

**MƯỜI ĐIỀU BIỆN MA
CHO NGƯỜI TU THIỀN**
Thiền Sư Siêu Minh viết



HT.Nhật Quang thuật

---o0o---

Nguồn

<http://thuvienhoasen.org>

Chuyển sang ebook 5-8-2009

Người thực hiện : Nam Thiên – namthien@gmail.com

[Link Audio Tại Website http://www.phatphaponline.org](http://www.phatphaponline.org)

Mục Lục

Lời Đầu Sách

Lời Nói Đầu

Người Dụng Công Tu Thiền Phải Biện Rành Mười Thứ Ma

1. Ma Oan Nghiệt Nhiều Đời
2. Ma bên ngoài đến làm mê hoặc
3. Ma phiền não
4. Ma sở tri
5. Ma tà kiến
6. Ma vọng tưởng
7. Ma khẩu nghiệp
8. Ma bệnh khổ
9. Ma Hôn Trảm
10. Thiên ma

---o0o---

Lời Đầu Sách

Ban ngày ban mặt lại có vấn đề ma mị sao? Không nên ngủ mê nói mơ làm cho thiên hạ một phen chạy loạn lảng xãng. Thực ra ma với không ma cũng tại ta. Một niệm không dừng được là ma dẫn ta vào luân hồi sanh tử, một niệm ta làm chủ được hoàn toàn thì đất nước ta thanh bình. Thế thì có ma gì? Chẳng qua tất cả tự ta mà ra.

Còn như thuật trị ma xưa nay trong thiền đường thường dùng là "Điều được tâm lắng xãng của mình, dùng được vọng tưởng điên đảo của mình". Tương đối ổn định được vọng tưởng của mình, ông chủ đã nắm quyền làm chủ được, còn nói gì là ma với không ma? Nói cho cùng ma hay không ma cũng chỉ một cách nói thôi. Chỉ xin là trên lộ trình Phật Đạo ta không nên dừng lại ở bất cứ nơi nào, mà phải tiến và khắc tiến đến cùng mới tới nhà. Cũng lại không có một chút gì để cho ta nắm bắt đâu, mà phải buông và buông cho thật sạch mới ổn.

Do vậy xin cũng phải ghé mắt qua, tạm thời để thấy cách trị ma và gì là ma, mà người xưa muốn chỉ. Quả thực điều này sẽ rất bổ ích cho ta, nếu là "con ngỗng chúa biết bỏ nước uống sữa", và cũng sẽ không ích lợi gì với những ai chỉ chuyên nắm đông bắt tây, quàng xiên xuôi ngược cả đời để mất toi một thời thuận lợi của mình.

Dám khuyên kẻ đồng chí trong tông môn hãy gắng ghi nhận lời này.
Thiền viện Thường Chiếu

Xuân Ất Hợi 1995
T.K Thích Nhật Quang

Kính ghi

Xuất Xứ: Đây là Lời Đầu Sách do Thượng Tọa Thích Nhật Quang viết. Nguyên là trước khi ấn tống quyển Những bước tu thiền tập 5 này, chúng tôi có xin phép và đề nghị ngài viết cho "Lời Đầu Sách" để chúng tôi ấn tống, nên có Lời Đầu Sách này. Suối Trắc Bá (Địa chỉ liên lạc: RR # 3 Lanark, Ontario - K0G 1K0 Canada)

---o0o---

Lời Nói Đầu

Đáp ứng nhu cầu tình hình mới, Viện đặt ra kế hoạch sản xuất. Luôn mấy năm (1975-1981), tôi về Thường Chiếu, cùng đại chúng ở đây làm ruộng rẫy. Thường Chiếu trơ trọi giữa khung trời nắng gió và đầy cỏ gai.

Kế hoạch của Viện trong những năm đầu quá nhọc, mấy năm sau lại thiếu thốn kinh nghiệm, thành thử kinh tế của Viện tương đối có phần khó khăn. Số chúng từ 20 giảm dần chỉ còn 1/3 thôi. Trong số 1/3 còn lại này, phần

nhiều sức khỏe suy sụp, công phu tu hành cũng theo đà đó mà thấp dần và có thể đưa đến bế tắc.

Đầu năm 81, trong phương án chỉnh đốn lại sinh hoạt của Viện, tôi một Thiền sinh được ban lãnh đạo Thiền Viện cho phép nghỉ sinh hoạt theo chúng một năm và được nhập thất để chấn chỉnh công phu đồng thời bồi dưỡng sức khỏe đã bị tổn thương trong mấy năm qua.

Chương trình một năm này, tôi tự xếp thành từng chu kỳ, mỗi chu kỳ là ba tháng công phu. Số ngày còn lại, tôi dùng vào việc tự kiểm ưu khuyết điểm của mình để chấn bị cho chu kỳ tới. Cũng trong thời gian này, nhân đọc lại các sách Thầy Viện Chủ giảng, tôi thấy phần nói về mười thứ ma trong tập "Vạn Pháp Qui Tâm" của ngài Tổ Nguyên Siêu Minh rất bổ ích cho người mới vào thiền. Tự xét đến công phu của mình, rồi nghĩ đến những kẻ đến sau, tôi mạo muội thuật lại và thêm phần chú dưới mỗi đoạn.

Mong rằng: Việc làm tuy còn con này, nhưng có thể bổ túc cho chỗ thiếu sót của các đồng đạo mới vào Thiền Viện, còn xa lạ và ngại ngùng đối với pháp tu mà hoàn cảnh và thời gian chưa cho phép nghiên tầm sâu rộng hơn trong các giáo điển. Mười loại ma chương này thật ra cũng không ngoài tâm mà có. Bởi tâm chưa an, hạnh chưa thuần lại thiếu kinh nghiệm, nên khi đối duyên xúc cảnh liền bị chương ngại tác động, chưa sống được với cái bất động chân thật của mình.

Mà đã bị ngoại cảnh chi phối, tất nhiên mất huệ chư sáng. Bởi mất huệ chưa sáng, nên bị ngoại cảnh làm lầm. Đã lầm chạy theo, thì tạo nghiệp rồi nối tiếp ngược xuôi trong các nẻo.

Thuật giả hy vọng qua mười thứ ma chương này, sẽ làm sáng tỏ đường lối dụng công tu hành cho các hành giả còn sơ cơ. Trông mong các bậc Đạo nhân chỉ điểm cho những chỗ chưa hợp với tông môn. Ngoài ra, nếu việc làm này hợp với tâm tông của Phật Tổ, con xin dâng lên và hồi hướng cho tất cả Thiện Tri Thức tương lai, nhân đây, rút kinh nghiệm hạ thủ đặc lực hơn, ngay đời này phá vỡ khối si mê nhiều kiếp cho xong.

Mùa thu Tân Dậu 1981

Tỳ Kheo Nhật Quang

Kính ghi

---o0o---

Người Dụng Công Tu Thiền Phải Biện Rành Mười Thứ Ma

Thiền Sư Siêu Minh Viết
TT. Thích Nhật Quang Thuật

Người ngộ Đạo tu thiền, bởi chẳng phải là việc tầm thường, nên dễ bị các thứ ma trong ngoài nhiễu loạn chánh định. Nếu tự mình không làm chủ được, liền sinh ái trước các cảnh. Nhân cảnh tâm động, kẹt vào rọ ma. Thế thì, vốn là nhân lành, trái lại gặt quả chẳng lành. Kẻ sơ cơ đời sau nên thận trọng đề phòng đó.

Ở đây, nêu ra 10 điều biện ma, tự phải gẫm xét. Gặp tâm ma và thiên ma nên dùng trí tuệ quán chiếu, ma nghiệt liền tiêu. Tâm như nếu sạch thì các chương tự bật, cái gì lại sợ thiên ma? Nó làm gì mê hoặc được tâm người chơn chánh? Nay 10 thứ ma này sẽ thuật rõ sau đây:

- (1) Ma oan nghiệt nhiều đời
- (2) Ma bên ngoài đến làm mê hoặc
- (3) Ma phiền não
- (4) Ma sở tri
- (5) Ma tà kiến
- (6) Ma vọng tưởng
- (7) Ma khẩu nghiệp
- (8) Ma bệnh khổ
- (9) Ma ngủ
- (10) Thiên ma

Bởi mười thứ ma này vừa nêu nó hay làm nhiễu loạn kẻ mộ Đạo tu hành, nhất là người tu Thiền chơn chánh, nên các hành giả phải đề phòng cẩn mật.

---o0o---

1. Ma Oan Nghiệt Nhiều Đời

Loại ma này chính là nghiệp chướng nhiều đời của ta. Bởi từ nhiều kiếp đến nay, chúng ta bị luân hồi, quanh quẩn trong phạm vi, làm tạo những nghiệp chẳng trung, chẳng hiếu, chẳng nhân, chẳng nghĩa. Sát, đạo, dâm, vọng, tham, sân, si, ái. Kết chặt những oan gia đời nay gặp gỡ. Trong khi chúng ta muốn học đại đạo, nó lại quấy nhiễu chẳng an, làm chướng ngại việc tu hành khiến chẳng thành tựu được. Chúng ta phải hổ thẹn khẩn thiết cầu sám hối. Trông mong uy lực Tam Bảo gia hộ khiến những oan nghiệt nhiều đời đó tự sẽ tiêu diệt, tự nó thôi tan.

Lại, chúng ta phải phát nguyện lớn làm lợi ích tất cả chúng sanh, để mau được quả vô lậu, chứng Đạo Bồ Đề.

Là kẻ mới học tu Thiên phải tự sám hối và mãnh tinh lấy.

Chú

Luân hồi tiếp nối, biển khổ mênh mang chúng sanh trôi giạt, hạt bụi trời kẻ chưa tỉnh không làm thế nào nhận ra sự kiện này! Ai là kẻ biết được ngày mai của mình ra sao? Và thấy được oan khiên tức trái của mình thế nào? Có kẻ nghe nói: " Tuổi thọ của ta sánh bằng trời đất", liền bảo: "Gớm thế! Ta là quái gì mà tuổi thọ thênh thang và mênh mang đến thế!". Người xưa nói: "Sanh như đắp chặn bông. Tử như cởi áo hạ" là đạo lý gì? Thử nói xem! Chỉ thêm một trường huyễn mộng. Tuy nhiên, chỗ thênh thang mênh mang này ít người vào, không ai chịu nhận. Thì thôi, cứ rong chơi cho hết cuộc phong trần. Một lúc nào đó, quày đầu nhìn lại đoạn nhân duyên phù trầm này, chắc y không khỏi một phen tan thân mất mạng. Thế nhưng, nếu chưa phải là hạng đại lực lượng thì phải ai khẩn sám hối, nương uy lực vô song của Tam Bảo, mọi mộng mơ phía trước tiêu tan. Đã thế, lại cần phát đại nguyện như hư không, vào cõi huyễn, độ chúng sanh huyễn, để hoàn thành Phật đạo như huyễn.

---o0o---

2. Ma bên ngoài đến làm mê hoặc

Loại ma này còn gọi là người làm chướng, kẻ bất tín hay nhỏ mọn. Sang hèn chẳng đồng bực. Họ nào loạn định tâm khiến người tu chẳng được yên ổn. Nói chung là do hành giả tự thiếu quyền chức, hoặc thiếu lễ nghĩa, hoặc tự cao, hoặc ngã mạn, hoặc hay nói thẳng, hoặc hành động thô, hoặc dựa thế lực, hoặc ý tài hơn, hoặc nói ác, hoặc cho mình giỏi, hoặc nói điều dở của người, hoặc thiếu dáng vẻ hòa dịu, hoặc không cung kính, hoặc lượng hẹp hòi, hoặc thiếu nhẫn nại nên người chẳng tin. Họ làm hoặc loạn việc tu hành khiến tâm động niệm, che chướng bản minh. Kẻ mộ đạo lớn, phải tự hạ mình, nuôi dưỡng đạo đức, mới khỏi người ngoài làm chướng. Người trong Tông môn đời sau nên học đức khoan dung nhẫn nại cố gắng hành Đạo.

Chú

Luận về tánh giác thì vật vật như nhau, người người bình đẳng, nhưng căn trung hạ cần đức hàm đạo dưỡng mới xong. Nếu kém đạo kém đức, thêm nổi mê mờ dày cộm thì đường tiến thiên nan vạn nan. Lối sống người đời còn

dạy: "Vớì mình thật nghiêm cẩn, xử thiên hạ thì hạ mà khoan", huống là đạo lớn giải thoát, lấy trí tuệ làm gốc, tiêu diệt bản ngã là chỗ đắc lực, mà còn u mê ôm ấp những tình chấp ngô ngã hẹp hòi đó được ư?

Phật dạy: "Các hành vô thường là pháp sanh diệt". Tổ khuyên: "Nên tiêu chấy đầy đất mới có chỗ an thân lập mạng". Trên chiều dọc mà nhìn, chúng ta nhiều kiếp trôi lăn trong sáu nẻo, bởi đeo mang cái thấy hai: "ta người, kia đây, có không, xấu tốt" . Do đó và từ đây mà xuống lên trong ba cõi, xoay quanh trong bốn loài. Chần chờ gì? Đợi kiếp nào? Sao chưa một phen lay mình chuyển hóa, tạo một niềm vui, thắp sáng một niềm tin cho mai sau ...
Kìa nhìn xem!

Trời đất liếc trông chừ sao thênh thang
Chống gậy rong chơi chừ phương ngoại phương
Hoặc cao cao chừ mây đỉnh núi
Hoặc sâu sâu chừ nước trùng dương.

---o0o---

3. Ma phiền não

Ma phiền não cũng gọi là sự chướng. Người tu hành mà chẳng trừ được sự chướng thì rối rắm thánh đạo. Thế nào là phiền? Sao gọi là não? Phiền là chạy theo ngoại cảnh, não ấy là tự sanh trong tâm, người tu Thiền quyết phải dứt hẳn. Nếu chẳng dứt sớm thì tánh định khó hiện. Như thấy sắc tâm sanh là tâm dâm phiền não. Khi thấy giết tâm sanh là tâm ác phiền não. Thấy của tâm sanh là tâm trộm phiền não. Thấy vật tâm sanh là tâm tham phiền não. Vớì người sanh mạn là ngã tướng phiền não. Đối kẻ thấp kiêu ngạo là phiền não tự đại. Gặp cảnh nghịch sanh sân là tâm khuể phiền não. Gặp cảnh thuận vui mừng là phiền não thích ý. Gặp oan gia sanh ghét là tâm hận phiền não. Cùng thân thích sinh ưa là tâm tư phiền não. Nói tóm lại: Vớì tất cả cái thấy bên ngoài mà trong sanh tâm thủ xả, đều là phiền não khó nói cho cùng. Thế nên những người tham thiền phải quyết dứt sự chướng. Sự chướng nếu chẳng không, chánh định bị não loạn. Người tu đời sau, đâu nên xem thường nó ư!

Chú

Còn lắm ngoại cảnh nên còn phiền não. Bởi chưa thấy thật tánh giả cảnh rối rắm, lăng xăng mờ ảo, tháo gỡ cách nào cho xong! Người xưa nói: "Vật từ cửa đem vào, không phải là của báu trong nhà". Cửa báu trong nhà là gì?

Mọi người sẵn có, luôn luôn đầy đủ, tánh tự bản nhiên, vào phàm vào thánh không đổi, không xanh không diệt, xưa nay bình đẳng, một đạo sáng suốt. Như đã nói, bởi thật giả chưa phân nên bao nhiêu điều vụn vặt trước mắt "Nắm đông bắt tây" luống sanh phiền bức. Đáng thương! Cũng bậc vương giả, gặp loạn trầm luân, uổng đời trôi giạt, vùi thân trong chỗ bùn lầy, nát phận cùng loài man mọi. Mặt mũi thật xưa nay khó nhìn. Đường về quê cũ vẫn còn diệu vợi, chưa dễ một sớm một chiều mà biết được.

Khổ thay! Khổ thay!!

---o0o---

4. Ma sở tri

Ma này tức lý chướng. Người tu thiền mà lý chướng chẳng trừ, thì chánh định bị nhiễu loạn, không thể nào yên ổn được. Vì sao sở tri có lỗi như thế? Chính vì biết ta đắc ngộ, biết ta thông Tông, biết ta minh giáo, biết ta hội lý, văn ta lỗi lạc, ta thấy sâu rộng, ta giữ giới nghiêm, ta được chánh định, ta có trí tuệ, ta đã chứng không, ta được tự tại, ta không còn ngại, biết ta được thông, biết ta được diệu, ta đã chứng đạo, ta được thành Phật ... Tất cả cái biết đó đều là lý chướng. Lý chướng này chẳng trừ, thì chấp pháp khó quên, chấp pháp chưa quên thì chân tâm chẳng hiện. Người trong Tông môn, nên phải tự xét. Sớm dứt chướng này.

Chú

Vừa quay lưng với giả cảnh lại nắm bắt nội tâm, cứ như thế mà chạy mà tìm, thật là một trường ảo mộng! Si mê lui, phiền não dứt, ma sở tri này thuộc pháp chấp nên khó đoạn. Hàng Bồ Tát đến Đệ thập nhất địa vẫn còn chút sở tri ngu. Với loại ma này hành giả đã dày công, chân trí đã phát triển, lại luôn luôn nhắm thẳng Phật đạo mà tiến, dần dần hàng phục nó.

Tóm lại biên cương ma Phật không thật có. Còn thấy có hai, còn chấp là thế này, thế nọ, là ma. Phá vỡ các cái thấy biết hai bên thiên lệch "có không" đó, tiến thẳng vào vực Đệ Nhất Nghĩa không, tức là Như Lai địa bất sanh, bất diệt. Khi này, cả hai danh từ Phật ma không chỗ lập cước, không còn bóng dáng pháp hay phi pháp, tất cả quét sạch là chỗ "không pháp có thể tu, không Phật có thể thành". Chỗ này tối kỵ ý thuyết suông, phải buông thân mạng, nỗ lực hành trì mới có chút phần tương ưng. Cố gắng! Cố gắng!!

Hình ảnh và lời quả quyết của bậc Đại Sĩ dưới cội Bồ Đề năm xưa như còn đồng vọng: "Nếu không đạt Đạo dù thân này tan nát thành tro bụi, ta quyết chẳng rời chỗ ngồi này".

Dững mãnh tinh tấn vô biên! Lời cả quyết của đấng cha lành ba cõi. Từ bi tri tuệ vô tận! Lời quả quyết của bậc Đạo Sư muôn loài! Lời quả quyết của Người, gông cùm ba cõi tiêu tan. Ánh huệ nhật chiếu rạng, quét sạch mọi mê mờ của chúng sanh.

Chúng con, những chúng sanh bất hạnh! Chỉ nương chút âm vang diệu vợi của người. Đau đớn, cố gắng, nguyện xếp mình làm tròn di huấn muôn thuở.

---o0o---

5. Ma tà kiến

Ma này thường gọi là chấp chướng. Người tu thiền định muốn khỏi rơi vào định tà, thì phải dứt tà kiến. Vì sao tà kiến làm mất chánh định như thế?

Bởi các cố chấp như: Chấp tánh chẳng hoại gọi là chấp có, chấp tánh vốn không gọi là chấp không. Chấp vốn bất tử gọi là chấp thường. Chấp theo hơi hám diệt gọi là chấp đoạn. Chấp không sanh ra có là kiến chấp thuộc tự nhiên. Chấp khí hóa ra hình là thuộc chấp tà nhân... Như thế gồm các loại cố chấp chẳng có, chẳng không, tức có, tức không và tất cả tà chấp, tà kiến, nhân duyên tự nhiên, đều chẳng rời hai đầu có không, đoạn thường, tự chướng bản lý, dần dần xa vào các ngõ tẻ.

Chú

Còn thấy hai, còn vọng tưởng; muốn dứt vọng tưởng, chớ thấy hai. Muốn đến chỗ chẳng thấy hai, chỉ một phen "biết vọng liền buông". Buông hết, bỏ thí sạch, tự nhiên yên ổn. Người xưa nói: "Tim tâm chẳng được". Chỉ câu "tim chẳng được" này là chỗ dứt bạch sạch hết, chẳng còn gì để mò bắt. Thế nên, liền khi đó được xác minh một cách tỏ rằng: "Ta đã an tâm cho ông rồi". Thật là một thủ thuật giản dị lạ thường, chưa từng có, là phương pháp không phương pháp, không để dấu vết, là không tam muội. Chỗ độc đáo này chỉ thầy trò tương đắc, người ngoài không chỗ dùi mài. Tuy nhiên cửa cam lồ đã mở, lòng từ bi của Phật Tổ tràn khắp nơi nơi. Chúng ta phải tự nỗ lực, không việc gì ngoài mình, đừng chạy lăng xăng vô ích. Người tu hành nào không điều được tâm, cứ để buông lung, ruổi theo cảnh ngoài, sẽ vướng các chấp, hoặc có, hoặc không, hoặc đoạn, hoặc thường...

Xa dần chánh đạo, bản lý bị chướng. Bản lý tức là pháp môn không hai, cũng chính là Trung Đạo Đệ Nhất Nghĩa không. Bản lý này đã không sáng, tức nhiên các lỗi tẻ hiện bày và như thế hành giả này lạc vào đường tà bị tà ma ốp. Thân tu Đạo chánh, tâm đã theo tà, miệng nói việc tà, dự trước đoán sau, lấy làm kế sống. Lâu dần tà lực cũng mất. Hành giả tự mất thăng bằng, hiện thân mang họa. Cuối cùng bị đọa đường ác.

Thế nên các thiền giả thận trọng từng bước, chớ vọng cầu, phải triệt để hoàn toàn cơ sở chấp ngã. Đồng thời mạnh mẽ siêng năng áp dụng công phu quyết một đời xô ngã núi sê mi, phá tan hành trì ngã chấp. Nên nhớ! "Nam nhi tự hữu xung thiên chí ..." Vừa nói gì ??

---o0o---

6. Ma vọng tưởng

Ma vọng tưởng này là tự chướng. Tự chướng chẳng không thì dòng sanh diệt tiếp nối, điên đảo tán loạn chệch chướng bản tâm, do đó người tham Thiền cần phải lưu tâm nhiều ở điểm này. Nay xin đưa ra một vài vọng chướng tiêu biểu để trình bày như:

Vọng tưởng ta ngộ đạo Vọng tưởng ta tu chứng Vọng tưởng ta được định Vọng tưởng ta phát Huệ Vọng tưởng ta biết nhiều Vọng tưởng ta giỏi văn Vọng tưởng ta có danh hiển đạt Vọng tưởng nhiều người cung phụng ta Vọng tưởng ta làm thầy thiên hạ Vọng tưởng nhiều người qui hướng ta Vọng tưởng ta nối tiếp Tổ đặng Vọng tưởng ta sẽ làm trụ trì Vọng tưởng ta hoá Đạo Vọng tưởng ta truyền lục Vọng tưởng nhiều người nối dõi ta Vọng tưởng ta sẽ được nhập tạng Vọng tưởng ta có thần thông Vọng tưởng ta được huyền diệu Vọng tưởng ta rất kỳ đặc

và có nhiều quái lạ như: ta sẽ sống lâu, ta sẽ cải lão hoàn đồng, ta sẽ bay cao, ta sẽ thành Phật... Các cuồng vọng như thế làm rối rắm động niệm, trái với chân thể thanh tịnh của mình. Vì thế, người sơ cơ học Đạo phải biết mà dứt nó.

Chú

Mê mờ bản lý, nên điên đảo vọng tưởng. Vọng tưởng sinh động thì bản tâm bị che chướng. Loanh quanh mãi trong mê mờ cuồng vọng, tức chân thể thanh tịnh chìm lặng. Khác gì kẻ đi trong đêm đen không đèn đuốc. Người xưa nói: "Đất tâm nếu không, mặt trời trí tuệ tự chiếu". Nơi đây chúng ta có thể nói cách khác rằng nếu chúng ta chịu dừng thì chuyện gì điên đảo? Vọng tưởng là gì? Thử nhìn lại xem! Vốn dĩ là ảo mộng mà! Lỗi chúng ta cứ chấp

rồi lao theo. Lao theo nên điên đảo. Đã điên đảo thì vọng càng thêm vọng. Ngay đây nếu chúng ta biết dừng, còn gì lãng xăng nắm bắt! Còn chẳng hư không thênh thang rộng suốt, cái gì mê mờ chướng ngại cái gì? Thử nói xem!

Tóm lại là chúng ta có chịu dừng hay không? Dừng thì trời "Không" sáng suốt, đất tâm yên ổn, huệ nhật hằng soi, thiếu sót chỗ nào?

Trái lại rong rêu mãi miết, nên hóa điên cuồng. Khổ thay! Khổ thay!
Có thi rằng:

Lớn thay! người sức mạnh
Biết vọng liền không theo
Quê xưa trắng tỏ rạng
Tùng xanh tiếng suối reo
Khoái thay! người biết vọng
Miền "chân không" mở ra
Đường xưa tự bày hiện
Quê nhà thật không xa
Hương quê thoảng trăng sao
Tình quê miền bất nhị
Hư không trái gấm hoa
Người quê một mình đi
Gió ngát hương giải thoát
Hoa đơm đóa từ bi
Tuyết tuôn thành định lực
Trăng soi bất tư nghì
Một tiếng quát!

---o0o---

7. Ma khẩu nghiệp

Ma này là cuồng chướng. Người tu mà chẳng kiểm điểm ngôn ngữ của mình mặc ý cao đàm hùng biện, làm tổn thân lao niệm, sẽ mất Thiên định chân chánh. Nhân sao mà khẩu nghiệp có lỗi lớn như thế? Bởi hay: Đàm huyền thuyết diệu, giảng giáo nói tông. Khoe mình đắc ngộ, chê người ngu mê. Luận chỗ hay dở. Nói điều phải quấy của người. Ngâm ca thi phú, nói bừa những việc không đâu. Bình nghị những việc hưng phế xưa nay của quốc gia, xưa thì cho người hiền mà ngu, nay thì bảo người hung mà giỏi. Toàn những việc chẳng dính líu về mình mà cứ gân cổ tranh luận. Lại vô cớ khen

chê việc hơn thua của người. Phô diễn các cảnh dục lạc, khiến người sanh đắm trước. Bàn cãi những chuyện bất bình làm cho kẻ nghe phát phẫn. Trước mắt thì công kên đề cao. Sau lưng thì lại chê bai biếm nhẽ. Đó là những lời nói lợi hại làm mất chánh định của người. Người tu Thiền đời sau phải thận trọng nghiêm ngặt. Bởi loại cuồng chương này, chẳng những làm cho chúng ta chẳng kiệm ngôn, dưỡng đức mà còn khiến cho tâm chúng ta tán động.

Thế nên những kẻ sơ cơ, phải ngừa phòng khẩu nghiệp cẩn thận!

Chú

Ba nghiệp thân miệng ý. Miệng có bốn lỗi là: nói lời dữ, nói dối vọng, nói thêu dệt, nói hai chiều. Công phu đến đây, hành giả không khéo điều phục khẩu nghiệp có thể sanh ra đại ngôn cuồng vọng, buông lời bừa bãi làm chướng ngại con đường vào thánh. Vì lẽ đã có chút công phu, lại nếm trái và thu hoạch phần nào kết quả trong sự tu tập, luôn luôn hành giả tự thấy mình được chút gì gì đó gọi là "sở đắc". Từ căn cứ này, nếu tâm chưa thật an thì chính "chút sở đắc" đó làm hại hành giả. Ngay đây, người có mắt sáng liền khám phá kịp thời những cuồng vọng, tạo thế an bình cho chánh định. Trái lại, với người biện biệt chưa rành, thủ thuật chưa khéo thì ngô ngã phân ranh, si mê chồm dậy. Cứ thế buông xuôi lao theo, chẳng khác nào thùng rỗng khua vang. Thực tế mà nhận sở đắc gì? Mình được cái gì? Tương lai mù mịt, đường trước lờ mờ. Dự phóng gì? Nhìn trước ngó sau, khối si mê nhiều kiếp chưa chuyển nổi, núi nhân ngã lâu đời chưa đập tan. Khổ thay! Ngồi đó mà khua động môi lưỡi. Chính mình chưa yên, thì nói gì đến việc hay dở của người, sự hưng phế của nước. Thì thôi! Đã biết nói nhiều loạn tâm tổn thân, thì sao ngang đây chưa chịu dứt bật, sống lại cho chính mình để tâm mình được an ổn, định lực của mình được kiên cố. Tóm lại:

Người hay nói - Loạn

Người nói nhiều - Tôn

Người xưa bảo: "Hãy bịt lỗ đít lại mới có chút phân tương ưng". Lời này của người xưa, bọn ta hết chỗ cảm mở. Khoái thay!

---o0o---

8. Ma bệnh khổ

Đây là khổ chương. Thân có nhiều bệnh tật là do nghiệp nặng. Hoặc tự mình làm mất sự điều hòa, biến sanh các thứ bệnh, làm cho người học đạo tu hành chẳng an, chẳng thọ dụng được pháp lạc thù thắng. Nay xin nêu dẫn một vài điều thiết yếu để người tu hành đề phòng.

Trước hết phải điều hòa tì vị, chỉ nên dùng những thức ăn thích hợp với cơ thể. Bớt ăn những vị quá đậm đà. Chớ ăn đồ sống và lạnh, khi đói chớ tưng đọc, khi no chớ làm việc nặng, sau khi ăn không nên ngủ liền. Về đêm chớ ăn no quá.

Tóm lại người ưa ăn những thứ như nát, hoặc thích những thứ rang nấu. Khoái ăn đồ ướp ngũ vị, dùng nhiều những thứ không hợp với thân. Lại, ngồi thiền chỗ đất thấp, ngủ nghỉ chỗ gió nhiều. Lúc ra mồ hôi mà xuống nước. Đang dang nắng mà dùng đồ lạnh mát. Tắm rửa ngoài trời trống gió, ngủ nghỉ dưới chỗ nhiều sương. Cùng các trường hợp: no quá, đói quá, mừng quá, giận quá, nóng quá, lạnh quá. Chỗ mưa nhiều, sương nhiều, trong thương ngoài cảm tất cả tại lỗi không biết điều hòa, nên hay sinh các chứng thương nhọt, thân không làm sao an được. Kẻ tu học đời sau phải biết đề phòng bị đó.

Chú

Người tu hành trước nhất phải thấy thân này và ngoại cảnh đều không thật, là báo nghiệp không tự tại của mình. Nó hư giả, mỏng manh, bại hoại, là pháp sinh diệt vô thường. Tuy nhiên chúng ta cần nó, đang dùng nó trong việc tu hành thì phải điều chỉnh thế nào cho nó được yên ổn, để Đạo nghiệp của ta được viên mãn. Kinh nghiệm sống ở đời. Việc ăn uống ngủ nghỉ, chúng ta phải luôn luôn điều hợp thích đáng. cái gì thái quá hay sanh bất cập. Đã vậy việc áp dụng thân tâm tu hành hàng ngày chúng ta cũng phải tiết chế, không nên cố chấp. Như ta đã biết, thân này tạm bợ như rắn độc chung lỏng, việc kích động chống trái nhau không lúc nào vắng thiếu. lại thêm cảnh nóng lạnh bức ngạt bên ngoài phụ họa, làm cho đã khổ lại càng khổ, nên nói: "khổ, khổ". Chúng ta là người đã thấy được phần nào nguyên nhân các khổ. Chúng ta cũng có sẵn phương pháp dứt trừ nguyên nhân các khổ đó. Nắm chắc bảo đảm và rõ ràng. Như vậy chúng ta còn ngần ngại gì? Chần chờ lúc nào nữa? Chưa chịu hạ thủ cho rồi? Người xưa nói: "Nay đây quyết một đời này cho xong".

Chúng ta cũng thấy rằng: "Muốn dứt tai ương về sau, ngay đây phải quyết

định. Trong lúc chúng ta còn đủ sáng suốt, đủ điều kiện, nắm sẵn cơ hội trong tay, mà chúng ta chưa chịu dứt khoát còn đợi gì nữa?"

Chớ để ngày qua, già suy bệnh hoạn thân thể suy hao, tinh thần mờ tối, chẳng đủ sức dụng công đắc lực, không còn hạ thủ một cách quyết liệt nổi. Gắng lên!

Cảnh huyễn, người huyễn, ta mượn tạm các cái huyễn để làm việc huyễn, mọi việc xong rồi huyễn pháp đều buông. Tổ sư nói: "Thân huyễn nhà mộng, vật sắc hư không đời trước không định, kiếp sau đâu thông. Xuống lên xuôi ngược, thay đổi mất công, ba cõi ràng buộc biết thuở nào xong..."

Ngay đây quyết định là xong, một buông tất cả đều buông, không thì nhiều kiếp mang tai họa! Cố gắng! Quý dữ vô thường không phân biệt thân sơ, chẳng nhận đồ đứt lốt. Chúng ta tự liệu trước, việc đến trở tay không kịp, khi đó kêu khổ ai cứu cho? Chi bằng ngay bây giờ tự xoay lại mình hỏi thử: Ta là gì? Ôi chao!

---o0o---

9. Ma Hôn Trâm

Tức là chướng ngại của ngủ nghỉ quá nhiều. Nếu người tu hành không tự rèn luyện để thời gian ngủ nghỉ quá nhiều thì chân tâm chẳng sáng, tánh huệ lặn chìm, sẽ rơi vào chỗ mờ tối, núi đen hang quỷ. Nguyên nhân nào mà ngủ nghỉ nhiều sanh chướng như thế.

Đây cũng bởi do ăn nhiều, dùng toàn chất vị đậm đà. Nói nhiều tồn hơi, thân nhọc, tỳ khốn tinh thần không minh mẫn, hơi trọc hỗn loạn. Kẻ ngu si nhiều bực tức, lười nhác buông lung, chẳng nhớ việc sanh tử, chỉ thích vui giả tạm. Người dụng công tu hành phải khắc tỉnh tỉnh tiến, noi gương người xưa dùng đũa đâm bắp thịt, dùng đầu vào góc cột, lạy Phật và đốt đèn, đi kinh hành chỗ hiểm, thân chịu khó mài luyện, ma ngủ mới nhẹ dần. Kẻ thiếu khổ luyện hay mặc tình rong rêu, chân tâm bị mờ tối, những người tu thiền, đừng mẫn hàng phục chướng này

Chú

Các chướng kể trên trừ oan chướng nhiều đời và cách đề phòng những lỗi thái quá trong lúc dụng công. Ngoài ra đều do hành giả chưa nhận được bản

tâm, chưa thấy thật tánh, rong ruổi bên ngoài, cuồng loạn vọng tưởng mà gây nên. Nay xét về những chướng ngại của ma ngũ như đã nói: "Cái gì thái quá thì sanh bất cập". Cũng vậy đề cho ma ngũ tự do quá, thì việc dụng công của chúng ta không tiến. Tâm huệ không phát là ngũ ngã ngũ gât, thiếu sự sáng suốt là cảnh giới núi đen hang quỷ. Người tu hành lọt vào đó, họa tan thân mất mạng không thể tránh khỏi, nói gì là tiến đạo nghiêm thân? Hơn nữa ma ngũ cùng loạn tưởng là hai ác chướng khó trị nhất của các thiền giả. Có thể nói rằng hai chướng này là hai gọng kìm luôn luôn kẹp chặt hai đầu, bao vây hành giả, lẫn quần trong đó. Với hai chướng này, hành giả phải siêng năng, mạnh mẽ lập thế quyết định buông bỏ thân mạng khắc trị bọn chúng đạt Đạo mới thôi. Mặt khác hành giả phải khẩn cầu sám hối những chi tập đời trước, đồng thời phòng bị nghiêm ngặt không để cho chúng có cơ hội nhỏ nào hẻo lánh được. Hội đủ những điều trên rồi, hành giả còn phải khéo léo điều thích thân tâm đối với ngoại cảnh, chớ nên để lệch ngã mà lý sự phải viên dung. Người xưa bảo: Khắc chữ Tử trên trán.

Hoặc phải nhớ khẩu hiệu: Sinh tử việc lớn vô thường nhanh chóng.

Trong lúc dụng công, hành giả chỉ một bề ngó thẳng tới trước mà tiến. Quãng ném tất cả sở hữu, dẹp bỏ liên hệ chung quanh, ngay khi nhào nặn công phu không để việc ngoài dính mắc. Giả sử ốm đau cũng được, đói khổ cũng xong, lạnh lặn cũng được, rách rưới cũng chả sao, sống đến 120 tuổi cũng được, ngã chết tại chỗ cũng thế thôi. Tóm lại, đối với cảnh ngoài thế nào cũng được, hành giả chớ nên bận tâm, chỉ dồn mọi nỗ lực, áp dụng công phu sao cho đắc lực, được như thế mới có ngày xong. Người xưa dùng dùi đâm vào bắp thịt, đục đầu vào gốc cột...Gương sáng còn đó, chúng ta phải lấy đó noi theo, chớ cho dễ dàng, để một đời trôi sông vô ích.

Trong phần nói về ma oan nghiệt nhiều đời ở trước và phần nói về ma mê ngũ này, ngoài cách tự tỉnh, tự tiến, còn dặn hành giả phải khẩn thiết sám hối. Ở đây, theo thiên ý của bút giả, xin nêu ra phương pháp sám hối có hai:

Tác pháp sám hối - Cách này như trong các kinh Đại Thừa dạy: Sám hối bằng cách thống trách tự mình, ai khẩn cầu mười phương Tam Bảo xót thương chứng biết. Lại phát chí kiên quyết dứt bỏ những lỗi lầm đã gây. Đồng thời nương vào bi trí vô biên của mười phương Tam Bảo, nguyện giữ vững tâm niệm, sống theo lời dạy của các Hiền Thánh.

Tâm niệm sám hối - Sám hối tự tâm, tức là trong sinh hoạt hàng ngày. Vừa có một niệm khởi lên liền buông không theo. Luôn tự khám phá, khéo làm việc này cho được liên tục. Càng buông định lực càng mạnh. Huệ giác càng sáng, được thể oan nghiệp nhiều đời sẽ chuyển. Vọng nhiễm chấp trước truyền kiếp tiêu tan. Huệ-không bày hiện. Khi này, gì là tội? Sám hối cái gì?

---o0o---

10. Thiên ma

Loại ma này chẳng giống các ma kể trên. Đây là người tu hành chân chánh sắp được chứng Đạo. Tâm tình đã thông hợp trạm nhiên chẳng động, khiến bọn thiên ma và các quỷ thần thấy đều kinh hoảng, cung điện của chúng sụp đổ, cõi đại địa chấn động. Ma chúa mất hồn, ma dân té hoảng. Các loại ma mị, phần nhiều có ngũ thông, bọn chúng kéo đến nã loạn hành nhân làm cho chẳng vào được vị thánh. Chúng biến các cảnh quái dị, và các cảnh dục làm rối loạn tâm định của hành giả. Nếu trong tâm hành giả vừa có mảy may niệm thủ xả, thì bọn kia nắm được tiện lợi. Hành giả sẽ bị hại, tự phát điên cuồng cho rằng mình thành Phật. Hiện đời không thoát khỏi vương pháp. Khi chết sa vào ngục vô gián.

Vì thế những kẻ tham thiền, phải chánh niệm phân minh, trí huệ luôn sáng suốt, một lòng thường chẳng động. Mặc cho bọn ma kia tác uy, tác quái, ta như chẳng thấy, chẳng nghe. Dùng chánh định hàng ma như thế, tự nhiên loài ma mị tiêu diệt. Các hành giả đời sau dè dặt biện rành đó.

Chú

Ma cũng tự tâm, không ma cũng tự tâm; ma, không ma gì cũng tự tâm; còn móng tâm dấy niệm là còn tâm ma. Từ trên mười thứ ma chướng, chẳng ngoài tâm ta mà có ra. Tâm ta nếu lặng yên chẳng động, ngàn thánh còn chẳng biết, huống loài ma mị làm gì biết được.

Tuy nhiên các hành giả trong Tông môn là người tu hành chân chánh phải luôn luôn phòng bị tâm mình cho cẩn mật, chớ để cho bọn ma mị bên ngoài có cơ hội thuận tiện. Công phu càng đặc lực, hành giả càng cẩn mật hơn, bởi tâm càng tịnh, ma lực càng mãnh liệt. Giai đoạn này chánh niệm phải tỏ rõ, trí huệ luôn chiếu suốt, tâm an trụ chẳng động. Đã vậy, thì mặc cho loài ma quái kia quấy phá, khác nào bọn chúng nắm bắt hư không.

Để đúc kết những điều trình bày trên, các hành giả sơ cơ nên nhận rằng: "Tâm là gốc, ma không ma gì cũng tự tâm ta. Tâm động ma loạn, tâm bất động là chỗ không thể nghĩ bàn, cảnh giới này ngàn thánh xuất thế cũng chẳng biết hướng nữa là ma". Như vậy:

Muốn ngồi yên trị ma thì phải thế nào?

Chỉ có bất động. Tâm bất động thì đất nước yên lành, các bóng dáng ma mị dứt bật. Người xưa nói: Một tâm chẳng sanh, muôn pháp đều bật". Hoặc nói: Mê ngủ nếu không, các mộng tự trừ . Còn nói mớ, nói mộng làm gì?

Thế thôi!

HẾT