

**PHẬT QUỐC THANH TỊNH TÂM**

**TU PHẬT DỰA THEO KINH LĂNG NGHIÊM**

**310 E. RED BIRD LN , DUNCANVILLE  
TEXAS 75116, USA, ĐT: 972-709-5685**



## TU PHẬT DỰA THEO KINH LĂNG NGHIÊM

### Lời mở đầu

Tất cả những nội dung được trình bày trong tập tài liệu ngắn này đều được trích dẫn từ Kinh Đại Phật Đảnh Thủ Lăng Nghiêm (ĐPĐTLN), chúng tôi không ngụy tạo, thổi phồng, đề cao, khoe khoang ..., vì mục đích chính chỉ là để Phật tử dùng trong việc thực hành pháp tu **Lăng Nghiêm Đại Định** mà thôi.

Chúng ta có thể nói rằng những Phật tử nào đã tham gia vào hệ thống Phật Quốc Thanh Tịnh Tâm và thực hành theo pháp tu Lăng Nghiêm Đại Định là đã có **duyên lớn** tu tập với con đường Phật giáo Đại thừa. Vì sao vậy? Xin thưa, trong Kinh ĐPĐTLN trang 80, đức Phật dạy rằng: “... vì thương xót các hàng Thanh Văn, Duyên Giác ... khai thị cho đường tu hành nhiệm mầu **Pháp Vô Thượng Thừa...**” (Pháp tu cao hơn hết trong Phật giáo.) Ngày nay, chúng ta lại có duyên được thực hành Pháp Vô Thượng Thừa, như vậy còn gì quý cho bằng.

Ngoài ra, Pháp Vô Thượng Thừa này, mặc dầu rất được ngưỡng mộ, nhưng, hiện nay, trên thế gian này cũng hiếm thấy có nơi nào thực hành và truyền dạy pháp tu Lăng Nghiêm Đại Định. Vì sao vậy? Vì muốn thực hành Lăng Nghiêm Đại Định, Kinh ĐPĐTLN có ghi là Phật tử chúng ta phải xây dựng **Đàn Tràng Lăng Nghiêm để tu tập**. Tuy nhiên, vật liệu và phương thức xây dựng đàn tràng và phương pháp thực hành ghi trong Kinh khó có thể thực hiện nếu chúng ta không có đủ duyên để nhận biết được. Ngay cả Hòa Thượng Tuyên Hóa, vị Hòa Thượng rất nổi tiếng, và chủ trương phải giữ gìn Kinh ĐPĐTLN, tuyên bố rằng Vạn Phật Thánh Thành nên xây dựng Đàn Tràng Lăng Nghiêm để tu tập. Vậy mà không biết vì sao cho đến khi ngài viên tịch, vẫn không thấy Vạn Phật Thánh Thành xây dựng đàn tràng để tu tập, mặc dầu theo chúng tôi nghĩ, phương tiện và nhân sự của Vạn Phật Thánh Thành hẳn là không thiếu.

Một câu hỏi mà Phật tử thường đặt ra khi muốn thực hành Lăng Nghiêm Đại Định là: Thời này là thời Mạt Pháp, chúng sinh nghiệp chướng lại nhiều, căn cơ lại thấp ... làm sao có thể thực hành được Lăng Nghiêm Đại Định, một Pháp Vô Thượng Thừa? Câu trả lời là: Cũng vì chúng sinh có nhiều chướng duyên như vậy, nên cần phải có Pháp Vô Thượng Thừa và thực hành Lăng Nghiêm Đại Định mới có thể giúp chúng ta đạt được ý nguyện “**thoát vòng sinh tử luân hồi.**” Để có niềm tin, sau đây xin dẫn chứng lời đức Phật dạy trong Kinh ĐPĐTLN:

- Nếu **muốn họ nhiếp tâm vào Tam Ma Địa**,<sup>1</sup> thì nên khiến họ dựng lập Đàn Tràng ... (trang 133, tại Phật Quốc Thanh Tịnh Tâm có xây dựng Đàn Tràng Lăng Nghiêm.)
- Như chỗ ông hỏi về **dựng lập Đàn Tràng cứu giúp chúng sinh chìm đắm trong đời Mạt Pháp**, (trang 133, tại Phật Quốc Thanh Tịnh Tâm có xây dựng Đàn Tràng Lăng Nghiêm.)
- Nếu **có tập khí cũ<sup>2</sup> không thể diệt trừ**, ông dạy người đó nhất tâm trì tụng Thần Chú Vô Thượng Phật Đảnh Quang Minh “Ma Ha Tát Đát Đa Bát Đát Ra” của Ta. (trang 141, tại Phật Quốc Thanh Tịnh Tâm khi nhập Đàn Tràng Lăng Nghiêm luôn luôn trì tụng Thần Chú này.)
- Anan! Người thiện nam đó khi trì Chú này, giả sử **có phạm Cấm Giới** khi chưa thọ trì thì sau khi trì Chú, hết thấy tội Phá Giới, không kể nặng nhẹ, nhất thời tiêu diệt... Nếu tạo trọng tội Ngũ Nghịch, Vô Gian và tội Tứ Khí, Bát Khí của Tỳ Kheo, Tỳ Kheo Ni mà tụng Chú này rồi thì các nghiệp nặng như vậy hẳn đều diệt hết như gió mạnh thổi tan đồng cát không còn chút gì (trang 162, tại Phật Quốc Thanh Tịnh Tâm khi nhập Đàn Tràng Lăng Nghiêm luôn luôn trì tụng Thần Chú này.)
- Như Lai tuyên dạy Chú này để **bảo hộ các người tu hành sơ học trong đời vị lai vào được Tam Ma Địa**, (trang 163, tại Phật Quốc

<sup>1</sup> Tam Ma Địa hay Samadhi: Chánh Định

<sup>2</sup> Tập khí cũ: Nghiệp chướng từ vô thủy đến nay.

Thanh Tịnh Tâm khi nhập Đàn Tràng Lăng Nghiêm luôn luôn trì tụng Thần Chú này.)

- Phật dạy lời ấy rồi, vô lượng trăm ngàn Kim Cang trong hội đều đồng thời ở trước Phật chấp tay đánh lễ, thưa rằng: Như lời Phật dạy, **chúng con sẽ thành tâm bảo hộ những người tu Bồ Đề** như vậy. (xem trang 164 còn ghi rất nhiều vị phát nguyện hộ trì.)

Mong rằng tài liệu này giúp ích cho quý Phật tử có duyên tu tập theo pháp tu Lăng Nghiêm Đại Định: Bồ Đề Tâm kiên cố, chí tu học vững bền, mau đắc quả giải thoát sinh tử luân hồi để cứu độ chúng sinh, giữ gìn Phật Pháp trường tồn.

## 1. Mục tiêu tu tập theo Phật giáo

Mục tiêu chính của việc tu tập theo Phật giáo là **“thoát vòng sinh tử luân hồi.”** Cho nên, nếu có những luận giải cho rằng mục tiêu tu tập theo Phật giáo là chỉ nhằm giúp Phật tử tìm sự an lạc và hạnh phúc tại thế gian này mà thôi, như vậy là không đủ.

Ngoài ra, câu hỏi tiếp theo là: sau khi thoát vòng sinh tử luân hồi rồi, chúng ta đi về đâu? Đối với Phật giáo Nguyên Thủy, mục tiêu tu tập của chư Tăng/Ni là thiên định để nhập Niết Bàn (Niết Bàn này là “Phương Tiện Hữu Dư Tịnh Độ” khác với Niết Bàn của Đại Thừa.) Nhưng đối với Phật giáo Đại Thừa, tùy theo phương pháp tu và tùy theo hạnh nguyện của mỗi Phật tử, có bốn nơi có thể về: (a) Phạm Thánh Đồng Cư Tịnh Độ, (b) Phương Tiện Hữu Dư Tịnh Độ, (c) Thật Báo Trang Nghiêm Tịnh Độ, (d) Thường Tịch Quang Tịnh Độ (Niết Bàn này khác với Niết Bàn của Phật giáo Nguyên Thủy, và đây là mục tiêu của sự thực hành Lăng Nghiêm Đại Định.)

## 2. Điều kiện căn bản tối thiểu để có thể thực hành Lăng Nghiêm Đại Định

- a. Tin thuyết “sinh tử luân hồi” (Ba cõi, sáu đường.)
- b. Tin có “Niết Bàn” (Kinh ĐPĐTLN trang 243.)
- c. Tin lý “Nhân duyên”, luật “Nhân quả”.
- d. Quyết tâm sẽ cắt đứt mọi dính mắc với cuộc sống tại thế gian.
- e. Dành mọi thời gian có thể có được để tu tập, không phan duyên theo các chuyện thế tục.
- f. Quyết tâm khi lìa bỏ cõi đời này sẽ ra khỏi vòng sinh tử luân hồi và đi về cõi Tịnh Độ (Quốc Độ Phật) mà mình mong cầu.

### 3. Ý nghĩa chữ Kinh trong Phật giáo

Trong hệ thống Phật giáo, những **lời Đức Phật dạy** được gọi là **Kinh**. Dĩ nhiên, trong thời kỳ ấy chưa có chữ viết, nên phải một thời gian sau lời dạy của đức Phật mới được kết tập lại thành sách và được gọi là **Kinh**. Dĩ nhiên, qua mỗi Kinh, đức Phật dạy những đề mục, phương thức tu tập khác nhau và dựa vào đó, Phật tử, tùy duyên (cũng gọi là tùy căn cơ) của mỗi người, thực hành theo để đạt được mục tiêu mà họ mong muốn. Từ đó, chúng ta nghe nói đến nhiều Thừa (Tiểu Thừa, Đại Thừa, Kim Cang Thừa,...) và nhiều **Tông phái** Phật giáo khác nhau như Hoa Nghiêm Tông (lấy Kinh Hoa Nghiêm làm căn bản,) Pháp Hoa Tông (lấy Kinh Pháp Hoa làm căn bản) ...

Đối với hệ thống Phật Quốc Thanh Tịnh Tâm, **Kinh được xem như lời hướng dẫn của đức Phật mà theo đó Phật tử phải tìm hiểu ý nghĩa rồi thực hành** chứ không phải chỉ để tụng đọc thuộc lòng mà thôi. Phật tử có thể so sánh một cách đơn giản rằng Kinh (**lời đức Phật dạy để thực hành**) cũng như khi chúng ta mua một vật dụng cần ráp nối, trong hộp luôn luôn có một **tờ giấy hướng dẫn để theo đó thực hành sự ráp nối**, chứ không phải tờ giấy này dùng để đọc cho thuộc lòng và tiếp tục đọc mỗi ngày, từ ngày này qua ngày khác, như thế làm sao chúng ta có được vật dụng cần dùng.

Ngoài ra, cũng có nhiều Phật tử đọc từng chữ trong Kinh và lễ lạy theo từng chữ một, như vậy làm sao Phật tử ấy đạt được những gì họ mong

muốn? Xin để tùy duyên thực hành của mỗi Phật tử, không tiện luận bàn nhiều.

#### 4. Tứ Diệu Đế

Tứ Diệu Đế là bài Pháp đầu tiên mà đức Phật dạy cho nhóm Kiều Trần Như ngay sau khi ngài chứng đắc quả vị Phật. Ý nghĩa căn bản và tổng quát: Tứ Diệu Đế là bốn đề mục vi diệu, căn bản, mà Phật tử nên tìm hiểu và thực hành để có thể thoát ly sanh tử luân hồi gồm: **Khổ, Tập, Diệt, Đạo**. Ý nghĩa tổng quát là: Đời sống của chúng sanh là **Khổ**, phải tìm hiểu nguyên nhân của Khổ gọi là **Tập**, sau đó phải **Diệt** cái Khổ để được an vui vĩnh viễn, và phải có phương pháp thực hành gọi là **Đạo**. Trong Kinh ĐPĐTLN, 25 vị Bồ Tát và Đại A La Hán cũng đều là đệ tử của Phật, nhưng mỗi vị có kinh nghiệm thực hành và chứng đắc khác nhau vì vậy Phật giáo sau này có nhiều Thừa và Tông phái khác nhau chẳng có gì phải ngạc nhiên.

- **Khổ**: Lâu nay, chúng ta thường nghe giảng dạy: Sinh, lão, bệnh, tử, bất toại nguyện ... gây khổ não. Đạo Phật đưa đề mục “Khổ” ra để sau đó sẽ đưa ra phương pháp để tiêu diệt Khổ.

Qua hơn 26 thế kỷ kể từ khi Phật giáo ra đời, ngày nay, khoa học tiến bộ, cái khổ của Sinh, lão, bệnh ... không còn làm cho nhân loại lo lắng, đau khổ nhiều nữa. Và ngay cả cái chết, họ cũng coi như là một hiện tượng tự nhiên. Cho nên, tại Phật Quốc Thanh Tịnh Tâm, cái Khổ mà chúng ta nhấn mạnh trong pháp tu Lăng Nghiêm Đại Định là “**thoát vòng sinh tử luân hồi**.” Vì vậy, phương thức tu tập phải khác.

Đức Phật dạy trong Kinh ĐPĐTLN như sau: “Đức Phật bảo ngài Anan: Hết thấy chúng sinh từ vô thủy đến nay, do **không biết hai loại căn bản lầm lẫn tu tập**, cũng như nấu cát mà muốn thành món ngon, dầu trải qua số kiếp nhiều như bụi, rốt cũng chẳng được. Thế nào là hai loại căn bản? Anan! **Một là: Cội gốc của Sanh Tử từ vô thủy**. Tức là ông hiện giờ và các chúng sinh **dùng cái Tâm bám**

**nú theo duyên mà làm Tự Tánh. Hai là: Cái Thể Bồn Lai Thanh Tịnh Bồ Đề Niết Bàn Vô Thủy, tức cái Chơn Tâm vốn sáng soi của ông bây giờ, hay sanh các duyên. Ông lại duyên theo các tướng duyên này mà bỏ quên Chơn Tâm. Cho nên trọn ngày dùng nó mà chẳng tự biết, oan uổng lạc vào sáu nẻo.”<sup>3</sup> (trang 20)**

#### Origin of inversion

The Buddha said: "Since the time without beginning, all living beings have given rise to all sorts of **inversion [điên đảo]** because of the karmic seed (of ignorance) which is like the aksha shrub. This is why seekers of the Truth fail to realize **Supreme Enlightenment [vô Thượng Bồ Đề]** but achieve only (the states of) **sravakas [Thanh Văn,] pratyeka-buddhas [Duyên giác,] heretics [ngoại đạo,] devas [Chư Thiên]** and **demons [Ma vương,]** solely because they do not know the **two basic inversions**, thereby practicing wrongly like those who cannot get food by cooking sand in spite of the passing of aeons [kiếp] as countless as the dust. What are these two basic inversions? Ananda, **the first is the basic root of birth and death caused since the time without beginning, by the wrong use of a clinging mind [tâm bám nú, dính mắc] which people mistake for their own nature, and the second is their attachment to causal conditions (which screen) the basically bright essence of consciousness which is the fundamentally pure and clean substance of Nirvanic Enlightenment.** Thus they ignore this basic brightness and so transmigrate through (illusory) realms of existence without realizing the futility of their (wrong) practice.

- **Tập:** Tập có nghĩa là nguyên nhân. Vậy, nguyên nhân từ đâu chúng sinh vọng thấy vòng sinh tử luân hồi? “Đức Phật dạy: Này Anan! Tất cả chúng sinh luân hồi trong thế gian đều do **hai thứ Vọng Thấy điên đảo** phân biệt ngay nơi Tâm Tánh mà phát sanh, ngay theo nghiệp mà xoay vần... Hai thứ Vọng Thấy là: **Vọng Thấy Biệt Nghiệp** và **Vọng Thấy Đồng Phận**” (trang 30)

**Thế nào là Vọng Thấy Biệt Nghiệp (riêng cá nhân)**

---

<sup>3</sup> Sáu nẻo hay Sáu đường (của vòng sinh tử luân hồi): Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh, Thần A tu la, Loài người, Tiên.



Anan! Như người bị nhắm mắt, ban đêm nhìn ngọn đèn thấy có năm màu bao phủ. Tuy nhiên, người không bị nhắm mắt, nhìn ngọn đèn lại không thấy có năm màu bao phủ. Cho nên, cái thấy có năm màu bao phủ là do bệnh nhắm mắt mà ra. Còn cái thấy được bệnh nhắm mắt thì vốn chẳng phải là bệnh vậy. Cho nên người trí không nên đi tìm căn nguyên của năm màu do mắt nhắm sanh ra là có hình tướng hay chẳng có hình tướng.

### **Thế nào là Vọng Thấy Đồng Phận (nhiều người)**

Anan! Cõi Diêm Phù Đề này, ngoài nước biển ra, trong đó có ba ngàn Châu (lục địa). Nếu ở trong đó có một Châu nhỏ chỉ có hai nước mà riêng người trong một nước đồng cảm ác duyên, thì chúng sanh trong nước đó thấy tất cả những cảnh giới không tốt, còn chúng sanh trong nước gần bên thì không thấy.

### **Tánh Thấy không phải là cái Thấy**

Đức Phật dạy: Này Anan! Hiện giờ, ông dùng con mắt xem thấy núi sông, cõi nước và chúng sanh đều là do cái Bệnh Thấy từ vô thủy tạo thành. Cái Thấy và vật được thấy **hình như hiện ra** nơi tiền cảnh, nhưng thật ra đó vốn chỉ là cái bệnh nhắm mắt thành lòa, cho nên thấy có Năng Kiến (cái thấy) và Sở Kiến (vật được thấy) hiện ở trong cái Giác Minh (Bổn Giác Minh Tâm<sup>4</sup>) mà thôi.

Tóm lại, hai cái thấy Vọng Thấy Biệt Nghiệp và Vọng Thấy Đồng Phận đều do **cái thấy hư vọng** từ vô thủy sanh ra. Chính cái bệnh duyên hư vọng tạo thành thấy, nghe, hay, biết, hòa hợp giả dối mà sanh ra, hòa hợp giả dối mà diệt mất. Cho nên, nếu xa lìa các bệnh duyên hòa hợp và chẳng hòa hợp này, tức thời diệt được các nguyên nhân sanh tử, trọn đủ Thử Bồ Đề Không Sanh, Không Diệt. Đó là cái Bản Tâm xưa nay trong sạch (Chơn Tâm,) cái vốn Giác Ngộ

<sup>4</sup> Bổn Giác Minh Tâm còn gọi là Chơn Tâm, Phật Tánh...

Thường Trụ xưa nay. Thêm vào đó, phải hiểu rằng Bản Giác không phải hòa hợp mà sanh, cũng không phải không hòa hợp.

Ananda, all living beings are subject to transmigration through various worlds because of two inverted, discriminative and wrong views which, wherever they occur, cause people to be caught in the turning wheel of samsara. What causes these two wrong views? They are due to their individual and collective karmas.

### **Individual karma**

"What is the individual karma that causes wrong views? Ananda, it is like a man who, because his eyes are inflamed, sees at night a five-colored circle round the light of a lamp. Is this circle the color of the flame or that of his seeing? If it is the color of the flame, why does only the man with bad eyes see it while others do not? If it is the color of his seeing, since his seeing is already that color, what do you call the circle? Moreover, Ananda, if this circle is independent of the lamp, the man should see it when looking at nearby curtains, tables and mats; if it is independent of the seeing, it should not be seen by the eyes, but why does the man with bad eyes see it? Therefore, you should know that this color is revealed by the lamplight and becomes a circle when perceived by defective seeing; both the circle (form) and the seeing (perception) are due to bad eyes, but that which recognizes this disease is not sick. Thus you should not (discriminate and) say that it is either the lamp or the seeing, with the further idea of it being neither the lamp nor the seeing. It is like a second moon which is neither the real moon nor its shadow. Why? Because the sight of this second moon is an illusory creation. So wise people should not say that this illusion 'is' or 'is not' form or that it exists apart from seeing or non-seeing. In the same way how can you prove that an illusion caused by bad eyes is (due to) the lamp or to your seeing? Still less can you establish that it is (due to) neither the lamp nor your seeing.

### **Collective karma**

"What is the collective karma that causes wrong views? Ananda, this universe (Jambudvīpa) comprises, besides the great sea, 3,000 continents, with the largest at the center, containing altogether, from east to west, 2,300 countries and other small continents each consisting of 1, 2, 30, 40, 50, 200, or 300 countries. Ananda, in a small continent there (may) be only two countries, one of which is inhabited by people who, as a result of their evil karma, may witness all sorts of evil states, while the inhabitants of the other country neither see nor even hear of them.

Ananda, let us compare these two karmic conditions (dealing first with wrong views caused by individual karma which are similar to those by collective karma). Ananda, all living beings whose individual karma causes them to see wrongly, are like the man who because his eyes are inflamed, sees round the light of a lamp a circle which seems to be out there in front of him, but in fact exists because his sight is disturbed; this circle is not created by form. However, the (faculty of) seeing through which he is aware of this trouble, is free from it. Similarly, if you now look at mountains, rivers, and the country with its inhabitants, they are all created by a disturbance in your seeing since the time without beginning. Though this seeing and its causal externals seem to be (phenomena) in front of you, they originally arise from your (subjective) awareness of that brightness (of Reality) which leads to a (wrong) perception of (objective) causal falsities. Thus awareness and perception (cause) wrong seeing, but the bright true Mind of basic Bodhi which sees clearly these causal states is free from all ills. That which realizes this awareness as faulty does not fall into delusion. This is (what I mean by true) seeing that is not (discriminative and about which you asked for elucidation). How can this be comprehended by your (discriminative) seeing, hearing, feeling and knowing? Therefore, your actual seeing of yourself, of me and of living beings of the ten types of birth is a disturbance of your seeing and certainly not that which is aware of your wrong seeing. For the basic nature of the true essence of perception is beyond all ills: hence it is not called seeing.

Ananda, let us now compare wrong seeing caused by collective karma with that by individual karma. The (illusion of a) circle round the light of a lamp seen by a man because his eyes are bad, and the evil condition experienced by all the inhabitants of a country because of collective karma, are both created by false seeing since the time without beginning. Thus the Jambudvīpa's 3,000 continents, the four great seas, the saha world and samsaric countries in the ten directions as well as their inhabitants are the product of causal seeing, hearing, feeling and knowing which arise from the (subjective) awareness of the brightness of supramundane wondrous Mind, entailing mixtures and unions of concurring causes which result in their rise and fall.

"He who can avoid the (illusory) mixture and union and non-mixture and non-union of concurrent causes, will be able to destroy all causes of birth and death, thereby perfecting the transcendental nature of Enlightenment and realizing the permanent basic Bodhi of pure and clean Self-mind."

- **Diệt:** Để đạt được Chơn Tâm, phải không còn Vọng Tâm (tạm gọi là **Diệt** hai cái Vọng Thấy như đã nói ở trên.) Cảnh giới của Chơn Tâm là Niết Bàn hay còn gọi là cõi Thường Tịch Quang Tịnh Độ. Vậy làm thế nào để không còn Vọng Tâm, đạt Chơn Tâm? Chúng sanh phải thực hành theo lời Phật hướng dẫn gọi là Đạo.
- **Đạo:** Đạo là con đường hay phương pháp thực hành để không còn Vọng Tâm. Đức Phật dạy: “Hai cái thấy Vọng Thấy Biệt Nghiệp và Vọng Thấy Đồng Phận đều do cái Thấy Hư Vọng từ vô thủy sinh ra. Chính cái bệnh duyên hư vọng tạo thành thấy nghe hay biết, hòa hợp mà giả dối sinh ra, hòa hợp giả dối mà diệt mất. Cho nên, **nếu xa lìa các bệnh duyên hòa hợp và chẳng hòa hợp này, tức thời diệt được các nguyên nhân sinh tử**, trọn đủ Thể Bồ Đề Không Sanh, Không Diệt. Đó là cái Bản Tâm xưa nay trong sạch (Chơn Tâm) cái vốn Giác Ngộ Thường Trụ xưa nay.” (trang 31) Chi tiết phần thực hành được ghi trong phần Bát Chánh Đạo sau đây.

“He who can avoid the (illusory) mixture and union and non-mixture and non-union of concurrent causes, will be able to destroy all causes of birth and death, thereby perfecting the transcendental nature of Enlightenment and realizing the permanent basic Bodhi of pure and clean Self-mind.”

## 5. Bát Chánh Đạo

Để cho dễ hiểu và thực hành, phương pháp tu tập được phân làm tám phần gọi là Bát Chánh Đạo:

- **Chánh Kiến:** Chánh Kiến có nghĩa là **sự thấy biết của đức Phật** về một vấn đề nào đó; và những sự thấy biết không cùng quan điểm với đức Phật được gọi là tà kiến. Chữ tà ở đây có nghĩa là nghiêng, không giống, chứ không có ý nghĩa là xấu. Ví dụ như mục tiêu của việc tu Phật của Phật tử là thoát ly vòng sinh tử luân hồi, **đạt Chơn Tâm** đây là Chánh Kiến. Nếu những ai cho rằng tu Phật chỉ là để

có một cuộc sống giàu có, an lạc tại thế gian, đối với Phật giáo đó là tà kiến. Chánh Kiến của Phật tử thực hành Lăng Nghiêm Đại Định là đạt được Chơn Tâm.

- **Chánh Tư Duy:** Tư Duy có nghĩa là suy nghĩ. Một khi đã nhận Chơn Tâm làm Chánh Kiến, mọi Tư Duy của Phật tử phải luôn luôn hướng về Chơn Tâm, không suy nghĩ lang mang, chuyện thế tục... (có nghĩa là chỉ dùng lục căn hay Vọng Tâm khi cần thiết.)
- **Chánh Ngữ:** Ngữ có nghĩa là lời nói. Cũng như Chánh Tư Duy, mọi lời nói của Phật tử phải luôn luôn xoay quanh đề mục Chơn Tâm, không nói chuyện lang mang, chuyện thế tục...
- **Chánh Nghiệp:** Chử Nghiệp để chỉ hành động. Mọi hành động của Phật tử phải luôn luôn xoay quanh đề mục Chơn Tâm, không hành động lang mang theo chuyện thế tục...
- **Chánh Mạng:** Chử Mạng có nghĩa là cuộc sống. Cuộc sống của Phật tử phải luôn luôn xoay quanh đề mục Chơn Tâm, không sinh hoạt lang mang theo chuyện thế tục...
- **Chánh Tinh Tấn:** Tinh Tấn có nghĩa là siêng năng, không lười biếng. Dĩ nhiên, bất cứ làm việc gì, Phật tử cũng phải siêng năng mới mong sớm có kết quả, nhất là việc tu tập.
- **Chánh Niệm:** Niệm có nghĩa là ý nghĩ. Trong tiến trình tu tập theo phương thức Bát Chánh Đạo, Phật tử đã giữ Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, và Chánh Tinh Tấn, (có nghĩa là trong mọi sinh hoạt của thân và tâm không rời Chơn Tâm) nên tất cả trở thành Chánh Niệm. Mọi ý nghĩ không còn lang thang.
- **Chánh Định:** Chánh Định là trạng thái Tâm thanh tịnh giúp Chánh Niệm trở thành Vô Niệm, thành Chơn Tâm, thành Phật với Trí Tuệ Viên giác.

## 6. Kinh Đại Phật Đảnh Thủ Lăng Nghiêm (Shurangama Sutra)

Sau đây, chúng ta sẽ ghi tóm tắt những phần cần biết để làm nền tảng cho pháp tu Lăng Nghiêm Đại Định mà thôi.

- **Duyên khởi của Kinh** (trang 15): Ngài Anan đi khát thực một mình ngang nhà người dâm nữ Ma Đăng Già, nàng dùng tà Chú của ngoại đạo mê hoặc ngài Anan đưa vào nhà khiến ngài gần phạm giới. Đức Phật biết được, sai ngài Văn Thù Sư Lợi đem Thần Chú Lăng Nghiêm đến để phá tà Chú của Ma Đăng Già và đưa nàng cùng ngài Anan về gặp đức Phật.

So, when he reached the town's gate, he walked slowly adjusting his mien to the rules of discipline. As he went begging for food, he came to a house of prostitution where **Matangi** succeeded, by means of Kapila magic, in drawing him close to her sensual body on the mat, so that he was on the point of breaking the rules of pure living. But the Buddha was aware of all this and, after the royal feast, He returned to the vihara with the king, princes and elders who wished to hear about the essentials of the Dharma. He then sent out from the top of His head a bright and triumphant multicolored light within which appeared a transformation Buddha [**Hoá thân Phật**] seated, with crossed legs, on a thousand-petalled lotus. The Buddha then repeated the transcendental mantra and ordered Manjusri to use it to overcome the magic and to bring Ananda with Matangi to the vihara.

Vậy qua Kinh ĐPĐTLN, đức Phật sẽ đề cập ba phần chính: 1. Ngài giảng rõ Chơn Tâm, Vọng Tâm và phương pháp tu để đạt Chơn Tâm. 2. Thể thức xây dựng Đàn tràng và tụng **Thần Chú Lăng Nghiêm Tát Đát Đa Bát Đát Ra** để làm tiêu trừ tập khí từ vô thủy. 3. Thực hành Lăng Nghiêm Đại Định.

- **Chỉ bày Chơn Tâm** (trang 16): Đức Phật dạy: “Tất cả chúng sinh từ vô thủy đến nay, sống chết nối nhau đều do **không biết cái Chơn Tâm Thường Trụ, Thể Tánh vốn trong sạch, sáng suốt mà lại dùng các vọng tưởng (Vọng Tâm) chằng chân thật nên mới có sự chuyển**

**động trôi lăn** (luân hồi.)” Nay ông muốn học đạo Bồ Đề Vô Thượng thì phải lấy Tâm ngay thẳng mà trả lời chỗ Ta hỏi không có quanh co.

The Buddha said: "Ananda and all of you should know that living beings, since the time without beginning, have been subject continuously to birth and death because they do not know the **permanent True Mind [Chơn Tâm Thường Trụ]** whose **substance [Thể Tánh]** is, by nature, pure and bright. They have relied on **false thinking [vọng tưởng]** which is not Reality so that the wheel of samsara turns. Now if you wish to study the unsurpassed **Supreme Bodhi [Bồ đề Vô thượng]** to realize this bright nature, you should **answer my questions straightforwardly**. All Buddhas in the ten directions trod the same path to escape from birth and death because of their straightforward minds, with the same straightforwardness of mind and speech from start to finish twithout a trace of crookedness.

- **Hai Thứ Căn Bản** (trang 20)

Đức Phật bảo ngài Anan: Hết thấy chúng sanh từ vô thủy đến nay, do không biết hai loại căn bản lầm lẫn tu tập, cũng như nấu cát mà muốn thành món ngon, dầu trải qua số kiếp nhiều như bụi, rốt cũng chẳng được. Thế nào là hai loại căn bản?

Anan! Một là: **Cội gốc của Sanh Tử từ Vô Thủy**. Tức là Ông hiện giờ và các chúng sanh **dùng cái Tâm bám níu theo duyên mà làm Tự Tánh**. Hai là: **Cái Thể Bỏ Lai Thanh Tịnh Bồ Đề Niết Nàn Vô Thủy**, tức là cái **Chơn Tâm vốn sáng soi của Ông bây giờ, hay sanh các duyên**. Ông lại duyên theo các tướng duyên này mà bỏ quên Chơn Tâm. Cho nên tuy trọn ngày xử dụng nó mà chẳng tự biết, oan uổng lạc vào sáu nẻo.

The Buddha said: "Since the time without beginning, all living beings have given rise to all sorts of **inversion [điên đảo]** because of the karmic seed (of ignorance) which is like the aksa shrub.(8) This is why seekers of the Truth fail to realize **Supreme Enlightenment [vô Thượng Bồ Đề]** but achieve only (the states of) **sravakas [Thanh Văn,] pratyeka-buddhas [Duyên giác,] heretics [ngoại đạo,] devas [Chư Thiên]** and **demons [Ma vương,]** solely because they do not know the **two basic inversions**, thereby practicing wrongly like those who cannot get food by cooking sand in spite of the passing of aeons [kiếp] as countless as the dust. What are these two basic inversions? Ananda, **the first is the basic root of birth and death caused since the time without beginning, by the wrong use of a clinging mind [tâm bám níu, dính mắc]** which people mistake for their own nature, and **the second is their attachment to causal conditions (which screen) the basically bright essence of consciousness which is the fundamentally pure and clean substance of Nirvanic Enlightenment.** Thus they ignore this basic brightness and so transmigrate through (illusory) realms of existence without realizing the futility of their (wrong) practice.

- **Chỉ thẳng Tánh Thấy** (trang 29): “Đức Phật bảo: Anan ông nên biết rằng: Khi thấy sáng, cái Thấy chẳng phải là sáng; khi thấy tối, cái Thấy chẳng phải là tối; khi thấy không, cái Thấy chẳng phải là cái không; khi thấy ngăn bít, cái Thấy chẳng phải là ngăn bít. Đây là cái nghĩa đã thành rồi vậy! Ông lại nên biết: Khi Thấy mà có Tướng Thấy, cái Thấy đó chẳng phải là Tánh Thấy. **Cái Thấy mà do là Tướng Thấy vẫn có, đó mới là Tánh Thấy siêu việt.**”



"Therefore, Ananda, you should know that when you see the light, your seeing is not clear; when you see the darkness, your seeing is not obscure; when you see the void, it is not empty; and when you see obstruction, it is not obstructed. After you have understood these four states, you should also know that when your (absolute) seeing perceives the Essence of Seeing, the former is not the latter which still differs from it; how can your (false) seeing reach that (absolute) seeing?

- **Chỉ ra cái Vọng Thấy** (trang 30): Đức Phật dạy: “Này Anan! Tất cả chúng sinh luân hồi trong thế gian đều do hai thứ Vọng Thấy điên đảo phân biệt ngay nơi Tâm Tánh mà phát sinh, ngay theo nghiệp mà xoay vần.

1. Một là **Vọng Thấy Biệt Nghiệp**: Như người bị nhặm mắt ban đêm nhìn ngọn đèn thấy có năm màu bao phủ. Tuy nhiên, người không bị nhặm mắt, nhìn ngọn đèn lại không thấy có năm màu bao phủ. Cho nên cái thấy có năm màu bao phủ là do bệnh nhặm mắt mà ra. Còn cái biết được bệnh nhặm mắt thì chẳng phải là bệnh. Cho nên, **người trí không nên đi tìm căn nguyên của năm màu do mắt nhặm sinh ra là có hình tướng hay chẳng có hình tướng.**

**Individual karma** "What is the individual karma that causes wrong views? Ananda, it is like a man who, because his eyes are inflamed, sees at night a five-colored circle round the light of a lamp. Is this circle the color of the flame or that of his seeing? If it is the color of the flame, why does only the man with bad eyes see it while others do not? If it is the color of his seeing, since his seeing is already that color, what do you call the circle? Moreover, Ananda, if this circle is independent of the lamp, the man should see it when looking at

nearby curtains, tables and mats; if it is independent of the seeing, it should not be seen by the eyes, but why does the man with bad eyes see it? Therefore, you should know that this color is revealed by the lamplight and becomes a circle when perceived by defective seeing; both the circle (form) and the seeing (perception) are due to bad eyes, but that which recognizes this disease is not sick. Thus you should not (discriminate and) say that it is either the lamp or the seeing, with the further idea of it being neither the lamp nor the seeing. It is like a second moon which is neither the real moon nor its shadow. Why? Because the sight of this second moon is an illusory creation. So wise people should not say that this illusion 'is' or 'is not' form or that it exists apart from seeing or non-seeing. In the same way how can you prove that an illusion caused by bad eyes is (due to) the lamp or to your seeing? Still less can you establish that it is (due to) neither the lamp nor your seeing.

2. Hai là **Vọng Thấy Đồng Phận**: Nếu cõi Diêm Phù Đề này có ba ngàn Châu lục, trong đó một Châu nhỏ chỉ có hai nước mà riêng người trong một nước đồng cảm ác duyên, thì chúng sinh trong nước đó thấy tất cả nhữnh cảnh giới không tốt, còn chúng sinh trong nước gần bên thì không thấy.”

Tóm lại, **hai cái thấy Vọng Thấy Biệt Nghiệp và Vọng Thấy Đồng Phận đều do cái Thấy Hư Vọng từ vô thủy sinh ra**. Chính cái bệnh duyên hư vọng tạo thành thấy nghe hay biết, hòa hợp mà giả dối sinh ra, hòa hợp mà giả dối diệt mất. Cho nên, **nếu xa lìa các bệnh duyên hòa hợp và chẳng hòa hợp này, tức thời diệt được các nguyên nhân sinh tử, trọn đủ Thể Bồ Đề Không Sinh, Không Diệt**.

**Collective karma:** "What is the collective karma that causes wrong views? Ananda, this universe (Jambudvīpa) comprises, besides the great sea, 3,000 continents, with other small continents each consisting of 1, 2, 30, 40, 50, 200, or 300 countries. Ananda, in a small continent there (may) be only two countries, one of which is inhabited by people who, as a result of their evil karma, may witness all sorts of evil states, while the inhabitants of the other country neither see nor even hear of them.

- **Tóm thu về Như Lai Tạng** (trang 32): Đức Phật dạy: “Anan! Ông còn chưa rõ **tất cả các tướng huyễn hóa nơi tiền trần, chính nơi Tâm mà sinh ra, rồi theo nơi Tâm mà diệt mất.** Cái huyễn hóa giả dối gọi là Tướng, mà cái Tánh chính là tâm tánh nhiệm màu sáng suốt; như vậy, cho đến năm âm (ngũ âm: sắc, thọ, tưởng, hành, thức,) sáu nhập (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý,) mười hai xứ (sáu căn và sáu trần,) mười tám giới (sáu căn, sáu trần, và sáu thức,) bảy Đại (Đất, Nước, Lửa, Gió, Không, Kiến, Thức,) nhân duyên hòa hợp giả dối có sinh ra, nhân duyên chia lìa giả dối gọi rằng diệt, mà không biết rằng **sinh diệt, đi lại, đều vốn là tánh chơn như cùng khắp, không lay động, nhiệm màu, sáng suốt, thường trụ của Như Lai Tạng.** Trong Tâm Tánh chân thường đó, cầu cho ra những cái đi, lại, mê, ngộ, sống, chết, hẳn không thể được.”

**Tathagata store.** "Ananda, you are still not clear about the illusory appearance of all passing phenomena which vanish wherever they arise. These illusions in the shape of forms spring from (their underlying nature which is) the substance of wonderful Bodhi. So also are the five skandhas, the six entrances (organs), the twelve ayatana (six sense organs and six sense data) and the eighteen realms of senses which falsely arise from the mixture and union of causes and

conditions and which falsely vanish when the same causes and conditions are disconnected. They are but creation and destruction appearing and vanishing within the permanent, wonderfully bright, immutable, all-embracing and profound Bhutatathata (absolute) nature of the Tathagata store [Như Lai tạng] wherein neither coming nor going, neither delusion nor enlightenment, and neither birth nor death can be found.

- **Nguyên nhân vọng thấy có Thế Giới** (trang 69): Đức Phật dạy: **“Tánh Giác vốn là Minh, do vọng tưởng cho là Minh Giác. Giác không có gì là sở minh, nhân có minh mà lập ra thành sở; đã giả dối lập ra có sở, mới sinh ra cái năng** hư vọng của các ông (sở để chỉ đối tượng, năng để chỉ chủ thể, năng và sở kết hợp với nhau.) Trong tánh không đồng, không khác, nổi dậy thành ra có khác; khác với cái khác kia, thì nhân cái khác đó, mà lập thành cái đồng. Phát minh cái đồng, cái khác rồi, thì nhân đó, mà lập ra cái không đồng, không khác. Rồi loạn như vậy, đối đãi với nhau thành ra lao lự; lao lự mãi phát ra trần tướng, tự vẫn đục lẫn nhau; do đó, đưa đến những trần lao phiền não. Nổi lên thì thành ra thế giới, lặng xuống thì thành hư không; hư không là đồng, thế giới là khác; cái không đồng, không khác kia, thật là pháp hữu vi.”

"Thus, from that which was beyond both identity and diversity arose all differences. When the differentiating subject confronted its differentiated objects, the resultant diversity led to identification.

Identity and diversity further led to that which was neither the same nor different. These conflicting disturbances resulted in troubled (perception) which in time gave rise to objective form. Self-created confusion, caused by clinging to names, caused karmic activity and so

suffering. Thus, that which manifested became the (changing) world and that which was still was space. Hence space stands for identity and the world for diversity, and that which is neither the same nor different is a living being."

- **Mê vọng không có nhân, hết mê là Bồ Đề** (trang 76): Đức Phật dạy: "Người được đạo Bồ Đề như người tỉnh giấc kể chuyện trong chiêm bao; tâm dầu rõ ràng, nhưng không thể có nhân duyên gì lấy được những vật trong chiêm bao; huống nữa cái mê lại không có nhân, vốn không có gì cả. Như anh chàng Diễn Nhã Đạt Đa trong thành kia, đâu có nhân duyên gì mà tự sợ đầu mình bỏ chạy, khi hết điên, thì cái đầu đâu phải từ ngoài đưa tới; dầu chưa hết điên, cái đầu cũng không hề mất. Phú Lâu Na! Tánh của cái vọng là như vậy, làm sao còn có nguyên nhân được. **Ông chỉ không theo sự phân biệt ba thứ "các Pháp nơi thế gian, nghiệp quả, chúng sinh", khi ba duyên đã đoạn rồi, ba nhân không sinh ra nữa, và tánh điên của anh chàng Diễn Nhã Đạt Đa trong tâm ông tự hết.** Hết tức là Tâm Tánh Bồ Đề trong sạch sáng suốt, Bản Lai cùng khắp pháp giới hiện ra, không do ai đưa lại, nào cần gì phải tu chứng nhọc nhằn vất vả."

This is like a man who, when awake, relates what he saw in a dream; he may be ingenious but what can he get from it? Still less can he benefit from a state which does not derive from any cause and does not really exist, like Yajnadatta who, without reason, took fright at not seeing his own head. If he suddenly ceased to be crazy, his head would not come from elsewhere, and even if he was still mad, it was not really lost. Since this is the nature of falseness where is its cause? If you will only cease to discriminate and to believe in the (three illusions that there are) the universe, karmic retribution and (the realms of) living beings, the three conditions (derived from killing, stealing and

carnality) will come to an end. Without these conditions, the three causes will not arise and, as with mad Yajnadatta, the mad nature of your own mind will come to an end and when it does, that is Enlightenment (Bodhi). Thus, your unexcelled, pure and enlightened Mind which essentially pervades the Dharma realm, does not come from outside; how can it be realized by toilsome and profound practice and by achievement?

- **Các Pháp tu hành** (trang 80): Hệ thống Phật Quốc Thanh Tịnh Tâm tu theo **Pháp Vô Thượng Thừa** do đức Phật dạy trong Kinh ĐPĐTLN [trang 80], trong đó đức Phật khuyên trước hết, nên rõ hai nghĩa quyết định trong lúc mới phát tâm. **Phải xét kỹ cái nhân địa phát tâm với quả địa của giác ngộ là đồng hay là khác nhau.** Anan! Nếu nơi nhân địa mà đem cái tâm sinh diệt làm cái nhân tu hành, để cầu cho được cái quả bất sanh bất diệt của Phật Thừa, thì thật không thể được. (Giảng nghĩa ra là **không thể dùng nhân Vọng Tâm để đạt quả Chơn Tâm.**) **Tứ đại chia cái Tâm Tánh Diệu Minh vắng lặng, cùng khắp của ông làm ra cái thấy, cái nghe, cái biết, cái xét nghĩ, từ đầu đến cuối, tạo thành năm lớp ô Trược** (trang 81): Kiếp Trược, Kiến Trược, Phiền Não Trược, Chúng Sinh Trược và Mạng Trược. Năm Trược này tương ứng với Năm Ấm, sẽ giải thích trong phần Ngũ Ấm Ma.

Ananda! as you decide to give up the state of a sravaka to practice with the Bodhisattva Vehicle in order to possess the Buddha's All-Wisdom, you should see clearly if the cause-ground (used as) a point of departure and its fruit-ground (i.e. realization) are compatible or not. Ananda, if you use your worldly mind as a causal point of departure, you will fail in your search for the Buddha Vehicle which is beyond birth and death. Therefore, you should inquire into all the creations (of the mind) which in this material world are subject to

change and destruction. Ananda, which one of them does not decay? Yet you have never heard that space can perish. Why? Because it is not a created thing. In your body, that which is solid is the element of earth, that which is liquid is the element of water, that which is warm is the element of fire and that which moves is the element of wind. These four restraining elements divide your pure, perfect, absolute and enlightened Bodhi into seeing, hearing, knowing and discerning: hence the five turbid conditions (kasaya) from the beginning to the end: **turbid kalpa, turbid views, turbid passions, turbid being, turbid life.**

- **Khai thị Mật Giáo** (trang 141): Đức Phật dạy: “**Nếu có tập khí cũ không thể diệt trừ, ông dạy người đó nhất tâm trì tụng Thần Chú Vô Thượng Phật Đảnh Quang Minh “Ma Ha Tát Đát Đa Bát Đát Ra” (Chú Lăng Nghiêm) của Ta.** Nếu ở thời Mật Thế, có người muốn ngồi đàn tràng tu hành, trước hãy giữ Cấm Giới Tỳ kheo trong sạch. Cần phải chọn lựa vị sa môn giới hạnh trong sạch bậc nhất làm thầy. Nếu chẳng gặp được vị tăng chân thật thanh tịnh thì giới luật nghi của người tu tất không thành tựu. Sau khi giới được thành tựu, mặc áo mới, sạch, đốt hương, ở chỗ vắng mà trì tụng thần Chú nói ra từ Tâm Phật này một trăm lễ tám biến. Sau đó kết giới, dựng lập Đàn Tràng, cầu xin Chư Vô Thượng Như Lai mười phương hiện trụ các quốc độ phóng quang Đại Bi đến rọi đỉnh đầu. (Cách thức dựng lập Đàn Tràng xem trang 142.) Anan! Những hàng Tỳ kheo, Tỳ kheo Ni, hay hàng Cư sĩ, thí chủ trong sạch như thế, vào đời Mật Thế, tâm dứt tham dâm, giữ tịnh giới Phật, ở trong Đàn Tràng phát nguyện Bồ Đề, ra vào tắm rửa, sáu thời hành đạo, không lo ngủ nghỉ, như thế trải qua ba lần bảy ngày, Ta tự hiện thân đến trước người ấy, xoa đỉnh an ủi, khiến nên giác ngộ. (Thế thức, thời khóa tu tập trong Đàn Tràng và Thần Chú Lăng Nghiêm xem trang 142 - 165.)

- **Khai thị hai cái nhân điên đảo** (trang 166): Đức Phật dạy: Anan! Hãy biết, cái Diệu Tánh tròn sáng (Minh) lìa mọi danh tướng, bỗng lại không có thể giới, chúng sinh. Nhân vọng mà có sanh, nhân sanh mà có diệt. Sanh diệt thì gọi là vọng, diệt vọng thì gọi là Chân. Đó gọi là hai danh hiệu chuyển y Bồ Đề Vô Thượng và Đại Niết Bàn của Như Lai vậy. Anan! Nay ông muốn tu pháp **Chân Tam Ma Địa**, thẳng đến Đại Niết Bàn của Như Lai thì trước hết phải biết hai cái nhân địa điên đảo: **Điên đảo tạo thành chúng sinh và Diên đảo tạo thành Thế giới. Diên đảo chẳng sanh, đó là Chân Tam Ma Địa của Như Lai.**

The Buddha said: "Ananda, you should know that the absolute nature is completely enlightened; it is beyond name and form and is fundamentally free from either the world or living beings. **Because of ignorance, there arises birth which is followed by death.** So, birth and death are unreal and the wiping out of the unreal brings about the real which is called **Supreme Bodhi** [Vô thượng Bồ đề] and **Parinirvana** [Đại niết bàn]. Hence these terms imply the twofold transmutation (of klesa and samsara into Bodhi and Nirvana). Ananda, if you now wish to achieve the state of Samadhi in order directly to reach the Tathagata's Parinirvana, you should know first the two inverted causes which lead to the existence of living beings and the world. **The non-rising of these inversions is the Tathagata's true state of Samadhi.**

- **Khai thị ba Tiệm Thứ tu tập** (trang 171): Đức Phật dạy: Anan! Nay ông tu Tam Ma Địa của Phật thì đối với các loạn tướng làm nguyên nhân cội gốc của điên đảo, phải lập ra ba Tiệm Thứ mới trừ diệt được. 1. **Trợ Nhân**: Không ăn hành, hạ, tở, kiêu, nén. 2. **Chánh Tánh**: Nghiêm trì Giới luật, 3. **Hiện Nghiệp**: Trần ở ngoài không giống ruồi theo. Như vậy là trần đã chẳng duyên, căn không chỗ hợp, ngược dòng



toàn nhất, sáu Dụng (sáu căn) chẳng hành, mười phương cõi nước sáng suốt thanh tịnh, như ngọc lưu ly.

What are these three gradual steps? (They are:) the contributory [trợ nhân] practice to **remove all accessory causes**; the main practice to **obliterate the basic causes** and the progressive practice to **stop the growth of karma**. What are the accessory causes? Ananda! In their search for Samadhi, they should abstain from eating **five kinds of pungent roots** (i.e. garlic, the three kinds of onions and leeks); observe strictly the rules of pure living; the minds of these practitioners who observe the prohibitions, now free from sensual desire, will not wander outside in search of sense data, but return to the inner (mind). For lack of causal sense data, their organs, thus disengaged from externals, turn back to the (undivided) one to which, since the six functions have ceased to discriminate, all countries will appear pure and clean. This is like a crystal ball.

- **Phân biệt các Âm Ma** (trang 203): Đức Phật dạy: Hư không sanh trong tâm ông cũng như điểm mây trong bầu trời, hướng chỉ các thế giới ở trong hư không ấy. Một người trong các ông phát khởi sự về nguồn chân thật thì mười phương hư không ấy thấy đều tiêu mất. Làm sao các cõi nước trong hư không ấy lại không rung động? Còn tất cả Ma Vương, Quỷ Thần, loài Trời phàm phu thì thấy cung điện mình không có gì đổ vỡ, đất đai rung động...Bởi thế, Quỷ Thần, Thiên Ma, Vọng Lượng, Yêu Tinh trong khi ông tu Tam Muội đều đến quấy phá. Nhưng các Ma kia ở trong trần lao, còn các ông ở trong Diệu Giác, thì cũng như gió thổi ánh sáng, như dao chặt nước, chẳng hề hấn gì.

- **Phạm vi của Sắc Âm** (trang 205): Đức Phật dạy: Anan! Nên biết, ông ngồi Đạo Tràng, tiêu diệt các niệm, niệm ấy mà hết thì Tâm-lìa-

niệm thuần túy sáng suốt thấy cả, động tĩnh chẳng dời, nhớ quên như một. Đang khi an trụ nơi đó mà [tiến] vào Tam Ma Địa thì như người sáng mắt mà ở chỗ rất tối. Cái tinh thuần của Tánh thì trong sạch nhiệm màu, nhưng trong tâm chưa phát sáng. Thế gọi là phạm vi của Sắc Âm. Nếu mắt sáng tỏ, mười phương mở suốt, không còn tối tăm, gọi là Sắc Âm hết. Người ấy có thể siêu vượt khỏi **Kiếp Trước**. Xem tiếp trong Kinh ĐPĐTLN mười trường hợp có thể xảy ra trong khi thiền định.

### **The Aggregate of Form (Rûpa)**

'Ananda, when you sit in meditation, if your thoughts are wiped out, the state (of your mind), now free from them, will be clear, and will not be changed by either stillness or disturbance. In this state, both remembrance and forgetfulness are one undivided whole. While in it and before realizing samadhi, you are like a man whose eyes are clear but who is still in the dark, for though your mind is clear, it does not yet shine. This is the aggregate of form that conditions your meditation. If your mind radiates, you will clearly perceive all the ten directions of space. This disappearance of darkness is called the ending of rupa and you will then leap over and beyond the **turbid kalpa**.

- **Phạm vi của Thọ Âm** (trang 209): Đức Phật dạy: Anan! Thiên nam tử ấy tu Tam Ma Đề, trong Xa Ma Tha khi Sắc Âm hết, thấy Tâm chư Phật như trong gương sáng hiển hiện hình tượng. Hình như có được nhưng chưa có thể dùng, như người bị Mộc đề, tay chân y nguyên, thấy nghe không lầm, nhưng tâm gặp khách tà mà không cử động được. Đó gọi là phạm vi của Thọ Âm. Nếu Mộc hết đề thì cái Tâm lìa thân, trở lại xem mặt mũi, đi ở tự do, không còn ngăn ngại, gọi là Thọ Âm hết.

Người ấy có thể siêu vượt **Kiến Trược**. Xem tiếp trong Kinh ĐPĐTLN mười trường hợp có thể xảy ra trong khi thiền định.

### **The Aggregate of Receptiveness (Vedanà)**

Ananda, in the practice of samatha to realize samadhi, when the first aggregate of form ceases to hinder, one will see the minds of all Buddhas, like reflections in the bright mirror (of the mind). One will feel as if one wins something but cannot yet make use of it. It is like a sleeper troubled with a nightmare who cannot move to repulse it although his four limbs are not bound and his consciousness is clear. This is the second Aggregate of receptiveness which conditions one's meditation. If the nightmare vanishes, one's mind can leave one's body to look at one's face and will be free to stay or go without further hindrance. This is the second aggregate of vedana coming to an end and the practitioner will then be able to leap over and beyond the kalpa of **turbid views**.

- **Phạm vi của Tướng Ấm** (trang 214): Đức Phật dạy: Anan! Thiện nam tử kia tu Tam Ma Đề, khi Thọ Ấm hết rồi, tuy chưa hết các lậu, nhưng Tâm rời khỏi hình hài như chim ra khỏi lồng. Từ phạm thân này tiến lên, trải qua sáu mươi Thánh Vị Bồ Tát, được Ý Sanh Thân, tùy ý đi lại không ngăn ngại. Đây là phạm vi của Tướng Ấm. Nếu động niệm hết, vọng tưởng vật vờ tiêu trừ, thì nơi Tâm Giác Minh như bỏ hết bụi dơ, một dòng sanh tử đầu đuôi soi sáng khắp, gọi là hết Tướng Ấm. Người ấy mới có thể vượt khỏi **Phiền Não Trược**. Xem tiếp trong Kinh ĐPĐTLN mười trường hợp có thể xảy ra trong khi thiền định.

### **The Third Aggregate of Conception (Sanjna)**

Ananda, in the cultivation of samadhi, when the second Aggregate of receptiveness ceases to hinder the practicer, although he is still in the worldly stream, his mind can now escape from his body, like a bird from its cage. From his worldly state he can now achieve the sixty succeeding holy stages of Bodhisattva development into Buddhahood and thereby **take any form at will**, free to move anywhere without hindrance. This is like a man who talks in his sleep and though he does not know what he says, his words are in order (and comprehensible), and those who are not asleep understand him. This is the third aggregate of conception which conditions his meditation. If all his stirring thoughts stop, he will be rid of the thinking process and his clear mind will be (like a mirror) rubbed clean of the covering dust, and will throw light upon his (present) incarnation from birth to death. Then the third aggregate of conception ceases to function and the practicer will be able to leap above and beyond the kalpa of **turbid passions**

- **Phạm vi của Hành Âm** (trang 225): Đức Phật dạy: Anan! Thiện nam tử kia tu Tam Ma Đề, khi Tướng Âm hết rồi, thì những mộng tưởng bình thường của người ấy tiêu diệt. Thức, ngủ là một, Tánh Giác Minh rỗng lặng như hư không trong trẻo, không còn những sự tướng tiền trần thô trọng. Xem những núi sông, đất liền của thế gian như gương soi sáng, đến không chỗ dính, đi không dấu vết, rỗng thỏ chiếu ứng, rõ ràng không còn các tập khí, chỉ thuần một Tánh Tinh Chân. Đây gọi là phạm vi của của Hành Âm. Nếu cái nguồn gốc của những chớp nhoáng lạng xãng đó nhập vào tánh lặng trong Bản Lai, những tập khí nguồn gốc lặng trong thành một phiến, như sóng mồi diệt hóa thành nước đứng, thì gọi là Hành Âm hết. Người đó liền vượt khỏi **Chúng Sanh Trược**. Xem tiếp trong Kinh ĐPĐTLN mười trường hợp có thể xảy ra trong khi thiền định.

## The Aggregate of Discrimination (Saüskàra)

Ananda, in his cultivation of samadhi, when the third aggregate of conception ends, the practicer will be free from the usual delusive thinking and will achieve the still and bright state of mind which is like the clear sky and is always the same whether waking or sleeping, and devoid of the shadows of coarse sense data. To him the mountains, rivers, great earth and universe are reflections in a bright mirror, appearing and vanishing without leaving a trace behind; thus, his mind only reflects externals without being affected by them. This is the one essence (alaya) in which the fourth aggregate now manifests. The practicer will perceive all living beings of the twelve types of birth in the ten directions and though he does not know the true cause of their existence, to him they are all in the same state of life. This functioning of mind (samskara) is like a twinkling mirage that disturbs the clear (horizon) and is the chief cause of the illusion of the sense organs and data. This is the fourth aggregate which conditions the practicer's meditation. If this sparkling disturbance returns to its serene source (alaya), like ripples that settle to become calm and clear water, the aggregate samskara will come to an end, and the practicer will leap above and beyond the kalpa of **turbid being**.

- **Phạm vi của Thức Âm** (trang 234): Đức Phật dạy: Anan! Thiên nam tử kia tu Tam Ma Đề, khi Hành Âm hết rồi, thì cái then chốt chung U Ân giản phát máy động sanh ra các loài thế gian bỗng chốc nát tan. Giềng mỗi vi tế, mạch ngầm gây nghiệp chịu quả báo của ngã thể chúng sanh, cảm ứng đều dứt bật. Người ấy hầu như sắp đại minh ngộ trong bầu trời Niết Bàn, ví như gà gáy lần chót, ngắm về phương Đông đã có sắc tinh sáng. Sáu căn rỗng sạch, không còn rong ruổi, trong ngoài trong lặng sáng suốt, nhập vào cái không chỗ vào. Thấu suốt nguyên do nắm lấy cội nguồn, các loài không hấp dẫn được. Nơi mười phương

thế giới đã được Tánh Đồng. Cái sắc tinh sáng chẳng chìm, phát hiện u ẩn bí mật. Đây gọi là phạm vi của Thức Âm. Nếu trong Tánh Đồng đã chứng được của các loài mà tiêu tan sáu căn, khi hợp, khi chia được thành tựu, thấy nghe thông nhau, dùng thay lẫn nhau một cách thanh tịnh, mười phương thế giới cùng với thân tâm như ngọc lưu ly, trong ngoài sáng suốt thì gọi là Thức Âm hết. Người ấy có thể siêu vượt **Mạng Trục**. Xem tiếp trong Kinh ĐPĐTLN mười trường hợp có thể xảy ra trong khi thiền định.

### **The Consciousness Aggregate**

Ananda, when that good person who is cultivating samadhi, has put an end to the formations aggregate, the subtle, fleeting fluctuation – the deep, imperceptible, pivotal source and the common foundation from which all life in the world springs – are suddenly obliterated. In the submerged network of the retributive karma of the pudgala, the karmic resonances are interrupted.

There is about to be a great illumination in the sky of nirvana. It is like gazing east at the cock's final crow to see the light of dawn. The six sense faculties are empty and still; there is no further racing about. Inside and outside there is a profound brightness. He enters without entering. Fathoming the source of life of the twelve categories of beings throughout the ten directions, he can contemplate that source without being drawn into any of the categories. He has become identical with the realms of the ten directions. The light does not fade, and what was hidden before is now revealed. This is the region of the consciousness aggregate.

If he has become identical with the beckoning masses, he may obliterate the individuality of the six gates and succeed in uniting and opening them. Seeing and hearing in uniting become linked so that

they function interchangeably and purely. The worlds of the ten directions and his own body and mind are bright and transparent as vaidurya. This is the end of the consciousness aggregate. This person can then transcend the **turbidity of life spans**.

**-Không lạc đường tà** (trang 240) “Nếu các chúng sanh mê đại đời Mạt Pháp chưa hiểu Thiên Na, chẳng rõ lời thuyết pháp mà ưa tu Tam Muội, ông e rằng họ lạc vào đường tà thì phải một lòng khuyên bảo họ **trì Chú Phật Đánh Đà La Ni của Ta.**”

**-Biết có Niết Bàn** (trang 243) “Ông nên dùng cái tâm được khai thông về căn nguyên Vọng Tưởng này, truyền dạy cho tương lai những người tu hành trong đời Mạt Pháp, khiến cho họ rõ hư vọng, tự sanh nhàm chán sâu xa, **biết có Niết Bàn, chẳng luyện mê ba cõi.**”

**-Chư Phật Như Lai lời không hư vọng** (trang 244) “Phật bảo ngài Anan! Nếu lại có người thân đủ các tội Tứ Trọng, thập Ba La Di, giây lát phải trải qua địa ngục A Tỳ phương này phương khác, cho đến cùng hết các địa ngục Vô Gián mười phương, không đâu chẳng trải mà có thể trong một niệm đem pháp môn này khai thị cho người chưa học đời Mạt Pháp, thì tội chướng người ấy trong niệm đó liền được tiêu diệt, biến cái thân chịu khổ địa ngục thành An Lạc Quốc, được phước siêu vượt trăm lần, ức lần, vạn lần hơn người thí cúng trước, như thế cho đến toán số thí dụ không thể nói hết được.”

The Buddha said: Ananda, the words of Buddhas are not deceitful. If another man, after committing the fours and ten sins (parajikas) and after falling into the avici hells, can, in a flash, think of teaching this Dharma door to living beings in the Dharma ending age, his evil sins will vanish and his hells of suffering will change into happy places for his

merit surpasses that of the giver of treasures, because the latter's cannot be even a hundredth, a thousandth, a hundred thousandth of the former's, in fact no comparison can be made between the two.

\*\*\*\*\*



## PHẦN THỰC HÀNH

### Lăng Nghiêm Đại Định

1. **Định nghĩa:** Lăng Nghiêm Đại Định là thực hành Thiền Định theo Kinh Đại Phật Đảnh Thủ Lăng Nghiêm để đạt Chơn Tâm.
2. **Thực hành :** Một cách tổng quát, muốn thực hành Lăng Nghiêm Đại Định cho có tiến bộ và có kết quả, chúng ta phải thực hành ba phần:
  - a. Học giáo lý như đã ghi tóm tắt ở phần trên và nhất là phải hiểu rõ sự khác biệt giữa Vọng Tâm và Chơn Tâm vì như trong kinh đã dạy “không thể dùng nhân vọng để đạt được quả chơn.”
  - b. Tham gia các khóa tu Nhập Đản Tràn Lăng Nghiêm để giúp “giải trừ tập khí lâu đời, và dễ nhập vào trạng thái thanh tịnh.”
  - c. Thực hành Thiền Định. (lần đầu tiên, dưới sự hướng dẫn trực tiếp của Thầy Di Tùng.)
  - d. Nhiều Phật tử nghe theo những lời đồn đãi không căn cứ cho rằng tu Thiền Định rất nguy hiểm. Sau đây là lời đức Phật dạy trong Kinh Lăng Nghiêm trang 240: **“Nếu các chúng sanh mê đại trong đời Mạt Pháp chưa hiểu Thiền Na, chẳng rõ lời thuyết pháp mà ưa tu Tam Muội, ông e rằng họ lạc vào đường tà thì phải một lòng khuyên bảo họ trì Chú Phật Đảnh Đà La Ni của Ta. Nếu chưa có thể tụng niệm, hãy viết nơi thiền đường hoặc đeo trong thân thì tất cả các ma không thể động đến.”** Mọi sự an toàn.

### Trong đời sống hằng ngày

Ngoài ra, trong đời sống hằng ngày, Tăng Ni và cư sĩ nên thực hành:

- **Năm nguyện:**

1. Bò-đề Tâm kiên cố,
2. Chí tu học vững bền,
3. Mau đắc quả giải thoát sinh tử luân hồi,

4. Để cứu độ chúng sinh,
5. Giữ gìn Phật Pháp trường tồn.

- **Đường lối tu tập:**

Theo đường lối tu tập của Lăng Nghiêm, chúng ta không trụ nơi Vọng Tâm, nên không trụ vào hình tướng mà chỉ cần biến đổi Tâm. Muốn biến đổi Tâm, theo Bát Chánh Đạo (con đường duy nhất để đạt đạo quả Niết Bàn) **phải có Chánh Kiến**. Cho nên, trong đời sống tu tập, chúng ta không để Tâm rời Chánh Kiến, nên hướng Tâm thanh tịnh, thường hằng, chiếu sáng khắp mười phương pháp giới.

- **Sáu Căn không trụ** (chỉ dùng khi cần nhưng không dính mắc, không phan duyên.)
- **Giữ Lục hòa:**
  1. Thân hòa đồng trú
  2. Khẩu hòa vô tránh
  3. Ý hòa đồng duyệt
  4. Giới hòa đồng tu
  5. Kiến hòa đồng giải
  6. Lợi hòa đồng quân.

### Những Lời Khuyên Quan Trọng

Mục tiêu của Phật tử khi thực hành Phật Pháp là khi rời khỏi thế gian này sẽ ra khỏi vòng sinh tử luân hồi. Vậy, tâm chúng ta phải chuẩn bị những gì cho giờ phút cuối cùng của cuộc đời này, để chúng ta có thể về nơi chúng ta mong muốn mà **không bị dính mắc trở lại trong ba cõi, sáu đường?** Những điều quan trọng cần để ý:

1. Hầu hết Phật tử chúng ta không ai có thể biết được khi nào và bằng cách nào chúng ta rời khỏi thế gian này. Chúng ta có thể ra đi bất cứ ngày giờ nào (ngã chết giữa ban ngày, ngủ qua đêm đi luôn) hoặc bằng tai nạn hay bằng đau bệnh ngắn hạn hoặc dài hạn.v.v... Trong những hoàn cảnh ra đi gọi là bất thần này, biết bao nhiêu việc làm,

tiền bạc của cải, tình cảm gia đình ... còn dính mắc trong tâm trí chưa được giải quyết, và hơn thế nữa, lúc này thân thức đã lìa thân xác và đang ở trong trạng thái thân trung ấm nên không thể nào rời khỏi thế gian này để về cõi mà lúc còn sống chúng ta mong muốn.

2. Vì vậy, tâm trí chúng ta lúc nào cũng phải luôn luôn ở trong trạng thái sẵn sàng đi về cõi mà chúng ta hằng mong muốn trong suốt đời tu tập lâu nay của chúng ta, không vương bận bất cứ sự việc gì trong thế gian này cả. Khi đi ngủ vào buổi tối, chúng ta tự nghĩ rằng nếu sáng hôm sau chúng ta không thức dậy thì cũng tốt cho ta thôi.
3. Nếu sáng hôm sau, chúng ta thức dậy và lại bắt đầu cuộc sống của một ngày khác, chúng ta phải luôn luôn giữ tâm không dính mắc với bất cứ việc gì nơi thế gian và chỉ hướng về cõi Phật mà chúng ta nguyện sẽ trở về (Phật A-Di-Đà, Phật Dược Sư ...)
4. Trường hợp, nếu chúng ta mắc phải bệnh nặng, hãy giữ tâm an vui, chờ giây phút lìa đời và chỉ hướng về cõi Phật mà chúng ta nguyện sẽ trở về (Phật A-Di-Đà, Phật Dược Sư ...), không dính mắc thế gian.
5. **Cái Niệm cuối cùng khi lìa đời (Nguyện lực) quyết định nơi tâm chúng ta đi về.**

### **Năng lực giải nghiệp khi trì tụng Chú Lăng Nghiêm**

(Xem đầy đủ nơi Kinh ĐPĐTLN trang 159 - 163)

- “Người thiện nam đó khi trì Chú này, giả sử có phạm Cấm Giới khi chưa thọ trì thì sau khi trì Chú, hết thấy tội Phá Giới, không kể nặng nhẹ, nhất thời tiêu diệt...” (Kinh ĐPĐTLN trang 162)

“Ananda, if good men who uphold this mantra violated the pure precepts before they received the mantra, their multitude of offenses incurred by violating the precepts, whether major or minor, can be

eradicated after they begin to uphold the mantra.” (The Shurangama Sutra page 195)

- “Nếu lại có người thân đủ các tội Tứ Trọng, Thập Ba La Di, giây lát phải trải qua địa ngục A Tỳ phương này phương khác, cho đến cùng hết các địa ngục Vô Gián mười phương, không đâu chẳng trải mà có thể trong một niệm đem pháp môn này khai thị cho người chưa học đời Mạt Pháp, thì tội chướng người đó liền được tiêu diệt, biến cái nhân phải chịu khổ địa ngục thành An Lạc Quốc...” (Kinh ĐPĐTLN trang 244)

“There might be another person who had personally committed the four major offenses and ten parajikas so that, in an instant he would have to pass through the Avichi Hells in this world and other worlds, until he had passed through all the Relentless Hells in the ten directions without exceptions.

And yet if he could explain this dharma-door for just the space of a thought to those in the Dharma-ending Age who have not yet studied it, his obstacles would be eradicated in response to that thought, and all the hells where he was to undergo suffering would become lands of peace and bliss.” (The Shurangama Sutra page 291)

**HẾT – END**

## PHẦN ĐỌC THÊM

### Bát nhã Ba la mật đa tâm kinh

Quán Tự Tại Bồ Tát hành thâm Bát nhã Ba la mật đa thời, chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhưt thiết khổ ách.

Xá Lợi Tử, sắc bất dị không, không bất dị sắc, sắc tức thị không, không tức thị sắc, thọ tướng 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, tướng, hành, thức.

Vô nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý, vô sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp, vô nhãn 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 nhất thiết khổ, chân thật 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.**

### **Bản dịch nghĩa:**

#### Kinh nói Cốt tủy của Trí Tuệ Viên Giác

Ngài Bồ Tát Quán Tự Tại thực hành thâm sâu trí tuệ Viên Giác, thì nhận biết rằng (soi thấy, ngộ) **thể tánh của năm uẩn đều là không**, cho nên, vượt qua mọi khổ đau ách nạn.

Này Xá Lợi Tử, sắc chẳng khác không, không chẳng khác sắc, sắc chính

là không, không chính là sắc, thọ, tưởng, hành, thức, [năm uẩn] cũng đều như thế.

Này Xá Lợi Tử, **tướng các pháp vốn không** nên chẳng có gì để sinh ra chẳng có gì để diệt, chẳng có gì như chẳng có gì sạch, chẳng có gì thêm chẳng có gì bớt.

Cho nên, trong cái không đó, vốn không có sắc, không thọ, tưởng, hành, thức.

Không có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. [sáu căn] Không có sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp [sáu trần]. Không có nhãn giới, cho đến không có ý thức giới [sáu giới].

Không có vô minh, nên cũng không có hết vô minh..., không có già chết, nên cũng không có hết già chết. [Thập nhị nhân duyên]

Không có khổ, tập, diệt, đạo. [Tứ Diệu Đế]

Không có trí cũng không có đắc, vì không có sở đắc.

Khi chư Bồ Tát nương tựa vào Trí Tuệ Viên Giác này thì tâm không còn chướng ngại, vì tâm không còn chướng ngại nên không còn sợ hãi, xa lìa được cái điên đảo mộng tưởng, nên đạt cứu cánh Niết Bàn.

Chư Phật ba đời vì nương theo trí tuệ Viên Giác này mà đắc quả vô thượng, chánh đẳng chánh giác.

Cho nên phải biết rằng trí tuệ Viên Giác là đại thân chú, là đại minh chú, là chú vô thượng, là chú cao cấp nhất, trừ hết mọi khổ não, chân thật không hư dối.

Câu Chú như sau:

**Yết đế yết đế, ba la yết đế, ba la tăng yết đế, bồ đề tát bà ha.**

(Qua rồi qua rồi, qua bên kia rồi, tất cả qua bên kia rồi, giác ngộ rồi đó!)

**Bản dịch Anh ngữ:**(cung cấp bởi: Raja Hornstein, [devaraja@well.com](mailto:devaraja@well.com) )**GREAT WISDOM BEYOND WISDOM HEART SUTRA**

Avalokiteshvara Bodhisattva, when practicing deeply the Prajna Paramita, perceived that all five skandhas in their own being are empty and was saved from all suffering.

O Shariputra, form does not differ from emptiness; emptiness does not differ from form. That which is form is emptiness; that which is emptiness is form. The same is true of feelings, perceptions, formations, consciousness.

O Shariputra, all dharmas are marked with emptiness. they do not appear nor disappear, are not tainted nor pure, do not increase nor decrease. Therefore in emptiness: no form, no feelings, no perceptions, no formations, no consciousness; no eyes, no ears, no nose, no tongue, no body, no mind; no color, no sound, no smell, no taste, no touch, no object of mind; no realm of eyes...until no realm of mind-consciousness; no ignorance and also no extinction of it...until no old-age and death and also no extinction of it; no suffering, no origination, no stopping, no path, no cognition, also no attainment with nothing to attain.

A bodhisattva depends on Prajna Paramita and the mind is no hindrance. Without any hindrance no fears exist. Far apart from every perverted view one dwells in nirvana. In the three worlds all buddhas depend on Prajna Paramita and attain unsurpassed complete perfect enlightenment. Therefore, know the Prajna Paramita is the great transcendent mantra, is the great bright mantra, is the utmost mantra, is the supreme mantra which is able to relieve all suffering and is true not false; so proclaim the Prajna Paramita mantra, proclaim the mantra that says:

Gate Gate Paragate Parasamgate Bodhi Svaha.

\*\*\*\*\*

## Shurangama Sutra

Charles Luk

### PREFACE

*We take refuge in the Buddha, [Quy Y Phật]*

*We take refuge in the Dharma, [Quy Y Pháp]*

*We take refuge in the Sangha, [Quy Y Tăng]*

*We take refuge in the Triple Gem within ourselves. [Tam Tự Quy Y]*

This important sermon [**giáo lý quan trọng**] contains the essence of the Buddha's teaching and, as foretold by Him, will be the first sutra to disappear in the Dharma ending age. It reveals the law of causality relating to both delusion and enlightenment and teaches the methods of practice and realization to destroy forever the roots of birth and death. It aims at breaking up **alaya, the store consciousness [A lại da thức]**, whose three characteristics are: self-evidencing, perception and form, by means of the three meditative studies of noumenon which is immaterial, of phenomenon which is unreal and of the 'Mean' which is inclusive of both, and leads to the all-embracing Shurangama samadhi [**Lăng Nghiêm Đại Định**] which is the gateway to Perfect Enlightenment [**Viên Giác**] and reveals the nature of the **Tathagata store of One Reality [Như Lai Tạng]**. In the practice of the Shurangama samadhi to wipe out the store consciousness, we should know that the latter has been under delusion for a very long time and that it is very difficult to transmute it into the **Great Mirror Wisdom [Đại Viên Cảnh Trí]**. Hence the Buddha uses two of its characteristics, perception and form, to explain the falseness of both so that we can relinquish our attachment to them and break its first characteristic, self-evidencing. The illusion of form which includes the body and mind made of the **five aggregates [ngũ uẩn]** and the visible world is tackled first by returning each of its aspects to where it arises to prove its unreality. Then the illusion of perception is wiped out by revealing its essence, or alaya, which like a second moon is also an



illusory creation. Hence the Buddha says: "When seeing (perceives) seeing, seeing is not seeing (for) seeing strays from seeing; seeing cannot reach it," which Han Shan ably interprets thus: "When the absolute seeing perceives the essence of seeing, the former is not the latter which still differs from it; how then can false seeing reach that absolute seeing?" Absolute seeing is likened to the real moon in the sky; the essence of seeing to a second moon seen by bad eyes; and false seeing to the moon's reflection in water. In other words, the true moon stands for basic Enlightenment; the second moon for alaya, or the essence of seeing which is close to the true moon; and the moon in water for perception, an illusion which is very far from the real moon. As to alaya which is the unenlightened aspect of the self-nature, we cannot lightly dismiss it as non-existent, and this is why the Buddha avoids mentioning it for, as He says in His gatha:

*Old habits flow like torrents in*

*Alaya's subtle consciousness.*

*Since the real yet unreal can create confusion*

*I have refrained from revealing it to you.*

In answer to Ananda's request for instruction on the three meditative studies (**samatha** [**chỉ**], **samapatti** [**quán**] and **dhyana** [**thiền**]), the Buddha reveals the light of **Shurangama samadhi** [**Lãng Nghiêm Đại Định**] from the host position of the all-embracing One Mind in its state of passionless imperturbability. Readers should not regard this revelation as some kind of miracle which cannot be proved by science and which should be dismissed as nonsense. We have mentioned in our previous books, *The Secrets of Chinese Meditation*, that all serious students of the Dharma experience this state of brightness as soon as they succeed in stilling their minds in the practice of dhyana.

This **absolute Mind** [**Chơn Tâm**] as revealed by the Buddha, has three great characteristics: greatness of its essence or substance, called **Dharmakaya** [**Pháp thân**]; greatness of its attributes or manifestations, perfect in wisdom and mercy, called **Sambhogakaya** [**Báo thân**]; and the

greatness of its functions, perfectly converting all living beings to the right Path, called **Nirmanakaya** [Ứng/hóa thân]. Instead of cognizing the True Mind, we cling to the illusory body and mind made of the five aggregates as an ego, with sense data in the surrounding world as its objective field of activity. This coarse attachment to ego and things (dharma) arises from discrimination and pertains to both the sixth and seventh consciousness. The subtle attachment to ego and Dharma is inborn for it arises from the seventh consciousness [Mạt na thức] clinging to alaya's perception as an inner ego and its realization of sainthood as Dharma. Only after wiping out both **discriminative and inborn attachments** can we reach the source of the One Mind and attain Enlightenment. Hence the three meditative studies which aim at destroying both coarse and subtle clinging.

It is much easier to relinquish the discriminative clinging than the inborn attachment and few practitioners succeed in overcoming the latter; hence Han Shan says: "This pass is the most difficult one to get through and only one or two percent of practitioners can succeed in negotiating it." (See *The Secrets of Chinese Meditation*, p. 58, Rider & Co.) Here is the great difference between the Buddha Dharma and the teachings of other religions in the Orient.

The inborn attachment to an ego can be cut off only after one has reached the seventh stage of Bodhisattva [Bồ tát thất địa] development whereas the inborn clinging to Dharma still remains in and above the eighth stage, for the seventh consciousness has its unclean and clean characteristics. The unclean one is wiped out in the seventh stage when the name of **store consciousness** is dropped and replaced by that of **pure consciousness** which can now be transmuted into the Absolute. However the seventh consciousness still remains and clings to the Absolute as the object aimed at; this is the subtle attachment to Dharma. Hence the Buddha says: "The idea that Bodhi Mind is created after the samsaric mind has been annihilated pertains to samsara", for this clinging to the Absolute that can be attained also implies the duality of subject and object, that is attachment to Dharma. Only after this last attachment has been cut off can Enlightenment be realized. These two coarse and subtle attachments do

not go beyond the eighth Consciousness and it's created five aggregates, the breaking up of which is the aim of the teaching of this sutra.

This sermon deals with **basic Ignorance [vô minh căn bản]** caused by the first dim thought of self-awareness as subject and its counterpart, dull emptiness, as object. The dimness so created by mind's separateness is called Primordial Darkness by non-Buddhist philosophers in the East and is the origin of creation according to the Buddha's teaching which then explains the three subtle causes of unenlightenment: basic ignorance, subject and object, and its six coarse conditions: knowledge, responsiveness, attachment, assigning names to objects, karmic activity and suffering. These six conditions result in the manifestation of different forms, such as the world and living beings in the store consciousness. Here begins the law of continuity: that of the physical world resting on the four wheels of wind, water, metal and space which spring from the illusion thus created; that of living beings of the four types of birth; and that of karmic retribution caused by **carnality, killing and stealing**, the three cardinal conditions of birth and death.

The Buddha then orders the twenty-five enlightened ones in the assembly to disclose the various means by which they have attained enlightenment so that others can learn something from them. After their statements of their realization by means of the **six sense data [sáu trần]**, **six sense organs [sáu căn]**, **six consciousnesses [sáu thức]** and seven elements of fire, earth, water, wind, space, consciousness and perception, the **World Honored One [Thế Tôn]** asks **Manjushri [Văn Thù]** for his opinion on these twenty-five methods. Manjushri praises **Avalokiteshvara Bodhisattva [Bồ tát Quán Âm]** for the latter's method by means of the organ of hearing which is the most suitable for human beings. The Buddha then teaches the assembly the **Shurangama mantra [Chú Lăng Nghiêm]** and rituals for avoiding all obstructions on the Path to Enlightenment. We have not presented this section of the sutra partly because the Chinese transliteration of the mantra is corrupt so that an English translation would be misleading, and partly because of lack of space. Moreover, the average Western student of Buddhism seems to have little faith in mantras and rituals which should not be published lest they create unnecessary

disbelief and confusion and so compromise the beauty of this profound sutra.

The Buddha goes on to explain why living beings are caught in the net of **samsara [vòng luân hồi]** through the twelve types of birth and how to escape by practicing the fifty-five gradual stages of Bodhisattva development to realize **Complete Enlightenment [toàn giác.]** As asked by Ananda, He described the realms of hells, the ten realms each of hungry ghosts, animals, human beings and seers; the six deva realms of desire, the eighteen deva realms of form, the four deva realms beyond form and the four realms of titans. Before the meeting ends, the Buddha warns the assembly against fifty mental states caused by the five aggregates which hinder the practice of Dharma. These states should be recognized by all students in their meditation and cases are known of those having visions of Buddhas and Bodhisattvas who by clinging to them, fell into heresy and thereby returned to samsara.

This translation is based on the explanation and commentary written by Master Han Shan of the Ming dynasty after his own enlightenment. The original Chinese text is a forest of vertical columns and is not divided, as in our presentation, into chapters with headings and sub-headings which the master added for the benefit of students. After this important sutra reached China it was read and studied by all great masters before and after their major awakening, and was widely expounded and commented on in all well-known monasteries throughout the country. According to the late master Hsu Yun (Xu Yun), it should be studied carefully until it is well understood by students of Mahayana and Chan before they begin their spiritual training.

The English translation has been made possible by Mr. and Mrs Carroll Aitkins from Canada, who, says Lu K'uan Yu, had studied and practiced Mahayana and Chan for some thirty-five years and who, during their visit to Hong Kong in 1963, immediately offered to purchase a thousand copies of this translation for free distribution.

Upasaka Lu K'uan Yu (Charles Luk), Hongkong 1963

**Ghi Chép 1:**

- Khi A lại da thức được quét sạch thì Mạt na thức không còn nơi nương tựa
- Vậy ngã chấp tự nhiên không còn tự khởi (không còn ngã)
- Khi không còn ngã, nên sáu căn không không khởi sự phân biệt khi tiếp xúc với sáu trần.
- Sáu căn không phân biệt, chúng ta tự nhiên được tự tại, không còn phiền não. Chúng ta đang sống trong Chơn Tâm hay Như Lai Tạng.

**Ghi Chép 2:**

- Không trụ pháp hữu vi
- Chân Tâm sẽ hiển bày.
- Làm sao để không trụ ?
- Quán các pháp hữu vi là mộng, huyễn, bọt, ảnh, như sương, như chớp sáng (Kinh Kim Cang).