



VÔ NIỆM VIÊN THÔNG YẾU QUYẾT GIẢN LƯỢC

1. Lời Tựa

Quyển sách tóm lược nhỏ này được viết ra vì một số lý do sau. Trước hết, chúng tôi có muốn giới thiệu Vô Niệm Viên Thông Yếu Quyết đến quý vị đã, đang, và sẽ đi trên con đường phát triển tâm linh của mình. Thứ đến, chúng tôi muốn trình bày với quý vị pháp môn Vô Niệm Viên Thông dưới hình thức ngắn gọn, dễ hiểu có thể dùng để thực tập hay thử nghiệm ngay lập tức; và cuối cùng là có thể nắm được trọng tâm của pháp môn này một cách nhanh chóng không cần phải bỏ nhiều thì giờ đọc hết bản văn nguyên thủy trong thời gian đầu. Dĩ nhiên, quyển sách tóm lược này không thể thay thế bản văn chính. Có rất nhiều chi tiết và vấn đáp liên quan đến thực hành trong bản gốc không được trình bày trong tập giản lược này. Vì thế, sau khi quý vị hiểu hoặc thực hành phần đầu mà vẫn còn hứng thú muốn tìm hiểu thêm, quý vị có thể tìm đọc bản văn nguyên thủy “*Vô Niệm Viên Thông Yếu Quyết*” của Cố Thiên Sư Thích Minh Thiên trên trang web: www.thuvienhoasen.org.

Mong rằng quyển sách “*Vô Niệm Viên Thông Yếu Quyết Giản Lược này*” sẽ mang lại lợi ích cho quý vị.

Nếu có điều chi sơ sót, mong quý vị độc giả bỏ qua cho.

Kính Bút,

Viễn Lưu

03/18/09, Elk Grove, CA.

Email: vienluid@yahoo.com

2. Vô Niệm Viên Thông Yếu Quyết :

Vô Niệm Viên Thông Yếu Quyết là một phương pháp thiền hướng nội rất hữu hiệu có thể giúp thiền giả dẹp tan vọng niệm để tiến tới trạng thái tâm vô niệm và chuyển vọng tâm thành chơn tâm. *Vô Niệm Viên Thông* pháp rất đơn giản, dễ hiểu, dễ thực hành, lại không đòi hỏi lệ thuộc vào tôn giáo nào, nên phù hợp với đại đa số quần chúng trong thời đại này. Phương pháp thiền này được khai sáng bởi Cố Thiền Sư Thích Minh Thiên, chùa Hội Tông, Phú Định, Nam Việt Nam vào thập niên 80s. Trọng tâm của *Vô Niệm Viên Thông Yếu Quyết* nằm trong hai phần: **Niệm Nhiếp Niệm** và **Niệm Hóa Niệm**. **Niệm Nhiếp Niệm** là dùng một dòng niệm thanh hơn những vọng niệm hiện có và niệm bằng ý, chẳng hạn như “Nam Mô A Di Đà Phật” hay “ Một Hai Ba Bốn” gì đó, để qui tụ các vọng niệm vào dòng niệm này vì vọng niệm sẽ tụ về với nhau như “ngưu tầm ngưu, mã tầm mã”. Kế đến là dùng **Niệm Hóa Niệm** để giải hóa dòng niệm này. **Niệm Hóa Niệm** dựa trên khái niệm về **Thân Giác**. **Thân Giác** có nghĩa là hiểu rõ thân này (phần xác thịt) chỉ là một đồng thịt. Tự nó không thể nói chuyện, không thể khởi động loạn được, mà ngược lại phải tuyệt đối yên tĩnh. Từ đó trong lúc đang theo dõi dòng niệm thì ta mới khởi nghi tình (thắc mắc) lên là ai đang nói chuyện đây, ai đang niệm đây? Làm sao có thể như vậy được? Nhờ ở nghi tình này, vọng niệm sẽ tự tan biến vì không còn chỗ bám nữa (vọng niệm bám vào thân xác để tồn tại) và từ đó tâm sẽ chuyển hóa từ mê sang ngộ. Phương pháp đơn giản chỉ như thế. Pháp môn này đã được nghiên cứu kỹ càng, hệ thống khoa học, và đã được thử nghiệm hơn 20 năm qua.

3. Cách Thực hành:

1. Tư thế tĩnh tọa:

Có mấy cách tùy theo khả năng của mỗi người, nhưng hay nhất là ngồi kiết già.

- Ngồi kiết già:

Chân trái gác lên đùi phải, chân phải gác lên đùi trái, thúc sát vào, chống hai nắm tay lên đầu gối, đè cho hai đầu gối xuống sát chỗ ngồi, chuyển động nhẹ xương sống cho các khớp lưu thông, lưng thẳng đầu ngay, vai ngang, hai bàn tay đặt sát vào bụng dưới rún, tay trái nằm dưới tay phải nằm trên, hai đầu ngón cái đung sát nhau để giữ thế điện trong cơ thể được lưu thông ít bị hao tán, mắt nhắm miệng ngậm, răng đung nhau, lưỡi đung răng. Đồng thời tập trung tinh thần tưởng tượng tuyền từ mũi xuống đơn điền cho ngay.

- Ngồi bán già:

Chỉ có để chân trái lên đùi phải, cũng có thể để chân phải lên đùi trái mà ngồi yên thì cũng tạm được. Không nên ngồi xếp bằng vì rất cân. Ngoài ra tất cả bố trí đều giống hệt như ngồi kiết già.

- Ngồi trên ghế thông chân:

Cách này để dành riêng cho những người không thể ngồi bán già, kiết già, hay xếp bằng hoặc vì tuổi cao, xương cứng. Ngồi cách này thì phải có ghế vuông hay trường kỷ, hoặc ngồi trên giường thông chân.

Với 3 cách ngồi này cốt sao cho được vững vàng, thẳng người cho ngồi được lâu.

Về phương tiện, nên ngồi trên chiếu hay trên ván, có lót bộ đoàn hay mền chớ không nên ngồi trên nệm, vì ngồi nệm dễ cân thịt, dễ bị tê. Ngồi ván tuy bị cân xương đau chớ không có tê nên dễ điều chỉnh.

2. Phần thực hành:

a. Chuẩn bị:

Tùy khả năng mỗi người có thể phân ngày đêm ra từ 2 đến 4 thời. Khi bắt đầu ngồi thì phải xếp đặt chỗ ngồi, quay mặt vào vách, nói thất lưng và bâu áo cho thông thả. Nếu trời lạnh thì đội mũ hay đội khăn che khuất 2 lỗ tai. Tư thế phải giữ cho lưng thật thẳng, chớ không nên ẽnh, vì ẽnh thì khí lực sẽ xông lên làm nặng đầu, còn khòm thì dễ ngủ gục.

Ngồi xong khế ấn người nghiêng bên phải, bên trái cho các đốt xương sống được ngay. Vì thường xương sống của mỗi người do tập quán sinh hoạt mà thường bị lệch lạc.

Giữ đầu cho thẳng, 2 mắt buông xuôi mí xuống để nhắm theo thế tự nhiên, không nên mở, vì mở thì thấy ở ngoài và tâm quang bị phân tán. Cũng không nhắm híp vì nhắm khít quá mắt tự nhiên dễ ngủ gục. Xong rồi bố trí hai bàn tay như đã nói trên và làm như hơi mỉm cười để xóa hết những chuyện ban ngày và tưởng cho tuyến mũi xuống rún được thẳng một hàng với nhau. Tiếp theo đó, hít vào thở thật nhẹ, chậm chậm để tự nhiên cho bụng dưới từ từ nở ra. Thở ra cũng chậm chậm cho bằng cái hít vào. Và bụng dưới từ từ thót lại. Hít vào thở ra bằng mũi, và miệng bao giờ cũng ngậm kín, giữ cho hơi thở được tương đối đều, đừng nghe tiếng càng tốt.

Nếu trụ thân được dưới rún thì nhiệt lực sẽ tụ về bên dưới, và ăn uống được tiêu hoá không bị trở ngại. Nên chú ý khi bắt đầu điều chỉnh hơi thở, nhắm mắt lại, nếu hơi thở có tiếng kho kho một cách êm đềm tế nhị, dù tiếng đó có hết sức nhỏ cũng phải hiểu đó là điềm sắp đi vào cõi ngủ. Khi mới tập nếu có đồng hồ nên canh giờ quyết định, mới tập chót hết cũng phải 20 phút.

b. Hạ thủ công phu:

Nên nhớ việc chánh yếu của hạ thủ công phu là tiến về tâm thể vô niệm.

Giai đoạn thứ nhất: Dùng niệm nhiếp niệm:

Ta chọn lấy một câu NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT hay DƯỢC SƯ NHƯ LAI hoặc câu gì cho hợp với mình. Nếu là câu NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT thì trong khi thu xếp tĩnh tọa, thân yên lặng nhắm mắt ngậm miệng lại, răng cắn vừa đụng nhau, lưỡi đụng răng, tay không lần chuỗi, không quán tưởng để ngừa phân tâm hay ly tâm hướng ngoại. Trong tâm mặc niệm 6 chữ NAM M Ô A DI ĐÀ PHẬT một cách đều đều không gấp không hưỡn, vừa nhắm con mắt thịt lại cũng vừa mở hoác con mắt tâm ra, soi hẵn vào trong thân tâm để tìm lấy tướng chuyển động của làn sóng mặc niệm trong thân tâm xem nó ở đâu, ra sao? Cứ vừa theo dõi, vừa mặc niệm, không nên gấp, không nên hưỡn. Cứ như thế mà tiến. Buổi đầu chỉ là một khốt tối thui hoặc vọng niệm xẹt ra xẹt vào, mặc kệ nó. Thời gian này ít nhất cũng phải hao phí từ một tuần lễ đến 10 ngày hay nửa tháng thì tình trạng hỗn độn tối thui mới bắt đầu sáng sủa.

Nếu người nặng nề nghiệp dâm, nghiệp sát thì có thể hao phí hàng tháng cũng nên.

Khi nước tâm đã lắng trong, tình trạng hỗn độn được sáng sủa thì hành giả sẽ dễ dàng bắt gặp làn sóng động tướng năng niệm của câu NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT đang rung chuyển một cách đều đều. Nhưng nên nhớ nếu ngừng hẳn mặc niệm thì làn sóng rung chuyển này sẽ bị mờ mất hút. Phải cố giữ cho mặc niệm đều đều và chú tâm theo dõi cho thật sát đến bao giờ mãn giờ tĩnh tọa sẽ xả ra.

Đến được hiện tượng này ít nhất hành giả cũng đã tiến lên ½ giờ mỗi thời và hao phí ít nhất cũng từ 1 đến 3 tháng tùy trình độ bén nhạy của mỗi người.

Điều nên biết là: mặc niệm liên tục cố để qui tụ muôn niệm vọng tâm, kết thành một khối cho tinh thần được định. Còn chú tâm vào làn sóng động tướng năng niệm NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT là để ngăn hẳn si mê không cho xuất hiện, tinh thần thường trực tỉnh táo, sáng suốt, cho định và huệ cân nhau. Khi đã kết quả đúng như dự định thì phải giữ tình trạng này cho kéo dài thêm ít nhất từ ½ tháng đến 1 tháng rồi mới nên bước sang giai đoạn 2. Đến đây thời gian tĩnh tọa cũng theo đây mà gia tăng. Hành giả nên biết giai đoạn một này là nền tảng cho tất cả giai đoạn sau. Nên càng thực hành kỹ lưỡng chừng nào thì kết quả càng được chín chắn chừng nấy. Từ khi phát hiện làn sóng động tướng năng niệm trong thân thì hành giả sẽ bắt đầu đi vào cõi toàn thân được thoải mái yên ổn, không còn cảm thấy lảng nhãng ray rứt như buổi đầu; để rồi trạng thái này sẽ lên cao, kéo dài hơn nữa và lần lần vào cõi thanh lương an lạc, hành giả nên thận trọng.

Một điều nữa cần phải biết là khi phát hiện được làn sóng động tướng năng niệm của câu NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT đang mặc niệm; chính là lúc muôn niệm châu về làm một niệm. Nhưng không phải một lần tụ về là tất cả vọng niệm đều tụ hết, mà có khi còn bao nhiêu vọng niệm tản mát, rải rác khắp mọi nơi; niệm nhiếp niệm càng kỹ, theo dõi càng sát; giữ thời gian càng được kéo dài thì sự qui tụ vọng niệm càng được kỹ càng hơn, để tránh khỏi rơi vào thế làm một lần không kỹ thì sự chữa đi chữa lại cũng phải hao tổn nhiều lần.

Giai đoạn thứ hai: Dùng niệm hóa niệm:

Trên kia ta đã thực hành pháp dùng niệm nhiếp nhiếp để cho muôn vọng niệm đều qui tụ về một niệm. Nhưng phải biết vọng niệm tuy không có hình tướng mà vẫn có tụ có tan, nếu đã thực hành pháp dùng niệm nhiếp niệm rồi thấy chừng như

muôn niệm đã đóng thành một khối, và chừng như nếu ta ngừng niệm thì nó sẽ tan biến đi mất. Nhưng sự thật nào có thế đâu. Nếu ta ngừng niệm thì lần hồi nó sẽ tản mát ra khắp mọi nơi, để nó sẽ tổ chức ráp lại như cũ, hay hoặc nó giữ nguyên trạng mà lác lư bắt ta phải theo đà đó mà niệm liên tục. Vì thế phải lợi dụng kỹ thuật dùng niệm hoá niệm này là một hóa chất cho tất cả khối vọng tâm phải tiêu tan từng đợt, từng đợt theo thời gian ngắn để đi đến tâm thể vô niệm vĩnh viễn thực tại, và khi có nghĩ một điều gì tức là chơn như tự tánh khởi niệm, việc ấy sẽ hiển hiện một cách rõ ràng, chớ không khó khăn như trước.

Hoá niệm bằng cách nào??

Nghĩa là trong khi tĩnh tọa, vừa mặc niệm danh hiệu Phật đều đều liên tục, vừa phát giác động tướng của làn sóng mặc niệm cũng một cách đều đều liên tục, và cũng bắt đầu thêm vào: “Lạ thật! tấm thân này chỉ là một khối vật chất tứ đại giả hợp không thể có khả năng niệm Phật, cũng không thể có khả năng tạo nên vọng niệm; nó vốn tuyệt đối tĩnh chi. Thế sao hiện giờ lại có ra làn sóng động tướng năng niệm này? Vậy cứu tận của nó là cái gì? Nó có bằng cách nào? Mà quả thật vậy, nó đang hiển hiện rõ ràng trong thân ta, tại sao có chuyện kỳ bí đến thế?”

Đặt nghi vấn này là áp dụng thân giác để dựng đứng nghi tĩnh. Mục đích là để tiêu hóa vọng niệm cho không còn chỗ bám víu, chớ không phải để mò tìm câu trả lời rằng nó là tâm, là vọng tâm gì gì ấy. Vì đây là kỹ thuật giao lưu, phân hóa cho nghi tĩnh phản động xen vào khối vọng niệm đang lác lư. Đến đây hành giả phải làm việc thật kỹ lưỡng, vừa mặc niệm vừa theo dõi động tướng của làn sóng năng niệm, vừa liên tưởng đến thân giác, vừa dựng đứng nghi tĩnh. Chỗ này người mới thực tập cảm thấy thật là bê bối đa đoan như người mới tập xe

đạp. Tình trạng này giữ được đều như thế chừng năm mười phút là có thể tiếp nhận được tin mới.

Tin mới như thế nào? Tức là đến đây hành giả sẽ bắt gặp khối vọng niệm tự nhiên tiêu tan, toàn thân bỗng nghe một chấn động tựa như hột gạo ngâm nước bị bẻ gãy, rồi trở nên thật là yên ổn. Tất cả giao động bên ngoài đều hết thành vấn đề và cảm thấy một niềm thú vị yên vui sáng suốt làn sóng vọng niệm dứt bật, mặt phẳng của nước tâm được trải ra, đến đây ta cũng ngừng dứt mặc niệm theo dõi. Cảm giác này có thể kéo dài từ 5 phút đến 15 phút, hay lâu hơn nữa không chừng, tùy theo trình độ hiểu biết và công phu thực tập của mỗi người. Đây là chỗ trong kinh gọi là tâm cuồng loạn ngừng dứt, hoặc nói tâm sinh diệt đã dứt, cảnh tịch diệt hiện tiền, hoặc gọi chân như hiển lộ, bốn tánh hiển bày. Hiện tượng này tuy chưa được liên tục mãi mãi, nhưng mặt thật của tâm tánh đã xuất hiện, và có thể trong giây lát vọng niệm sẽ đến vùi lấp trở lại. Nếu đã mãn thời tĩnh tọa phải xả ra, thì lần sau lại tiếp tục. Càng ngày càng kéo dài thời gian, càng nhân thêm tần số đến bao giờ cảnh tượng này được kéo dài ½ tiếng hay một tiếng đồng hồ. Thế là ta đã ngộ được pháp thân rồi đây.

Thời gian này, ta có thể tốn phí từ ½ tháng hay 3 tháng 6 tháng là cùng, cũng có thể có khi trong một thời gian tĩnh tọa mà phải làm đi làm lại 2, 3 lần nếu vọng niệm thô bạo. Nghĩa là nếu vọng niệm thô bạo như ngay buổi đầu thì ta phải dùng niệm nhiếp niệm trở lại, rồi mới dùng niệm hóa niệm, thì cảnh thanh tịnh cũng lại xuất hiện trở lại. Nếu như trường hợp người đã tu tập thuần thực, vọng niệm có trở lại cũng chỉ nhỏ nhất tầm thường thì không cần dùng niệm nhiếp niệm mà cũng chỉ dùng niệm hóa niệm đương đầu với vọng niệm, ném hẳn thân giác và nghi tình vào là lập tức bình minh trở lại, tâm địa mới sáng tỏ rạng như thường. Sâu xa tế nhị hơn nữa, có những

trường hợp sa mù mông do tinh thần sắp muốn hôn trầm, thì liền lập tức chấn chỉnh lại, vừa nhắm kín con mắt thịt mà cũng vừa mở hoặc con mắt tâm, dùng pháp giác chiếu soi hẳn trở vào trong đến tận cùng góc gác của tế vọng, thì tế vọng cũng liền theo đó được tiêu trừ, rồi trời quang mây cũng tạnh trở lại. Đây là chỗ thiền tông gọi “Muôn dặm không mây muôn dặm trời”.

Kết quả này tuy lâm thời tạm bợ, nhưng vẫn là ngộ pháp thân cho nên gọi là tiểu ngộ. Nhờ đó mà tinh thần ta được nuôi dưỡng, thúc đẩy tuần tự xúc tiến một cách cao hứng không còn muốn bỏ dở nữa. Và đến bao giờ trong tất cả đi đứng nằm ngồi, tâm thể đều được vô niệm như vậy, cuộc sống sẽ trở thành một cách linh động tự nhiên. Thế là chứng nhập. Chữ “Chứng nhập” nói đây là nghĩa là không còn thấy có cái thấy có mình có người, có có có không nữa, nó tự nhiên như nhiên. Thế là hành giả là một pháp thân đại sĩ rồi đó.

Đến đây hành giả chớ nên nghi ngờ: làm sao ta dám tin chắc là ta đã ngộ được pháp thân, mà không bị rơi vào hai tướng?

Xin thưa: Đây là việc làm có bản đồ, có kỹ thuật, nên phải quyết định tự mình phải biết, tự mình mình phải hay, đối diện với mức độ tâm địa mờ tỏ, mát mẻ yên vui, càng ngày càng tiến bộ hay càng ngày càng thụt lùi. Chuyện này người bàng quang thông thường không phải đại thiện tri thức làm sao biết chứ! Ta đừng nên hiểu chữ “Biết” một cách hồ lớn, vì cái biết bởi giác quan, bởi phân tích, bởi so sánh mà biết, thì chữ biết quả là cửa của muôn tai họa. Còn chữ biết của ngộ Pháp thân đây là chữ biết do rơi tõm xuống nước mà biết toàn thân mát lạnh. Hay cũng như mình uống nước, lạnh nóng tự biết tự hay. Chỉ chữ biết này quả là cửa của muôn sự nhiệm mầu, chớ không còn cái biết nào khác nữa!

Có người ngỡ rằng giải thoát sao mà dễ dàng đến thế? Xin thưa đây là một phương pháp có kỹ thuật chặt chẽ chỉ có thực hành đúng hay sai, và nếu hành giả có một trình độ tin nhận, thực hành một ngày cũng như một tháng, một tháng cũng như một năm, một năm cũng như trọn đời. Nếu không bỏ dở thì dù có căn cơ thấp kém cũng quyết định phải được giải thoát, chớ không có nghĩa hên xui may rủi.

c. Cách Xả:

Khi mãn giờ muốn xả thì trước hết khẽ hạ xương sống xuống một chút để cho chân bớt tê nếu có, rồi lôi chân ra và hô hấp trở lại bình thường. Khi hết tê, xoa mạnh hai lòng bàn tay cho thật nóng, áp lên mắt để rút hết những ngưng đọng trong mí mắt lúc mình ngồi. Kế đó xoa sau lưng chỗ hai bên trên hông đít, xoa chẹn vùng phía dưới tim bên phải bên trái, và hai bên mạn sườn; xoa hai bên lỗ tai đến xoa các khớp lác léo; rồi dùng tay mặt xoa lòng bàn chân trái, tay trái xoa lòng bàn chân mặt và giữ yên cho lòng bàn tay, lòng bàn chân sát nhau nửa phút. Xong rồi nằm yên xuống, xương sống giãn ra có hơi kêu, bây giờ bắt đầu xoa bụng nhẹ, từ trên xuống dưới, từ trái qua phải, rồi từ phải qua trái. Hết từ trái qua phải thì dùng tay trái, từ phải qua trái thì dùng tay phải, cho ruột được trở lại ngăn nắp bình thường. Nằm yên độ vài ba phút, rồi ngồi dậy đi tới lui năm bảy bước mới nên nằm ngủ trở lại.

Khi mới xả ra không được ăn uống vật chi chấp bách như nóng quá hay lạnh quá. Nếu uống nước thì thông thả uống từ chút để tránh cho cơ thể bị phản ứng thay đổi đột ngột. Tựa như ô tô chạy đường trường hết nước, muốn cho vào phải chờ nắp thùng máy ra cho máy nguội, nếu không thì phải đổ bằng nước nóng kéo bể bình nước.

4. Vài Vấn Đề Cần Lưu Ý

Giữ Giới: Sau đây là vài điều đạo đức căn bản mà hành giả cần biết để công phu được tiến bộ hoàn hảo.

- a. Không nói láo, nói hai lời.
- b. Không trộm cắp, ăn cướp.
- c. Không tà dâm.
- d. Không sát sanh hay gây tổn hại cho người, vật
- e. Không nghiện ngập: rượu chè, cờ bạc, ma túy
- f. Không đam mê: sách truyện, phim ảnh, âm nhạc.

Ăn Uống: Đối với hàng cư sĩ, chúng ta nên tránh, bớt ăn hay bớt mang vào cơ thể các loại động vật như thịt, cá vì loại thực phẩm này dễ làm tâm động. Lại nữa, thức ăn cần tươi, tinh khiết để có nhiều chất khí tốt. Cần ăn đầy đủ để có đủ sức khỏe. Không nên ăn quá no mỗi bữa và tránh ăn nhiều trong bữa cơm chiều sau 6 giờ tối vì nặng bụng tối khó thiền.

Chỗ tọa thiền và ăn mặc: Nên kiếm chỗ yên tịnh, không có gió lùa, và thoáng khí. Đồ mặc cần thoải mái, ấm áp, không nóng bức hay để lạnh.

5. Tiểu Sử Tác Giả:

Chúng tôi biết rất ít về tác giả, Thiền Sư Thích Minh Thiện. Qua các tác phẩm của Thiền Sư mà chúng tôi được biết, chúng tôi ghi nhận như sau. Trước năm 1975, Thiền Sư tu và ở tại chùa Hội Tông, Phú Định. Tại đây, tác phẩm “*Bồ Đề Quán Tâm Pháp*” đã được ra đời vào năm 1973, sau đó thì “*Vô Niệm Viên Thông Yếu Quyết*” được hoàn thành ngày 01-04-1982. Thiền sư đã viên tịch không biết năm nào và tại đâu.

Chúng tôi hiện nay có duyên may được tiếp xúc với Thiền Sư trong tâm linh và được biết thêm là Thiền Sư sanh năm 1919 quê quán ở Hội An, Đà Nẵng. Vì chuyện này có vẻ ly kỳ và huyền bí, chúng tôi xin được trích dẫn vài bài thơ của Thiền Sư cho chúng tôi gần đây để chứng minh sự kiện này. Chúng tôi đây là những người thành tâm tìm đường tu học giải thoát tâm linh nên rất thành thật và không hề có ý khoe khoang gì hết.

09/16/2008: Lần đầu tiên khi chúng tôi nhận được bài thơ này, chúng tôi nhận ra 4 chữ Vô Niệm Viên Thông trong bài thơ và nghi là của Thầy Thích Minh Thiền nhưng không dám chắc. Sau đó, chúng tôi có những cuộc trắc nghiệm và thầy Thích Minh Thiền đã đến xác định là thầy qua các bài thơ khác.

Vô sanh là chôn con tâm
Niệm phật là lối sửa lầm sửa sai
Viên thông con đạt nay mai
Thông rồi con thẳng bằng lai con về.

12/20/08: Thầy Thích Minh Thiền đến cho chúng tôi bài thơ này, xác định pháp môn và phương pháp.

Vô Niệm Viên Thông pháp khó tâm
Pháp này vốn ở chốn Tây Phương
Niệm phật hỗn độn qui một mối
Bình tâm hành pháp trí an du

01/15/09: Thầy Thích Minh Thiền đến cho bài thơ này và dặn chúng tôi treo tại thiền đường Viên Lưu.

Minh mẫn lo tu nghĩ chữ hòa

Thiền trong trật tự tâm độ tha
Độ người xứ Hoa muốn giải thoát
Chúng sanh nghiệp dữ cứ lòng vòng
Sanh sanh hoá hoá trong động loạn
Về sao cho được nước Tây Phương?
Phật nay Giao Chỉ nay giáng bút
Quốc độ Di Đà nay có lỗi

01/16/09: Thầy Thích Minh Thiền đến cho bài thơ này để trả lời câu hỏi của chúng tôi về thân thể của người.

Hội an quê nhà sinh ra ta
Tuổi còn thơ ấu đã xuất gia
Lộc ơi hỏi gì mà lắm chuyện
Trên đầu Di Đà nhớ gắn ghi
Hai bẩy năm ta vừa lên tám
Sen vàng nở rộ cõi Di Đà
Là đà mây phủ cõi ta bà
Ra đi mà lại nhớ các con.

6. Siêu Trần Toát Yếu trong Vô Niệm Viên Thông Yếu Quyết:

1. BỒN TÁNH:

Bồn tánh vốn không hai,
Không phải không cũng không phải có,
Không phải một cũng không phải nhiều,
Không phải tâm cũng không phải vật,
Không phải tướng cũng không phải tánh,
Bình đẳng vốn như như

2. VẠN PHÁP:

Vạn pháp vốn như huyền
Như gió thổi, như mây bay,
Như tiếng vang, như điện chớp,
Tất cả đều tổ hợp
Tất cả đều vô thường,
Vốn sanh diệt bất tề,
Thân này cũng một pháp
Nên nó cũng như vậy.

3. TRƯỜNG ĐỜI:

Đời là trường thi lớn,
Thi thuận lại thi nghịch,
Cùng chướng ngại lẫn nhau,
Đề cùng nhau giải thoát
Chướng ngại lớn giải thoát sâu,
Không chướng ngại không giải thoát,
Bỏ lại không thuận nghịch,
Chỉ có tâm sáng mê,
Biết rõ được điều này,
Mới có cơ giải thoát.

4. THÂN GIÁC:

Tám thân là vật chất,
Vốn tổ hợp vô thường,
Nguyên lai không hay biết,
Không thể có nhiệm tịnh,
Không thể có phân biệt,
Cũng không tham sân si,
Không đam mê dục lạc,
Vốn tuyệt đối tĩnh chi,

Tùy duyên mà biến khác,
Duyên mê thành trói buộc,
Duyên ngộ thành giải thoát,
Có thân chưa phải lụy,
Lụy tại chỗ có biết,
Nếu đặt sâu thân giác,
Nhất thời thành giải thoát.

5. VỌNG TÂM:

Tâm vọng có bốn phần
Nhìn qua thấy hai nhóm,
Mặc dù trong yên lặng,
Vẫn bàn soạn lao xao,
Hoặc khi cười khi nói,
Không chịu sự kềm chế,
Đó là phần quá khứ,
Hiện tại cũng theo duyên,
Mà không thể tự chủ,
Tâm vọng tựa nước biển,
Khi gặp cơn bão tố,
Sóng cuộn nổi ba đào,
Gió yên sóng tự lặng,
Mặt biển vốn là nước,
Chơn vọng vốn không hai,
Biến hóa thành phân biệt.

6. CHƠN TÂM BỔN TÁNH:

Muốn phát hiện chơn tâm,
Cùng mặt thật bổn tánh,
Phải quét sạch vọng niệm,
Cho tâm thể bình thường,

Trả về với phẳng lặng,
Trong suốt tựa như gương,
Mới viên thành giải thoát.

7. THOÁT TRẦN THĂNG TẮT:

Muốn lên bờ đại giác,
Phải rõ suốt trước sau,
Phải thâm nhuần thân giác,
Chỉ vì thiếu thân giác,
Tâm vọng bám lấy thân,
Mà trở thành trói buộc,
Muốn cởi mở dính mắc,
Cho thân khỏi vọng tâm,
Để thoát vòng trói buộc,
Gấp nổi dậy nghi tình,
Dựa vào điều thân giác,
Lập tức bị rẽ phân,
Tâm vọng liền hóa thoát,
Trọn vẹn cả trước sau,
Là nơi vào chánh giác.

Tác giả THÍCH MINH THIỀN
Viết xong ngày mùng 8 tháng 3
Năm Nhâm Tuất (01-04-1982)