come from?" The monk said, "From the south." Kuei-ch'eng asked, "How is Buddhism faring in the south?" The monk replied, "Discussions on the spiritual subjects are going on fine." Kuei-ch'eng said, "With all their discussions on Zen, there is nothing there

comparable to our cultivating the field, gathering crops, and eating boiled rice." The monk asked, "What about the triple world?" Kuei-ch'eng said, "What do you mean by the triple world?" The monk had no words to say. According to Zen master Daisetz Teitaro Suzuki in "The Training of the Zen Buddhist Monk (p.33)," however high and soaring to the sky our ideas may be, we are firmly fixed to the earth; there is no way of escaping this physical existence. Whatever thoughts we may have, they must definitely be related to our body, if they are to have the power to influence life in any way. The Zen monk is asked to solve highly abstract metaphysical problems; and to do this he devotes himself to meditation. But as long as this meditation remains identified with abstractions, there will be no practical solution of the problems. The yogin may think he has clearly seen into this meaning. But when this does not go beyond his hours of meditation, that is, when it is not actually put to experiments in his daily life, the solution is merely ideational, it bears no fruits, and therefore it dies out before long. Zen masters have, therefore, always been anxious to see their monks work hard on the farm, in the woods, or in the mountains. In fact, they themselves would lead the laboring party, taking up the spade, the scissors, or the axes, or carrying water, or pulling the cart.

All-invited: To gather all monks for daily physical labor in a Zen monastery. Zen master Pai-Chang-Huai-Hai was an outstanding Zen master, the first to establish the Zen community in China with precise rules and regulations and the emphasis on manual labor. His contention is that "One day without manual labor, one day without eating." Zen master Pai-chang Huai-hai always found together with his monks engaged in some manual work, for he believed that every member of the Brotherhood must be all-invited to go out to work on the field. No distinctions are made; no exemptions are allowed; for the high as well as the low in the hierarchy are engaged in the same kind of work. There is a division of labor, naturally, but no social class-idea inimical to the general welfare of the community. Moreover, in the midst of some physical labor in the farm, there are easy opportunities for the monks to ask the master questions concerning their practices. Or there are also opportunities for the master to say something about the teachings of Zen. Hsueh-feng once asked Chang-ch'ing who came up to see the master in his room, "Where are you going?" Chang-ch'ing said,

"Fine weather, just the day for general outdoor work." One day, Zen master Chih-Chang of Kuei-tsung went out to the monastery farm to pick some vegetables. he drew a circle around some herbs, and said to the monks not to disturb them. The monks were careful not to touch them. After a while the master came out again in the yard and seeing the herbs untouched, he chased all the monks with a stick and said, "Oh this company of fools! Not one of them has enough intelligence!" One day, Zen master Yueh-shan seeing the monk-gardener planting vegetables, he said to him, "Very well with your planting, but don't let the roots grow." The monk protested, "If the roots fail to grow, what has our Brotherhood to eat?" "Have you a mouth to eat?" queried the master. No answer came from the gardener. One day, Hsueh-feng at Tung-shan was carrying a bundle of kindlings which he set down before Tung-shan. Tung-shan asked, "How heavy is it?" Hsueh-feng said, "Even when all the people of the world try to lift it, they cannot." Tung-shan said, "How then has it come up so far?"

A Nondwelling Mind: Zen Master Huai-hai taught: "Should your mind wander away, do not follow it, whereupon your wandering mind will stop wandering of its own accord. Should your mind desire to linger somewhere, do not follow it and do not dwell there, whereupon your mind's questing for a dwelling place will cease of its own accord. Thereby, you will come to possess a nondwelling mind, a mind which remains in the state of nondwelling. If you are fully aware in yourself of a nondwelling mind, you will discover that there is just the fact of dwelling, with nothing to dwell upon or not to dwell upon. This full awareness in yourself of a mind dwelling upon nothing is known as having a clear perception of your own mind, or, in other words, as having a clear perception of your own nature."

The Present Mirror Awareness: In the Sayings and Doings of Pai-Chang, Zen Master Pai-Chang taught: "In reading scriptures and studying the doctrines, you should turn all words right around and apply them to yourself. But all verbal teachings only point to the inherent nature of the present mirror awareness, as long as this is not affected by any existent or nonexistent objects at all, it is your guide, it can shine through all various existent and nonexistent realms. This is adamant wisdom, where you have your share of freedom and independence. If you cannot understand in this way, then even if you

could recite the whole canon and all its branches of knowledge, it would only make you conceited, and conversely shows contempt for Buddha; it is not true practice."

IV. Zen Master Huang-po Hsi-yun's Dharma Talks:

Zen master Huang-po Hsi-yun, Zen Master Pai-chang-Huai-hai's Dharma Heirs He belonged to the The Sixth Patriarch Hui Neng's Southern Zen School, and the Tenth Generation after the First Patriarch Bodhidharma. In his whole life of teaching, Zen master Huang-po Hsi-yun handed down to later generations the particularly living truth of sayings relating to Zen of the Patriarchs and the ancient masters of the Zen tradition. Such sayings have been readily cited later by Zen masters in their presentation of Zen realization.

Huang-Po's All the Buddhas and Sentient Beings Are Nothing But One's Mind: One day, Zen master Huang-po said in his sermon, "All the Buddhas and sentient beings are nothing but one's mind. From the time of no-beginning this Mind never arises and is not extinguished. It is neither blue nor yellow. It has no form or shape. It is neither existent nor non-existent, old or new, long or short, big or small. It is beyond all limitation and measurement, beyond all words and names, transcending all traces and relativity. It is here now! But as soon as any thought arises in your mind you miss right away! It is like space, having no edge, immeasurable and unthinkable. Buddha is nothing else but this, your very mind." This is one of the koans that illustrates Zen-truth through plain and direct statement, i.e., the explicit-affirmative type. However, even though Huang-po's disciples became enlightened, they should still work for a few decades to graduate."

Huang-po's Paying Reverence to the Buddha Statue: The koan about the potentiality and conditions of questions and answers between Zen master Huang-po Hsi-yun and a monk regarding paying reverence to the Buddha statue. According to Wudeng Huiyuan, volume IV and The Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume IX, one day, Huang-po was paying reverence to the Buddha statue in the main hall, a monk came and asked, "Master, you don't seek Buddha, Dharma, and Sangha, what is the reason for you to prostrate the Buddha statue?" Huang-po said, "I don't seek Buddha, Dharma, and Sangha, I just prostrate the Buddha statue as usual." The

monk asked, "If so, what is the use of prostrating?" Huang-po hit the monk. The monk said, "It's too coarse!" Huang-po said, "Where is that one for you to talk about roughness or smoothness?" Then Huang-po hit the monk again, remarking, "Consider where you are! Is this a place for idle chatter?" The monk left without saying a single more word.

Hsi-yun's External Objects of the Six Senses: Six objects (inherent qualities produced by the objects and organs of sense, i.e. sight or visible objects, sounds, smell, taste, touch, and idea, thought, or mental objects). Zen Master Huang-Po taught: "People always say that the outside states obstruct the mind and phenomenon obstructs the principle. So, they always wish to escape from the outside state to make their minds peaceful and to renounce phenomenon to protect the principle. They do not know that the mind obstructs phenomenon. Therefore, if you cause the mind to be empty, the outside states will be naturally empty, and you cause the principle to be calm, so phenomenon naturally will be calm. Do not use the mind in an upside-down way."

One Mind, Universal Mind: The central issue for Huang-po, as for most Zen teachers, was "mind", and he pointed out that just as the eye cannot see the eye, so mind cannot be found by mind. One Mind means a Universal Mind. According to The Zen Teaching of Huang-Po, one day, Zen Master Huang-Po entered the hall and preached the assembly: "All the Buddhas and all sentient beings are nothing but the One Mind, beside which nothing exists. This Mind, which is without beginning, is unborn and indestructible. It is not green nor yellow, and has neither form nor appearance. It does not belong to the categories of things which exists or do not exist, nor can it be thought of in terms of new or old. It is neither long nor short, big nor small, for it transcends all limits, measures, names, traces and comparisons. It is that which you see before you, begin to reason about it you at once fall into error. it is like the boundless void which cannot be fathomed or measured. The One Mind alone is the Buddha, and there is no distinction between the Buddha and sentient things, but that sentient beings are attached to forms and so seek externally for Buddhahood. By their very seeking they lose it, for that is using the Buddha to seek for the Buddha and using mind to grasp Mind. Even though they do their utmost for a full aeon, they will not be able to attain to it. They do not know that, if they

put a stop to conceptual thought and forget their anxiety, the Buddha will appear before them, for this Mind is the Buddha and the Buddha is all living beings. It is not the less for being manifested in ordinary beings, nor is it greater for being manifested in the Buddha." Peter Matthiessen wrote in *The Nine-Headed Dragon River*: "In zazen, one is one's present self, what one was, and what one will be, all at once. I have a glimpse of the Mahayana teaching known as nondiscrimination, perceiving that this black cushion, candle flame, cough, belch, Buddha, incense smell, wood pattern on the floor, pine branch, sharp pain, and so awareness of these phenomena, of all phenomena, are all of equal significance, equal value. And the next day, what resolves in my mind like a soft soap bubble swelling and soundlessly bursting is that 'my' mind and all minds everywhere are manifestations of One Mind, Universal Mind, like myriad birds flying as one in a swift flock, like so many minute coral animals, in the sway of tides on a long reef, not the same and yet not different, feeding as one great creature with a single soul."

Huang-Po's Gobblers of Dregs: Example 11 of the Pi-Yen-Lu. One day, Zen master Huang-Po entered the hall to speak. When a very large assembly of monks had gathered, he said: "What is it that you people are all seeking here?" He then uses his staff to try and drive them away, but they didn't leave. So, Huang-Po returned to his seat and said: "You people are all dreg-slurpers. If you go on a pilgrimage seeking in this way you'll just earn people's laughter. When you see eight hundred or a thousand people gathered somewhere you go there. There's no telling what trouble this will cause. When I was traveling on pilgrimage and came upon some fellow 'beneath the grass roots' (a teacher), then I'd hammer him on the top of the head and see if he understood pain, and thus support him from an overflowing rice bag! If all I ever found were the likes of you here, then how would we ever realize the great matter that's before us today? If you people want to call what you're doing a 'pilgrimage,' then you should show a little spirit! Do you know that today in all the great T'ang there are no Zen teachers?" A monk then asked: "In all directions there are worthies expounding to countless students. Why do you say there are no Zen teachers?" Huang-Po said: "I didn't say there is no Zen, just that there are no teachers. None of you see that although Zen master Ma-Tsu had

eighty-four Dharma heirs, only two or three of them actually gained Ma-Tsu's Dharma eye. One of them is Zen master Kui-Zong of Mount Lu. Home leavers must know what has happened in former times before they can start to understand. Otherwise, you will be like the Fourth Ancestor's student Niu-T'ou, speaking high and low but never understanding the critical point. If you possess the Dharma eye, then you can distinguish between true and heretical teachings and you'll deal with the world's affairs with ease. But if you don't understand, and only study some words and phrases or recite sutras, and then put them in your bag and set off on pilgrimage saying: 'I understand Zen,' the will they be of any benefit even for your own life and death? If you're unmindful of the worthy ancients you'll shoot straight into hell like an arrow. I know about you as soon as I see you come through the temple gate. How will you gain an understanding? You have to make an effort. It isn't an easy matter. If you just wear a sheet of clothing and eat meals, then you'll spend your whole life in vain. Clear-eyed people will laugh at you. Eventually the common people will just get rid of you. If you go seeking far and wide, how will this resolve the great matter? If you understand, then you understand. If you don't, then get out of here!"

V. Zen Master Lin-chi-I-hsuan's Dharma Talks:

Zen master Lin-chi-I-hsuan, Zen Master Huang-po Hsi-yun 's Dharma Heirs. He belonged to the The Sixth Patriarch Hui Neng's Southern Zen School, and the Eleventh Generation after the First Patriarch Bodhidharma. Zen Master Lin-Chi-I-Hsuan, name of a Chinese Zen monk in the ninth century.

Lin-Chi's True Man: Lin-chi acquired a reputation for the very rough treatment he dealt out to his followers, but it was also recognized that his methods were effective. Lin-Chi's True Man is the subject of a koan about the potentiality and conditions of questions and answers between Zen master Lin-Chi and a monk named Ting-chou when master was in the hall and addressing the assembly. According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume XII, one day, Lin-Chi entered the hall to preach, saying: "Over a mass of reddish flesh there sits a true man who has no title; he is all the time coming in and out from your sense-organs. If you have not yet testified

to the fact, look, look!” A monk named Ting-chou came forward and asked: “Who is this true man of no title?” Lin-Chi came right down from his straw chair and taking hold of Ting-chou exclaimed: “Speak! Speak!” Ting-chou remained irresolute, not knowing what to say, whereupon the master, letting him go, remarked, “What worthless stuff is this true man of no title!” Lin-Chi then went straight back to his room. The true man of no rank is a real person has no position, another name for original form (former state of things, original face or Buddha-nature). The true man of no rank is a Lin-Chi’s term for the “self.” His teaching is almost exclusively around this Man or Person, who is sometimes called “the Way-man.” He can be said to be the first Zen master in the history of Zen thought in China who emphatically asserts the presence of this Man in every phase of our human life-activity. He is never tired of having his followers come to the realization of the Man or the real Self. The real Self is a kind of metaphysical self in opposition to the psychological or ethical self which belongs in a finite world of relativity. Lin-Chi’s Man is defined as “of no rank” or “independent of,” or “with no clothes on,” all of which makes us think of the “metaphysical” Self.

The Katsu of Lin-Chi and the Staff of Te-shan: A “shout” which is often used by Zen masters to shock their students into direct experience of reality (Kensho or Satori). This word has no exact meaning and usually used by masters to help students overcome dualism and ego-centric thoughts so that they can go straight to their inner self. Zen practitioners should always remember that the basic principle of various methods of instruction used by Zen masters is to awaken a certain sense in the disciple's own consciousness, by means of which he intuitively grasps the truth of Zen. Therefore, the masters always always use "direct action" and waste no time with lengthy discourse on the subject. Their dialogues are always condensed and apparently not controlled by rules of logic. They always use methods that do not aim to explain but point the way where Zen is to be intuited. According to Zen we are living right in truth, by the truth, from which we cannot be separated. According to the tradition, it was first used by Ma-Tsu Tao-I (Baso Doitsu-jap). This happened at the illumination of Ma-Tsu himself. It is mainly associated with Rinzai, a tradition that is famous for its abrupt and confrontational methods, which also include

blows with sticks. It is believed that an awakened master is able to perceive that a student is close to “kensho” and that the veils of ignorance can be wiped away quickly with the skillful use of such techniques. As for Te-shan, this Zen master is noted for his swinging a staff. When Te-Shan himself became a master, he used to say to an inquirer: “Whether you say ‘yes,’ you get thirty blows; whether you say ‘no,’ you get thirty blows just the same.” This is one of the koans that illustrates Zen-truth through a negating approach with nullifying or abrogating expressions. With this type of koan, we usually accuse the Zen masters of being negatory. But in fact, they did not negate anything. What they have done is to point out our delusions in thinking of the non-existent as existent, and the existent as non-existent, and so on. Te-shan's idea is to get our heads free from dualistic tangles and philosophic subtleties. At that moment, if a monk came out of the assembly, took the staff away from Te-shan's hand, and threw it down on the floor. Is this the answer? Is this the way to respond to Te-shan's threat “thirty blows”? Is this the way to transcend the four propositions, the logical conditions of thinking? In short, is this the way to be free? Nothing is stereotyped in Zen, and somebody else may solve the difficulty in quite a different manner. This is where Zen is original, lively and creative. This is also an “implicit-negative” koan, a kind of koan that illustrates Zen-Truth through “nullifying” or abrogating expression.

Lin-Chi's Blind Ass: The koan about the potentiality and conditions of questions and answers between Zen master Lin-Chi and San-shêng-Hui-jan when master was about to pass away. According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch’uan-Teng-Lu), Volume XII, in 867 A.D. when Lin-Chi was about to die he sat upright and said: “After I’m gone, my Treasury of the True Dharma Eye cannot be destroyed.” Lin-Chi’s disciple, San-Sheng, said: “How could we dare destroy the Master’s Treasury of the True Dharma Eye?” Lin-Chi said: “In the future if someone ask about my teaching, what will you say to them?” San-Sheng shouted! Lin-Chi said: “Who would have thought that my Treasury of the true Dharma Eye would be destroyed by this blind ass!” Upon saying these words Lin-Chi passed away, sitting upright.

A Blind Man Lead Other Blind People: In Zen, the term means a practitioner who tries to lead and teach other people while he, himself, does not comprehend thoroughly methods of mysticism (Zen), the result will be extremely harmful for everybody. According to Lin-chi' Sayings, one day, Zen master Lin-chi entered the hall and addressed the monks, saying, "Reverend gentlemen, time is not to be wasted. Do not do as a blind man touching an elephant, or to cultivate without knowledge. Do not commit yourselves to a grave mistake by convulsively looking around your neighborhood and not within yourselves. You make mistakes by trying to master Zen, to master the Way, to learn words and phrases, to seek for Buddhas and Patriarchs and good knowing advisors. There is just one parenthood for you, and outside of it what do you wish to acquire? Just look within yourselves. The Buddha tells us the story of Yajnadatta. Thinking he had lost his head, he wildly ran after it; but when he found that he had never lost it, he became a peaceful man. O Friends, be just yourselves, stop your hysterical antics. There are some old bald-headed fools who know not good from bad. They recognize all kinds of things, they see spirits, they see ghosts, they look this way and that way, they like fair weather, they like rainy weather. If they go on like this, they are sure one day to appear before King of Death, who will ask them to pay up their debts by swallowing red-hot iron balls. Sons and daughters of good families become possessed of this uncanny fox-spirit and go wildly astray even against their original sanity. Poor blind followers! Some day they will have to pay up their board!"

Moving in One Pushing: The whole body is moved in just a push. In Zen, the term means practitioners obtain an absolute comprehension of the important meaning or aim of Zen in just one conversation with the master. According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume XII, from the beginning of his residence at Huang-po, but Lin-Chi did not get any special instruction on Zen; for whenever he asked Huang-po as to the fundamental truth of Buddhism, he was struck by the master. But it was these blows are as "moving in one pushing" that opened Lin-chi's eyes to the ultimate truth of Zen and made him exclaim, "After all, there is not much in the Zen of Huang-po!"

Lin-Chi's Ultimate Principle of Buddhism: The koan about the potentiality and conditions of questions and answers between Zen master Lin-Chi and Venerable Ting (Ting-chou). According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume XII, one day, Venerable Ting asked Lin-Chi: "What is the ultimate principle of Buddhism?" He came right down from his seat, took hold of the monk, slapped him with his hand, and pushed him away. Venerable Ting stood stupefied. A bystander monk suggested: "Why don't you make a bow?" Obeying the order, Venerable Ting was about to bow, when he abruptly awoke to the truth of Zen.

Lin-Chi's Growing Pine Trees: The koan about the potentiality and conditions of questions and answers between Lin-Chi his master, Zen master Huang-Po Hsi-yun. According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume XII, one day, Lin-chi was growing pine trees, Zen master Huang-po came and asked, "In the deep mountain like here, what is the reason for growing more pine trees?" Lin-chi replied, "First, to decorate the landscape; second, to make it a symbol for later generations." After speaking, Lin-chi turned the hoe upside down and struck on the ground three times. Huang-po said, "Even though you're able to speak in that way, you still get 30 blows from me." Lin-chi struck the hoe on the ground three more times, then mumbled "Hum, hum." Huang-po said, "Our school will be prosperous under your hands!"

Lin-chi's Three Phrases: Three necessary instructions from Zen Master Lin-chi. A formulaic expression developed by Zen master Lin-chi I-hsuan, the founder of the Rinzai school of Zen, as a teaching device. It is based on a passage from the Sayings of Lin-chi: One day, a monk came and asked, "What is the First Phrase?" Lin-chi said, "When the seal of the Three Essentials is revealed, the vermilion dots are seen to be merged, and yet, without resort to discussion, host and guest are distinct." The monk asked, "What is the Second Phrase?" Lin-chi said, "How could Miao-chie permit Wu-cho to question him? How can skill in the use of expedients go against the power to cut through the myriad streams?" The monk asked again, "What is the Third Phrase?" Lin-chi said, "Look at the puppets playing on the stage! All their jumps and jerks depend upon the person behind." These phrases became known in China and in Japan. The later Rinzai tradition used the formula as a

kôan. However, the tradition does not have a unified understanding of the meaning of the phrases.

Three Wonderful Instructions of the Lin-Chi Sect: First, words must be simple, rustic, honest, and without polishing. Second, words must not be attached to discrimination. Third, words must be in a non-dual manner.

Three Wonderful Instructions Are Similar to Swords and Armors: Three wonderful instructions of the Lin-Chi Sect are similar to swords and armors that all Zen practitioners should always equip for themselves.

One-thousand Arms and Eyes World Listener (Sahasrabhujary-Avalokitesvara-skt): One day, Zen master Lin-chi was invited by his patron to give a sermon. When he ascended to his seat and was about to preach, Ma-ku-Pao-ch'ê came forward and asked him: "The All-merciful One (Avalokitesvara) has a thousand arms and a thousand eyes. Which is the main eye?" Lin-chi answered, "The All-merciful One has a thousand arms and a thousand eyes. Which is the main eye? Say it! Say it!" Ma-ku then dragged Lin-chi down forcibly from the seat and sat upon it himself. Lin-chi walked up to Ma-ku and said very humbly, "I do not understand, Sir." Ma-ku was about to reply, when Lin-chi dragged him down from the seat and sat on it again himself. Ma-ku then walked out of the hall. After Ma-ku had walked out, Lin-chi also descended from the seat, and no sermon was given. This is one of the koans that illustrates Zen-truth through a negating approach with nullifying or abrogating expressions. With this type of koan, we usually accuse the Zen masters of being negatory. But in fact, they did not negate anything. What they have done is to point out our delusions in thinking of the non-existent as existent, and the existent as non-existent, and so on. In fact, eventually, there is nothing to be preached.

Lin-Chi's Meditation Plank (zemban): In Zen, meditation plank, pillow or anything in the meditation hall plays an important role. The Zen plank and Zen pillow are mentioned in a number of ancient koans, for instance, example 20 of the Blue Cliff Record, in which the Zen masters Shui-Wei, Lin Chi and Lung Ya appear. Lung Ya asked Lin-Chi, "What is the meaning of the patriarch's coming from the west?" Lin-Chi said, "Give me the Zen pillow." Lung Ya handed Lin-Chi the Zen pillow. Lin-Chi took it and hit him. Lung-Ya said, "If you hit me,

I'll let you hit me. In short, the patriarch's coming from the west has no meaning."

The Heart, Human Body, or the Red Flesh Lump: According to the Transmission of the Lamp, Volume XII, one day, Zen master Lin-chi I-hsuan, founder of the Rinzai Sect, entered the hall to address the assembly, "Here in this lump of red flesh there is a True Man with no rank. Constantly he goes in and out the gates of your face. If there are any of you who don't know this for a fact, then look! Look!" Zen practitioners should always remember that we fundamentally are nothing but the gates of our face, and all things that pass through these gates are the objects of the various senses. This is also expressed in Chao-chou's well-known kôan dealing with these gates as true nature. According to the Pi-Yen-Lu, example 9, a monk asked Chao-chou, "What is Chao-chou?" Chao-chou answered, "The east gate, west gate, south gate, and north gate." Superficially, Chao-chou was saying that one could enter the town from any direction. More important, he was saying that he himself, and all of us, was nothing but these four gates through which phenomena come and go incessantly. It's not that we have these senses, we are nothing but these gates, these senses. Being so, we are no-thing, no-self; this is true nature.

Foraging Goats That Pick up Whatever They Bump into: In Zen, the term is used to indicate some ignorant practitioner who blindly practices without knowing any correct methods. According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume XII, one day, Zen Master Lin-chi-I-hsuan (?- 866) entered the hall and addressed the monks, saying: "Zen students today are totally unaware of truth. They are like foraging goats that pick up whatever they bump into. They do not distinguish between the servant and the master, or between the guest and the host. People like this enter Zen with distorted minds, and are unable to enter effectively into dynamic situations. They may be called true initiates, but actually they are really mundane people. Those who really leave attachments must master real, true perception to distinguish the enlightened from the obsessed, the genuine from the artificial, the unregenerate from the sage. If you can make these discernments, you can be said to have really left dependency... Now there is an obsession with Buddhism that is mixed in with the real thing. Those with clear eyes cut through both

obsession and Buddhism. If you love the sacred and despise the ordinary, you are still bubbles in the ocean of delusion."

(F) Summaries of Zen Theories & Practices of the Lin-Chi Zen School

I. An Overview of Lin Chi's Meditation Methods:

An Overview of Meditation Methods: In Zen teachings, meditation methods mean the methods employed in meditation the practices, or disciplines, of the Ch'an school. Methods of mysticism as found in the dhyanas records in the sutras (Tathagata-dhyanas) and traditional dhyana, or the intuitionist method brought to China by Bodhidharma. People often imagine that the discipline of Zen is to induce a state of self-suggestion through meditation. This is not quite right. As a matter of fact, enlightenment does not consist in producing a certain premeditated condition by intensely thinking of it. It is the growing conscious of a new power in the mind, which enabled it to judge things from a new point of view. Ever since the unfoldment of consciousness we have been led to respond to the inner and outer conditions in a certain conceptual and analytical manner. The discipline of Zen consists in upsetting this artificially constructed framework once for all and in remodelling it on an entirely new basis. The older frame is called 'Ignorance' and a new one 'Enlightenment'. It is evident therefore that meditating on a metaphysical or symbolical statement which is a product of our relative consciousness plays no part in Zen.

Mind of Faith is the Basis: Mind of faith is the basis. One day, Zen master Lin-chi entered the hall and addressed the monks, saying, "Friends, the ancient masters all had their way of helping others; as to my method, it consists in keeping others away from being deceived. If you want to use what you have in yourselves, use it, do not stand wavering. What is the trouble with students these days that they are unable to reach realization? The trouble lies in their not taking their *Mind of faith* as the basis in cultivation, that is to say they do not believe themselves enough. As you are not believing enough, you are buffeted about by the surrounding conditions in which you may find yourselves. Being enslaved and turned around by objective situations,

you have no freedom whatever, you are not masters of yourselves. If you cease from running after outward things all the time, you will be like the old masters. Do you wish to know what the old masters were like? They were no other than those who are right before you listening to my discourse. Where faith is lacking, there is constant pursuing outward objects. And what you gain by this pursuing is mere literary excellence which is far from the life of old masters. O friends! As far as I can see, my insight into Reality and that of Sakyamuni himself are in perfect agreement. As we move along, each according to his way, what is wanting to us? Are we not all sufficient unto ourselves? The light emanating from each one of our six senses knows no interruptions, no obstructions. When your insight is thus penetrating enough, peaceful indeed is your life! Make here no mistake, O my friends, take care!"

The Esoteric Method of the Lin-Chi School: While the Tsao-tung approach to Zen practice is to teach the student how to observe his mind in tranquility. On the contrary, the Lin-chi approach is to put the student's mind to work on the solution of an unsolvable problem known as koan or head phrase exercise. The approach of Tsao-tung school may be regarded as overt or exoteric, while the approach of the Lin-chi as covert or esoteric one. The approach of Lin-chi sect is much more complicated compared to that of Tsao-tung sect, for the Lin-chi approach of head phrase exercise is completely out of the beginner's reach. He is put purposely into absolute darkness until the light unexpectedly dawns upon him.

Easy, Facile, Loose Talk or Explanations: According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume XII, one day, Zen Master Linji entered the hall and addressed the monks, saying: "You should not let masters everywhere to approve you at their convenience; then go out and declare that you're awakened. Zen students today are totally unaware of truth. They are like foraging goats that pick up whatever they bump into. They do not distinguish between the servant and the master, or between the guest and the host. People like this enter Zen with distorted minds, and are unable to enter effectively into dynamic situations. They may be called true initiates, but actually they are really mundane people. Those who really leave attachments must master real, true perception to distinguish the enlightened from the obsessed, the genuine from the artificial, the

unregenerate from the sage. If you can make these discernments, you can be said to have really left dependency... Now there is an obsession with Buddhism that is mixed in with the real thing. Those with clear eyes cut through both obsession and Buddhism. If you love the sacred and despise the ordinary, you are still bubbles in the ocean of delusion."

II. Four Kinds of Lin-Chi's Cry (Katsu):

Zen masters in the Lin Chi Zen School often use a "shout" to shock their students into direct experience of reality (Kensho or Satori). This word has no exact meaning and usually used by masters to help students overcome dualism and ego-centric thoughts so that they can go straight to their inner self. Zen practitioners should always remember that the basic principle of various methods of instruction used by Zen masters is to awaken a certain sense in the disciple's own consciousness, by means of which he intuitively grasps the truth of Zen. Therefore, the masters always use "direct action" and waste no time with lengthy discourse on the subject. Their dialogues are always condensed and apparently not controlled by rules of logic. They always use methods that do not aim to explain but point the way where Zen is to be intuited. According to Zen we are living right in truth, by the truth, from which we cannot be separated. According to the tradition, it was first used by Ma-Tsu Tao-I (Baso Doitsu—jap). This happened at the illumination of Ma-Tsu himself. It is mainly associated with Rinzai, a tradition that is famous for its abrupt and confrontational methods, which also include blows with sticks. It is believed that an awakened master is able to perceive that a student is close to "kensho" and that the veils of ignorance can be wiped away quickly with the skillful use of such techniques. According to Zen master D.T. Suzuki in the *Essays in Zen Buddhism*, Book I, Lin-Chi distinguishes four kinds of "cry." The first cry is like the sacred sword of Vajraraja. The second cry is like the golden-haired lion squatting on the ground. The third cry is like the sounding rod or the grass used as a decoy. The fourth cry is the one that does not at all function as a "cry."

III. Four Ways of Seeing:

According to Zen teachings, 'Person-phenomenon not two'. This expression is pointing to the fundamental Zen realization of the nondistinctness of subject (person) and object (phenomenon). The erroneous view of being separated as an experiencing subject from an experienced phenomenal world 'out there', is an expression of delusion that Zen training is intended to overcome. There are four kinds of Lin-Chi's views of the world (four ways of seeing, according to the Lin-chi school, there are four ways to look at the world). In this order of progression, the four ways of seeing represent a progression from the dualistic state of mind to the enlightened state of mind: First, there is no subject without an object. Second, the entire world is a mere projection of one's own consciousness. Third, there is a state in which the duality of subject and object is transcended. Fourth, ultimately there is neither subject nor object.

IV. Lin-Chih: Beating and Crying Like the Manner of Commanding Generals:

In conversations, masters and disciples in the Lin-Chih Sect usually beat and cry like the manner of commanding generals. This term indicates the Lin-Chih's manner. One day when Lin-chi saw a monk approaching him, he raised his duster; the monk then bowed before him, but Lin-chih beat him. After a while, another monk came by. Lin-chih again raised his duster. When this monk showed no sign of respect, Lin-chih beat him as well. Why did Lin-chih behave like that? He beat both monks, the one who bowed for respect and the one who showed no sign of respect? That is simply the manner of Lin-chih. As a matter of fact, there is no definite method that the Zen master must use to bring his disciples to Enlightenment. A kick, a blow, a simple remark, anything will do if the state of mind of the disciple is ripe and ready to receive this final push. However, it goes without saying that Zen kicks, blows, and "jargon" are not what they seem. If Enlightenment could be reached simply in this way, there is no need of Zen practice for the whole world. Again, if, merely by listening to a certain Zen remark anyone could easily be raised to the state of Enlightenment, as some people happily believe, it would be well to

learn as a parrot all the well-known remarks that have been effective in bringing Enlightenment, and again there is no need for Zen practice.

V. Practicing Zen Through the Koan Exercise & Working on a Head Phrase in the Lin-chi Sect:

Practicing Zen Through the Koan Exercise in the Lin-Chi Sect:
Utilization of “Koans” in the Lin-Chi Sect: Koan is something to be pondered on during meditation by novices in Zen monasteries of the Lin-Chi school. Problems set by Zen masters, upon which thought is concentrated as a means to attain inner unity and illumination. Originally, koan means “public notice,” means a legal case constituting a precedent. Later, koans have been used in Zen as a systematic means of training since around the middle of the tenth century. Since the koan eludes solutions by means of discursive understanding, it makes clear to the student the limitations of thought and eventually forces him to transcend it in an intuitive leap (not by speaking or discussion), which takes him into a world beyond logical contradictions and dualistic modes of thought. On the basis of this experience, the student can demonstrate his own solution of the koan to the master in a spontaneous and without recourse to preconceived notions. To help the ego awaken to and realize the “Buddha-nature,” which Lin-Chi called “true man without a title,” that is, to fully be and truly know itself, there arose among certain Zen masters, notably those of the Lin-Chi school, the use of what is known, in Japan, as the koan. This is a development especially of the eleventh and twelfth centuries, when Zen Buddhism having acquired great esteem and wide renown throughout China, attracted many who no longer came out of any compelling existential need. Earlier masters would probably have reacted with the same outward indifference and disregard as did Bodhidharma. These later teachers, however, in the sincere and compassionate desire to help all inquirers, began, now themselves to initiate their relation to the caller by means of a koan. The Chinese Sung master first to employ the koan somewhat systematically, Ta-Hui (12th century), on one occasion spoke as follows: “Whence are we born? Whither do we go? He who knows this whence and whither is the one to be truly called a Buddhist. But who is this one who goes through this birth-and-death? Again, who is the one who knows not anything of

the whence and whither of life? Who is the one who suddenly becomes aware of the whence and whither of life? Who is the one, again, who, facing this koan, cannot keep his eyes fixed, and as he is not able to comprehend it, feels his internals altogether put out of order as if a fiery ball swallowed down could not readily be ejected. If you wish to know who this one is, apprehend him where he cannot be brought within the fold of reason. When you thus apprehend him, you will know that he is after all above the interference of birth-and-death. The ultimate objective remains the same: to know and apprehend who one is beyond “the fold of reason,” that is, beyond the subject-object structure of intellection. Toward this end the koan, a kind of question, problem, challenge, or demand presented by and upon the initiative of the master, is intended to serve a twofold function: The first is to penetrate to the depths and quicken at its source the deeply buried or deceptively concealed basic underlying concern of the ego in ego-consciousness. The second is, while stirring this fundamental longing and its quest, to keep them properly rooted and directed. For it is not sufficient that they simply be aroused. They must, in order to avoid the many deceptive and delusive pitfalls in which they may become attenuated or go astray, also be carefully guided even fostered. In the earlier or pre-koan phase of Zen Buddhism, the caller generally came out of the provocation of his own life experience, already bestirred by some existentially oppressing perplexity. Normally, however, the “question” or concern had not yet been plumbed to its ultimate depth. Although kindled naturally, known neither in its root-source nor in its true nature, and hence without adequate form, it could easily become veiled or deflected. Despite a genuine intensity and seriousness, the longing and quest were thus usually blind, amorphous, and confused, requiring a correct grounding and focus. When, in this period, the student, during an encounter with the master, would receive a piercing challenge or demand, for instance, “Bring forth your heart-mind!” “What is it which thus comes?” “What is your original face prior to your birth?” “When you are dead, cremated, and ashes scattered, where are you?” Or, simply, “Speak! Speak!” The effect, often, was to provide just the needed orientation and guidance. Even so, such challenges, questions, or demands were not called koans. These spontaneous, unstructured exchanges between master and student were

instead termed “mondo,” or in Chinese “Wen-ta,” literally, question and answer. But since the “mondo-exchanges” did not prompt, ground, and direct the radical and ultimate concern of the ego, many of them were actually used, subsequently, either as koans, or as the basis of koans. The koan in its double function may therefore be considered a deliberate and calculated attempt to secure a result previously obtained naturally and without contrivance (sáng kiến). Conversely, it can perhaps be said, regardless of the technical terminology and distinctions of Zen Buddhism itself, that the earlier student had his own natural koan, natural as to the burning substance, although still to be given a proper form or focus, whereas, in the later period, when the inquirer approached neither with a suitable form of the question nor yet existentially fired to its all-consuming content, the master himself sought to foster both by initially presenting such a “question,” as it were, from the outside. In this instance, the koan, rather than being partially natural, was totally given. But again, it must be emphasized immediately that as long as the “question,” or koan continues to be “on the outside” or “given,” the effort is futile, and there is, finally, no Zen Buddhism. In its character and structure, however, as well as in the mode of its application and usage, the koan is carefully designed as a safeguard against precisely this danger. For by its very nature the koan does not permit itself to be fitted into any dualistic subject-object scheme of the ego-consciousness.

Practicing Zen Through the Koan Exercise in the Lin-Chi Sect: The koan exercise implies working on the solution of a Zen problem such as "What is the meaning of Bodhidharma's coming from the West?"; or "The cypress tree in the courtyard!"; or "All things are reducible to one; to what is the one reducible?"; or just a single word "Mu", and so on. Many koans have as their content, mondo (questions and answers) between master and student and thus give us information about dokusans in the past. The practice of giving individual instruction in this manner began, according to Zen tradition, with the secret teachings of Sakyamuni Buddha and has been preserved in this school of the Buddha-mind ever since. Although it was formerly customary in all Zen lineages, the practice has nearly died out today in the Soto school and is basically still only cultivated by the Rinzai school. In China, Zen Buddhists seldom use the term "koan exercise"; instead, they use the

term "working on a head phrase". Zen practitioners should always remember that koans originated as an immediate expression of the Zen realization of the ancient masters, realization that is not conceptually graspable, not understandable. Its nature is paradoxical, i.e., beyond concept. Thus, Zen texts are among the most difficult to translate in world literature. Even for someone who has achieved perfect mastery of Chinese or Japanese, it is just about impossible for one who does not have a profound realization of Zen to come up with an appropriate translation, i.e., one usable for Zen training of a koan. In Zen a koan is a formulation, in baffling language, pointing to the ultimate truth. Koans cannot be solved by recourse to logical reasoning, but only by awakening a deeper level of the mind beyond the discursive intellect. A person who works on the koan exercise or the reader of Zen texts who finds koans strange or alienating, must always keep in mind that koans are by definition understandable, inaccessible to the reasoning mind precisely because they are challenges to transcend logical-conceptual mind. Zen practitioners should always remember that even in cases where illuminating interpretations of koans present themselves, from the standpoint of Zen they are false if they are thought out and will be quickly exposed as such by any Zen masters. Psychologically speaking, the process of "Practicing Zen through the Koan Exercise" is well-known, and the Zen masters out of their own experience give advices purporting to create what may be called the Zen state of consciousness. The master Pan-jo (Hannya) has this for his monks: "When your mind is steadily and intensely and without interruptions on the koan, you will begin to be unconscious of your bodily existence, while koan occupies the centre of your consciousness. At this stage, however, you have to be careful not to give up yourself to consciousness, for you are sometimes apt to go astray as in a dream and induce a state of insanity. Do you never let your hold go off the koan, let the latter be present all the time in your consciousness. The time will come when together with the koan everything vanishes out of your mind including the mind itself. At this very instant, as when a bean pops out of the cold ashes, you realize that while Chang is drinking Li becomes tipsy." According to Zen master D.T. Suzuki in "The Training of the Zen Buddhist Monk" (p.114), The koan exercises which are the prevailing method at present of mastering Zen involves

many years of close application. Naturally, there are not many graduates of the Zendo life, and this is indeed in the very nature of Zen; for Zen is meant for the elite, for specialty gifted minds, and not for the masses. This has been the case since olden days, but especially it is true in this modern age when democracy is the ruling spirit in all the departments of human life. Standardization so called goes on everywhere, which means the levelling-down or the averaging-up of inequalities and "class-distinctions." Unless aristocracy in one form or another is admitted and to a certain extent encouraged, the artistic impulses are suppressed and no religious geniuses will be forthcoming. Institutions like the Zendo are becoming anachronistic and obsolete; its tradition is wearing out, and the spirit that has been controlling the discipline of the monks for so many hundred years is no more holding itself against the onslaught of modernism. Of course, there are still monks and masters in the monasteries all over Japan, and yet how many of them are able effectively to respond to the spiritual needs of modern youth and to adjust themselves to the ever-changing environment created by science and machine? When the vessels are broken, the contents too will be split out. The truth of Zen must somehow be preserved in the midst of the prosaic flatness and shallow sensationalism of present-day life. Zen practitioners should always remember that texts of koans are aids in Zen training and they should not be considered as a model that practitioners must strictly followed. For Zen practitioners with a koan, it is absolutely not the point to be informed about what a certain Zen master experienced or said in the past; but rather to realize themselves right here and right now the living truth toward which the koan points. Zen practitioners should also remember that many of the koans only appear superficially as amusing anecdotes, not rarely ancient Zen masters have a profound sense of humor. However, no matter what we say, we must agree that the power of these koans can help ancient Zen masters attain enlightenment.

The Lin Chi Zen School & Working on a Head Phrase: To work on the head phrase is to look into it continuously without a single moment of interruption. Like a river ever flowing on, the mind should always be lucid and aware. All Samsaric and Nirvanic ideas and conceptions should be wiped out! In China, Zen Buddhists seldom use the term "koan exercise"; instead, they say "working on a head

phrase." So, what is the meaning of "head phrase"? Head phrase means the "ends", applicable either in the sense of the beginning or the ending of a complete or incomplete sentence in talking. For example, "Who is the one who recites the name of Buddha?" This "head phrase" (hua-tou) then became, and still remains, the most popular of all. But there are still many people who do not understand how to practice it. Some try to recite repeatedly the sentence itself! This "head phrase" (hua-tou) practice is not a matter of reciting. It is to look into or to concentrate on it. It is to look into penetratingly and to observe. Zen practitioners should always remember that this is a sentence, the first end of which is the single word "Who". To put one's mind into this single word "who" and try to find solution of the original question, is a typical example of the "working on a head phrase." "Koan", however, is used in a much wider sense than "working on a head phrase", for "koan" is referring to the whole situation or event, while "head phrase" simply means the ends or, more specifically, the critical words or point of the question. For example, a monk asked Chao-chou, "Does a dog have the Buddha-nature?" Chao-chou replied, "Mu" (No). The whole dialogue is called a "koan", but the Zen practitioner who is working on this koan should not think of both the question and the answer. Instead he should put all his mind into the single word "Mu". This one word "Mu" is called the "head phrase". The stories from which "Kung-an" (koan) are derived, used as a topic of meditation in the Zen tradition. The stories are thought to get to the very essence of truth and to encapsulate the moment at which speech exhausts itself, leading to non-conceptual, direct realization of reality. In Japanese, a term for 'head phrase' is 'wato', meaning 'the point of koan, which sums up the intent of the paradox that it poses. 'word-head' is the word or phrase in which the koan resolves itself when one struggles with it as a means of spiritual training. A koan can have only one, or several head-phrase, and the head-phrase can consist of a single word or can be a long expression. Zen Master Yuan Miao of Kao Feng said, "When one practices Zen he should do so as though he were throwing a piece of tile into a deep pond; it sinks until it reaches the bottom." In other words, in our "looking (working) on the head phrase" exercise we should look into the very bottom of the head phrase until we completely break through it. Zen Master Yuan Miao of Kao Feng went

farther, and made a vow: "If anyone takes up one head phrase without a second thought arising in seven days, and does not attain Enlightenment, I shall fall for ever to the bottom of the Tongue-cutting Hell!" In short, the purpose of a head-phrase is establishing an intense concentration on a question-word which defies any answer and allows no answer at all. As the great Zen Master, Huang Po taught:

"Practice the Tao
As you would defend the Royal Palace
Guarding it close and fighting hard for it.
If the freezing cold has not struck to the bone
How can plum blossoms fragrant be!"

According to Zen master Hsu-yun, when you sit in meditation do not lift your chest too far upward by artificially swelling it. In breathing, do not pull the air up, nor press it down. Let your breath rise and fall in its natural rhythm. But you should collect all your six senses and put aside everything that may be in your mind. Thinking of nothing, but observe your head-phrase (hua-tou). Your mind should never be rough or forceful, otherwise it will keep wandering, and can never calm down; but neither should you allow your mind to become dull and slothful, for then you will become drowsy, and as a consequence you will fall into the snare of the "dead-void". If you can always adhere to your head-phrase, you will naturally and easily master the work. Thus, all your habitual thoughts will automatically be subdued. It is not easy for beginners to work well on the head-phrase, but you should never become afraid or discouraged; neither should you cling to any thought of attaining Enlightenment, because you are now practicing meditation, whose very purpose is to produce Enlightenment. Therefore any additional thought of attaining Enlightenment is as unnecessary and as foolish as to think of adding a head to the one you already have! You should not worry about it if at first you cannot work well on the head-phrase, what you should do is just to keep remembering and observing it continuously. If any distracting thoughts arise, do not follow them up, but just recognize them for what they are. The proverb says well:

"Do not worry about the rising of thoughts,
But beware if you recognition of them
comes too late."

In the beginning everyone feels the distraction of continuously arising errant thoughts, and cannot remember the head-phrase very well; but gradually, as time goes on, you will learn to take up the head-phrase more easily. When that time comes you can take it up with ease and it will not escape you once during the entire hour. Then you will find the work is not difficult at all. We can talk a lot of nonsense on and on. But the best way right now is that all of us had better go and work hard on our meditation and the head-phrase. Zen practitioners should always remember that the purpose of Zen practice is to become Buddha, and to end the cycle of birth and death; and according to this kind of interpretation, working on the head phrase is the only way that Zen practitioners must follow, to be able to end the cycle of birth and death. Zen practitioners must look into the head phrase which is like a royal sword. With it you kill the Buddha when Buddha comes, with it you slaughter the devil when the devil comes. Under this sword not a single idea is allowed to remain, not a solitary dharma is permitted to exist. No matter what people say, "working on the head phrase" is not the only way in Zen practice. However, nowadays, when Zen practice is mentioned, people immediately think of the head phrase or koan exercise as though there were no other way of practicing Zen. Nothing could be more mistaken than this kind of thinking. Zen practitioners should remember that the head phrase or koan exercise did not become popular until the latter part of the Sung Dynasty in the eleventh century. From Bodhidharma to Hui-neng, and from Hui-neng all the way through Lin-chi and Tung-shan, a long period with the total of approximately four hundred years, but no established system of head phrase or koan exercises can be traced. The outstanding Zen Master of this period were great artists; they were very flexible and versatile in their teaching, and never confined themselves to any one system. We should say that it was mainly through the eloquent Master Tsung-kao (1089-1163) that the head phrase or koan exercise became the most popular, if not the only, means by which Zen students have practiced during the past eight centuries. But what happened before? How did those great masters Hui-neng, Ma-tsu, Huang-po, and Lin-chi practice Zen? We do not need to elaborate any further, they must have used the 'serene reflection' type of meditation still practiced by the Tsao-tung school.

VI. Lin-Chi's Four Distinction:

An Overview of Lin-Chi's Four Distinction: Beneath the surface of the seemingly irrational Zen koans, Zen master Lin-chi composed a system or category which, when followed, will make Zen more intelligible for later generations of Zen practitioners. As a matter of fact, many different systems have been laid down by Zen masters to classify the koans. Among them Lin-chi's 'Four Distinctions' may be considered as the best and clearest, and through them many enigmatic koans may be deciphered. In the 'Four Distinctions', the term 'to snatch away the person' means to reject, refuse, repudiate, disapprove, or steal away the person who comes to the Zen Master for instructions; while 'not to snatch the object' or 'try to save the object' means not to disapprove the remark made by the person. The term object here includes the scene, domain, sphere, object, understanding, etc. Generally speaking, 'to snatch away the person but not to snatch (save) the object' means to disapprove or reject the questioner but not to reject his remark. The other three Distinctions can be understood by the same analogy.

A Summary of the 'Four Distinctions' of Lin-Chi: These distinctions were given by Zen master Lin-chi to his disciples, when he said: the first distinction is Subjective or snatch away the person, but save, or do not snatch away, the object. The second distinction is Objective or snatch away the object, but save (do not snatch away) the person. The third distinction is both subjective and objective or snatch away both the object and the person (both the objective and subjective). The fourth distinction is neither subjective nor objective which means to snatch away neither the person nor the object (neither subjective nor objective).

Further Interpretations of Details of the 'Four Distinctions' from Lin-Chi's Own Words: These 'Four Distinctions' are methods used by Zen Masters in dealing with their disciples on four different levels of Zen understanding. We can find Lin-chi's own explanation in his Discourse. One day, a monk came and asked Zen master Lin-chi, "What does it mean to snatch away the person, but save the object?" Lin-chi answered, "When the sun is bright flowers cover all the earth, the baby's hair hangs down as white as snow." The monk asked again,

"What does it mean to snatch away the object, but save the person?" Lin-chi answered, "The king's commands are sanctioned by the nation, the general, free from smoke and dust, has gone abroad." The monk asked, "What does it mean to snatch away both the person and the object?" Lin-chi answered, "When no message comes from Ping and Feng, at last one is alone." The monk asked again, "What, then, does it mean to snatch away neither the person nor the object?" Lin-chi answered, "While the emperor ascends his royal throne, old peasants sing their songs."

First, to Snatch Away the Person But Not to Snatch the Object: Forget people, but not forget external sceneries, or an objective point of view, one of four considerations of Lin-Chi school (an offshoot of the Ch'an). This method is very good for those who harbor discriminations in terms of attachment to phenomena. In short, 'to snatch away (or to reject, to refuse, to repudiate, disapprove, or steal away) the person but not to snatch (or to save) the object' means to disapprove or reject the questioner but not to reject or disapprove his remark. A monk asked Lin-chi, "What does it mean to snatch away the person, but save the object?" Lin-chi replied:

"When the sun is bright flowers cover all the earth.

The baby's hair hangs down as white as snow."

Although the stanza is reasonably clear, the gist of the fourfold method is still very difficult for ordinary people to understand. A chief monk asked Lin-chi, "Are not the teachings of the Three Vehicles and the Twelve Divisions given for illustrating Buddha-nature?" Lin-chi answered:

"The weeds have not yet been cleared away."

Lin-chi's answer implies an objection or snatching away the person, but not his remark (the object). In other words, Zen master approved what the monk had said (he agreed what the monk had said was correct), but from the practical Zen viewpoint one would say, "What is the use if one cannot have his Buddha-nature unfolded?" It is similar to the saying "Much talk about food will never still one's hunger." Or again, "If the teaching of the Buddha cannot actually bring one to direct enlightenment, what difference remains between common weeds and bulky sutras?" There was nothing wrong with the remark made by the monk, but the fault lay in his lack of a direct experience in Prajna-truth.

This was why Lin-chi said, "Weeds have not yet been cleared away." The monk seemed disagreeing by asking, "But can the Buddha ever cheat me?" Lin-chi replied, "Where is the Buddha?" To a person who has no direct experience of the innate Buddhahood within himself Buddha is merely a name, a motion or shadow which does not mean anything at all. That is why Lin-chi said mockingly to him, "Where is the Buddha?" According to Zen master Tsu-yuan, author of the book titled "Mind, the Source of All Dharmas," one day, a monk came and asked, "What does it mean to snatch away the person but not snatch away (save) the object?" Tsu-yuan replied, "In the realm of self-awareness, if one can empty one's mind, what obstruction can be there from an outer object? Therefore, when a Zen master teaches a disciple of low capacity, he should snatch away the person but not the object." The following is another example of "Snatching away the person but not snatching the object": One day when Zen master Lin-chi saw a monk approaching him, he raised his dust-whisk. The monk then bowed before him, but Lin-chi beat him. After a while another monk came. Lin-chi again raised his dust-whisk. When the monk paid no respect to him, Lin-chi beat him as well. The paying or not paying respect was obviously not the real reason for the beatings. The fact was that as soon as Lin-chi saw these two monks he immediately knew what kind of men they were. No matter whether they bowed or not, he beat them both. This shows clearly that what knew what cared for was not the outward action but the inner realization of the person.

Second, to Snatch Away the Object But Not to Snatch the Person: Forget people, but not forget external sceneries, or a subjective point of view, one of four considerations of Lin-Chi school (an offshoot of the Ch'an). This method is very good for those who hold to the concept of the reality of the ego. In short, 'to snatch away (or to reject, to refuse, to repudiate, disapprove, or steal away) the person's remark, but not to snatch (or to save) or to disapprove or reject the questioner himself. A monk asked Zen master Lin-chi, "What does it mean to snatch away the object, but save the person?" Lin-chi replied:

"The king's commands are sanctioned by the nation,

The general, free from smoke and dust, has gone abroad."

This stanza is very enigmatic and not reasonably clear, that makes the gist of the fourfold method is extremely difficult for ordinary

people to understand. According to Zen master Tsu-yuan, author of the book titled "Mind, the Source of All Dharmas," one day, a monk asked, "What does it mean to snatch away the object, but not the person?" Tsu-yuan replied, "In the realm of self-awareness, one does not dwell on outer objects but reflects with one's mind alone. Therefore, the Zen Master should snatch away the object but not the person when the disciple is of average capacity." Here is another example on "Snatching away the object but not snatching the person": One day, Lin-Chi entered the hall to preach, saying: "Over a mass of reddish flesh there sits a true man who has no title; he is all the time coming in and out from your sense-organs. If you have not yet testified to the fact, look, look!" A monk came forward and asked: "Who is this true man of no title?" Lin-Chi came right down from his straw chair and taking hold of the monk exclaimed: "Speak! Speak!" The monk remained irresolute, not knowing what to say, whereupon the master, letting him go, remarked, "What worthless stuff is this true man of no title!" Lin-Chi then went straight back to his room. This really shows that Zen master Lin-chi snatched away the object, i.e., the topic in question or the notion one has in mind. The koan shows how the Zen master sets the trap with a fancy idea and a strange name and waits for the clinging-bound and the constantly pursuing disciple to fall into it. This kind of surprising shock will not only knock all notions from one's sequential thought but also bring one to the state of the beyond.

Third, to Snatch Away Both the Person and the Object: To eliminate both subjective and objective. This is one of Lin-Chi's Four Distinctions. Both subjective and objective, one of the four considerations of Lin-Chih school. Zen masters use this method to help disciples to get rid of both attachment to the reality of the ego and attachment to phenomena. In short, 'to snatch away both subjective and objective means to reject (to refuse, to repudiate, disapprove, or steal away) both the person and his remark. A monk asked Zen master Lin-chi, "What does it mean to snatch away both the person and the object?" Lin-chi replied:

"When no message comes from Ping and
Feng At last one is alone."

This stanza is very enigmatic and not reasonably clear, that makes the gist of the fourfold method is still very difficult for ordinary people

to understand. According to Zen master Tsu-yuan, author of the book titled "Mind, the Source of All Dharmas," one day, a monk asked, "What does it mean to snatch away both the person and the object?" Tsu-yuan answered, "In the realm of self-awareness, both the mind and the objects are empty; whence, then, comes the delusion? Therefore, the Zen Master should snatch away both the person and the object when the disciple is well-endowed." Here is another example on "Snatching away both the person and object": One day, Zen master Lin-chi was invited by his patron to give a sermon. When he ascended to his seat and was just about to preach, Ma-ku came forward and asked him, "The All-merciful One (Avalokitesvara) has a thousand arms and a thousand eyes. Which is the main eye?" Lin-chi answered, "The All-merciful One has a thousand arms and a thousand eyes. Which is the main eye? Say it! Say it!" Ma-ku then forcibly dragged Lin-chi down from the seat and sat upon it himself. Lin-chi walked very close to Ma-ku and said to him very humbly, "I do not understand, sir." Ma-ku was about to say something, when Lin-chi immediately dragged him down from the seat and again sat on it himself. Ma-ku then walked out of the hall. After Ma-ku had left Lin-chi also descended from the seat, and no sermon was given. This koan shows how both Lin-chi and Ma-ku tried to snatch away each other, and how both the questioner and the answerer tried to strip off from each other every bit of objective understanding and subjective attitude. The highlight is in the last part of the story: after Lin-chi had ascended the seat for the second time, Ma-ku went out of the hall. When Lin-chi saw Ma-ku leave, he also descended from the seat, and no sermon was given. If Ma-ku had not walked out, or if Lin-chi had remained on his seat as a victor, each of them would then have fallen into the trap of the other and would have been caught in the snare-of-clingings.

Fourth, to Snatch Away Neither the Person Nor the Object: To eliminate neither subjective nor objective. This is one of Lin-Chi's Four Distinctions. Neither subjective nor objective, one of the four considerations of Lin-Chih school. In other words, 'to snatch away neither subjective nor objective means to approve both the person and his remark. A monk asked Zen master Lin-chi, "What does it mean to snatch away neither the person nor the object?" Lin-chi replied:

"While the emperor ascends his royal throne

Old pleasants sing their songs."

Although the stanza is reasonably clear, the gist of the fourfold method is still very difficult for ordinary people to understand. According to Zen master Tsu-yuan, author of the book titled "Mind, the Source of All Dharmas," one day, a monk asked, "What, then, does it mean to snatch away neither the person nor the object?" Tsu-yuan said, "In the realm of self-awareness, mind naturally remains as mind and objects as objects. The Zen Master therefore takes away neither the object nor the person when the disciple is highly gifted." Here is another example on "Snatching away neither the person nor object": One day, Lin-Chi was sleeping in the monk's hall. Huang-Bo came in and, seeing Lin-Chi lying there, struck the floor with his staff. Lin-Chi woke up and lifted his head. Seeing Huang-po standing there, he then put his head down and went back to sleep. Huang-po struck the floor again and walked to the upper section of the hall. Lin-Chi went to Huang-po's room to thank him and to pay his respect. When Lin-Chi saw Huang-po coming he purposely closed his eyes, completely disregarding and rejecting his revered Master. Huang-po even more profound than Lin-Chi, he mockingly pretended to frightened by this psychological blow; this would snatch away both the person and object. Lin-Chi's intention was brought out into the open, and his psychological blow thus missed its mark. Surpassed by his Master in profundity and with his understanding sharpened.

Further Interpretations of the 'Four Distinctions' from Zen Master Tsu-Yuan in His Book Titled "Mind, the Source of All Dharmas": Author of the book titled "Mind, the Source of All Dharmas." One day, a monk came and asked, "What does it mean to snatch away the person but not snatch away (save) the object?" Tsu-yuan replied, "In the realm of self-awareness, if one can empty one's mind, what obstruction can be there from an outer object? Therefore, when a Zen master teaches a disciple of low capacity, he should snatch away the person but not the object." The monk asked, "What does it mean to snatch away the object, but not the person?" Tsu-yuan replied, "In the realm of self-awareness, one does not dwell on outer objects but reflects with one's mind alone. Therefore, the Zen Master should snatch away the object but not the person when the disciple is of average capacity." The monk asked, "What does it mean to snatch

away both the person and the object?" Tsu-yuan answered, "In the realm of self-awareness, both the mind and the objects are empty; whence, then, comes the delusion? Therefore, the Zen Master should snatch away both the person and the object when the disciple is well-endowed." The monk asked, "What, then, does it mean to snatch away neither the person nor the object?" Tsu-yuan said, "In the realm of self-awareness, mind naturally remains as mind and objects as objects. The Zen Master therefore takes away neither the object nor the person when the disciple is highly gifted."

VII. The Lin Chi Zen School Does Not Accept Easy, Facile, Loose Talks or Explanations:

According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume XII, one day, Zen Master Linji entered the hall and addressed the monks, saying: "You should not let masters everywhere to approve you at their convenience; then go out and declare that you're awakened. Zen students today are totally unaware of truth. They are like foraging goats that pick up whatever they bump into. They do not distinguish between the servant and the master, or between the guest and the host. People like this enter Zen with distorted minds, and are unable to enter effectively into dynamic situations. They may be called true initiates, but actually they are really mundane people. Those who really leave attachments must master real, true perception to distinguish the enlightened from the obsessed, the genuine from the artificial, the unregenerate from the sage. If you can make these discernments, you can be said to have really left dependency... Now there is an obsession with Buddhism that is mixed in with the real thing. Those with clear eyes cut through both obsession and Buddhism. If you love the sacred and despise the ordinary, you are still bubbles in the ocean of delusion."

VIII. The Differences Between Tsao-Tung & Lin-Chih:

Sincerely speaking, the koan exercise, the mainstay if not the only stay of the Lin-Chih practice, is too difficult and too uncongenial for modern mind. Meanwhile the plain and tangible approach of the Tsao Tung sect may be much better suited to many people in this twenty-first century. Besides, for Lin Chi Zen practitioners, in practicing Zen

by means of the koan exercise, one must constantly rely on a competent Zen Master from the beginning to end. This again presents an extremely difficult problem in the modern society. Another problem to the koan exercise is that it tends to create a constant strain on the mind, which will not relieve, but only intensify, the mental tensions which many people suffer in nowadays society. According to Professor Chen-Chi in "The Practice of Zen", (p.55), for many generations the Tsao Tung and the Lin-Chih have been "rival" sects, each offering, in certain aspects, a different approach to the Zen practices. Because of these different approaches the individual student can choose the one that suits him best and helps him most. The superiority or preferability of the plain, tangible, explicit Indian approach to Zen, advocated by the Tsao Tung sect, over the bewildering, ungraspable, and "esoteric" Chinese Ch'an approach represented by the Lin-Chih sect, has always been a controversial subject. In short, the Tsao Tung approach to Zen practice is to teach the student how to observe his own mind in tranquility. The Lin-chih approach, on the other hand, is to put the student's mind to work on the solution of an unsolvable problem known as the koan, or hua-tou exercise. The koan practice of the Lin Chi Zen School can be considered as covert or esoteric. While the practice of the Ts'ao Tung Zen School may be regarded as overt or exoteric. Objectively speaking, both of these approaches possess their merits and demerits, their advantages as well as their disadvantages. If one wants to by-pass the recondite and cryptic Zen elements and try to grasp directly a plain and tangible instruction that is genuinely practical, the Tsao Tung approach is probably the more suitable. But if one wants to penetrate more deeply to the core of Zen, and is willing to accept the initial hardships and frustrations, the approach of the Lin-Chih sect, the most prevalent and popular Zen sect in both China and Japan today, is probably preferable.

(G) Practices of Zen in the Lin Chi Zen School: An Able Path Leading to the Liberation in This Very Life

As mentioned above, Zen theories and practices of the Lin Chi Zen School belong to the tradition of Mahayana Zen and the Patriarchal Zen. Besides, according to Buddhism, Mahayana Zen and Zen of the

highest vehicle are in fact complementary for one another. For these reasons, at that time, it was said that practices of Zen in the Lin Chi Zen School was an able path leading to the liberation in this very life. When rightly practiced, you sit in the firm conviction that meditation is the actualization of your undefiled True-nature, and at the same time you sit in complete faith that the day will come when, exclaiming "Oh, this is it!" You will unmistakably realize this True-nature. Therefore, you need not self-consciously strive for enlightenment. According to Zen Master Kuei-Feng Tsung-Mi in the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume XIII, Zen practitioners who enlighten on both the emptiness of the self and things, these practitioners have been practicing on the Mahayana Zen. Zen Master Kuei-Feng Tsung-Mi usually told his disciples: Zen practitioners who practice exactly the way the Buddha did, they are practicing the Zen of the Highest Vehicle. Practitioners with Sudden Enlightenment formerly and today always have a Self-existent pure mind because the nature of the original nature is always pure in its original essence. The self-nature is originally pure in itself, neither produced nor destroyed, originally complete in itself, originally without movement, and can produce the ten thousand dharmas. In other words, the Emptiness and calmness of Self-nature also mean the immaterial, a condition beyond disturbance, the condition of Nirvana. According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume V, one day the Sixth Patriarch addressed the assembly as follows: "I have a thing. It has no head or tail, no name or label, no back or front. Do you all know what it is?" Shen-Hui stepped forward and said, "It is the root source of all Buddhas, Shen-Hui's Buddha nature!" Also, according to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume V, and the Hsien-Tsung Chi, one day, a monk came and asked Zen Master Shen-Hui: What is the Great Vehicle and what is the Highest Vehicle? Zen Master Shen-Hui replied: The Great Vehicle is the Bodhisattva and the Highest Vehicle is the Buddha. A Bodhisattva who practices Dana Paramita only see three kinds of emptiness: Emptiness of the giver, emptiness on the thing that is given, and emptiness on the receiver. Meanwhile, a practitioner who practices Zen of the Highest Vehicle only sees the Emptiness of Self-nature.

According to Buddhism, practices of meditation help beings liberating human beings' sufferings and afflictions in this life. All the Buddha's teachings recorded in the Pali Canon are aimed at liberating human beings' sufferings and afflictions in this life. They have a function of helping human beings see the way to make arise the skilful thought, to release the opposite evil thought controlling their mind. For example, the five meditative mental factors releasing the five hindrances; compassion releasing ill-will; detachment or greedlessness releasing greediness; wisdom releasing illusion; perception of selflessness, impermanence and suffering releasing perception of selfishness, permanence and pleasure, and so on. The Pure Land Sect believes that during this Dharma-Ending Age, it is difficult to attain enlightenment and emancipation in this very life if one practices other methods without following Pure Land at the same time. If emancipation is not achieved in this lifetime, one's crucial vows will become empty thoughts as one continues to be deluded on the path of Birth and Death. Devoted Buddhists should always be very cautious, not to praise one's school and downplay other schools. Devoted Buddhists should always remember that we all are Buddhists and we all practice the teachings of the Buddha, though with different means, we have the same teachings, the Buddha's Teachings; and the same goal, emancipation and becoming Buddha. To understand Buddhism properly we must begin at the end of the Buddha's career. The year 486 B.C. or thereabouts saw the conclusion of the Buddha's activity as a teacher in India. The death of the Buddha is called, as is well known, 'Nirvana,' or 'the state of the fire blown out.' When a fire is blown out, nothing remains to be seen. So, the Buddha was considered to have entered into an invisible state which can in no way be depicted in word or in form. Just prior to his attaining Nirvana, in the Sala grove of Kusinagara, the Buddha spoke to His disciples to the following effect: "Do not wail saying 'Our Teacher has passed away, and we have no one to follow.' What I have taught, the Dharma (ideal) with the disciplinary (Vinaya) rules, will be your teacher after my departure. If you adhere to them and practice them uninterruptedly, is it not the same as if my Dharma-body (Dharmakaya) remained here forever?"

Everyone of us should always be mindful of what is happening at this very moment. In Buddhist cultivation, to practice meditation means

to be mindful of what is happening at this very moment, is the kind of attention which is necessary for any Zen practitioners. This is the state of total oneness with the object, and this is also our wish in life. In fact, in daily life, everyone of us should always be mindful of what is happening at this very moment. For daily activities, the attention on one object is relatively easy, but this kind of attention in Zen is more valuable and much harder, because we have a tendency dream about future, about the nice things we are going to have or are going to happen to us in the future. So, we try to filter anything happening in the present through our reasoning: "I do not like that; I do not have to listen to that, and so on and so on." And so, we are willing to forget about our present and start dreaming of what is going to happen in the future. But when we behave like that, we will never see the precious very present moment. One of the difficult problems for Zen practitioners is to constantly guide our wandering mind back to this very moment, because the ability to live in the present moment is all that we have to develop so that we can have a mindful life at this very moment. As a matter of fact, if we cannot live with the precious present moment from having sit quietly, our Zen sitting is nothing but fatigue, boredom, pain in both legs and the whole body.

Zen helps beings liberating human beings' sufferings and afflictions in this life. As a matter of fact, all the Buddha's teachings recorded in the Pali Canon are aimed at liberating human beings' sufferings and afflictions in this life. They have a function of helping human beings see the way to make arise the skilful thought, to release the opposite evil thought controlling their mind. For example, the five meditative mental factors releasing the five hindrances; compassion releasing ill-will; detachment or greedlessness releasing greediness; wisdom releasing illusion; perception of selflessness, impermanence and suffering releasing perception of selfishness, permanence and pleasure, and so on. The Pure Land Sect believes that during this Dharma-Ending Age, it is difficult to attain enlightenment and emancipation in this very life if one practices other methods without following Pure Land at the same time. If emancipation is not achieved in this lifetime, one's crucial vows will become empty thoughts as one continues to be deluded on the path of Birth and Death. Devoted Buddhists should always be very cautious, not to praise one's school

and downplay other schools. Devoted Buddhists should always remember that we all are Buddhists and we all practice the teachings of the Buddha, though with different means, we have the same teachings, the Buddha's Teachings; and the same goal, emancipation and becoming Buddha. To understand Buddhism properly we must begin at the end of the Buddha's career. The year 486 B.C. or thereabouts saw the conclusion of the Buddha's activity as a teacher in India. The death of the Buddha is called, as is well known, 'Nirvana,' or 'the state of the fire blown out.' When a fire is blown out, nothing remains to be seen. So, the Buddha was considered to have entered into an invisible state which can in no way be depicted in word or in form. Just prior to his attaining Nirvana, in the Sala grove of Kusinagara, the Buddha spoke to His disciples to the following effect: "Do not wail saying 'Our Teacher has passed away, and we have no one to follow.' What I have taught, the Dharma (ideal) with the disciplinary (Vinaya) rules, will be your teacher after my departure. If you adhere to them and practice them uninterruptedly, is it not the same as if my Dharma-body (Dharmakaya) remained here forever?"

According to Buddhism, the present moment is all that we have in this life. Zen practitioners should always remember that the present moment is all that we have in this life. As a matter of fact, there is no hurry, no place to go, nothing else to do. Just this very moment is all that we have in this life. Zen means knowing how to settle back into this very moment, that's all! Therefore, we should be very mindful in all activities during the day; notice carefully all our movements. The continuity of awareness will help meditation deepens, so we will be more calm and more peaceful.

In order to achieve the Liberation in this very life, Zen practitioners should have an acceptance of being with what really is at this very moment. In cultivation of meditation, practitioners must see the true face of reality. Reality is the essence or substance of anything or real state, or reality. According to the Madhyamaka philosophy, Reality is non-dual. The essential conditionedness of entities, when properly understood, reveals the unconditioned as not only as their ground but also as the ultimate reality of the conditioned entities themselves. In fact, the conditioned and the unconditioned are not two, not separate, for all things mentally analyzed and tracked to their

source are seen to enter the Dharmadhatu or Anutpadadharma. This is only a relative distinction, not an absolute division. According to Buddhism, in order to achieve the liberation in this very life, Zen practitioners should have an acceptance of being with what really is at this very moment. Zen practice will help us to live a more comfortable life. A person who has a more comfortable life is one who is not dreaming, but to be with what really is at this very moment, no matter what it is: good or bad, healthy or unhealthy (being ill), happy or not happy. It does not make any difference. Zen practitioners are always with life as it is really happening, not wandering around and around. If we can accept things just the way they are, we are not going to be greatly upset by anything. And if we do become upset, it is over quickly. Therefore, all that a Zen practitioner needs to do is to be with what is happening at this very moment (right now, right here). As a matter of fact, when our mind is drifting away from the present, what we will do is to try to listen to whatever is happening (sounds or noises) around us; we will make sure that there is nothing we miss. Consequently, we cannot have a good concentration. So, one of the most important things that any Zen practitioner has to do is to bring our lives out of dreamland and into the real reality that it is.

In the Forty-Two Sections Sutra, the Buddha said: “Those who cultivate meditation are like floating pieces of woods in the water flowing above the current, not touching either shore and that are not picked up by people, not intercepted by ghosts or spirits, not caught in whirlpools, and that which do not rot. I guarantee that these pieces of wood will certainly reach the sea. I guarantee that students of the Way who are not deluded by emotional desire; nor bothered by myriad of devious things but who are vigorous in their cultivation or development of the unconditioned will certainly attain the way.” For left-home people, basically speaking, all teachings of the Buddha are aimed at releasing human beings’ troubles in this very life. They have a function of helping an individual see the way to make arise the wholesome thoughts to release the opposite evil thoughts. For example, meditation helps releasing hindrances; fixed mind releasing scattered minds that have controlled human minds since the beginninglessness; compassion releasing ill-will; detachment or greedlessness releasing greediness; the perceptions of selflessness and impermanence releasing the

concepts of “self” and “permanence”; wisdom or non-illusion releasing illusion, and so on. However, the cultivation must be done by the individual himself and by his effort itself in the present. As for laypeople, the Buddha expounded very clearly in the Sigalaka Sutta: not to waste his materials, not to wander on the street at unfitting times, not to keep bad company, and not to have habitual idleness, not to act what is caused by attachment, ill-will, folly or fear. In the Five Basic Precepts, the Buddha also explained very clearly: not taking life, not taking what is not given, not committing sexual misconduct, not lying, and not drinking intoxicants. Besides, laypeople should have good relationships of his family and society: between parents and children, between husband and wife, between teacher and student, among relatives and neighbors, between monks, nuns, and laypeople, between employer and employee. These relationships should be based on human love, loyalty, gratitude, sincerity, mutual acceptance, mutual understanding, and mutual respect. If left-home people and laypeople can practice these rules, they are freed from sufferings and afflictions in this very life.

As mentioned in the preface, this writing is not a profound philosophical study of the Lin Chi Zen School, but a writing that briefly summarizes Zen theories and practices of the Lin Chi Zen School and its methods of cultivation. Devout Buddhists should always remember the ultimate goal of any Buddhist cultivator is to attain enlightenment and emancipation, that is to say to see what method or methods to escape or to go beyond the cycle of births and deaths right in this very life. The path of cultivation still demands continuous efforts with right understanding and practice. Presently even with so many books available on Buddhism, I venture to compose this writing titled “A Summary of Zen Theories & Practices in the Tradition of the Lin Chi Zen School” in Vietnamese and English to introduce basic things theories and practices of the Lin Chi Zen School to all Buddhist followers in all levels, especially Buddhist beginners. Hoping this little contribution will help Buddhists in different levels to understand Buddhist Zen and to know how to achieve a life of peace, mindfulness and happiness.

Table of Content

<i>Preface</i>	157
 (A) <i>The Buddha & the Birth of Meditation</i>	 159
I. <i>A Summary of the Birth of Meditation in Buddhism</i>	159
II. <i>Buddhism Is a Religion of Wisdom of Emancipation, and Meditation in Buddhism Is Aiming at That Wisdom</i>	160
III. <i>As a Matter of Fact, the Title “Buddha” Speaks Out All the Meanings of Meditation</i>	161
 (B) <i>An Outline of Meditation and Contemplation in Buddhist Teachings</i>	 162
I. <i>An Outline of Meditation and Contemplation in Buddhist Teachings</i>	162
II. <i>An Overview of the Fragrance of Zen in Guiding Scriptures for Buddhist Cultivation</i>	165
 (C) <i>Summaries of the Zen School & The Chinese Zen Sects</i>	 169
(C-1) <i>Summaries of Philosophy & Preliminary of the Zen School</i>	169
I. <i>An Overview on Dhyana</i>	169
II. <i>Philosophical & Preliminary of Zen</i>	170
III. <i>Four Special Characteristics of Zen Buddhism</i>	173
IV. <i>Meditation Practices</i>	175
V. <i>Trikaya According to the Zen School</i>	176
VI. <i>Four Stages of Development of Zen in Zen Sect</i>	177
 (C-2) <i>Summaries of the Chinese Zen Sects</i>	 178
I. <i>An Overview of the Zen Sects in China</i>	178
II. <i>The Five Ch’an Schools After the Sixth Patriarch Hui-Neng</i>	178
 (D) <i>Zen Theories & Practices of the Lin Chi Zen School Directly Inherited the Tradition of Zen Methods from the Indian Zen Tradition to the First Patriarch Bodhidharma to the Founding Patriarch Lin Chi I Hsuan</i>	 181
 (D-1) <i>Winking and Twirling a Flower Between the Fingers: Zen Theories and Practices of Indian Zen Tradition Before the Time of the First Patriarch Bodhidharma</i>	 181
 (D-2) <i>The First Patriarch Bodhidharma's Methods of Zen</i>	 187
I. <i>A Summary of the First Patriarch Bodhidharma's Methods of Zen</i>	187
II. <i>The First Patriarch Bodhidharma's Transmission of Zen Methods in China</i>	189
III. <i>Bodhidharma's Eight Fundamental Principles Play the Key Role in the Zen School</i>	194

IV. <i>Bodhidharma & the Doors of Non-Seeking</i>	204
V. <i>To Cultivate the Mind-Essence Transmitted by All Buddhas</i>	208
VI. <i>A Summary of Main Ideas of Bodhidharma's Methods of Contemplation of the Mind</i>	211
 (D-3A) <i>Essential Summaries of The Sixth Patriarch Hui-Neng's Methods of Zen</i>	 242
I. <i>The Way Is Awakened from the Mind</i>	242
II. <i>Hui-Neng's Sudden Teachings</i>	245
III. <i>Seeing One's Own Nature and Becoming A Buddha According to the Sixth Patriarch Hui-Neng</i>	248
IV. <i>Hui-Neng: A Single Enlightened Thought, the Living Being Is A Buddha, Unenlightened, the Buddha is a Living Being</i>	250
V. <i>In One's Own Body to Have the Trikaya Three Bodies of a Single Substance</i>	253
VI. <i>To See Your Own Nature in Every Thought</i>	255
VII. <i>Even Name and Described, Buddha-Nature Remains Without Name or Description</i>	256
VIII. <i>The Setting Up of Marks Is Mind, Separation from Them Is Buddha</i>	256
 (D-3B) <i>The Sixth Patriarch Hui-Neng's Methods of Cultivation of Meditation</i>	 257
I. <i>Purposes of Meditation Practices in Buddhist Cultivation</i>	257
II. <i>Cultivation of Meditation Takes Concentration and Wisdom As Its Foundation</i>	260
III. <i>The Door of Sitting in Meditation Consists Fundamentally of Attaching Oneself Neither to the Mind Nor to Purity; It Is Not Non-Movement</i>	263
IV. <i>Different Important Meanings Between Shen-Hsiu's Teaching and That of Hui-Neng</i>	264
 (E) <i>Zen Theories & Practices of the Lin Chi Zen School Based on Zen Methods from the Pioneer Patriarchs After the Sixth Patriarch Hui-Neng to the Founding Patriarch Lin-Chi I Hsuan</i>	 267
 (E-1) <i>Zen Theories & Practices in the Mahayana Zen & the Patriarchal Zen</i>	 267
 (E-2) <i>Zen Theories & Practices of the Lin Chi Zen School Based on Dharma-Talks from the Pioneer Patriarchs After the Sixth Patriarch Hui-Neng to the Founding Patriarch Lin-Chi I Hsuan</i>	 271
 (E-2A) <i>An Overview of Pioneer Patriarchs of the Lin Chi Zen School</i>	 271

<i>(E-2B) Zen Theories & Practices of the Lin Chi Zen School Based on Dharma-Talks from the Pioneer Patriarchs After the Sixth Patriarch Hui-Neng to the Founding Patriarch Lin-Chi I Hsuan</i>	272
<i>I. Zen Master Nan-Yueh Huai-Jang's Dharma Talks</i>	272
<i>II. Zen Master Ma-tsu Tao-i's Dharma Talks</i>	274
<i>III. Zen Master Pai-chang-Huai-hai's Dharma Talks</i>	281
<i>IV. Zen Master Huang-po Hsi-yun's Dharma Talks</i>	290
<i>V. Zen Master Lin-chi-I-hsuan's Dharma Talks</i>	293
 <i>(F) Summaries of Zen Theories & Practices of the Lin-Chi Zen School</i>	 300
<i>I. An Overview of Lin Chi's Meditation Methods</i>	300
<i>II. Four Kinds of Lin-Chi's Cry (Katsu)</i>	302
<i>III. Four Ways of Seeing</i>	303
<i>IV. Lin-Chih: Beating and Crying Like the Manner of Commanding Generals</i>	303
<i>V. Practicing Zen Through the Koan Exercise & Working on a Head Phrase in the Lin-chi Sect</i>	304
<i>VI. Lin-Chi's Four Distinction</i>	312
<i>VII. The Lin Chi Zen School Does Not Accept Easy, Facile, Loose Talks or Explanations</i>	318
<i>VIII. The Differences Between Tsao-Tung & Lin-Chih</i>	318
 <i>(G) Practices of Zen in the Lin Chi Zen School: An Able Path Leading to the Liberation in This Very Life</i>	 319
 <i>Table of Content</i>	 327
<i>Mục Lục Phần Tiếng Việt</i>	153
<i>References</i>	331

Tài Liệu Tham Khảo

References

- 1) *The Art Of Chinese Poetry*, James J. Y. Liu, London, 1962.
- 2) *The Art of Zen*, Stephen Addiss, NY, U.S.A., 1989.
- 3) *Ba Trụ Thiền*, Roshi Philip Kapleau, Việt dịch Đỗ Đình Đồng, U.S.A., 1962.
- 4) *Bá Trượng Ngũ Lục*, dịch giả Dương Thanh Khôi, Vinhlong, VN, 2012.
- 5) *Being Zen: Bringing Meditation To Life*, Ezra Bayda, Shambhala, Boston, MA, 2002.
- 6) *Bích Nham Lục*, Thiền Sư Viên Ngộ, dịch giả, Thích Thanh Từ, 1995.
- 7) *The Blue Cliff Record*, translated into English by Thomas Cleary & J.C. Cleary, Boston Massachusetts, U.S.A., 1977.
- 8) *Book Of Serenity*, Thomas Cleary, Boston, Massachusetts, U.S.A., 1988.
- 9) *The Book of Tea*, Kakuzo Okakura, NY, U.S.A., 1964.
- 10) *Bồ Đề Đạt Ma Quán Tâm Pháp*, Việt dịch Minh Thiền, 1972.
- 11) *The Brightened Mind*, Ajahn Sumano Bhikkhu, India, 2011.
- 12) *The Buddha's Ancient Path*, Piyadassi Thera, 1964.
- 13) *The Buddha And His Teaching*, Ernest K.S. Hunt, 1992.
- 14) *In the Buddha's Words*, Bhikkhu Bodhi, Somerville, MA, U.S.A., 2005.
- 15) *Buddhism In China*, Kenneth K. S. Ch'en, Princeton, New Jersey, U.S.A., 1964.
- 16) *Buddhism Is Not What You Think*, Steve Hagen, New York, U.S.A., 1999.
- 17) *A Buddhist Bible*, Rebert Aitken, Boston, Massachusetts, U.S.A., 1938.
- 18) *Buddhist Dictionary*, Thiện Phúc, Minh Đăng Quang, Westminster, CA, U.S.A., 2005.
- 19) *Buddhist Meditation*, Edward Conze, 1956.
- 20) *The Buddhist Teaching Of Totality*, Garma C.C. Chang, New Delhi, 1992.
- 21) *Calm and Insight*, Bhikkhu Khantipalo, 1981.
- 22) *Calming The Mind*, Gen Lamrimpa, 1992.
- 23) *Cảnh Đức Truyền Đăng Lục*, dịch giả Dương Thanh Khôi, Vinhlong, VN, 2012.
- 24) *Cao Tăng Triều Tiên*, Giác Huân, Việt dịch Thích Nguyên Lộc, NXB Phương Đông, VN, 2012.
- 25) *The Central Philosophy of Buddhism*, T.R.V. Murti, London, England, 1960.
- 26) *The Chan Handbook*, Ven. Master Hua, Ukiah, CA, U.S.A., 2004.
- 27) *Chùa Thập Tháp Di Đà Và Tổ Sư Nguyên Thiều Siêu Bạch*, Thích Viên Kiên, Viện Triết Lý VN & Triết Học Thế Giới, 2002.
- 28) *Chư Thiền Đức*, Thiện Phúc, USA, 2018, Tập I, II, III & IV—Zen Virtues, Thiện Phúc, USA, 2018, Volumes I, II, III & IV.
- 29) *Chứng Đạo Ca*, thiền sư Huyền Giác, dịch giả Trúc Thiên, 1970.
- 30) *A Concise Dictionary Of Buddhism & Zen*, Ingrid Fischer-Schreiber & Michael Diener, translated by Michael H. Kohn, Boston, U.S.A., 1991.
- 31) *The Connected Discourses of the Buddha*, translated from Pali by Bhikkhu Bodhi, 2000.
- 32) *Công Án Cửa Phật Thích Ca Và Tổ Đạt Ma*, Thích Duy Lực, Santa Ana, CA, U.S.A., 1986.
- 33) *Danh Từ Thiền Học Chú Giải*, Thích Duy Lực, Thành Hội PG TPHCM, 1995.
- 34) *Duy Ma Cật Sở Thuyết Kinh*, Hòa Thượng Thích Huệ Hưng, 1951.
- 35) *Duy Thức Học*, Thích Thắng Hoan, San Jose, CA, U.S.A., 1998.
- 36) *Đại Việt Sử Ký Toàn Thư*, Vol. I, Vol. II, Vol. III, Lê Văn Hưu, Dịch Giả Cao Huy Giu, NXBKHXH, V.N., 2004.
- 37) *Đạo Phật An Lạc và Tĩnh Thức*, Thiện Phúc, Anaheim, USA, 1996.
- 38) *Diamond Mind*, Rob Nairn, Shambhala, Boston, MA, U.S.A., 2001.
- 39) *The Diamond Sutra and The Sutra Of Hui-Neng*, A.F. Price and Wong Mou-Lam, 1947.
- 40) *The Diary Of A Meditation Practitioner*, Dr. Jane Hamilton Merrit, U.S.A., 1960.

- 41) *The Dictionary of Zen*, Ernest Wood, NY, U.S.A., 1962.
- 42) *Dictionary of Zen & Buddhist Terms*, Thiện Phúc, Vietnamese Oversea Buddhism, Anaheim, CA, U.S.A., 2016.
- 43) *Don't Just Do Something, Sit There*, Sylvia Boorstein, Harper, SF, CA, U.S.A., 1996.
- 44) *Dropping Ashes on the Buddha*, Seung Sahn, translated by Stephen Mitchell, NY, U.S.A., 1976.
- 45) *Đường Về Bến Giác*, Thích Thanh Cát, Palo Alto, CA, 1987.
- 46) *Đường Về Thực Tại*, Chu Túc Phu-Cát Túc Đình, dịch giả Từ Nhân, NXB Phương Đông, 2007.
- 47) *The Elements of Zen*, David Scott and Tony Doubleday, 1992.
- 48) *The English-Chinese Dictionary*, Lu Gusun, Shanghai, China, 1994.
- 49) *Essays In Zen Buddhism, First Series*, Daisetz Teitaro Suzuki, London, England, 1927.
- 50) *Essays In Zen Buddhism, Second Series*, Daisetz Teitaro Suzuki, London, England, 1933.
- 51) *Essays In Zen Buddhism, Third Series*, Daisetz Teitaro Suzuki, London, England, 1934.
- 52) *The Essence of Zen Practice*, Taizan Maezumì Rōshi, Shambhala, Boston, MA, U.S.A., 2001.
- 53) *Everyday Zen*, Charlotte Joko Beck, edited by Steve Smith, NY, U.S.A., 1998.
- 54) *The Experience of Insight*, Joseph Goldstein, Santa Cruz, CA, U.S.A., 1976.
- 55) *The Flower Ornament Scripture*, Shambhala: 1987.
- 56) *Food For The Thinking Mind*, Ven. K. Sri Dhammananda, Kuala Lumpur, Malaysia, 1999.
- 57) *Foundations of T'ien-T'ai Philosophy*, Paul L. Swanson, U.S.A., 1951.
- 58) *The Gateless Barrier*, Robert Aitken, San Francisco, CA, U.S.A., 1990.
- 59) *Generating The Mind Of Enlightenment*, The Dalai Lama XIV, 1992.
- 60) *The Gift Of Well-Being*, Ajahn Munido, UK, 1997.
- 61) *Gỗ Cửa Thiền*, Zen Master Muju, dịch giả Nguyễn Minh, NXB Văn Hóa Thông Tin, 2008.
- 62) *A Guide To Walking Meditation*, Thích Nhất Hạnh, 1985.
- 63) *A Heart Full of Peace*, Joseph Goldstein, Wisdom Publications, Boston, MA, 2007.
- 64) *A Heart As Wide As The World*, Sharon Salzberg, Boston, Massachusetts, U.S.A., 1997.
- 65) *Hiếu Về Trái Tim*, Thích Minh Niệm, NXB Trẻ, V.N., 2010.
- 66) *History of Japan*, R.H.P. Mason & J.G. Caiger, Tuttle Publishing, Osaki, Japan, 1997.
- 67) *History of the Karmapas*, Lama Kunsang and Lama Pemo, Translators: Lama Pemo and Jonathan C. Bell, Snow Lion Publication, NY, U.S.A., 2012.
- 68) *A History of Vietnam From Hong Bang To Tu Duc*, Oscar Chapuis, Greenwood Publishing Group, CT, U.S.A., 1995.
- 69) *History of Viet Nam*, Pham Tran Anh, Published by Amazon, U.S.A., 2015.
- 70) *History of Zen Buddhism*, Henrich Dumoulin, S.J., Beacon Press, Boston, MA, U.S.A., 1969.
- 71) *The Holy Teaching Of Vimalakirti*, Robert A.F. Thurman: 1976.
- 72) *How To Get From Where You Are To Where You Want To Be*, Cheri Huber, 2000.
- 73) *Hua-Yen Buddhism: The Jewel Net of Indra*, Francis H. Cook, NY, U.S.A., 1977.
- 74) *Hương Thiền*, Thích Nhật Quang, NXB TPHCM, 2001.
- 75) *The Illustrated Encyclopedia Of Zen Buddhism*, Helen J. Baroni, Ph.D., NY, U.S.A., 2002.
- 76) *Im Lặng Là Tiếng Động Không Ngừng*, Thích Giác Nhiệm, VN, 2004.
- 77) *An Index To The Lankavatara Sutra*, D.T. Suzuki, New Delhi, India, 2000.
- 78) *In This Very Life*, Sayadaw U. Pandita, 1921.
- 79) *In This Very Moment*, James Ishmael Ford, Boston, U.S.A., 1996.
- 80) *Infinite Circle: Teachings in Zen*, Bernie Glassman, Shambhala, Boston, MA, 2003.
- 81) *Insight Meditation*, Joseph Goldstein, 1993.
- 82) *The Intention of Patriarch Bodhidharma's Coming From the West*, Venerable Master Hsuan Hua, Buddhist Text Translation Society, Burlingame, CA, U.S.A., 1999.
- 83) *An Introduction To Zen Buddhism*, D.T. Suzuki, 1934.
- 84) *In the Light of Meditation*, Mike George, NY, U.S.A., 2004.
- 85) *It's Easier Than You Think*, Sylvia Boorstein, 1995.
- 86) *Journey To Mindfulness*, Bhante Henepola Gunaratana, Somerville, MA, U.S.A., 2003.
- 87) *Journey Without Goal*, Chogyam Trungpa, 1981.

- 88) *Just Add Buddha!*, Franz Metcalf, Berkeley, CA, U.S.A., 2004.
- 89) *Khai Mở Đạo Tâm, Đạo Sư Duy Tuệ*, U.S.A., 2008.
- 90) *Khi Nào Chim Sắt Bay*, Ayya Khema, Việt dịch Diệu Liên Lý Thu Linh, 2004.
- 91) *Kim Cang Giảng Giải*, Hòa Thượng Thích Thanh Từ, 1992.
- 92) *Kinh Nghiệm Thiền Quán*, Joseph Goldstein, dịch giả Nguyễn Duy Nhiên, NXB Đà Nẵng, 2007.
- 93) *Lịch Sử Thiền Học*, Ibuki Atsushi, dịch giả Tàn Mộng Từ, NXB Phương Đông, VN, 2001.
- 94) *The Lion Roar*, David Maurice, NY, U.S.A., 1962.
- 95) *Living Buddhist Masters*, Jack Kornfield, Unity Press, Santa Cruz, CA, U.S.A., 1977
- 96) *Mã Tổ Ngũ Lục*, dịch giả Dương Thanh Khải, Vinhlòng, VN, 2012.
- 97) *The Method of Zen*, Eugen Herrigel, 1960.
- 98) *Mindfulness, Bliss, And Beyond*, Ajahn Brahm, Wisdom Publications, Boston, MA, U.S.A., 2006.
- 99) *Mindfulness In Plain English*, Venerable Henepola Gunaratana, Taipei, Taiwan, 1991.
- 100) *Ngũ Đẳng Hội Nguyên*, Trung Quốc Phật Giáo Điển Trúcs Tuyển Tập, Bắc Kinh, 2002.
- 101) *Nghiên Cứu Kinh Lăng Già*, D.T. Suzuki, Việt dịch Thích Chơn Thiện & Trần Tuấn Mẫn, GHPGVN Ban Giáo Dục Tăng Ni, 1992.
- 102) *Opening The Hand of Thought: Approach To Zen*, Kosho Uchiyama, translated by Shohaku Okumura and Tom Wright, NY, U.S.A., 1993.
- 103) *Original Teachings of Ch'an Buddhism*, Chang Chung-Yuan, Pantheon Books, NY, U.S.A., 1969.
- 104) *Pháp Bảo Đàn Kinh*, Cư Sĩ Tô Quế, 1946.
- 105) *Pháp Bảo Đàn Kinh*, Mai Hạnh Đức, 1956.
- 106) *Pháp Bảo Đàn Kinh*, Hòa Thượng Thích Mãn Giác, 1985.
- 107) *Pháp Bảo Đàn Kinh*, Hòa Thượng Minh Trực, 1944.
- 108) *Pháp Bảo Đàn Kinh*, Hòa Thượng Thích Thanh Từ, 1992.
- 109) *Pháp Bảo Đàn*, dịch giả Dương Thanh Khải, Vinhlòng, VN, 2007.
- 110) *Pháp Bửu Đàn Kinh*, Hòa Thượng Thích Từ Quang, 1942.
- 111) *Pháp Môn Tọa Thiền*, Hòa Thượng Thích Giác Nhiên, 1960.
- 112) *Phật Pháp Căn Bản (Việt-Anh)—Basic Buddhist Doctrines*, 08 volumes, Thiện Phúc, USA, 2009.
- 113) *The White Poney: Poems of the T'ang Dynasty*, Robert Payne, NY, U.S.A., 1947.
- 114) *Practical Meditation*, Brahma Kumaris, World Spiritual University, London, England, 1985.
- 115) *Quy Sơn Cảnh Sách, Quy Sơn Linh Hựu*, dịch giả Nguyễn Minh Tiến, NXB Tôn Giáo, 2008.
- 116) *Quy Sơn Ngũ Lục*, dịch giả Dương Thanh Khải, Vinhlòng, VN, 2012.
- 117) *Returning To Silence: Zen Practice in Daily Life*, Dainin Katagiri, Shambhala, Boston, MA, U.S.A., 1988.
- 118) *Seeking the Heart of Wisdom*, Joseph Goldstein & Jack Kornfield, Shambhala, Boston, MA, 1987.
- 119) *Shortcuts To Inner Peace*, Ashley Davis Bush, Berkley Books, NY, U.S.A., 2011.
- 120) *Sixth Patriarch's Sutra*, Tripitaka Master Hua, 1971.
- 121) *Sống Thiền*, Eugen Herrigel, Việt dịch Thích Nữ Trí Hải, VN, 1989.
- 122) *Studies in Ch'an and Hua-Yen*, Robert M. Gimello and Peter N. Gregory, Honolulu, 1983.
- 123) *Thủ Lăng Nghiêm*, Minh Tâm Lê Đình Thám: 1961.
- 124) *Sử 33 Vị Tổ Thiền Tông Ấn-Hoa*, Thích Thanh Từ, NXB Tôn Giáo, VN, 2010.
- 125) *That Which You Are Seeking Is Causing You To Seek*, Cheri Huber, Murphys, CA, U.S.A., 1990.
- 126) *Thiền Trúc Tiểu Du Ký*, Thiện Phúc, USA, 2006.
- 127) *Thiền Căn Bản, Trí Giả Đại Sư, Trí Giả Đại Sư*, Hòa Thượng Thích Thanh Từ dịch, Dalat, VN, 1981.
- 128) *Thiền Dưới Ánh Sáng Khoa Học*, Thích Thông Triệt, Perris, CA, U.S.A., 2010.
- 129) *Thiền Đạo Tu Tập*, Chang Chen Chi, Việt dịch Như Hạnh, North Hills, CA, U.S.A., 1998.

- 130) *Thiền Định Thực Hành, Thuận Tâm, Nhà Sách Lê Lai, Saigon, VN, 1970.*
- 131) *Thiền Đốn Ngộ, Thích Thanh Từ, Tu Viện Chơn Không, VN, 1974.*
- 132) *Thiền Lâm Bảo Huấn, Diệu Hỷ & Trúc Am, dịch giả Thích Thanh Kiểm, NXB Tôn Giáo, 2001.*
- 133) *Thiền Lâm Tế Nhật Bản, Matsubara Taidoo, H.T. Thích Như Điển dịch, NXB Phương Đông, TPHCM, 2006.*
- 134) *Thiền Luận, 3 vols, D.T. Suzuki, dịch giả Trúc Thiên, 1926.*
- 135) *Thiền Phái Lâm Tế Chúc Thánh, Thích Như Tịnh, Illinois, U.S.A., 2006.*
- 136) *Thiền Sư, Thiện Phúc, USA, 2007.*
- 137) *Thiền Sư Thân Hội, H.T. Thích Thanh Từ, Thiền Viện Trúc Lâm Đà Lạt, VN, 2002.*
- 138) *Thiền Sư Trung Hoa, Hòa Thượng Thích Thanh Từ: 1995.*
- 139) *Thiền Sư Việt Nam, Hòa Thượng Thích Thanh Từ: 1972.*
- 140) *Thiền Tào Động Nhật Bản, Amazu Ryuushin, Việt dịch Thích Như Điển, Hannover, Germany, 2008.*
- 141) *Thiền Tông Trực Chỉ, Thiền sư Thiên Cơ, dịch giả Thích Thanh Từ, 2002.*
- 142) *Thiền Tông Việt Nam Cuối Thế Kỷ 20, Hòa Thượng Thích Thanh Từ, 1991.*
- 143) *Thiền Uyển Tập Anh, Lê Mạnh Thát, NXB TPHCM, 1999.*
- 144) *This Truth Never Fails, David Rynick, Wisdom Publications, Somerville, MA, U.S.A., 2012.*
- 145) *Thủ Lăng Nghiêm Kinh, Hòa Thượng Bích Liên, Hòa Thượng Như Phước, Hòa Thượng Từ Quang, 1957.*
- 146) *Thủ Lăng Nghiêm Kinh, Trí Độ và Tuệ Quang, 1964.*
- 147) *Thuật Ngữ Duy Thức Học, Giải Minh, NXB Phương Đông, 2011.*
- 148) *Three Hundred Poems of the T'ang Dynasty, Witter Bynner, NY, U.S.A., 1947.*
- 149) *Three Hundred Sixty-Five Zen Daily Readings, Jean Smith, Harper, SF, CA, U.S.A, 1999.*
- 150) *The Three Pillars of Zen, Roshi Philip Kapleau, 1912.*
- 151) *Three Zen Masters, John Steven, Kodansha America, Inc., NY, U.S.A., 1993.*
- 152) *T'ien-Tai Philosophy, Paul L. Swanson, Asian Humanities Press, Berkeley, CA, U.S.A., 1989.*
- 153) *Tổ Sư Bồ Đề Đạt Ma, H.T. Tuyên Hóa, Burlingame, CA, U.S.A., 1983.*
- 154) *Trung A Hàm Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.*
- 155) *Trung Bộ Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.*
- 156) *Trường A Hàm Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.*
- 157) *Trường Bộ Kinh, Hòa Thượng Thích Minh Châu: 1991.*
- 158) *Trường Bộ Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.*
- 159) *Tu Tập Chỉ Quán Tọa Thiền Pháp Yếu, Thiền Thái trí Giả Đại Sư, Việt dịch Hoàn Quan Thích Giải Năng, NXB Tôn Giáo, 2005.*
- 160) *Tuệ Trung Thượng Sĩ Ngữ Lục, Thích Thanh Từ, Thiền Viện Thường Chiếu, VN, 1996.*
- 161) *Từ Điển Phật Học Anh-Việt—English-Vietnamese Buddhist Dictionary, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 2007.*
- 162) *Từ Điển Phật Học Việt-Anh—Vietnamese-English Buddhist Dictionary, 6 volumes, Thiện Phúc, USA, 2005.*
- 163) *Từ Điển Thiền Tông Hán Ngữ, Hồ Bắc Nhân Dân Xuất Bản Xã, Trung Quốc, 1994.*
- 164) *Từ Điển Thiền Tông Hán Việt, Hân Mẫn & Thông Thiền, NXB TPHCM, 2002.*
- 165) *Từ Điển Thuật Ngữ Thiền Tông, Thông Thiền, NXB Tổng Hợp TPHCM, 2008.*
- 166) *Tương Ưng Bộ Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.*
- 167) *The Unborn, Bankei Yotaku, translated by Norman Waddell, NY, U.S.A., 1984.*
- 168) *Về Thiền Học Khởi Nguyên Của Phật Giáo Việt Nam, Thích Chơn Thiện, NXB Văn Mới, Gardena, CA, U.S.A., 2003.*
- 169) *Vô Môn Quan, Thiền Sư Vô Môn Huệ Khai, dịch giả Trần Tuấn Mẫn, VN, 1995.*
- 170) *Walking with the Buddha, India Dept. of Tourism, New Delhi, 2004.*
- 171) *What Is Zen? Alan Watts, Novato, CA, U.S.A., 1973.*
- 172) *When The Iron Eagle Flies, Ayya Khema, London, England, 1991.*
- 173) *Wherever You Go There You Are, Jon Kabat-Zinn, Hyperion, NY, U.S.A., 1994.*

- 174) *The Wisdom of Solitude*, Jane Dobisz, Harper, SF, CA, U.S.A., 2004.
- 175) *The Wisdom of the Zen Masters*, Irmgard Schloegl, NY, U.S.A., 1975.
- 176) *Zen Antics*, Thomas Cleary, Boston, MA, U.S.A., 1949.
- 177) *Zen Art For Meditation*, Stewart W. Holmes & Chimyo Horioka, Tokyo, 1973.
- 178) *Zen Buddhism: A History India and China*, Heinrich Dumoulin, World Wisdom, Indiana, U.S.A., 2005.
- 179) *Zen Buddhism: A History Japan*, Heinrich Dumoulin, Mcmillan Publishing, NY, U.S.A., 1990.
- 180) *Zen Buddhism and Psychoanalysis*, D.T. Suzuki and Richard De Martino, 1960.
- 181) *Zen's Chinese Heritage*, Andy Ferguson: 2000.
- 182) *Zen Dictionary*, Ernest Wood, NY, U.S.A., 1957.
- 183) *The Zen Doctrine of No Mind*, D.T. Suzuki, 1949.
- 184) *Zen In The Art Of Archery*, Eugen Herrigel, 1953.
- 185) *Zen And The Art Of Making A Living*, Laurence G. Boldt, Auckland, New Zealand, 1992.
- 186) *The Zen Art Book: The Art of Enlightenment*, Stephen Addiss & John Daido Loori, Shambhala, Boston, MA, U.S.A., 2007.
- 187) *The Zen Book*, Daniel Levin, Hay House Inc., U.S.A., 2005.
- 188) *Zen Buddhism*, The Peter Pauper Press, NY, U.S.A., 1959.
- 189) *Zen Dictionary*, Ernest Wood, NY, U.S.A., 1957.
- 190) *Zen Enlightenment Origin And Meaning*, Heinrich Dumoulin, Shambhala, Boston, MA, U.S.A., 1976.
- 191) *Zen Flesh Zen Bones*, Paul Reys, Tai Seng, Singapore, 1957.
- 192) *Zen and Japanese Culture*, Daisetz Teitaro Suzuki, Bollingen Foundation Inc., NY, U.S.A., 1959.
- 193) *Zen In The Light Of Science*, Thích Thông Triệt, Perris, CA, U.S.A., 2010.
- 194) *Zen Masters Of China*, Richard Bryan McDaniel, Tuttle Publishing, Vermont, U.S.A., 2013.
- 195) *Zen Masters Of Japan*, Richard Bryan McDaniel, Tuttle Publishing, Vermont, U.S.A., 2012.
- 196) *Zen Mind, Beginner's Mind*, Shunryu Suzuki, Tokyo, Japan, 1970.
- 197) *Zen Path Through Depression*, Philip Martin, Harper Collins Publishers, NY, U.S.A., 1999.
- 198) *Zen Philosophy, Zen Practice*, Hòa Thượng Thích Thiên Ân, 1975.
- 199) *Zen In Plain English*, Stephan Schuhmacher, New York, NY, U.S.A., 1988.
- 200) *The Zen & Pure Land Meditation*, Thich Huyen Dung, Chatsworth, CA, U.S.A., 2006.
- 201) *The Zen Teaching of Bodhidharma*, translated by Red Pine 1987.
- 202) *Zen: Tradition and Transition*, Kenneth Kraft, Gorve Press, NY, U.S.A., 1988.
- 203) *Zen Training of the Zen Buddhist Monk*, D.T. Suzuki, Cosimo Classic, NY, U.S.A., 2007.

