

## VÔ NIỆM

Đạo Phật dạy Phật tử trở thành Phật, thành Tổ, tức là thành những bậc hoàn toàn giải thoát, giải thoát khỏi phiền não, khổ đau, sợ hãi ngay trong cuộc sống này và giải thoát khỏi cái vòng luẩn quẩn bất tận, tràn đầy thống thiết của sinh tử luân hồi. Mục tiêu tối yếu của Phật Đạo được khẳng định là như thế. Và cái pháp cao tột, rốt ráo nhất, hay Pháp tối thượng thừa để Phật tử hành trì hầu đạt tới mục tiêu này là Pháp Vô Niệm mà trong những bài viết trước thường được gọi là Phi Tư Tưởng. Đúng thế, Ngài Lục Tổ nói: “Ngộ Vô Niệm Pháp, chí Phật địa vị” và “Ngộ Vô Niệm Pháp giả, kiến chư Phật cảnh giới”, nghĩa là ai hành Pháp Vô Niệm thì đạt được địa vị Phật, vào được cảnh giới Phật. Nói một cách khác, Pháp Vô Niệm là con thuyền đưa hành giả tức thì từ bờ bên này, bờ của mê lầm, phiền não và sinh tử luân hồi, sang bờ bên kia, bờ của giác ngộ, hạnh phúc và vô sanh. Muốn thành Phật, thành Tổ thì hành giả phải hành Pháp Vô Niệm, ngoài ra không có Pháp nào hơn nữa. Vậy thế nào là Vô Niệm và thế nào là hành Pháp Vô Niệm.

## Vô Niệm là gì?

Đây là hai định nghĩa của Tổ Huệ Năng:

*“Ư chư cảnh thượng, Tâm bất nhiễm viết vô niệm”.*  
*Dịch ra là: đối cảnh tâm không bị ô nhiễm là vô niệm.*

Và

*“Nhuộc kiến nhất thiết pháp tâm bất nhiễm trước  
thị vi vô niệm”.*

Câu này có nghĩa là: dù thấy bất cứ pháp nào mà tâm không dính mắc là vô niệm.

Như vậy theo Ngài Lục Tổ thì cứ đối cảnh, đối pháp mà tâm không khởi yêu, khởi ghét chính là vô niệm. Bởi vì một khi niệm khởi thì lập tức có thiện ác phân chia, tức có nhị nguyên đối đãi mà hậu quả là yêu, ghét nảy sinh. Yêu, ghét vốn là cái gốc của phiền não, khổ đau, sợ hãi. Yêu, ghét cũng là cái gốc của sinh tử luân hồi. Vì yêu thì tìm phương nắm bắt, thủ giữ, ghét thì kiếm kế loại trừ, xóa bỏ. Quá trình nắm bắt, thủ giữ hay loại trừ, xóa bỏ này vốn đầy rẫy phiền não, khổ đau và sợ hãi. Cũng chính quá trình này đưa đến Ý hành, Thân hành, Khẩu hành mà kết quả là gây tạo và tích lũy thêm nhiều nghiệp nhân khiến cho trôi lặn bất tận trong vô lượng kiếp.

Theo Tổ Mã Minh, vị Tổ thứ 12 của Ấn Độ, thì vô niệm là chánh niệm. Tổ Huệ Năng cũng phát biểu tương tự. Trong Pháp Bảo Đàn Kinh, Ngài nói:

*“Vô niệm niệm tức chánh.”*

*“Hữu niệm niệm thành tà.”*

Còn theo Ngài J Krishnamurti thì vô niệm là khoảng cách giữa hai tư tưởng hay hai niệm. Thiền sư Thần Hội cũng nói như vậy. Ngài nói rằng khi có một niệm khởi lên, nếu dùng giác chiếu thì niệm ấy liền biến, và ta ở trong trạng thái vô niệm cho đến khi nào một niệm khác dấy lên.

Lại đến Thiền Tông Dzogchen của Tây Tạng cũng nói không khác. Các vị thiền sư Tây Tạng nói rằng khi một niệm quá khứ đã chấm dứt và niệm vị lai chưa sanh thì trong khoảng cách giữa hai niệm ấy có một ý thức về thực tại mới mẻ không bị bóp méo bởi những khái niệm. Đây là Tâm Bản Nhiên. Tâm Bản Nhiên là tên gọi khác của Chân Tâm, Phật Tánh. Và Chân Tâm, Phật Tánh chỉ hiển lộ khi vô niệm. Như thế là giữa một niệm quá khứ và một niệm tương lai chưa sanh là vô niệm.

Niệm vốn có sanh, có diệt. Niệm đến rồi niệm đi. Vì vậy trong Phật học, niệm được ví như khách. Còn Phật tánh được ví như chủ. Khách khác chủ ở chỗ

là chủ thì vĩnh viễn lưu tại còn khách thì chốc lát tới lui. Ít hay, nhiều, dài hay ngắn thì giữa hai niệm tới lui ấy cũng có một khoảng cách. Khoảng cách này là vô niệm. Hành Pháp Vô Niệm là làm thế nào mở rộng được khoảng cách này , càng rộng càng tốt.

Lại nữa, trong Thiền Tông có một pháp gọi là Khán Thoại Đầu. Thoại là câu nói. Thoại đầu là trước câu nói. Câu nói đây là câu nói không âm thanh ở trong tâm ta thường được gọi là niệm. Thoại đầu là lúc chưa có niệm khởi, tức là lúc Vô Niệm và Khán Thoại Đầu là trụ ở chỗ vô niệm này.

Về phần người viết thì lại thường hành pháp Phản Văn, tức là quay vào để nghe tiếng nói không âm thanh ở trong. Khi nào tiếng nói không âm thanh ấy hoàn toàn tắt lịm thì đấy là vô niệm.

Nói giản dị hơn là khi ta chấm dứt mọi tư lương nghĩa là không hề suy nghĩ , tính toán, lựa chọn, so chiếu, phân tích, đánh giá, phê bình gì, để cho tâm rỗng rang, im lặng và thấy biết vạn pháp như vạn pháp đang là thì đấy là vô niệm.

**Người có tâm thái hôn trầm, mê mờ, không suy nghĩ gì và những người tạm thời hay vĩnh viễn mất khả năng suy nghĩ thì có phải là những người ấy đang hành Pháp Vô Niệm chăng?**

- Không, Người hành Pháp Vô niệm tuy không suy nghĩ gì, nhưng rất tỉnh thức, luôn luôn thấy biết đầy đủ, tức thì những gì xảy ra chung quanh, trên thân hay trong tâm và ứng xử tự phát.

### Tại sao phải hành Pháp Vô Niệm?

- Muốn thành Phật, thành Tổ thì phải hành Pháp Vô Niệm. Vì Niệm làm khuấy lấp Phật tánh, như mây làm khuấy lấp mặt trăng, nên khi vô niệm thì Phật tánh hiển lộ và lúc ấy hành giả là Phật, là Tổ. Đến đây thì tôn sư, kinh điển, tín ngưỡng không còn vai trò nào nữa. Một khi vô niệm thì bản ngã hành giả không còn mà tan loãng vào trong suối nguồn năng lượng vô biên vốn là bản thể, là yên nguyên của vũ trụ, vạn vật trên thế gian này, y như một giọt nước tan loãng vào đại dương bát ngát muôn trùng vậy. Và cũng chính lúc này đây thì tứ vô lượng tâm ( Từ, Bi, Hỷ, Xả) mới tự phát tròn đầy. Hầu hết chúng ta xưa nay thường quay ra và chạy theo niệm, nên chẳng bao giờ thấy được Phật tánh và an trú trong Phật tánh cả để được thành Phật, thành Tổ mà cứ mãi mãi là chúng sinh đắm chìm trong phiền não vô biên và trôi lăn không cùng trong sanh tử luân hồi.

## Có phải cứ hành Pháp Vô Niệm là lập tức và dứt khoát thành Phật, thành Tổ không?

- Một khi vô niệm và tỉnh thức thì Phật tánh hiển lộ và hành giả lập tức là Phật sống, là Tổ sống, nhưng cái khó là hành giả không sao thường trụ trong Phật tánh được, nghĩa là không kéo dài được thời gian vô niệm, và hễ niệm khởi thì Phật tánh lại bị khuất lấp. Hành giả chỉ thành Phật, thành Tổ trong chốc lát thôi chứ không dứt khoát là Phật, là Tổ được. Vì vậy mới nói “kiến Tánh khởi tu” là thế. Kiến Tánh là trực nhận ra được Phật Tánh nơi mình. Khởi tu là bắt đầu tu hành. Tu hành đây là hành Pháp Vô Niệm, hành làm sao cho rớt ráo, cho miên mật để niệm im bật, không dấy khởi nữa. Quá trình này đòi hỏi hành giả phải bền bỉ, tinh tấn. Thầy Thích Thanh Từ có nói đến hai tâm của người tu thiền là Tâm Kiên Cố và Tâm Trường Viễn. Thầy viết: “kiên trì tỉnh giác là Tâm Kiên Cố, bền bỉ lâu dài là Tâm Trường Viễn. Có kiên trì tỉnh giác mới khỏi bị niệm dẫn, có bền bỉ lâu dài mới chinh phục được chúng.” Vọng niệm thưa dần rồi im bật, bấy giờ hành giả mới dứt khoát thành Phật, thành Tổ. Hèn chi trong Thiền Tông có nhiều Thiền Giả, sau khi kiến Tánh đã bền rút lui, ở ẩn, tinh tấn tu hành một thời gian dài, có khi cả vài chục năm rồi mới xuất hiện hoằng dương Đạo Pháp. Theo Thiền Sử Trung Hoa thì với

ngài Lục Tổ Huệ Năng thời gian này là 15 năm và với ngài Triệu Châu Tung Thẩm là 30 năm. Thiền sư Huệ Trung, sau khi được Lục Tổ truyền tâm ấn đã về núi Bạch Nhai, tỉnh Nam Dương tu liên tục 42 năm, rồi mới xuống núi, Thiền sư Duy Tín cũng phải sau ba thập niên mới thấy được núi là núi, thấy được sông là sông, một sự thấy biết trực tiếp và như thị, một sự thấy biết mà ngài Lục Tổ gọi là “hạnh trực” (1) và ngài J Krishnamurti gọi là “pure perception” (2)

### **Làm thế nào để có vô niệm?**

-Niệm là sản phẩm của thời gian tâm lý. Đúng vậy, thời gian tâm lý là môi trường cho niệm phát sinh. Không có thời gian tâm lý thì nhất định không có niệm. Vậy phi thời gian tâm lý thì hết niệm. Muốn phi thời gian tâm lý thì hãy luôn luôn có mặt ở hiện tiền, đừng rời bỏ hiện tiền để tạo cơ hội cho niệm dấy khởi. Có mặt ở hiện tiền tức sống với cái chân, vì chỉ những gì ở hiện tiền mới là chân mà thôi, ngoài ra đều là hư vọng, giả dối cả. Sống với cái chân thì Chân Tâm, Phật tánh hiển lộ. Vì vậy, Ngài J. Krishnamurti cũng như các vị Thiền Sư thường chỉ dạy ta những phương cách để duy trì và kéo dài thời gian có mặt ở hiện tiền.

Ngài J. Krishnamurti thì khuyên hãy chú tâm trọn vẹn vào hiện tiền như đứa con nít chú tâm vào món đồ chơi mới vậy.

Trong cuốn “The Three Pillars of Zen” của tác giả Philip Kapleau có giai thoại nói về sự chú tâm đại khái như sau:

Một hôm có người từ trong đám đông bước ra hỏi Thiền Sư Ikkyu:

- Thưa Thiền Sư, xin Thiền Sư viết cho con vài câu châm ngôn nói về sự khôn ngoan siêu việt nhất.

Thiền Sư Ikkyu cầm bút viết ngay:

- “Chú Tâm!”

Người ấy lại hỏi:

- Có vậy thôi sao. Thiền Sư có còn thêm gì nữa không?

Thiền Sư Ikkyu cầm bút viết luôn:

- “Chú Tâm! Chú Tâm!”

Hắn ta tỏ vẻ bực mình:

- Ủa! Thật tình con chẳng sao hiểu nổi cái thâm diệu trong mấy chữ Thiền Sư viết đây. Con nghĩ phải thêm gì nữa chứ?

Thiền Sư Ikkyu lại cầm bút viết một mạch:

- “Chú Tâm! Chú Tâm! Chú Tâm!”

Lần này thì hắn ta nổi giận nhưng vẫn cố dằn:

- Hai chữ Chú Tâm ấy có nghĩa gì vậy?



Thiền Sư Ikkyu dịu dàng đáp:

- Chú Tâm nghĩa là Chú Tâm.

Quả đúng là một câu châm ngôn! Các vị Thiền Sư cũng đều thường yêu cầu hành giả phải chú tâm vào hiện tiền như :

*“ Mèo rình chuột ngó chăm không nháy.”*

*“ Người bán cung nhắm cái hồng tâm.”*

Chú tâm vào hiện tiền để thấy biết đầy đủ những gì xảy ra chung quanh mình, trên thân mình, và nhất là trong tâm mình. Phải luôn luôn nhớ rằng thấu suốt tâm mình là phương cách tốt ráo để trực chỉ thành Phật, thành Tổ.

Đặc biệt hơn nữa, Đức Phật cũng dạy như vậy. Tương Ứng Bộ Kinh 4, trang 146 (Hoà Thượng Minh Châu dịch) có nói rằng một thời, Đức Thế Tôn ở Savatthi, trong vườn Jetavana, trước đông đảo Tỳ Kheo, Ngài dạy đại ý như sau:

Có một pháp môn ngoài tín ngưỡng, ngoài mong cầu, ngoài học hỏi, ngoài phương pháp, ngoài khổ hạnh, ngoài lý luận, giúp cho các Tỳ Kheo “xác chứng với chánh trí, biết rõ sanh đã tận, phạm hạnh (3) đã thành, những gì nên làm đã làm, không còn trở lui trạng thái này nữa”. Pháp môn ấy là khi mắt thấy sắc, khi tai nghe tiếng, khi mũi ngửi

mùi, khi lưỡi nếm vị, khi thân xúc chạm, khi ý gặp pháp, trong tâm có tham, sân, si thì biết rõ rằng trong tâm có tham, sân, si. Trong tâm không có tham, sân, si thì cũng biết rõ rằng trong tâm không có tham, sân, si.

Như thế rõ ràng là Đức Thế Tôn dạy pháp chú tâm, chú tâm vào hiện tiền. Không chú tâm vào hiện tiền hay không có mặt ở hiện tiền thì làm sao có thể tức thì thấy biết được tham, sân, si có mặt hay không có mặt trong tâm. Và pháp chú tâm này có đòi hỏi người hành trì một điều kiện nào đâu như tín ngưỡng, như mong cầu, như học hỏi, như phương pháp, như khổ hạnh, như lý luận.

Như vậy vấn đề gút lại chỉ là duy trì sự có mặt ở hiện tiền mà thôi. Đúng vậy, đọc những tài liệu về Thiền, ta thường thấy các vị Thiền Sư, trong các cuộc tiếp xúc với môn đệ hay đối đáp với Thiền khách đến tham vấn, thường nhắc đến một điều vô cùng quan yếu, ấy là đừng trốn chạy hiện tiền để niệm có cơ hội dấy khởi. Vì Thiền là một pháp môn giải thoát nhằm đưa hành giả đến chỗ tự do hoàn toàn (total freedom) mà niệm lại là những trói buộc cần phải xoá bỏ bằng được. Chẳng hạn như câu chuyện sau đây:

Có một vị tăng đến tham vấn, Thiền Sư Triệu Châu hỏi:

- Từng đến đây chưa?

Vị tăng thưa:

- Đã từng đến.

- Uống trà đi!

Với một vị tăng khác, trong một lần khác, Thiền Sư Triệu Châu lại hỏi:

- Từng đến đây chưa?

Vị tăng thưa:

- Chưa từng đến.

- Uống trà đi!

Thấy thế, Viện Chủ hỏi Thiền Sư Triệu Châu:

Vì sao với người từng đến Ngài dạy uống trà đi, và với người chưa từng đến Ngài cũng lại dạy uống trà đi?

Thiền Sư Triệu Châu gọi:

-Viện Chủ!

Viện Chủ đáp:

-Dạ.

Thiền Sư Triệu Châu bảo:

- Uống trà đi!

“Uống trà đi!” nghe như là một lời mời dục thông thường, nhưng ở đây Thiền Sư Triệu Châu có dụng ý nhắc vị tăng và Viện Chủ rằng muốn thấy Đạo hãy sống với hiện tiền, hãy uống trà có sẵn trước mặt đi, và chỉ biết uống trà thôi, đừng rời bỏ

hiện tiền để cho niệm xuất hiện, lôi kéo, dẫn dắt mà càng lúc càng xa Đạo.

Lại nữa, có người hỏi Thiền Sư Triệu Châu:

- Tại sao Bồ Đề Đạt Ma đến Trung Quốc?

Triệu Châu đáp: “ Cây bách trước sân”

Qua lời đáp có vẻ vô cùng lạc điệu này, hỏi một đường trả lời một nẻo, phải chăng Thiền Sư Triệu Châu muốn khuyến cáo vị thiền khách kia hãy sống với cái gì ở trước mắt, đừng đi vào suy tư linh tinh chỉ gây trở ngại cho người hành Đạo mà thôi.

Ngược dòng lịch sử Thiền Tông đến tận vị Tổ thứ nhất của Ấn Độ, Ngài Ma Ha Ca Diếp, ta cũng lại thấy một cuộc đối đáp tương tự giữa vị Tổ này và Tôn Giả A Nan:

Sau khi Tổ Ca Diếp ngộ Đạo, ngài được Đức Phật truyền y, bát để làm tin, Tôn Giả A Nan có hỏi Tổ Ca Diếp: “Ngoài y, bát ra Đức Thế Tôn có còn truyền gì nữa cho Huỳnh không?”

Tổ Ca Diếp liền gọi: “ A Nan!”

Ngài A Nan: “Dạ”

Ngài Ca Diếp bảo:” Cây phước trước chùa ngã”

Cây phước trước chùa ngã là một sự kiện xảy ra trước mắt. Ngài Ca Diếp nói đến cây phước ấy là có ý nhắc Tôn Giả A Nan về sự có mặt ở hiện tiền. Và một khi có mặt ở hiện tiền thì niệm hồn nhiên

ngưng dứt và Tôn Giả A Nan mới có cơ trực nhận ra được cái mà nhờ nó Ngài đã biết Tổ Ca Diếp gọi đề mà tức thì cất tiếng “Dạ”. Và kết quả là sau vài lời đối đáp cũng thuộc loại lạc điệu như thế Tôn Giả A Nan ngộ Đạo.

Ngài Xá Lợi Phất là một đại đệ tử của Phật, Ngài được coi là “Đệ Nhất Trí Huệ”.

Trong một cuộc luận chiến với nàng Bhadda, Ngài cũng đã nói lên một điều cốt lõi vô cùng sâu sắc. Nàng Bhadda hỏi Ngài rằng làm thế nào mà một vị A La Hán bước ra khỏi dòng sanh tử thì Ngài trả lời như sau:

- Bước tới là trôi lăn. Dừng lại là chìm đắm. Bậc A La Hán không bước tới, cũng không dừng lại, nên các vị ấy ra khỏi dòng sanh tử. Bước tới là phóng về tương lai. Dừng lại là thụt lui về quá khứ vì hiện tại không dừng. Có quá khứ, có tương lai tức có thời gian tâm lý thì lại có Niệm. Có Niệm là có phiền não, khổ đau và sợ hãi. Có Niệm là có Nghiệp. Có Nghiệp là có luân hồi. Nói cách khác là nếu có Niệm thì không có giải thoát. Muốn giải thoát thì đừng bước tới, cũng đừng dừng lại nghĩa là hãy bám trụ ở hiện tiền và cùng với hiện tiền di dời, chuyển dịch.

Một vị tăng hỏi Thiền Sư Vân Môn:

- Thưa thầy, Xin thầy nói cho con một câu pháp cao tột, một câu pháp siêu Phật, vượt Tổ.

Thiền Sư Vân Môn đáp:

- Cái bánh mè (vừa nói vừa chỉ vào cái bánh mè ở trước mặt).

Có thể nói các vị Tổ, các vị Thiền Sư luôn luôn có mặt ở hiện tiền, luôn luôn sống với hiện tiền. Ta hãy nghe thêm câu chuyện (4) sau đây:

Vua Lý Thái Tôn đến viếng Thiền Lão Thiền Sư. Nhà Vua hỏi:

Hoà Thượng trụ núi này đã được bao lâu?

Thiền Lão Thiền Sư trả lời:

*“Đản tri kim nhật nguyệt”*

*“Thùy thức cật xuân thu”*

Nghĩa là Bản Tăng chỉ biết ngày tháng này thôi, chứ không rành xuân thu trước.

Nhà Vua lại hỏi:

- Hàng ngày Hoà Thượng làm gì?

Thiền Lão đáp:

*“Thúy trúc, hoàng hoa phi ngoại cảnh.”*

*“Bạch vân, minh nguyệt lộ toàn thân.”*

Trúc Xanh, hoa vàng đối với Thiền Lão không còn là ngoại cảnh nữa. Hay nói cách khác thì giữa Thiền Lão với trúc xanh, hoa vàng hay rộng ra là với vạn pháp không còn gì ngăn cách nữa. Ngài là một phần của cái toàn thể không thủy, không

chung, không bờ, không mé kia (a part of the whole). Ngài đã trở về với cái Một, tức cái chân lý tối hậu. Ngài với ngoại cảnh không còn là hai đối tượng chia cách. Ngài đã hoà tan vào ngoại cảnh rồi. Không còn chuyện Thiền Lão là một thực thể tách rời khỏi ngoại cảnh đứng nhìn lại ngoại cảnh nữa. Trạng thái đồng nhất này chỉ xảy ra khi sống trọn vẹn với hiện tiền. Và cũng chỉ khi nào sống trọn vẹn với hiện tiền thì mới thấy được mây trắng, trăng trong như chúng đang là, không bị niệm hay tư tưởng xen vào áp đặt, bóp méo, xuyên tạc, nghĩa là mới thấy được cái toàn chân của mây trắng, trăng trong mà thôi.

Rõ ràng là Thiền Lão Thiền Sư chỉ biết hiện tiền thôi và hàng ngày Ngài chỉ sống với hiện tiền thôi, Ngài không hề nhớ những gì đã lui vào quá khứ, cũng chẳng bận tâm đến những gì sẽ xảy ra ở tương lai.

Ngài J Krishnamurti cũng nói:

- Die each day, die each minute to everything, to the many yesterdays and to the moment that has just gone by.

(Hãy chết đi từng ngày, chết đi từng phút với tất cả mọi thứ, với những ngày hôm qua và với cái chốc lát mới vừa thoáng trôi đi.)

Đúng vậy, phải biết chết đi từng phút từng giây, vì chính sự “tử” này dẫn đến sự “bất tử” của cái mới. “The death that meditation brings about is the immortality of the new”. Cái “mới” Ngài nói đây là cái “mới” của hiện tiền. Những thiền giả chân chính, những vị đã từng “đại tử nhất sinh” luôn sống trong cái mới của hiện tiền tức luôn luôn có mặt ở hiện tiền.

Có mặt ở hiện tiền thì mới phi được thời gian tâm lý, mới thoát khỏi cái lưới thời gian khắc nghiệt và do đó niệm mới không có cơ hội dấy khởi, tạo điều kiện cho Phật tánh hiển lộ.

Vấn đề tuy chỉ đơn giản là thế, cứ phi thời gian tâm lý, cứ sống trọn vẹn với hiện tiền là lập tức vô niệm nhưng vô niệm miên mật không phải là điều dễ dàng. Thiền Sư Cổ Đức chẳng đã kêu lên:

*“Phong đình ba thượng dưng.”*

*“Lý hiện niệm du xâm.”*

Nghĩa là gió dừng mà sóng vẫn vỗ. Chân lý (Phật Tánh) đã hiển hiện mà niệm vẫn xâm chiếm tâm của hành giả.

Rõ ràng thành Phật, thành Tổ mãi mãi là một điều vừa tức thì lại vừa lâu lã, vừa dễ dãi lại vừa khó khăn. Kết quả âu cũng tùy thuộc vào căn cơ của từng người. Phải có một sự chuyển hoá triệt để.



Vàng một khi đã được tinh luyện rồi thì không bao giờ trở lại thành quặng nữa. Sự chuyển hoá này vốn là một vị khách không thể mời. Cửa sổ mở ra thì gió tất sẽ vào. Cứ sửa soạn tiếp khách với tất cả tấm lòng. Cứ mở cửa sổ rộng ra. Khách đến khi nào, gió vào lúc nào thì tùy khách, tùy gió. Đừng khắc khoải chờ trông khách đến. Cũng đừng bồn chồn mong đợi gió vào.



### Cước Chú

(1) Trong Pháp Bảo Đàn Kinh, Lục Tổ dạy:

“Hạnh trực bất dụng tu Thiền” nghĩa là có hạnh trực rồi thì không phải tu Thiền nữa. Hạnh đây là Tâm. Hạnh trực hay Tâm trực là cái thấy biết trực tiếp, không thông qua phán đoán, suy luận, cái thấy biết đạt tánh cảnh nếu muốn nói theo Duy Thức Học.

(2) Ngài J. Krishnamurti dạy: There is only pure perception and nothing else, because everything else is movement of time. (Duy chỉ có tri giác thuần khiết, chứ không có điều gì khác nữa, vì điều gì khác thì cũng chỉ là sự vận hành của thời gian mà thôi).

(3) Phạm hạnh: hạnh tu thanh tịnh của người xuất gia đoạn tuyệt dâm dục. (Định nghĩa trong Phật Học Từ Điển của soạn giả Đoàn Trung Còn)

(4) Trích trong một bài viết của thầy Thích Thanh Từ.

Xin đừng hiểu chữ “Phật”, chữ “Tổ” trong bài viết này là Đức Phật Thích Ca Mâu Ni hay là các vị Tổ được ghi chép trong Thiền Sử Ấn Độ, Trung Hoa, Nhật Bản và Việt Nam. Người viết không bao giờ lại dám có thái độ cao ngạo trước một bậc vô thượng sư, một đấng thế tôn, đã có ân đức cao dày vô lượng, vô biên đối với chúng sinh trên hành tinh này. Người viết cũng không hề dám có ý nghĩ so sánh với các vị Tổ trong Thiền Sử. Vì thế, thành Phật, thành Tổ trong bài viết này chỉ có nghĩa là trở về với Phật, với Tổ vốn tiềm ẩn thường trực nơi mình mà thôi.