



Tóm lược giảng giải Pháp Bảo Đàn kinh (Phẩm 5)

ISSN: 2734-9195

12:10 02/07/2025

Thiền định là không chống lại tự tính bằng cách ngăn che nó, khuất lấp nó bằng vọng tưởng và vọng tưởng. Vì “tự tính mình bốn nguyên thanh tịnh”, cho nên tu là không làm thêm bớt gì cả, chỉ đừng chống trái, che lấp nó.

Phẩm thứ năm - Phẩm ngồi thiền

“Chẳng dựa bám nơi tâm”, đây là vượt khỏi tâm niệm xứ thông thường vậy.

“Chẳng dựa bám nơi tịnh”, đây là vượt khỏi lối tu thiền định bình thường.

“Cũng chẳng phải là chẳng động”, đây là vượt khỏi mâu thuẫn động và chẳng động, sinh tử và Niết bàn.



Ảnh minh họa thiết kế bởi AI - Tạp chí Nghiên cứu Phật học

Không dựa bám nơi tâm, không dựa bám vào tịnh, cũng chẳng phải là chẳng động, đây là tâm vô trụ trần trụ, đây là tâm giải thoát, tuệ giải thoát. Còn tưởng ra tâm thế này thế nọ, tịnh là thế này thế nọ, chẳng động là thế này thế nọ rồi dựa bám vào đó mà thực hành thì chỉ lạc vào tướng do tưởng lập ra. Ngồi

thiền là lìa tướng chứ không phải là lập ra tướng rồi dựa vào đó mà tu. Chỉ đoạn thuyết pháp ngắn này mà hiểu, mà thực hành được, bèn trở lại bản tâm, bản tính vốn sẵn có xưa nay. Ngồi thiền là vô trụ, vô tướng và vô niệm suốt ngày. Như vậy ngồi Thiền là ở trong Đệ nhất nghĩa sống động mà chẳng động. Bất cứ lúc nào sống được như vậy, đó là sống bản tính chân như.

Tâm động là do phân biệt ta - người, đúng - sai, tốt - xấu, hay - dở,... Tâm không phân biệt thì ngay đó là bản tâm bản tính vốn chưa từng động. Bản tâm luôn luôn trụ nơi bản vị chẳng động của nó, luôn luôn ở trong nhà của nó, chỉ vì phân biệt rồi chạy theo tướng mà thành lang thang sinh tử. Không trái nghịch với đạo, với bản tâm, thì đây là đạo, là bản tâm. Bản tâm vốn là một vị bản tâm, vốn là một vị thanh tịnh. Thế mà vừa khởi lên phân biệt tâm là thế này thế kia, tịnh là thế này thế nọ, ngay lúc đó có sự dựa bám vào tướng tâm, tướng tịnh. Khi không cho tâm lang thang dầu chỉ một niệm thì ngay đó là bản tâm hiện tiền. Khi không đi thì đó là đứng lại, khi không vọng động thì đó là “tự tính chẳng động”.

Ngồi thiền là sống trong thật tướng của tất cả các pháp là tính Không. Gặp các tướng, các cảnh tâm niệm chẳng khởi vì tướng và cảnh là tính Không, chỉ là “vọng niệm, vọng tưởng, như huyễn”. Tính Không là vô tự tính, chẳng cái gì tác động lên cái gì. Tâm chẳng thể tác động lên tâm, chẳng thể tác động lên cảnh. Cảnh chẳng thể tác động lên cảnh, chẳng thể tác động lên tâm. Không cái gì có thể tác động lên cái gì thì tất cả là tự tính chẳng động. Tâm và cảnh là tính Không, đây là ngồi thiền. Ngồi thiền là tùy thuận tự tính vốn tịnh, không khởi, không ngăn... bấy giờ trong ngoài thông suốt là tự tính.

Hãy tham thiền cho thấu nguồn tốt đáy để ngộ được cái này. Bản tâm, bản tính thì như tấm gương, nó tự tịnh vì các bóng chẳng thể làm nhiễm ô gương, tự định vì các bóng có đến có đi mà gương vẫn bất động. Thấy cảnh nghĩ cảnh là bỏ gương mà chạy theo bóng. Niệm niệm an trụ trong tấm gương, tâm là tấm gương, đây là chính định. Ở trong chính định của tấm gương, thì các tướng tự lìa, tự đến tự đi, chứ chẳng thể nào dính cứng vào gương được.

“Ngoài lìa tướng là thiền, trong chẳng loạn là định”, đây là thiền định của thấy tính. Thiền định như vậy thì an trụ tự nhiên trong tự tính. Lìa tướng thì không có tướng nào ngăn che với tự tính vốn có sẵn. Trong chẳng loạn thì tự tính tự tịnh tự định hiện bày. Thiền định không phải là lập ra cái gì, cố đạt đến cái gì, vì cái ấy đã có sẵn.

Thiền định là không chống lại tự tính bằng cách ngăn che nó, khuất lấp nó bằng vọng tướng và vọng tưởng. Vì “tự tính mình vốn nguyên thanh tịnh”, cho nên tu là không làm thêm bớt gì cả, chỉ đừng chống trái, che lấp nó. Ngoài lìa tướng,

trong chẳng loạn, đó là ngộ, đó là thấy tính. Đây là thiền định chân chính, “ngoài lìa tướng là thiền, trong chẳng loạn là định”. Đây là thiền định của cái không làm (vô tác), của tính Không, của Vô tướng. Khi ngộ được bản tính mới thực sự hiểu được vô niệm, vô tướng, vô trụ là thế nào. Lúc ấy có muốn dính bám tướng cũng chẳng được, có muốn thấy cảnh nghĩ cảnh cũng chẳng được, vì tướng hay cảnh đều vô tự tính, đều vốn tự lìa, như hoa giữa hư không, như mộng, như huyễn. Thấy biết được như vậy mới thật hiểu tự tính mình bốn nguyên thanh tịnh. Ý như vậy mà thấy nghe hay biết, ý như vậy mà sống cuộc đời sinh tử tức Niết bàn, niệm niệm tự thấy bản tính thanh tịnh, tự tu tự hành, tự thành Phật đạo.

Cư sĩ Phạm Tuấn Minh tóm lược

Tài liệu: Lục tổ Pháp Bảo Đàn kinh - Giảng giải, soạn văn: Dương Đạo, NXB Thiện Tri Thức - 2016