

Tâm Bản Nhiên

“DharmaTalk On One Mind”

Tác giả: Thiền sư Bassui Tokusho

Người dịch: Vy Khanh

Một trong những tuyên ngôn đầu tiên của đức Phật, ngay sau khi giác ngộ dưới gốc cây Bồ Đề, là “Tất cả chúng sinh đều có đủ đức tính trí tuệ Như Lai, chỉ vì vô minh che mờ Chân Tánh, khiến phải trôi lăn trong sinh tử”. Trí tuệ Như Lai, Chân Tánh chính là Phật Tánh, Giác Tánh, là Tâm Bản Nhiên.

Về Tâm Bản Nhiên, về vấn đề phá tan vô minh che mờ Chân Tánh, Giác Ngộ giải thoát trong đạo Phật, xin mời đọc bài “Dharma Talk On One Mind”, tác giả là thiền sư Bassui Tokusho, do Thiền sư Eido Shimano dịch từ Nhật ngữ qua Anh ngữ, Vy Khanh dịch ra Việt ngữ.

Trong bài pháp này, thiền sư Bassui, người đã thân chứng, đã phá tan vô minh, truyền lại cho chúng ta những kinh nghiệm và những giai đoạn tâm thức mà ngài đã kinh qua.

Thiền sư Bassui sinh năm 1327 tại thị trấn Kanagawa, Japan. Có tài liệu cho rằng do một thị kiến trong khi mang thai, bà mẹ tin rằng đứa bé sau này lớn lên sẽ trở thành quý mà giết cả cha mẹ, nên ngay sau khi sanh, đứa bé bị mẹ vứt bỏ. May nhờ có một gia nhân bí mật đem về nuôi nấng. Nhưng cũng có tài liệu cho rằng bà mẹ chỉ giả bộ vứt con đi thôi, vì ngay sau khi bà mẹ bỏ con, thì đã có gia nhân đến cứu, do bà mẹ sắp xếp trước, tin rằng làm như thế là đủ để thần linh ma quỷ cho là đứa bé không phải con mình, sau này quý sẽ không bắt làm những điều ác nữa.

“Nếu muốn tự giải thoát khỏi những nỗi thống khổ trong Lục Đạo Luân Hồi thì quý vị phải biết con đường trực ngộ thành Phật. Con đường này chẳng có gì khác hơn là nhận ra được Tâm của quý vị.

Vậy thì, Tâm này là gì?

Tâm này chính là bản chất chân thật tự nhiên vô hình của tất cả các loài sinh vật có tình cảm, nó vốn sẵn sàng, vốn hiện hữu ngay cả trước khi cha mẹ của quý vị được sinh ra, do đó, dĩ nhiên là nó đã có sẵn trước khi bản thân quý vị được sinh ra, nó vốn đã sẵn có đó, không thay đổi và không sinh diệt. Cho

nên người ta còn gọi nó là “Bộ mặt trước khi cha mẹ được sinh ra”.

Bản chất của Tâm này hoàn toàn thanh tịnh. Không phải vì chúng ta ra đời mà Tâm này mới được sinh ra và khi chúng ta chết đi thì Tâm này cũng không bị hoại diệt. Tâm này không có sự khác biệt giữa đàn ông và đàn bà, không có màu sắc của tốt hoặc xấu. Không thể so sánh Tâm này với bất cứ cái gì, cho nên được gọi là Tâm Bản Nhiên, Giác Tánh, Phật Tánh. Vô số lượng ý niệm đã khởi lên từ Tâm Bản Nhiên này như sóng nổi trên biển cả hoặc như hình ảnh phản chiếu trong gương vậy.

Nếu muốn nhận ra được Tâm này thì trước nhất quý vị phải nhìn vào ngọn nguồn mà từ đó các ý niệm khởi lên và trôi chảy. Dù khi ngủ hoặc làm việc, đi đứng hoặc nằm ngồi, phải tự tra vấn tận đáy lòng sâu thẳm: “Tâm của tôi là cái gì?” và thiết tha muốn có lời giải đáp. Đó gọi là “thực tập”, “hành trì”, “khát khao chân lý” hoặc “mong cầu giác ngộ”.

Cái gọi là tọa thiền thì cũng không có gì hơn là nhìn vào Tâm mình. Quán chiếu chính Tâm mình một cách tận lực còn tốt hơn là hằng ngày đọc nhiều vô số lượng kinh chú trong vô số lượng năm. Những loại cố gắng hình thức đó cũng tạo ra được một số phước báu, nhưng khi hưởng hết phước thì lại vẫn phải chịu sự đau khổ của Tam Ác Đạo. Bởi vì việc tìm tòi Tâm mình cuối cùng sẽ đưa tới giác ngộ cho nên cách hành trì này là điều kiện tiên quyết để trở thành Phật.

Dù đã từng phạm các tội Thập Ác hoặc Ngũ Nghịch, quý vị vẫn có thể chuyển hóa tâm thức và giác ngộ thành Phật ngay tức khắc. Nhưng đừng có phạm tội rồi mong đợi được cứu thoát nhờ sự giác ngộ bởi vì không có sự giác ngộ, hoặc Phật hay Tổ nào, có thể cứu kẻ tự lừa dối bản thân để lao mình xuống Ác Đạo.

Hãy tưởng tượng cảnh một đứa trẻ nằm ngủ cạnh cha mẹ, trong giấc mơ thấy bị đánh đập, hoặc bị bệnh nặng đau đớn. Cha mẹ nó không thể giúp dù nó đau khổ tới đâu, vì không ai có thể xen vào giấc mơ của người khác được. Nhưng nếu đứa trẻ thức dậy thì nó sẽ hết đau khổ ngay lập tức một cách tự động. Thì cũng như vậy, người nào nhận ra được Tâm mình chính là Phật thì ngay lập tức sẽ tự giải thoát khỏi mọi nỗi thống khổ của cảnh bị trôi lăn không ngừng trong dòng sông sinh tử. Nếu đức Phật có thể ngăn chặn được

thì quý vị có nghĩ rằng Ngài lại để cho ngay cả đến một chúng sinh phải rơi vào địa ngục chăng? Nếu không Giác Ngộ, không ai có thể thấu triệt được những điều ấy.

Ngay lúc này, cái gì là chủ thể ngắm nhìn màu sắc bằng mắt, nghe tiếng động bằng tai, giơ tay, nhắc chân. Chúng ta biết đó là những chức năng tâm ý thức của chính mình, nhưng không ai biết đích xác chúng đã được thực hiện như thế nào. Có thể khẳng định rằng không có thực thể nào đằng sau những hoạt động này, thế nhưng rõ ràng là chúng được thực hiện một cách tự phát đột khởi. Hoặc có thể khẳng định rằng quả thật đã có những hoạt dụng của thực thể nào đó, nhưng là thực thể vô hình.

Nếu coi như đây là một vấn đề khó hiểu, mọi suy luận để tìm câu trả lời đều ngưng bật, ta sẽ hoang mang, không còn biết phải làm gì. Trong tình trạng thuận lợi này, nỗi niềm thống thiết mong lời giải đáp của ta càng lúc càng sâu sắc hơn một cách không mệt mỏi, lên đến cực độ. Khi nỗi thắc mắc thâm nhập tới tận đáy lòng, sẽ xảy ra đột biến nơi tâm thức, hiển lộ chính Tâm này là Phật, là pháp giới Tánh Không.

Trong mộng, quý vị có thể quên đường về nhà. Quý vị nhờ ai đó chỉ lối hoặc cầu xin Trời Phật, nhưng cũng vẫn không về nhà được. Nhưng ngay khi tỉnh ngủ, ra khỏi giấc mơ, quý vị sẽ thấy mình đang nằm trên giường của chính mình và nhận chân được rằng chỉ có một con đường độc nhất để trở về là tự mình thức dậy, ra khỏi giấc mơ. Điều này gọi là “Trở về bản thể” hoặc “Tái sinh nơi an tịnh”. Đây là loại tỉnh thức nội tâm chỉ cần thực tập là người ta có thể đạt được. Hầu như tất cả những người hâm mộ tọa thiền và gắng sức trong hành trì thì dù là cư sĩ hay tu sĩ cũng đều có thể đạt được tới trình độ này. Nhưng dù chỉ tới trình độ này thôi, cũng không đạt được nếu không tọa thiền.

Dẫu vậy, bạn sẽ mắc một sai lầm quan trọng nếu như mới tới đây mà bạn đã tưởng rằng mình Triệt Ngộ, không còn điều hoài nghi về bản chất của thực thể. Như thế thì bạn cũng giống như một kẻ tìm được mỏ đồng đã vội bỏ ước vọng tìm ra mỏ vàng.

Đến giai đoạn tỉnh giác này, hãy tự tra vấn sôi nổi hơn nữa với câu: “Thân tôi như bóng ma, như bọt nổi trên dòng nước. Tâm tôi tự nhìn vào chính nó thì

rõ ràng là vô hình, chỉ như khoảng không gian trống rỗng, vậy thì từ nơi đâu trong đây nhận ra được âm thanh? Ai đang nghe?”

Cứ tự hỏi như thế bằng tất cả sự tha thiết, không hề buông lơì lòng nhiệt thành thì cái đầu óc lý sự sẽ kiệt quệ, dần dần chỉ còn lại nỗi thắc mắc mênh mông về câu hỏi không có giải đáp. Cuối cùng, ý thức về thân của bạn sẽ mất luôn. Những khái niệm và tư tưởng từ bao lâu nay chất chứa trong tâm bạn sẽ biến mất sau khi sự tra vấn tiến đến mức cùng cực, như là tất cả những giọt nước biến mất khỏi cái bình vỡ đáy, ngay đó hiển lộ tình trạng Triệt Ngộ như hoa bất thành linh nở bung trên cành cây héo tàn.

Tới đây là quý vị đã đạt được sự giải thoát chân thật. Tuy nhiên, đến giai đoạn này là lúc mà quý vị phải liên tục xả bỏ những gì đã nhận thức, dẹp luôn khái niệm về nhận thức, dẹp luôn chủ thể nhận thức, nghĩa là quyết tâm thấu suốt tận đáy, Tự Tánh sẽ hiển lộ ngày càng bừng sáng hơn và trong suốt, trong khi những vọng niệm u mê tan biến như viên ngọc được chà bóng sáng choang, cuối cùng sẽ chiếu rọi khắp cả vũ trụ.

Quý vị đừng nghi ngờ! Nếu trong đời hiện tại mà niềm khao khát giác ngộ của quý vị chưa đủ mạnh để đưa đến được trạng thái này, thì chắc chắn quý vị sẽ dễ dàng Tự Ngộ trong kiếp tới, với điều kiện là quý vị giữ được sự tra vấn miên mật cho tới khi lâm chung, y như là một việc đang làm dở dang hôm nay thì ngày mai sẽ dễ dàng hoàn tất.

Khi tọa thiền, nếu có niệm tưởng khởi lên, đừng coi thường cũng đừng trân trọng, chỉ tìm tâm mình, đó là ngọn nguồn của tất cả những tư tưởng và ý niệm. Phải hiểu rằng tất cả những gì xuất hiện trong ý thức hoặc trước mắt đều là ảo giác, không phải là thực thể bền vững. Vì thế không nên sợ hãi hoặc say mê những loại hiện tượng này. Nếu quý vị giữ được tâm mình trống rỗng như khoảng không gian, không bị ô nhiễm vì ngoại cảnh thì không ma quỷ nào có thể làm phiền, ngay cả trong giờ phút lâm chung.

Trong lúc tọa thiền, quý vị đừng giữ lại gì trong tâm, kể cả những lời khuyên này. Quý vị phải quyết liệt chỉ làm một việc là hỏi “Tâm này là gì?” hoặc “Cái gì đang nghe những âm thanh này?”

Khi Ngộ được Tâm này, quý vị sẽ biết chính nó là cội nguồn của chư Phật và của tất cả hữu tình chúng sinh. Bồ tát Quán Thế Âm có tên gọi như thế vì ngài

đã chứng đắc Nhĩ Căn Viên Thông, thông suốt nguồn gốc âm thanh của tất cả thế gian.

Làm việc hoặc nghỉ ngơi, luôn cố gắng nhận ra ai đang nghe. Dù câu hỏi đã gần như chìm vào vô thức, quý vị cũng không thể tìm ra ai đang nghe và tất cả mọi cố gắng của quý vị sẽ chỉ là hư ảo. Ấy thế mà vẫn nghe thấy âm thanh, cho nên lại càng tự hỏi thâm sâu thêm nữa. Cuối cùng thì tất cả mọi dấu vết của tự thức đều tan biến và quý vị sẽ cảm thấy như bầu trời trong vắt không một sợi mây. Quý vị sẽ không còn thấy có cái “Tôi” đồng thời cũng không tìm ra được người đang nghe. Tâm này như khoảng không gian nhưng cũng không có một vết tích nào để có thể được gọi là trống rỗng.

Trạng thái này thường bị nhận lầm là Giác Ngộ. Nhưng hãy tiếp tục tự hỏi một cách kịch liệt hơn nữa “Bây giờ ai đang nghe?” Cứ tiếp tục như thế, thắc mắc càng lúc càng thống thiết hơn, chẳng còn để ý tới gì khác, thì ngay cả đến cái cảm giác trống rỗng cũng sẽ biến mất và quý vị sẽ không còn nhận thức về bất cứ điều gì, chỉ còn lại khoảng không gian đen tối mênh mê.

Đừng ngưng tại đây, cứ tiếp tục tự hỏi bằng tất cả sức bình sinh “Ai đang nghe đây?”. Chỉ khi quý vị đã đẩy thắc mắc đến chỗ hoàn toàn kiệt quệ thì câu hỏi sẽ bùng vỡ, bạn sẽ cảm thấy như một người trở về từ cõi chết. Đó là Chân Ngộ. Bạn sẽ nhìn thấy tận mặt tất cả chư Phật trong pháp giới và tất cả chư Tổ từ thời quá khứ tới nay.

Đến đây, hãy tự trắc nghiệm bằng công án:

- Một vị tăng hỏi Triệu Châu: “Thế nào là ý của tổ sư Bồ Đề Đạt Ma từ Tây Trúc sang Trung Hoa?” Triệu Châu trả lời: “Cây bách trước sân”.

Nếu với công án này mà quý vị còn có một chút xíu thắc mắc, dù là nhỏ nhiệm, thì quý vị vẫn còn cần phải tiếp tục câu hỏi “Ai đang nghe đây?”

Không giác ngộ ngay trong đời này thì quý vị còn chờ đến bao giờ? Chết mất rồi sẽ khó tránh phải chịu khổ lâu dài trong Tam Ác Đạo. Cái gì ngăn trở quý vị giác ngộ giải thoát. Không có gì ngăn trở ngoại trừ khát vọng nửa chừng của chính quý vị đối với chân lý.

Hãy suy tư và dành tất cả sức bình sinh vào điều này