

Những Đóa Hoa Thiền Trong Bát Nhã Tâm Kinh

Thiền Phúc

Bát Nhã là âm của thuật ngữ Prajna từ Phạn ngữ có nghĩa là trí tuệ (ý thức hay trí năng). Có ba loại bát nhã: thật tướng, quán chiếu và văn tự. Bát Nhã còn có nghĩa là thực lực nhận thức rõ ràng sự vật và những nguyên tắc căn bản của chúng cũng như xác quyết những gì còn nghi ngờ. Bát Nhã có nghĩa là cái biết siêu việt. Bát Nhã Ba La Mật Kinh diễn tả chữ “Bát Nhã” là đệ nhất trí tuệ trong hết thảy trí tuệ, không gì cao hơn, không gì so sánh bằng (vô thượng, vô tỷ, vô đẳng). Có ba loại Bát Nhã: Thực tướng bát nhã, Quán chiếu bát nhã, và Phương tiện Bát Nhã. Thực tướng bát nhã là trí huệ đạt được khi đã đáo bỉ ngạn. Quán chiếu bát nhã là phần hai của trí huệ Bát Nhã. Đây là trí huệ cần thiết khi thật sự đáo bỉ ngạn. Phương tiện Bát Nhã hay văn tự Bát nhã. Đây là loại trí huệ hiểu biết chư pháp giả tạm và luôn thay đổi. Đây là trí huệ cần thiết đưa đến ý hướng “Đáo Bỉ Ngạn”. Trong khi Bát Nhã Ba La Mật có nghĩa là quán sát tất cả chư pháp như thật. Trí tuệ khiến chúng sanh có khả năng đáo bỉ ngạn. Trí tuệ giải thoát là ba la mật cao nhất trong sáu ba la mật, là phương tiện chánh để đạt tới niết bàn. Nó bao trùm sự thấy biết tất cả những huyền hoặc của thế gian vạn hữu, nó phá tan bóng tối của si mê, tà kiến và sai lạc. Theo Phật giáo, trí huệ Ba la mật là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta đoạn trừ tận gốc rễ bóng tối của si mê. Trong các phiền não căn bản thì si mê là thứ phiền não có gốc rễ mạnh nhất. Một khi gốc rễ của si mê bị bật tung thì các loại phiền não khác như tham, sân, chấp trước, mạn, nghi, tà kiến, đều dễ bị bật gốc. Nhờ có trí huệ Ba La Mật mà chúng ta có khả năng dạy dỗ và hướng dẫn những chúng sanh si mê. Theo Bát Nhã Tâm Kinh, nếu hành giả chịu quay vào nội tâm và quán chiếu bề sâu của tâm khảm, chú tâm nhận xét một cách khách quan, không liên tưởng đến bản ngã, và chịu trau dồi như vậy trong một thời gian, chúng ta sẽ thấy ngũ uẩn không phải là một thực thể mà là một loạt các tiến trình vật chất và tinh thần. Lúc đó, những đóa hoa Thiền tuyệt vời sẽ nở rộ. Cũng vào lúc đó, chúng ta sẽ không còn lầm lẫn cái bề ngoài với cái thực. Chúng ta sẽ thấy ngũ uẩn phát sinh và biến đi một cách liên tục và nhanh chóng. Chúng luôn luôn biến đổi từng phút từng giây, không bao giờ tĩnh mà luôn động, không bao giờ là thực

thể mà luôn biến hiện. Đức Phật đã dạy trong Kinh Lăng Già: “Như Lai không khác cũng không phải không khác với các uẩn.” Thật vậy, chính trong Bát Nhã Tâm Kinh, Đức Phật bảo ngài Xá Lợi Phất: “Này Xá Lợi Phất! Thế giới hiện tượng hay sắc tướng này là không, và không quả thực là thế giới hiện tượng. Không không khác với thế giới hiện tượng hay Sắc, thế giới hiện tượng hay Sắc không khác với Không. Cái gì là thế giới hiện tượng thì cái đó là Không, cái gì Không thì cái đó là thế giới hiện tượng.” Bất cứ hành giả nào ngộ được “sắc bất dị không, không bất dị sắc; sắc tức thị không, không tức thị sắc; thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy” là đã vượt qua được cửa ải sanh lão bệnh tử. Bất cứ hành giả nào chiếu kiến được ngũ uẩn giai không là đã vượt qua được hết thấy khổ ách trên đời này. Còn bất cứ hành giả nào tu hành với tánh không và cái tâm vô sở đắc, vô quái ngại là đã viễn ly điên đảo mộng tưởng, và đến được cứu cánh Niết Bàn của Tam Thế chư Phật vậy!!!

(A) Sơ Lược Về Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh

I. Tổng Quan Về Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh:

Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh hay gọi tắt là Tâm Kinh, là phần kinh ngắn nhất trong 40 kinh tạo thành Đại Bát Nhã Ba La Mật Đa Kinh. Đây là một trong những kinh văn quan trọng nhất trong Phật giáo Đại thừa. Kinh được nhấn mạnh về tánh không. Kinh thường được các Phật tử tụng thuộc lòng trong các tự viện. Một trong những câu nổi tiếng trong kinh là “Sắc bất dị không, không bất dị sắc” (hình thức chỉ là hư không, hư không chỉ là hình thức), một công thức được lập đi lập lại trong nhà thiền. Bát Nhã Tâm Kinh giải thích hiện tượng không phải là hiện thực, mà chỉ là những ảo giác hay phóng chiếu tinh thần riêng của chúng ta (Bất cứ hiện tượng và sự vật nào tồn hữu trong thế gian này đều không có thực thể, do đó không hề có cái gọi là “ngã”). Chính vì thế mà người tu tập phải xem xét những hoạt động tinh thần của hiện tượng sao cho tinh thần được trống rỗng, cởi bỏ và lắng đọng. Bát Nhã mà chúng ta muốn nói ở đây là loại ánh sáng trí tuệ của bỉ ngạn. Đây là loại trí tuệ phi thường mà chúng ta không thể nào có được bằng con đường lý luận hoặc theo kiểu thông minh của thường tình bởi vì chúng ta không thể nào lý luận cái đẹp siêu việt và toàn thiện của Bát Nhã

bằng trí óc phạm phạm hạn hẹp với một cái tâm còn nhiều xao xuyên bởi những tài, sắc, danh, thực, thù, cũng như được mất, hơn thua, chê khen, vân vân. Ngược lại, con đường duy nhất mà chúng ta có thể đạt được là con đường thể nghiệm và tu tập hằng ngày của chính bản thân mình mà thôi. Toàn bộ văn kinh của Bát Nhã Ba La Mật có nghĩa là “trí huệ đáo bỉ ngạn.” Kinh được Ngài Huyền Trang dịch sang Hán tự.

II. Văn Bản Bát Nhã 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, tưởng, 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, tưởng, hành, thức, vô nhân, nhĩ, tử, thiệt, thân, ý; vô sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp; vô nhân 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 thân chú, thị đại minh chú, thị vô thượng chú, thị vô đẳng đẳng chú, năng trừ nhưt thiết khổ, chơn thiệt 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!”

(B) Những Đóa Hoa Thiên Trong Bát Nhã Tâm Kinh

I. Những Đóa Hoa Thiên Về Tánh Không Trong Bát Nhã Tâm Kinh:

Ý Nghĩa Của Không Trong Phật Giáo: Chúng ta có thể diễn giải chữ “Không” trong Phật giáo như là một lớp hư không có hai tánh chất sáng và chất tối. Hư không này là khoảng hư không đang hiện ra trước mắt bạn. Tuy nhiên, còn có một thứ hư không khác vốn chỉ là tính

lặng, không có ngăn ngại khi tiếp xúc. Trong chương này, chúng ta chỉ bàn luận về cái “Hư Không” với nghĩa “Tĩnh Lặng” hay “Trống rỗng” mà thôi. Không được dùng trong nghĩa phủ định hay phủ nhận: không, đừng. Không có nghĩa là “Bất” hay “Phi,” thí dụ như Bất nhị, Phi không, vân vân. Trong Trung Quán Luận, Ngài Long Thọ nói: “Người nào hòa hợp cùng tánh không, hòa hợp cùng vạn pháp.” Theo chân lý tương đối thì tất cả các sự vật đều hiện hữu, nhưng trong chân lý tuyệt đối thì không có gì hiện hữu cả; trong chân lý tuyệt đối, người ta thấy rằng tất cả các sự vật đều không có tự tính, nhưng trong chân lý tương đối có một sự nhận thức chỗ nào không có tự tính. Lấy thí dụ như cái bàn chẳng hạn, nếu bạn muốn tìm kiếm cái vật thể mà bạn đang để tay trên đó để khám phá xem nó thật sự là cái gì trong các phần, hoặc phần này là cái bàn, hay phần kia là cái bàn, thì sẽ không có bất cứ điều gì có thể tìm thấy được là cái bàn cả vì cái bàn là một cái gì đó mà nếu tìm kiếm bằng phân tích sẽ không thể thấy được. Nếu chúng ta dựa vào thực tại tuyệt đối hoặc tánh không của một “cái bàn” chẳng hạn là nền tảng và tìm kiếm xem nó có thể tìm được không, thì nó sẽ trở thành chân lý quy ước theo nghĩa chính nó là nền tảng đó. Trong mối tương quan với “cái bàn”, tánh không của nó là một chân lý tuyệt đối, nhưng trong tương quan với thực tại của chính nó, có nghĩa là thực tại của thực tại, thì đó là chân lý quy ước. Theo chân lý tương đối thì tất cả các sự vật đều hiện hữu, nhưng trong chân lý tuyệt đối thì không có gì hiện hữu cả; trong chân lý tuyệt đối, người ta thấy rằng tất cả các sự vật đều không có tự tính, nhưng trong chân lý tương đối có một sự nhận thức chỗ nào không có tự tính. Lấy thí dụ như cái bàn chẳng hạn, nếu bạn muốn tìm kiếm cái vật thể mà bạn đang để tay trên đó để khám phá xem nó thật sự là cái gì trong các phần, hoặc phần này là cái bàn, hay phần kia là cái bàn, thì sẽ không có bất cứ điều gì có thể tìm thấy được là cái bàn cả vì cái bàn là một cái gì đó mà nếu tìm kiếm bằng phân tích sẽ không thể thấy được. Nếu chúng ta dựa vào thực tại tuyệt đối hoặc tánh không của một “cái bàn” chẳng hạn là nền tảng và tìm kiếm xem nó có thể tìm được không, thì nó sẽ trở thành chân lý quy ước theo nghĩa chính nó là nền tảng đó. Trong mối tương quan với “cái bàn”, tánh không của nó là một chân lý tuyệt đối, nhưng trong tương quan với thực tại của chính nó, có nghĩa là thực tại của thực tại, thì đó là chân lý quy ước. Nếu bạn tiếp tục duy trì và phát huy ý tưởng tính phi hiện hữu của cái bàn, thì dần dần bạn sẽ có khả năng khẳng

định được tánh không của nó. Dù lúc ban đầu đối tượng cái bàn vẫn tiếp tục xuất hiện trong tâm bạn, nhưng với sự tập trung vào tánh không, đối tượng sẽ biến mất. Rồi nhờ vào sự quán sát tánh không của đối tượng, khi đối tượng tái trình hiện, bạn sẽ có khả năng duy trì ý tưởng là đối tượng không tồn tại theo như vẻ bên ngoài của nó.

Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng chữ “không” ở đây không đồng nghĩa với chữ “không” mà chúng ta dùng thường ngày. Chữ “không” ở đây vượt lên khỏi ý niệm bình thường. “Không” không có nghĩa là không hiện hữu, mà là không có thực tánh. Để tránh lầm lẫn, các Phật tử thường dùng từ “Chân không” để chỉ cái không không có thực tánh này. Thật ra, ý nghĩa chữ “không” trong Phật giáo rất sâu sắc, tinh tế và khó hiểu bởi vì theo lời Đức Phật dạy, không chỉ không có sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp mà các hiện tượng hiện hữu là tùy duyên. Đức Phật muốn nhấn mạnh đến “không” như sự rời bỏ những chấp thủ và tà kiến. Theo Phật giáo, “không” còn phải được hiểu như là “vô ngã.” Tuy nhiên, trong hầu hết kinh điển, Đức Phật luôn giảng về “vô ngã” hơn là “tánh không” bởi vì nghĩa của “tánh không” rất trừu tượng và khó hiểu. Theo kinh Tiểu Không và Đại Không, Đức Phật bảo A Nan là Ngài thường an trú trong cảnh giới an tịnh của “không.” Khi ngài A Nan thỉnh cầu Phật làm rõ nghĩa của sự an tịnh nơi tánh không thì Đức Phật giải thích: “Sự giải thoát nơi tánh không có nghĩa là sự giải thoát qua trí tuệ về vô ngã.” Thật vậy, ngài Phật Âm đã khẳng định: “Ngay trong tu tập thiền định, ‘không’ và ‘vô ngã’ là hai khái niệm không thể tách rời. Quán chiếu về ‘tánh không’ không gì khác hơn là quán chiếu về ‘vô ngã.’”

Chữ Không trong Phật giáo có nghĩa là pháp không có thực hữu nội tại, không có bản chất thường hằng. Những gì hiện hữu đều có điều kiện, và có liên quan với những yếu tố khác. *Thứ nhất là Nhân không:* Một người không có có thực hữu nội tại, kỳ thật người ấy là sự duyên hợp của ngũ uẩn. *Thứ nhì là Pháp không:* Vạn hữu không có thực hữu nội tại, mà chúng là sự phối hợp của nhiều yếu tố nhân duyên. Không còn có nghĩa là “Hư” hay “Vô,” thí dụ như Hư vân, Vô úy, vân vân. Không là không có thật. Không là trống không. Không còn có nghĩa là không có thể tánh. Tất cả các sự vật trong tam giới đều không phải là thật. Không là sự trống rỗng không có gì. Phật Giáo Đại Thừa thường được đồng nhất hóa với triết học “Không Tánh,” điều này đúng về mặt nó phủ nhận cái lý thuyết về bản thể mà các trường phái duy thực của

Phật giáo chủ trương, nhưng chúng ta phải nhớ rằng Đại Thừa có cái khía cạnh tích cực của nó luôn luôn kèm theo với học thuyết Không Tánh của nó. Khía cạnh tích cực này gọi là học thuyết như như hay như thị. Kinh Lăng Già luôn cẩn thận làm cân bằng Tánh Không với Như Như, hay cẩn thận nhấn mạnh rằng khi thế giới được nhìn như là “không,” thì nó được người ta nắm bắt về cái như như của nó. Dĩ nhiên một học thuyết như thế này vượt qua cái nhìn luận lý được đặt căn bản trên sự nhận biết suy diễn vì nó thuộc phạm vi của trực giác mà theo thuật ngữ của Kinh Lăng Già, nó là sự thể chứng cái trí tuệ tối thượng trong tâm thức.

Theo Tam Luận Tông trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo của Giáo Sư Junjiro Takakusu, “Không” hiểu theo Tam Luận Tông về mặt tiêu cực, ‘Sunya’ có nghĩa là ‘Không,’ nhưng về mặt tích cực nó có nghĩa là ‘Duyên Sinh,’ hay viển ly thực tại tự hữu, hay viển ly tự tánh như thế “Sunyata” là vô thể đồng thời là duyên sinh, nghĩa là pháp chỉ có duyên khởi. Hình như quan niệm về duyên khởi này được truyền bá rất mạnh ở Trung Quán Ấn Độ. Về phía Trung Hoa, Tam Luận Tông cũng vậy, chữ ‘Duyên hội’ là đồng nghĩa với ‘Trung đạo,’ ‘vô tự tánh’ ‘pháp tự tánh’ và ‘Không.’ Duyên khởi cũng được gọi là ‘tánh không.’ Danh từ ‘Không’ không hoàn toàn thích hợp và thường bị lầm lẫn, nhưng nếu chúng ta tìm một danh từ khác, thì lại không có chữ nào đúng hơn. Rốt cuộc, không một ý niệm nào được thiết lập bằng biện chứng pháp. Nó vô danh và vô tướng. Đó chỉ là sự phủ định một thực tại tự hữu hay phủ định cá tính đặc hữu. Ngoài sự phủ định, không có gì khác. Hệ thống Tam Luận Tông do đó là một phủ định luận, lý thuyết về sự tiêu cực. Vạn hữu đều không có thực tại tính tự hữu, nghĩa là chúng chỉ hiện hữu tương quan, hay tương quan tính theo nghĩa bất thực trên cứu cánh, nhưng lại thực ở hiện tượng.

Theo Hữu Bộ, học thuyết Không không phải không tán thành lý duyên khởi vì hiện hữu ở tục đế thuộc tổ hợp nhân quả, và nó cũng không loại bỏ nguyên lý luân hồi, vì cần phải có nó để giải thích trạng thái biến hành sinh động. Chúng ta thấy rằng Hữu Bộ công nhận cả ba giới hệ của thời gian đều thực hữu và tất cả các pháp cũng thực hữu trong mọi khoảnh khắc. Thành Thật Tông chống lại chủ trương này, Thành Thật luận chủ trương hư vô, thừa nhận chỉ có hiện tại là thực hữu còn quá khứ và vị lai thì vô thể. Như tất cả các tông phái Đại Thừa khác, tông này thừa nhận cái Không của tất cả các pháp (sarva-

dharmasunyata), kể cả ngã không (pudgala-sunyata). Thêm nữa, nó thừa nhận có hai chân lý: chân đế và tục đế. Đây là lý do chính yếu khiến Thành Thật tông trong một thời gian dài được xem là thuộc Đại Thừa ở Trung Hoa. Theo Hán văn, ‘Sunyata’ có nghĩa là ‘Không,’ nó bao hàm tất cả những giai đoạn thiết yếu của ý nghĩa: Đản không hay thiên không; Vô tự tánh, tự tánh không, hay vô tự tướng; không trong ý nghĩa cao nhất hay ‘không’ siêu việt; và Thắng nghĩa ‘Không’ hay đệ nhất nghĩa đế ‘không’. Gốc tiếng Phạn của “Tánh không” là “Sunyata.” “Sunya” lấy từ gốc chữ “svi” có nghĩa là phồng lên. Theo Edward Conze trong Tinh Hoa và Sự Phát Triển của Đạo Phật, trong quá khứ xa xưa, tổ tiên chúng ta với một bản năng tinh tế về bản chất biện chứng của thực tại, thường được dùng cùng một động từ gốc để định nghĩa hai phương diện đối nghịch của một cục diện. Họ đặc biệt ý thức về tánh đồng nhất của những đối nghịch, cũng như về đối tính của chúng.

Sự Phát Triển Tánh Không Trong Kinh Đại Bát Nhã: Kinh Đại Bát Nhã thuyết về triết lý căn bản Đại Thừa và Lục Ba La Mật. Người ta nói rằng Phật đã thuyết Kinh này cho 16 chúng hội ở bốn nơi khác nhau: Linh Thứu Sơn, Thành Xá Vệ, Cung trời Tha Hóa Tự Tại, và Trúc Lâm Tịnh Xá. Kinh gồm 600 quyển được Ngài Trần Huyền Trang dịch sang Hoa Ngữ vào thời nhà Đường. Một trong những câu nổi tiếng nhất của bộ kinh là "Sắc tức thị không, không tức thị sắc." Nói cách khác, không hề có sự khác biệt giữa đệ nhất nghĩa đế và thế tục đế. Nếu tánh không là hoàn toàn không thì thật là vô nghĩa. Do đó, giai đoạn cuối cùng, Tánh Không nghĩa là phương tiện của của tục đế và chân đế. Nói cách khác, mặc dù tục đế là hữu vi nhưng lại cần thiết cho việc đạt đến chân đế và Niết Bàn. Tất cả các pháp hiện tượng là không, nhưng vẫn từ các pháp ấy mà giác ngộ. Theo Đại Bát Nhã Ba La Mật Đa Kinh, trung tâm cốt lõi của văn học kinh điển Bát Nhã đã giải thích xuất sắc ý nghĩa này với câu: “Sắc chẳng khác không, không chẳng khác sắc.” Tục đế không phải là vô dụng trong việc đạt đến giác ngộ, cũng không phải là không có mối quan hệ giữa tục đế và chân đế. Vì thế, Bát Nhã là bản chất của chân trí, thấy các pháp như thật, từ đó ‘Bồ Tát tự tại, không chướng ngại, không sợ hãi, vượt qua các vọng tưởng điên đảo’ để ngài ung dung tự tại bước vào thế gian ban pháp thoại về ‘Tánh Không’ cho tất cả chúng sanh. Khái niệm Tánh Không trong kinh điển Bát Nhã đã mở cho chúng ta thấy trong kinh điển Pali,

khái niệm ‘Không’ được mô tả đơn giản với ý nghĩa thực tại hiện tượng là không, chứ không nói về bản thể như Tánh Không trong văn học Bát Nhã. Nói cách khác, khái niệm ‘Không’ trong kinh điển Pali nghiêng về lãnh vực không là vô ngã, cho tới khi có sự xuất hiện và phát triển của Đại Thừa, đặc biệt văn học Bát Nhã, lãnh vực vô ngã được chia làm hai phần: ngã không và pháp không, nghĩa là từ chủ thể đến khách thể, từ sáu căn đến sáu trần, từ sự khẳng định của sanh hoặc không sanh đến sự phủ định của sanh hoặc không sanh... đều trống không. Cũng có thể nói rằng, khái niệm không trong kinh điển nguyên thủy là nền tảng cho sự phát triển Tánh Không trong văn học Bát Nhã.

Sự Liên Hệ Giữa Tánh Không Và Bát Nhã: Trong Phật giáo, tánh không hàm ý chư pháp không có thực hữu nội tại, không có bản chất thường hằng. Những gì hiện hữu đều có điều kiện, và có liên quan với những yếu tố khác. Trong Trung Quán Luận, Ngài Long Thọ nói: “Người nào hòa hợp cùng tánh không, hòa hợp cùng vạn pháp.” Chữ “không” ở đây không đồng nghĩa với chữ “không” mà chúng ta dùng thường ngày. Chữ “không” ở đây vượt lên khỏi ý niệm bình thường. “Không” không có nghĩa là không hiện hữu, mà là không có thực tánh. Để tránh lầm lẫn, các Phật tử thường dùng từ “Chân không” để chỉ cái không không có thực tánh này. Thật ra, ý nghĩa chữ “không” trong Phật giáo rất sâu sắc, tinh tế và khó hiểu bởi vì theo lời Đức Phật dạy, không chỉ không có sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp mà các hiện tượng hiện hữu là tùy duyên. Đức Phật muốn nhấn mạnh đến “không” như sự rời bỏ những chấp thủ và tà kiến. Như trên đã nói, Bát Nhã là âm của thuật ngữ Prajna từ Phạn ngữ có nghĩa là trí tuệ (ý thức hay trí năng). Bát Nhã còn có nghĩa là thực lực nhận thức rõ ràng sự vật và những nguyên tắc căn bản của chúng cũng như xác quyết những gì còn nghi ngờ. Bát Nhã có nghĩa là cái biết siêu việt. Bát Nhã Ba La Mật Kinh diễn tả chữ “Bát Nhã” là đệ nhất trí tuệ trong hết thảy trí tuệ, không gì cao hơn, không gì so sánh bằng (vô thượng, vô tỷ, vô đẳng). Có ba loại Bát Nhã: Thực tướng bát nhã, Quán chiếu bát nhã, và Phương tiện Bát Nhã. Thực tướng bát nhã là trí huệ đạt được khi đã đáo bỉ ngạn. Quán chiếu bát nhã là phần hai của trí huệ Bát Nhã. Đây là trí huệ cần thiết khi thật sự đáo bỉ ngạn. Phương tiện Bát Nhã hay văn tự Bát nhã. Đây là loại trí huệ hiểu biết chư pháp giả tạm và luôn thay đổi. Đây là trí huệ cần thiết đưa đến ý hướng “Đáo Bỉ Ngạn”. Chính Bát Nhã đặt những bàn tay của nó lên “Tánh Không,” hay “Chơn Như,” hay “Tự

Tánh.” Và bàn tay này không đặt lên cái mà nó hình như hiện hữu. Điều này rõ ràng phát sinh từ cái mà chúng ta đã nói quan hệ đến những sự việc tương đối. Cho rằng tự tánh ở bên kia lãnh vực ngữ trị của thế giới tương đối, sự nắm lấy nó bằng Bát Nhã không thể có nghĩa theo nghĩa thông thường của thuật ngữ này. Nắm lấy mà không phải là nắm lấy, sự xác quyết không thể tránh được nghịch lý. Theo thuật ngữ Phật giáo, sự nắm lấy này có hiệu quả bằng sự không phân biệt, nghĩa là bằng sự phân biệt có tính cách không phân biệt. Cái quá trình đột nhiên, gián đoạn, nó là một hành động của tâm, nhưng hành động này, dù rằng không phải là không có ý thức, phát sinh từ chính tự tánh, tức là Vô Niệm. Trong khi đó, gốc tiếng Phạn của “Tánh không” là “Sunyata.” “Sunya” lấy từ gốc chữ “svi” có nghĩa là phòng lên. Chữ pháp không có thực hữu nội tại, không có bản chất thường hằng, không có thứ gì có thực tánh của chính nó. Những gì hiện hữu đều có điều kiện, và có liên quan với những yếu tố khác. Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng dạy: “Nầy thiện tri thức! Trí tuệ quán chiếu, trong ngoài sáng suốt, biết bốn tâm mình, nếu biết bốn tâm tức là gốc của sự giải thoát. Nếu được giải thoát tức là Bát Nhã Tam Muội, tức là Vô Niệm. Sao gọi là vô niệm? Nếu thấy tất cả pháp mà tâm không nhiễm trước ấy là vô niệm, dụng tức khắp tất cả chỗ, cũng không dính mắc tất cả chỗ, chỉ thanh tịnh nơi bốn tâm khiến sáu thức ra sáu cửa đối trong sáu trần không nhiễm, không tạp, đi lại tự do, thông dụng không kẹt, tức là Bát Nhã Tam Muội, tự tại giải thoát gọi là vô niệm hạnh. Nếu trảm vật chẳng nghĩ, chính khi đó khiến cho niệm bật đi, ấy là pháp phước, ấy gọi là biên kiến. Theo Truyền Đăng Lục, quyển IX: Một ngày, Triệu Châu đến tham kiến Đại Từ, Triệu Châu hỏi Đại Từ: “Thể của Bát Nhã là gì?” Đại Từ lặp lại câu hỏi: “Thể của Bát Nhã là gì?” Tức thì Triệu Châu cười lớn và bỏ đi. Một hôm sau, Đại Từ thấy Triệu Châu đang quét sân, Đại Từ hỏi: “Thể của Bát Nhã là gì?” Triệu Châu liệng cây chổi, cười lớn và bỏ đi. Đại Từ liền trở về phương trượng. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng Bát Nhã là chân lý tối thượng phải được kinh nghiệm chứ không phải dành cho sự phân tích suông của trí thức hay từ biên kiến của từng cá nhân.

Tánh Không Của Vạn Hữu Trong Bát Nhã Tâm Kinh: Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh hay gọi tắt là Tâm Kinh, là phần kinh ngắn nhất trong 40 kinh tạo thành Đại Bát Nhã Ba La Mật Đa Kinh. Đây là một trong những kinh văn quan trọng nhất trong Phật giáo Đại thừa.

Kinh được nhấn mạnh về tánh không. Hiểu biết về tánh không của vạn hữu là sự hiểu biết chơn chánh về tánh không của ngũ uẩn, không phải vì chúng là ngũ uẩn, mà vì bản chất thật của vạn pháp là không. Theo Bát Nhã Tâm Kinh, “Ngài Quán Tự Tại Bồ Tát quán ngũ uẩn giai không, độ nhất thiết khổ ách.” Theo Phật giáo Tiểu Thừa, ngã là sự kết hợp của ngũ uẩn hay nhiều vật chất hợp lại mà thành, nên không thật (đây là cái không tương đối). Theo Phật giáo Đại Thừa, vạn hữu giai không, từ bản chất đã là không (đây là cái không tuyệt đối). Bát Nhã Tâm Kinh giải thích hiện tượng không phải là hiện thực, mà chỉ là những ảo giác hay phóng chiếu tinh thần riêng của chúng ta (Bất cứ hiện tượng và sự vật nào tồn hữu trong thế gian này đều không có thực thể, do đó không hề có cái gọi là “ngã”). Chính vì thế mà người tu tập phải xem xét những hoạt động tinh thần của hiện tượng sao cho tinh thần được trống rỗng, cởi bỏ và lắng đọng. Bát Nhã mà chúng ta muốn nói ở đây là loại ánh sáng trí tuệ của bỉ ngạn. Đây là loại trí tuệ phi thường mà chúng ta không thể nào có được bằng con đường lý luận hoặc theo kiểu thông minh của thường tình bởi vì chúng ta không thể nào lý luận cái đẹp siêu việt và toàn thiện của Bát Nhã bằng trí óc phàm phu hạn hẹp với một cái tâm còn nhiều xao xuyến bởi những tài, sắc, danh, thực, thù, cũng như được mất, hơn thua, chê khen, vãn vãn. Ngược lại, con đường duy nhất mà chúng ta có thể đạt được là con đường thể nghiệm và tu tập hằng ngày của chính bản thân mình mà thôi.

II. Những Đóa Hoa Thiên Về Sắc Không:

Tính vật thể gồm bốn yếu tố, rắn, lỏng, nhiệt và di động; các giác quan và đối tượng của chúng. Hình tướng của vật chất. Có nhiều loại sắc (vật chất, hình thể, hay hình dáng vật thể. Nội sắc (những căn của giác quan như nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân). Ngoại sắc (những trần cảnh bên ngoài như màu sắc, âm thanh, mùi thơm, hương vị, sự xúc chạm). Khả kiến hữu đối sắc (các sắc trần, trắng, xanh, vàng, đỏ, v.v.). Bất khả kiến hữu đối sắc (thanh, hương, vị, xúc). Bất khả kiến vô đối sắc (những vật thể trừu tượng). Sắc là hình thể, nhưng thường dùng theo nghĩa thể chất, có một vị trí trong không gian, và ngăn ngại với những hình thể khác. Vậy, sắc có thể tích, do đó có hạn cuộc, bị tùy thuộc. Sắc phát hiện khi hội đủ những nhân duyên nào đó, và tùy những nhân duyên ấy mà trụ một thời gian, rồi tiêu diệt mất. Sắc vốn vô

thường, lệ thuộc, hư giả, tương đối, nghịch đảo và sai biệt. Có hình tướng thì gọi là sắc. Sắc cũng có nghĩa là đủ thứ sắc đẹp, hay loại nhan sắc khiến cho chúng ta mờ mịt. Thói thường mà nói, mắt thấy sắc thường bị sắc trần mê hoặc, tai nghe âm thanh thì bị thanh trần mê hoặc, mũi ngửi mùi thì bị hương trần mê hoặc, lưỡi nếm vị thì bị vị trần mê hoặc, thân xúc chạm thì bị xúc trần mê hoặc. Trong Đạo Đức Kinh có dạy: “Ngũ sắc linh nhân mục manh; ngũ âm linh nhân nhĩ lung; ngũ vị linh nhân khẩu sảng”, có nghĩa là năm sắc khiến mắt người ta mù, năm âm khiến tai người ta điếc, và năm vị khiến lưỡi người ta đờ. Những thứ này đều do bởi sắc uẩn mê hoặc. Chính vì vậy mà trong Bát Nhã Tâm Kinh, Đức Phật dạy: “Nếu chúng ta khiến được cho sắc uẩn là không thì bên trong không có tâm, bên ngoài không có hình tướng, xa gần không có vật thể.” Nếu chúng ta làm được như lời Phật dạy thì chúng ta không còn gì nữa để mà chấp trước, tức là giải thoát rồi vậy.

Kinh điển Pali đã tuyên bố sáu căn, sáu trần và sáu thức cũng như năm uẩn đều là không tánh như sau: “Mắt là không phải ngã và bất cứ cái gì thuộc về ngã; sắc không phải là ngã và bất cứ cái gì thuộc về ngã; thức không phải là ngã và bất cứ cái gì thuộc về ngã.” Trong Bát Nhã Tâm Kinh, Đức Phật bảo ngài Xá Lợi Phất: “Này Xá Lợi Phất! Thế giới hiện tượng hay sắc tướng này là không, và không quả thực là thế giới hiện tượng. Không không khác với thế giới hiện tượng hay Sắc, thế giới hiện tượng hay Sắc không khác với Không. Cái gì là thế giới hiện tượng thì cái đó là Không, cái gì Không thì cái đó là thế giới hiện tượng.” Tâm Kinh giải thích ý niệm Tánh Không rộng ra như sau: “Sắc chẳng khác với không,” hoặc “Không chẳng khác với sắc” và “Tánh không của chư pháp không sanh không diệt, không nhiễm, không tịnh, không tăng, không giảm,” nghĩa là sắc không có bản chất của chính nó, nó sanh khởi là do duyên sanh, do đó sắc là không hoặc đồng nghĩa với không. Như vậy, khách thể, chủ thể và thức đều tùy thuộc lẫn nhau. Thực tế của cái này là phụ thuộc vào cái khác; nếu cái này giả thì những cái khác cũng là giả. Chủ thể nhận thức và ý thức của khách thể bên ngoài hẳn cũng là giả. Vì vậy, khi một người nhận thức bên trong hoặc bên ngoài đều là vọng tưởng, thì sẽ thấy không có gì cả, tạo tác và hủy diệt, nhiễm và tịnh, tăng và giảm... Do thế, nói rằng “Tánh không của chư pháp không sanh, không diệt, không nhiễm, không tịnh, không tăng, không giảm.” Tuy nhiên, trên thực tế chúng ta không thể nói rằng một pháp vừa là thật và đồng thời vừa là không

thật. Ở đây tánh không phải được định nghĩa như lý duyên khởi. Có sự liên hệ mật thiết tồn tại giữa lý duyên khởi và tánh không. Cái này bao hàm cái kia, cả hai không thể tách rời nhau. Tánh không là hệ quả hợp lý của quan điểm của Đức Phật về lý duyên khởi. Tánh không là chủ đề trung tâm của hệ thống triết học Đại Thừa. Từ này được dùng trong hệ thống Bát Nhã Ba La Mật để chỉ một trạng thái nơi mà tất cả các chấp thủ được xem như bản chất thật của hiện tượng là hoàn toàn bị chối bỏ. Nói cách khác, nếu chúng ta biết chư pháp thường không có tướng cố định là chúng ta gieo được chủng tử tuệ giác như Kinh Diệu Pháp Liên Hoa dạy: “Biết chư pháp không có tướng cố định thường hằng, hạt giống về Phật tánh sẽ sanh khởi.”

Theo kinh Vô Ngã Tướng, Đức Phật dạy: “Này các Tỳ Kheo, sắc không phải là ngã. Vì này các Tỳ Kheo, nếu sắc là ngã, thì thân này sẽ không bị bệnh và chúng ta có thể nói ‘ước mong sắc của ta được như vậy, ước mong sắc của ta không phải như vậy. Nhưng vì này các Tỳ Kheo, sắc thân không phải là Ngã cho nên thân này bị bệnh và chúng ta không thể nói ‘ước mong cho sắc của ta được như vậy, hay ước mong cho sắc ta không phải như vậy. Lại nữa này các Tỳ Kheo, các ông nghĩ thế nào? Sắc là thường hay vô thường?’ Bạch Đức Thế Tôn: “Sắc là vô thường.” “Cái gì vô thường thì tạo khổ đau hay lạc thú?” Bạch Đức Thế Tôn: “Nó tạo khổ đau.” Vậy cái gì vô thường, khổ đau, chịu sự biến hoại thì có thể nào suy nghĩ theo cách này: “Cái này là của tôi, cái này là tự ngã của tôi, được chăng?” Bạch Đức Thế Tôn: “Không thể như vậy được.” Như vậy bằng phương pháp phân tích, Đức Phật đã nhìn nhận sự hiện diện của khổ đau trên đời này. Ngài cho thấy rằng luyến ái mọi vật mà không có chánh kiến về thực chất của chúng là nguyên nhân của khổ đau. Tánh vô thường và biến đổi vốn có sẵn trong bản chất của vạn hữu. Đây là bản chất của chúng ta và đây là chánh kiến. Nếu chúng ta không chấp nhận điều này, chắc chắn chúng ta sẽ gặp nhiều điều xung đột mâu thuẫn vì chúng ta không thể nào thay đổi được bản chất của vạn hữu và kết quả là ‘niềm hy vọng xa dần khiến cho chúng ta đau khổ. Vậy giải pháp duy nhất là ở chỗ phải điều chỉnh quan điểm của chính mình.

Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Có người mắt lành nhìn lên hư không, lúc đầu không thấy chi. Sau đó mắt mỏi, thấy các hoa đốm nháy rồi rít lẳng xăng ở giữa hư không. Sắc âm cũng vậy. Ông A Nan! Các hoa đốm đó chẳng phải từ hư không mà

đến, cũng chẳng phải từ con mắt mà ra.” Theo Thiền sư Tăng Xán trong Tín Tâm Minh, không trú ở nơi nào nhưng trú ở khắp nơi. Mười phương đang ở ngay trước mặt bạn. Cái nhỏ nhất cũng giống như cái lớn nhất nơi mà vô minh bị đoạn tận. Cái lớn nhất cũng giống như cái nhỏ nhất, không còn thấy biên giới nữa. Sự hiện hữu đúng là trống rỗng (Sắc là Không). Sự trống rỗng đúng là sự hiện hữu (Không là Sắc). Nếu nó không giống như thế thì bạn không nên duy trì nó. Nói rõ ra, trong Bát Nhã Tâm Kinh, Đức Phật bảo ngài Xá Lợi Phất: “Này Xá Lợi Phất! Thế giới hiện tượng hay sắc tướng này là không, và không quả thực là thế giới hiện tượng. Không không khác với thế giới hiện tượng hay Sắc, thế giới hiện tượng hay Sắc không khác với Không. Cái gì là thế giới hiện tượng thì cái đó là Không, cái gì Không thì cái đó là thế giới hiện tượng.” Theo Thiền sư Tăng Xán trong Tín Tâm Minh, không trú ở nơi nào nhưng trú ở khắp nơi. Mười phương đang ở ngay trước mặt bạn. Cái nhỏ nhất cũng giống như cái lớn nhất nơi mà vô minh bị đoạn tận. Cái lớn nhất cũng giống như cái nhỏ nhất, không còn thấy biên giới nữa. Sự hiện hữu đúng là trống rỗng (Sắc là Không). Sự trống rỗng đúng là sự hiện hữu (Không là Sắc). Nếu nó không giống như thế thì bạn không nên duy trì nó. Bất cứ hành giả nào ngộ được “sắc bất dị không, không bất dị sắc; sắc tức thị không, không tức thị sắc; thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy” là đã vượt qua được cửa ải sanh lão bệnh tử.

III. Ngũ Uẩn Giai Không:

Theo Bát Nhã Tâm kinh, bất cứ hành giả nào chiếu kiến được ngũ uẩn giai không là đã vượt qua được hết thủy hỏa ách trên đời này. Kinh điển Pali đã tuyên bố sáu căn, sáu trần và sáu thức cũng như năm uẩn đều là không tánh như sau: “Mắt là không phải ngã và bất cứ cái gì thuộc về ngã; sắc không phải là ngã và bất cứ cái gì thuộc về ngã; thức không phải là ngã và bất cứ cái gì thuộc về ngã.” Trong Bát Nhã Tâm Kinh, Đức Phật bảo ngài Xá Lợi Phất: “Này Xá Lợi Phất! Thế giới hiện tượng hay sắc tướng này là không, và không quả thực là thế giới hiện tượng. Không không khác với thế giới hiện tượng hay Sắc, thế giới hiện tượng hay Sắc không khác với Không. Cái gì là thế giới hiện tượng thì cái đó là Không, cái gì Không thì cái đó là thế giới hiện tượng.” Tâm Kinh giải thích ý niệm Tánh Không rộng ra như sau: “Sắc chẳng khác với không,” hoặc “Không chẳng khác với sắc” và “Tánh

không của chư pháp không sanh không diệt, không nhiễm, không tịnh, không tăng, không giảm,” nghĩa là sắc không có bản chất của chính nó, nó sanh khởi là do duyên sanh, do đó sắc là không hoặc đồng nghĩa với không. Như vậy, khách thể, chủ thể và thức đều tùy thuộc lẫn nhau. Thực tế của cái này là phụ thuộc vào cái khác; nếu cái này giả thì những cái khác cũng là giả. Chủ thể nhận thức và ý thức của khách thể bên ngoài hẳn cũng là giả. Vì vậy, khi một người nhận thức bên trong hoặc bên ngoài đều là vọng tưởng, thì sẽ thấy không có gì cả, tạo tác và hủy diệt, nhiễm và tịnh, tăng và giảm... Do thế, nói rằng “Tánh không của chư pháp không sanh, không diệt, không nhiễm, không tịnh, không tăng, không giảm.” Tuy nhiên, trên thực tế chúng ta không thể nói rằng một pháp vừa là thật và đồng thời vừa là không thật. Ở đây tánh không phải được định nghĩa như lý duyên khởi. Có sự liên hệ mật thiết tồn tại giữa lý duyên khởi và tánh không. Cái này bao hàm cái kia, cả hai không thể tách rời nhau. Tánh không là hệ quả hợp lý của quan điểm của Đức Phật về lý duyên khởi.

Theo quan điểm Kinh điển Đại Thừa, tánh không là chủ đề trung tâm của hệ thống triết học Đại Thừa. Từ này được dùng trong hệ thống Bát Nhã Ba La Mật để chỉ một trạng thái nơi mà tất cả các chấp thủ được xem như bản chất thật của hiện tượng là hoàn toàn bị chối bỏ. Nói cách khác, nếu chúng ta biết chư pháp thường không có tướng cố định là chúng ta gieo được chủng tử tuệ giác như Kinh Diệu Pháp Liên Hoa dạy: “Biết chư pháp không có tướng cố định thường hằng, hạt giống về Phật tánh sẽ sanh khởi.” Trong Bát Nhã Tâm Kinh, Đức Phật bảo ngài Xá Lợi Phất: “Này Xá Lợi Phất! Thế giới hiện tượng hay sắc tướng này là không, và không quả thực là thế giới hiện tượng. Không không khác với thế giới hiện tượng hay Sắc, thế giới hiện tượng hay Sắc không khác với Không. Cái gì là thế giới hiện tượng thì cái đó là Không, cái gì Không thì cái đó là thế giới hiện tượng.” Theo Thiền sư Tăng Xán trong Tín Tâm Minh, không trú ở nơi nào nhưng trú ở khắp nơi. Mười phương đang ở ngay trước mặt bạn. Cái nhỏ nhất cũng giống như cái lớn nhất nơi mà vô minh bị đoạn tận. Cái lớn nhất cũng giống như cái nhỏ nhất, không còn thấy biên giới nữa. Sự hiện hữu đúng là trống rỗng (Sắc là Không). Sự trống rỗng đúng là sự hiện hữu (Không là Sắc). Nếu nó không giống như thế thì bạn không nên duy trì nó.

Theo đạo Phật Skandha có nghĩa là thân cây hay thân người. Nó cũng có nghĩa là năm nhóm, năm hiện tượng hay năm yếu tố kết thành

sự tồn tại của chúng sanh. Theo triết học Phật giáo, mỗi hiện hữu cá nhân gồm năm thành tố hay uẩn, đó là sắc, thọ, tưởng, hành, thức, và vì chúng luôn thay đổi nên những ai cố gắng luyện chấp vào chúng sẽ phải chịu khổ đau phiền não. Tuy những yếu tố này thường được coi như là “sự luyện ái của các uẩn” vì, dù chúng là vô thường và luôn thay đổi, phàm phu luôn luôn phát triển những ham muốn về chúng. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm nhóm cấu thành một con người (ngũ uẩn). Ngũ uẩn là năm thứ làm thành con người. Ngũ uẩn là căn đế của mọi si mê làm cho chúng sanh xa rời Phật tánh hằng hữu của mình. Ngũ uẩn được coi như là những ma quân chống lại với Phật tính nơi mỗi con người. Sắc cùng bốn yếu tố tinh thần cùng nhau kết hợp thành đời sống. Bản chất thực sự của năm uẩn này được giải thích trong giáo lý của nhà Phật như sau: “Sắc tương đồng với một đồng bọt biển, thọ như bọt nước, tưởng mô tả như ảo ảnh, hành như cây chuối và thức như một ảo tưởng. Thiên sư Thích Nhất Hạnh viết trong quyển 'Trái Tim Hiểu Biết': Nếu tôi cầm một ly nước và hỏi bạn: "Có phải cái ly này rỗng hay không?" Bạn sẽ trả lời: "Không, có đầy nước." Nhưng nếu tôi trút hết nước và hỏi lại, bạn sẽ nói: "Đúng, nó rỗng." Nhưng, rỗng cái gì? Cái ly của tôi rỗng nước nhưng không rỗng không khí. Rỗng, chính là rỗng cái gì đó. Đức Quán Thế Âm, vị Bồ Tát hiện thân của đức từ bi, nói trong Tâm Kinh rằng ngũ uẩn giai không (đều trống rỗng). Để giúp đức Quán Thế Âm diễn đạt chính xác hơn, chúng ta có thể hỏi rằng: "Bạch Bồ Tát, rỗng cái gì?" Ngũ uẩn, có thể được dịch sang Anh ngữ là năm đống, là năm yếu tố tạo nên con người. Thật ra, ấy là năm dòng sông cùng chảy trong chúng ta: dòng sông sắc là thân của chúng ta, dòng sông thọ, dòng sông tưởng, dòng sông hành, dòng sông thức. Năm dòng sông đó liên tục chảy qua người chúng ta. Đức Quán Thế Âm chiếu ngũ uẩn và thấy rằng không một uẩn nào có thể tự thân tồn tại một cách độc lập. Thân sắc rỗng cái tự ngã vốn tồn tại riêng biệt, nhưng lại hàm chứa vũ trụ vạn hữu. Điều này cũng đúng với các uẩn kia, thọ, tưởng, hành và thức cũng đều như vậy.

Theo Thiên Sư Sùng Sơn Hạnh Nguyên trong quyển Thiên Định Chỉ Nam, Tâm Kinh dạy rằng: "Sắc là không, không là sắc." Nhiều người không hiểu được ý nghĩa của câu này, kể cả những người đã quán tưởng nhiều năm. Nhưng có một cách hiểu rất đơn giản, dựa theo cuộc sống đời thường của chúng ta. Chẳng hạn, đây là chiếc ghế bằng

cây. Chiếc ghế màu nâu, chắc chắn, nặng nề và có vẻ rất bền vững. Bạn ngồi lên, chiếc ghế chịu sức nặng của bạn một cách vững chãi. Bạn đặt đồ đạc lên ghế cũng không sao. Nhưng rồi bạn châm lửa vào ghế và bỏ đi. Một lát sau khi bạn trở lại, chiếc ghế không còn nữa! Cái vật vừa mới đây có vẻ chắc chắn, bền vững, và hiện thật mà bây giờ chỉ còn là một đống tro bụi, bị gió thổi bay tứ tán. Thí dụ này chỉ ra tính không của cái ghế; nó không phải là một vật thường trụ. Nó luôn thay đổi, không tự hiện hữu. Không chóng thì chầy, cuối cùng cái ghế sẽ thay đổi, biến thành một thứ khác. Vì vậy, cái ghế màu nâu này hoàn toàn là "không". Nhưng dầu bản chất vốn không, cái "không" ấy vẫn là "sắc": bạn có thể ngồi lên chiếc ghế và nó vẫn chịu được bạn đấy. "Sắc là không, không là sắc."

Thiền sư Thích Nhất Hạnh viết trong quyển 'Trái Tim Hiểu Biết': Nếu tôi cầm một ly nước và hỏi bạn: "Có phải cái ly này rỗng hay không?" Bạn sẽ trả lời: "Không, có đầy nước." Nhưng nếu tôi trút hết nước và hỏi lại, bạn sẽ nói: "Đúng, nó rỗng." Nhưng, rỗng cái gì? Cái ly của tôi rỗng nước nhưng không rỗng không khí. Rỗng, chính là rỗng cái gì đó. Đức Quán Thế Âm, vị Bồ Tát hiện thân của đức từ bi, nói trong Tâm Kinh rằng ngũ uẩn giai không (đều trống rỗng). Để giúp đức Quán Thế Âm diễn đạt chính xác hơn, chúng ta có thể hỏi rằng: "Bạch Bồ Tát, rỗng cái gì?" Ngũ uẩn, có thể được dịch sang Anh ngữ là năm đống, là năm yếu tố tạo nên con người. Thật ra, ấy là năm dòng sông cùng chảy trong chúng ta: dòng sông sắc là thân của chúng ta, dòng sông thọ, dòng sông tưởng, dòng sông hành, dòng sông thức. Năm dòng sông đó liên tục chảy qua người chúng ta. Đức Quán Thế Âm chiếu ngũ uẩn và thấy rằng không một uẩn nào có thể tự thân tồn tại một cách độc lập. Thân sắc rỗng cái tự ngã vốn tồn tại riêng biệt, nhưng lại hàm chứa vũ trụ vạn hữu. Điều này cũng đúng với các uẩn kia, thọ, tưởng, hành và thức.

Thiền sư Thông Thiên (?-1228) là một vị Thiền sư Việt Nam, quê ở An La, Bắc Việt. Ngài là đệ tử của Thiền sư Thường Chiếu tại chùa Lục Tổ. Sau khi trở thành pháp tử đời thứ 13 dòng Thiền Vô Ngôn Thông, ngài trở về làng cũ để chấn hưng và hoằng hóa Phật giáo cho đến khi ngài thị tịch vào năm 1228. Ngài thường nhắc nhở đệ tử: "Cổ đức thường khuyên dạy rằng chỉ nên xem năm uẩn đều không, tứ đại vô ngã, chân tâm không tướng, không đi, không lại. Khi sanh tánh chẳng đến; khi tử tánh chẳng đi; yên tĩnh, tròn lặng, tâm cảnh nhất"

như. Chỉ hay như thế, liền đó chóng liễu ngộ, không bị ba đời ràng buộc, bèn là người xuất thế. Cần thiết chẳng được có một mảy may thú hưởng. Phạm phu không nhìn ngũ uẩn như là những hiện tượng mà chúng ta lại nhìn chúng như một thực thể do bởi tâm mê mờ lừa dối chúng ta, do ham ham muốn bám sinh của chúng ta cho những thứ trên là của ta để thỏa mãn cái ‘Ngã’ quan trọng của chúng ta. Kỳ thật, bản chất thực sự của năm uẩn này được giải thích trong giáo lý của nhà Phật như sau: ‘Sắc tương đồng với một đồng bọt biển, thọ như bọt nước, tưởng mô tả như ảo ảnh, hành như cây chuối và thức như một ảo tưởng.’ Theo kinh Thủ Lăng Nghiêm, các tướng huyễn hóa nơi phù trần đều do nơi vọng niệm phân biệt mà sinh ra, lại cũng do nơi đó mà mất. Huyễn vọng là cái tướng bên ngoài. Tính sâu xa vẫn là diệu giác minh. Như vậy cho đến ngũ ấm, lục nhập, từ thập nhị xứ đến thập bát giới, khi nhân duyên hòa hợp, hư vọng như có sinh. Khi nhân duyên chia rẽ, hư vọng gọi là diệt. Không biết rằng dù sinh diệt, đi lại, đều trong vòng Như Lai tạng trùm khắp mười phương, không lay động, không thêm bớt, sinh diệt. Trong tính chân thường ấy, cầu những sự đi, lại, mê, ngộ, sinh, tử, đều không thể được. Chính vì vậy nếu chịu nhẫn nại và có ý chí, các ông sẽ thấy được bộ mặt thật của sự vật. Nếu các ông chịu quay vào nội tâm và quán chiếu bề sâu của tâm khảm, chú tâm nhận xét một cách khách quan, không liên tưởng đến bản ngã, và chịu trau dồi như vậy trong một thời gian, các ông sẽ thấy ngũ uẩn không phải là một thực thể mà là một loạt các tiến trình vật chất và tinh thần. Rồi các ông sẽ không còn lầm lẫn cái bề ngoài với cái thực. Các ông sẽ thấy ngũ uẩn phát sinh và biến đi một cách liên tục và nhanh chóng. Chúng luôn luôn biến đổi từng phút từng giây, không bao giờ tĩnh mà luôn động, không bao giờ là thực thể mà luôn biến hiện. Đức Phật đã dạy trong Kinh Lăng Già: ‘Như Lai không khác cũng không phải không khác với các uẩn.’”

IV. Những Đóa Hoa Thiền Về Tâm Vô Sở Đắc & Vô Quái Ngại:

Hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng chư pháp không có thực hữu nội tại, không có bản chất thường hằng. Dù thế nào đi nữa thì không ai trong chúng ta có giữ được bất cứ thứ gì mãi mãi trên cõi đời này cả. Chính vì vậy mà hành giả nên luôn giữ cho mình cái tâm vô sở trụ. Tâm vô sở trụ là tâm chẳng chấp vào không gian hay thời gian. Cái tâm quá khứ tự nó sẽ dứt, tức gọi là vô quá khứ sự, với hiện tại và vị

lai lại cũng như vậy (tâm hiện tại rồi sẽ tự dứt, tức gọi là vô hiện tại sự; tâm vị lai rồi cũng sẽ tự dứt, tức gọi là vô vị lai sự), nhận biết chứ pháp không thật nên không chấp trước. Tâm đó gọi là tâm vô sở trụ hay tâm giải thoát, tâm Phật, tâm Bồ Đề; tâm không vướng mắc vào ý tưởng sanh diệt (vô sinh tâm), đầu đuôi. Nói gì thì nói, tâm là thứ mà người ta không thể biết được dù có cố công tìm kiếm thế mấy. Theo Hòa Thượng Dhammananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, tâm có thể được định nghĩa đơn giản là sự nhận thức về một đối tượng bởi không có một tác nhân hay linh hồn chỉ huy mọi hoạt động. Tâm bao gồm trạng thái tính thoáng qua luôn luôn trôi lên rồi mất đi nhanh như tia chớp. “Vì sinh ra để thành nguồn của nó và chết đi để trở thành lối vào của nó, nó bền vững tràn trề như con sông nhận nước từ các suối nguồn bồi thêm vào dòng chảy của nó.” Mỗi thức nhất thời của dòng đời không ngừng thay đổi, khi chết đi thì truyền lại cho thức kế thừa toàn bộ năng lượng của nó, tất cả những cảm tưởng đã ghi không bao giờ phai nhạt. Cho nên mỗi thức mới gồm có tiềm lực của thức cũ và những điều mới. Tất cả những cảm nghĩ không phai nhạt được ghi vào cái tâm không ngừng thay đổi, và tất cả được truyền thừa từ đời này sang đời kia bất chấp sự phân hủy vật chất tạm thời nơi thân. Vì thế cho nên sự nhớ lại những lần sanh hay những biến cố trong quá khứ trở thành một khả năng có thể xảy ra. Tâm là con dao hai lưỡi, có thể xử dụng cho cả thiện lẫn ác. Một tư tưởng nổi lên từ một cái tâm vô hình có thể cứu hay phá hoại cả thế giới. Một tư tưởng như vậy có thể làm tăng trưởng hay giảm đi dân cư của một nước. Tâm tạo Thiên đàng và địa ngục cho chính mình. Theo Đại Sư Ấn Quang: “Tâm bao hàm hết khắp cả thập pháp giới, đó là Phật pháp giới, Bồ Tát pháp giới, Duyên Giác pháp giới, Thanh Văn pháp giới, Thiên pháp giới, Nhân pháp giới, A Tu La pháp giới, Súc Sanh pháp giới, Ngạ Quỷ pháp giới, và Địa Ngục pháp giới. Một tâm mà hay sanh tất cả. Phật cũng do tâm sanh, mà địa ngục cũng do tâm tạo.” Trong Phật giáo, một thực thể thường hằng không thể tìm thấy nơi bất cứ sự hiện hữu nào. Thật vậy, tâm như vượn chuyền cây, hãy để cho nó đi nơi nào nó muốn; tuy nhiên, Kinh Kim Cang đề nghị: “Hãy tu tập tâm và sự tỉnh thức sao cho nó không trụ lại nơi nào cả.” Hãy để cho quá khứ đi vào quá khứ. Tâm của người tu phải thanh tịnh. Người tu không nên cầu khả năng dự tri hay sự biết trước. Sự biết trước chẳng mang lại điều gì hay ho, mà ngược lại chỉ gây thêm phiền phức cho chúng ta mà thôi.

Nó khiến cho chúng ta phân tâm, không tập trung tinh thần được, do đó vọng tưởng sẽ rối bời và phiền não sẽ chồng chất thêm. Nếu không cầu sự biết trước, chúng ta sẽ không có phiền não, tâm không bị chướng ngại. Hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng nếu chúng ta tu hành với tánh không và cái tâm vô sở đắc, vô quái ngại là chúng ta đã xa rời điên đảo mộng tưởng, và đến được cứu cánh Niết Bàn của Tam Thế chư Phật vậy. Cuối cùng, hành giả tu thiền nên luôn nhớ lời Phật dạy trong Bát Nhã Tâm Kinh: “Bởi không chướng ngại, nên không sợ hãi, viễn ly hết mọi mộng tưởng điên đảo, đó là Niết Bàn cứu cánh.” Đây mới chính là tâm của hành giả trên bước đường tu Đạo. Nói tóm lại, bất cứ hành giả nào tu hành với tánh không và cái tâm vô sở đắc, vô quái ngại là đã viễn ly điên đảo mộng tưởng, và đến được cứu cánh Niết Bàn của Tam Thế chư Phật vậy.

V. Những Đóa Hoa Thiền Về Tinh Thần Vô Pháp Khả Thuyết:

Phép hành Thiền hoàn toàn đặt trọng tâm ở trực giác cốt để bắt lấy chân lý nội tại khuất sâu trong tâm thức. Chân lý ấy khi hiển lộ ra hoặc thức tỉnh dậy, nó sẽ thách thức hết thảy tài năng vận dụng của khối óc, hay ít ra nó không thể chia sẻ được cho bất cứ người nào khác bằng bất cứ công thức biện chứng nào. Chân lý ấy phải thoát ra từ trong nội tại, lớn mạnh trong nội tại, và trở thành một con người với chính hành giả. Còn lại mọi thứ khác như khái niệm và dấu hiệu không thể làm gì khác hơn là chỉ ra con đường đi đến chân lý. Đó là điều mà các Thiền sư đã làm, đang làm và sẽ làm trong tương lai. Một hôm, Thiệt Chủy Giác (đệ tử của đại thiền sư Triệu Châu) đến viếng Hòa Thượng Pháp Nhãn, một vị cao Tăng đương thời. Pháp Nhãn hỏi: "Gần đây ông ở đâu nay đến đây?" Thiệt Chủy Giác đáp: "Từ Triệu Châu đến." Pháp Nhãn hỏi: "Tôi nghe Triệu Châu có câu nói 'Cây bách trước sân' có phải vậy không?" Thiệt Chủy Giác đáp: "Không." Pháp Nhãn gạn hỏi: "Mọi người đến đây đều thuật lại rằng có một chú tiểu hỏi Triệu Châu 'Tổ Đạt Ma qua Trung Hoa có ý nghĩa gì', Châu đáp 'Cây bách trước sân' sao ông lại nói không có?" Thiệt Chủy Giác rống to: "Tiên sư tôi thật không có nói câu ấy. Xin Hòa Thượng chớ phỉ báng tiên sư tôi." Pháp Nhãn rất tán thành thái độ ấy ở người học trò của lão túc Triệu Châu, nên khen: "Đúng là con dòng sư tử." Thói thường hẳn là chúng ta không thể tin nổi lời nói chối bỏ của các thiền sư, nhưng các ngài nghĩ rằng Thiền lý cần phải có những mâu thuẫn và

đính chánh như vậy, vì những câu nói mâu thuẫn, nghịch lý hay phủ nhận như vậy là kết quả không tránh được của nhãn quang Thiền phóng vào cuộc sống. Và Thiền có đường lối phê phán riêng; đường lối ấy chối bỏ tất cả những gì thói thường chúng ta có lý do nhận là đúng, là dĩ nhiên, là thật. Dầu bề ngoài điên đảo là vậy, bên trong vẫn một nguyên lý như nhau quán xuyên toàn thể đạo Thiền; hễ nắm được đầu mối ấy là mọi sự đảo lộn càn khôn trở thành cái thực đơn giản nhất. Mọi chỉ dẫn của các ngài đều tự nhiên thoát ra ngoài công lệ và tươí mát khác thường. Mắt đặt thẳng vào chân lý tối thượng, các ngài tùy nghi dùng bất cứ phương tiện nào nhằm đạt được cứu cánh, chẳng cần biết đến bất cứ điều kiện và hậu quả hợp lý nào. Thái độ đứng đưng ấy đối với luân lý đôi khi còn được các ngài chủ tâm xác định, cốt để minh thị chân lý Thiền không liên quan gì đến trí thức. Đúng như lời dạy trong kinh Bát Nhã: "Vô pháp khả thuyết thị danh thuyết pháp." (Không pháp nào nói được nên gọi là nói pháp).

VI. Những Đóa Hoa Hư Không: Thiền Tâm Không Chỗ Trụ:

Theo Kinh Kim Cang, một vị Bồ Tát nên có các tư tưởng được thức tỉnh mà không trụ vào bất cứ thứ gì cả. Toàn câu Đức Phật dạy trong Kinh Kim Cang như sau: "Bất ứng trụ sắc sanh tâm, bất ứng trụ thanh, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm, ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm (không nên sinh tâm trụ vào sắc, không nên sinh tâm trụ vào thanh, hương, vị, xúc, Pháp. Nên sinh tâm Vô Sở Trụ, tức là không trụ vào chỗ nào). Thiền sư Tuyết Phong Nghĩa Tôn (822-908) là một vị thiền sư nổi tiếng khổ hạnh vào thời nhà Đường. Tuyết Phong đã nhiều năm hành cước du phương, luôn mang theo bên mình một cái vá (muỗng múc canh) trong lúc hành Thiền; điều này có ý nghĩa là Tuyết Phong đảm nhận công việc nhọc nhằn thấp kém nhất trong chốn tông lâm, đó chính là vị Tăng nấu bếp, mà cái vá chính là dấu hiệu của công việc ấy. Tuyết Phong kế thừa y bát của Đức Sơn và trở thành vị trụ trì sau này. Có một vị Tăng hỏi: "Hòa Thượng gặp Đức Sơn, đã được gì mà liền thôi không đi nữa?" Tuyết Phong đáp: "Lão Tăng đến tay không, về tay không." Theo Thiền sư D.T. Suzuki trong quyển "Thiền Học Nhập Môn," vấn đáp như vậy há chẳng phải là lối giải thích bình thường nhất về "Vô sở trụ" sao? Đối với hành giả tu Thiền, thì tâm nên trụ chỗ nào? Nên trụ chỗ không trụ. Vậy thì thế nào là chỗ không trụ? Không trụ bất cứ chỗ nào tức là chỗ không trụ. Nhưng mà thế nào là không trụ

bất cứ chỗ nào? Không trụ bất cứ chỗ nào có nghĩa là không trụ thiện ác, hữu vô, trong ngoài, khoảng giữa, không trụ chỗ không cũng không trụ chỗ bất không, không trụ chỗ định cũng không trụ chỗ bất định, tức là không trụ bất cứ chỗ nào. Chỉ cần không trụ bất cứ chỗ nào tức là chỗ trụ của tâm; được như vậy mới gọi là tâm vô sở trụ, mà tâm vô sở trụ là tâm Phật. Thật vậy, tâm vô sở trụ là tâm chẳng chấp vào không gian hay thời gian. Cái tâm quá khứ tự nó sẽ dứt, tức gọi là vô quá khứ sự, với hiện tại và vị lai lại cũng như vậy (tâm hiện tại rồi sẽ tự dứt, tức gọi là vô hiện tại sự; tâm vị lai rồi cũng sẽ tự dứt, tức gọi là vô vị lai sự), nhận biết chư pháp không thật nên không chấp trước. Tâm đó gọi là tâm vô sở trụ hay tâm giải thoát, tâm Phật, tâm Bồ Đề; tâm không vướng mắc vào ý tưởng sanh diệt (vô sinh tâm), đầu đuôi.

Khi một vật còn chỗ trụ thì nó đã bị trói buộc rồi, cũng không còn là tuyệt đối nữa. Trong Thiền vô sở trụ, tâm chẳng chấp vào không gian hay thời gian. Cái tâm quá khứ tự nó sẽ dứt, tức gọi là vô quá khứ sự, với hiện tại và vị lai lại cũng như vậy (tâm hiện tại rồi sẽ tự dứt, tức gọi là vô hiện tại sự; tâm vị lai rồi cũng sẽ tự dứt, tức gọi là vô vị lai sự), nhận biết chư pháp không thật nên không chấp trước. Tâm đó gọi là tâm vô sở trụ hay tâm giải thoát, tâm Phật, tâm Bồ Đề; tâm không vướng mắc vào ý tưởng sanh diệt (vô sinh tâm), đầu đuôi. Thật vậy, tâm trụ chỗ nào gọi là trụ? Theo Đại Bát Nhã Kinh thì tâm trụ chỗ không trụ gọi là trụ. Mà thế nào là chỗ không trụ? Cũng theo Đại Bát Nhã Kinh thì không trụ bất cứ chỗ nào tức là trụ chỗ không. Nhưng thế nào là không trụ bất cứ chỗ nào? Lần nữa, theo Đại Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh thì không trụ bất cứ chỗ nào có nghĩa là không trụ ở thiện ác, hữu vô, trong ngoài, khoảng giữa, không trụ ở không cũng không trụ ở bất không, không trụ ở định cũng không trụ ở bất định, tức là không trụ ở bất cứ chỗ nào. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng không trụ bất cứ chỗ nào đích thực là chỗ tâm trụ cho chính tâm mình vì đó là tâm Phật.

(C) Thông điệp của Đức Phật gửi cho Hành giả qua Bài Bát Nhã Tâm Kinh

Trong đạo Phật, chúng ta thường nghe nói về buông xả và không bám víu vào thứ gì. Như vậy Đức Phật muốn dạy gì về buông xả? Ngài

muốn nói trong cuộc sống hằng ngày không cách chi mà chúng ta buông mọi vật mọi việc. Chúng ta phải nắm giữ sự việc, tuy nhiên đừng cố bám víu vào chúng. Thí dụ như chúng ta phải làm ra tiền cho chi tiêu trong đời sống, nhưng không bám víu vào việc làm ra thật nhiều tiền mà bất chấp đến việc làm ra tiền bằng cách nào. Hành giả làm bất cứ việc gì cũng nên làm với cái tâm xả bỏ. Đừng nên kỳ vọng sự đền đáp hay tán dương. Hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng tâm xả là tâm không luyến ái, bao gồm xả bỏ vật chất như những cửa cái, thân, sắc, âm thanh, vị và tiếp xúc, vân vân; và xả bỏ tinh thần như tâm thiên vị, tà kiến hay ngã chấp, vân vân. Nếu chúng ta xả bỏ một ít, chúng ta sẽ có một ít bình an. Nếu chúng ta xả bỏ được nhiều, chúng ta sẽ có nhiều bình an. Nếu chúng ta xả bỏ hoàn toàn, chúng ta sẽ được bình an hoàn toàn. Qua bài Bát Nhã Tâm Kinh ngắn ngủi, chúng ta thấy giáo pháp căn bản của nhà Phật là buông xả tất cả những điên đảo mộng tưởng để đến được cứu cánh Niết Bàn của Tam Thế chư Phật vậy. Tuy nhiên, trong đời sống thực tế hằng ngày, nói thì dễ mà làm thì khó vô cùng. Điều quan trọng nhất trong lời nhắn nhủ của Đức Phật qua bài Bát Nhã Tâm Kinh là những ai chịu tu tập đúng theo lời Phật dạy, dù chỉ là một phần rất nhỏ, cũng sẽ có được một đời sống xa rời những cuồng si mộng tưởng, một đời sống tự tại giữa muôn ngàn khổ đau phiền não và cuối cùng là một đời sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc thật sự. Tuy nhiên, để có thể xả bỏ đúng nghĩa lời Phật dạy, chúng ta nên chấp nhận cả cái tốt lẫn cái xấu. Muốn làm được điều này, hành giả tu thiền nên nắm vững lời Phật dạy về cái tâm “không phân biệt” mà đức Phật đã dạy trong Bát Nhã Tâm Kinh. Dĩ nhiên phàm phu chúng ta khó có thể hình dung được rằng “sắc tức thị không và không tức thị sắc”, vì đối với chúng ta hai trạng thái hạnh phúc và khổ đau là hai trạng thái hoàn toàn khác và trái ngược nhau. Nhưng nếu muốn thật sự xả bỏ tất cả, chúng ta sẽ không có sự lựa chọn nào khác! Nói tóm lại, hướng thiền trong Bát Nhã Tâm Kinh chỉ tỏ ra một khi chúng ta thật sự quyết tâm tu tập và thể nghiệm cho bằng được trí tuệ Bát Nhã, vì lẽ trí tuệ Bát Nhã là một thứ ánh sáng vượt lên trên tất cả mọi giới hạn của trí tuệ phàm phu. Thật vậy, chính nhờ trí tuệ Bát Nhã này mà một chúng sanh khổ đau phiền não có thể được giải thoát thật sự và một đời sống giác ngộ và hạnh phúc chân thật có thể được tái lập lại, không phải ở một kiếp nào, mà là ngay bây giờ và ở đây.

Zen Flowers In The Heart Sutra

Thiền Phúc

Prajna is a Sanskrit term which means wisdom. There are three kinds of prajna: real mark prajna, contemplative prajna, and literary prajna. Prajna also means the real power to discern things and their underlying principles and to decide the doubtful. Prajna means a transcendental knowledge. The Prajna-paramita-sutra describes “prajna” as supreme, highest, incomparable, unequalled, unsurpassed. There are three prajnas or perfect enlightenments: The first part of the prajnaparamita. The wisdom achieved once crossed the shore. The second part of the prajnaparamita. The necessary wisdom for actual crossing the shore of births and deaths. The wisdom of knowing things in their temporary and changing condition. The necessary wisdom for vowing to cross the shore of births and deaths. While transcendental wisdom means observing all things as they truly are. The wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation; the highest of the six paramitas, the virtue of wisdom as the principal means of attaining nirvana. It connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy. According to Buddhism, the prajna-paramita is a gate of Dharma-illumination; for with it, we eradicate the darkness of ignorance. Among the basic desires and passions, ignorance has the deepest roots. When these roots are loosened, all other desires and passions, greed, anger, attachment, arrogance, doubt, and wrong views are also uprooted. The prajna wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation. According to the Heart Sutra, if practitioners would turn inwards to the recesses of our own minds and note with just bare attention (sati), not objectively without projecting an ego into the process, then cultivate this practice for a sufficient length of time, then we will see these five aggregates not as an entity but as a series of physical and mental processes. At that time, the most wonderful Zen flowers will be blooming. Also at that time, we will no longer mistake the superficial for the real. We will then see that these aggregates arise and disappear in rapid succession, never being the same for two consecutive moments, never static but always in a state of flux, never being but always becoming.’ The Buddha taught in the Lankavatara Sutra: ‘The Tathatagata is neither different nor not-different from the Skandhas.’

(Skandhebhyo-nanyo-nanayas-tathagata). In fact, in the very Heart Sutra, the Buddha told Sariputra: "Sariputra! This phenomenal world or form is emptiness, and emptiness is truly the phenomenal world. Emptiness is not different from the phenomenal world, the phenomenal world is not different from emptiness. What is the phenomenal world that is emptiness, what is emptiness that is the phenomenal world." Any practitioner who realizes "form does not differ from emptiness, emptiness does not differ from form; form itself is emptiness, emptiness itself is form; so too are feeling, cognition, formation and consciousness", he crosses beyond birth, old age, sicknesses and death. Any practitioner who can illuminate the five skandhas and see that they are all empty, and he crosses beyond all sufferings and difficulties. As for any practitioner who cultivates emptiness with the mind of no attaining and no impediment, he is not afraid and he leaves distorted dream-thinking far behind, he is achieving the Ultimate Nirvana of all Buddhas of the three periods!!!

(A) A Summary of the Prajnaparamitahrdaya-Sutra

I. An Overview of the Prajna-Paramita Heart Sutra (Prajnaparamitahrdaya-Sutra):

The Heart of the Prajna-Paramita-Sutra or Heart Sutra, the shortest of the forty sutras that constitute the Prajanparamita-sutra. It is one of the most important sutras of Mahayana Buddhism. The sutra is especially emphasized on emptiness (Shunyata). It is recited so frequently in the temple that most Buddhists chant it from memory. One of the most famous sentences in the sutra is "Form is no other than emptiness; emptiness is no other than form," an affirmation that is frequently referred to in Zen. The Prajna-Paramita Heart Sutra shows that all phenomenal appearances are not ultimate reality but rather illusions or projections of one's mind (all mundane conditioned dharmas are like dreams, illusions, shadow and bubbles). Every cultivator should regard all phenomena and actions in this way, seeing them as empty, devoid of self, and tranquil. Prajna which we want to talk here is the light of wisdom on the other shore. This is an extraordinary wisdom that we can never achieve through reasoning or intellectualism, because there is no way we can reason the

transcendent and flawless beauty of the “Prajna” with our normal wisdom with a limited dimension of mind that is always stirred by wealth, talent, beauty, fame, drink or eating, sleep and rest, gain and loss, win and fail, and so on. On the contrary, the only way that we can obtain this wisdom is our own personal practice and experience. The Prajna-Paramita Heart Sutra literally means “the wisdom that leads to the other shore.” The sutra was translated into Chinese by Hsuan-Tsang.

II. The Text of the Heart Sutra:

Bodhisattva Avalokiteshvara was practicing the profound Prajna Paramita, he illuminated the five skandhas and saw that they are all empty, and he crossed beyond all sufferings and difficulties. Shariputra ! form does not differ from emptiness, emptiness does not differ from form; form itself is emptiness, emptiness itself is form; so too are feeling, cognition, formation and consciousness. Shariputra ! All Dharmas are empty of characteristics. They are not produced, not destroyed, not defiled, not pure, and they neither increase nor diminish. Therefore, in emptiness there is no form, feeling, cognition, or consciousness; no eyes, ears, nose, tongue, body, or mind; no sights, sounds, smells, tastes, objects of touch, or Dharmas; no field of the eyes up to and including no field of mind consciousness and no ignorance or ending of ignorance, up to and ending no old age and death or ending of old age and death. There is no suffering, no accumulating, no extinction, and no way, and no understanding and no attaining. Because nothing is attained, the Bodhisattva through reliance on Prajna Paramita is unimpeded in his mind. Because there is no impediment, he is not afraid and he leaves distorted dream-thinking far behind. Ultimately Nirvana ! All Buddhas of three periods of time attain anuttarasamyak-sambodhi through reliance on the Prajna Paramita. Therefore, know that Prajan Paramita is a great spiritual mantra, a great bright mantra, a supreme mantra, an unequalled mantra. It can remove all suffering: It is genuine and not false. That is why the mantra of Prajna Paramita was spoken. Recite it like this: “Gate Gate Paragate Parasagate Bodhi Svaha !”

(B) Zen Flowers In The Heart Sutra

I. Zen Flowers On the Emptiness In the Prajna Heart Sutra:

Meanings of Emptiness In Buddhist Point of View: We can interpret “Sunyata” in Buddhism as a kind of space that has the nature of lightness and darkness. This space is the area that appears to our eyes. However, there is another space which is just like a mere negative; an absence of obstructive contact or emptiness. In this chapter, we will only discuss about “Sunyata” with the meaning of “Mere Negative” or “Emptiness”. Emptiness In negative meanings: Do not or not. Emptiness also means non, i.e., non-duality, non-empty, etc. In the Madhyamaka Sastra, Nagarjuna said: “One who is in harmony with emptiness is in harmony with all things.” According to relative truth all things exist, but in absolute truth nothing is; in absolute truth one sees that all things are devoid of self-nature; however, in relative truth, a perception where there is no self-nature. A table, for example, if you take the table as the object which you put your hand on but search to discover what is actually is among the parts, whether this is it or that is it, then there is not anything that can be found to be it because the table is something that cannot be analytically sought and it cannot be found. If we take the ultimate reality or emptiness of the table as the substratum and search to see if it can be found; then it becomes a conventional truth in terms of itself as the substratum. In relation to the table, its emptiness is an ultimate truth, but in relation to its own reality, i.e., the reality of the reality, it’s a conventional truth. If you continue to develop and maintain the thought of the non-existence of the table, you will gradually be able to ascertain its emptiness. Even if at the beginning the table keeps appearing in your mind, but with the concentration on emptiness, it will disappear. The owing to the observation of the emptiness of the object, when the object reappears, you can be able to maintain the thought that it does not exist in the way that it seems to.

Buddhist practitioners should always remember that the word “emptiness” is different from everyday term. It transcends the usual concepts of emptiness and form. To be empty is not to be non-existent. It is to be devoid of a permanent identity. To avoid confusion,

Buddhists often use the term “true emptiness” to refer to things that devoid of a permanent identity. In fact, the meaning of “emptiness” in Buddhism is very profound and sublime and it is rather difficult to recognize because “emptiness” is not only neither something, nor figure, nor sound, nor taste, nor touch, nor dharma, but all sentient beings and phenomena come to existence by the rule of “Causation” or “dependent co-arising.” The Buddha emphasized on “emptiness” as an “elimination” of false thoughts and wrong beliefs. According to Buddhism, “emptiness” should also be known as “no-self” or “anatta.” However, in most of the Buddha’s teachings, He always expounds the doctrine of “no-self” rather than the theory of “emptiness” because the meaning of “emptiness” is very abstract and difficult to comprehend. According to Culla Sunnata and Mala Sunnata, the Buddha told Ananda that He often dwelt in the liberation of the void. When Ananda requested a clarification, the Buddha explained: “Liberation of the void means liberation through insight that discerns voidness of self.” Indeed, Buddhaghosa confirmed: “In meditation, ‘emptiness’ and ‘no-self’ are inseparable. Contemplation of ‘emptiness’ is nothing but contemplation of ‘no-self’.

The term Emptiness in Buddhism means the unreality of things or all things (phenomena) lack inherent existence, having no essence or permanent aspect whatsoever. All phenomena are empty. All phenomena exist are conditioned and, relative to other factors.” **First, Emptiness of persons:** A person lacks of inherent existence. He or she is a combination of the five aggregates. **Second, Emptiness of phenomena:** Emptiness of phenomena means all phenomena lack of inherent existence, but a combinations of elements, causes and conditions. The term emptiness also means nis, nih, nir, ni, or im, i.e., cloudless, fearless, etc. Emptiness also means non-existent or void (absolute non-existence). Emptiness also means devoid of physical substance. The empty state (the state in which reality is as it is). The immaterial which is empty, or devoid of physical substance (opposed to matter). Emptiness, void. Mahayana Buddhism is popularly identified with Sunyata philosophy: that is right as far as it concerns the denial of substance theory as held by the realistic schools of Buddhism, but we must remember that the Mahayana has its positive side which always goes along with its doctrine of Emptiness. The positive side is known as

the doctrine of Suchness or Thusness (Tathata). The Lankavatara Sutra is always careful to balance Sunyata and Tathata, or to insist that when the world is viewed as “sunya,” or empty, it is grasped in its suchness. Naturally, such a doctrine as this goes beyond the logical survey based on our discursive understanding as it belongs to the realm of intuition, which is, to use the Lanka terminology, the realization of supreme wisdom in the inmost consciousness.

According to Prof. Junjiro Takakusu in the Essentials of Buddhist Philosophy, ‘Sunya’ negatively means ‘Void,’ but positively means ‘Relative,’ i.e., ‘devoid of independent reality,’ or ‘devoid of specific character.’ Thus ‘Sunyata’ is non-entity and at the same time ‘relativity,’ i.e., the entity only as in causal relation. The idea of relativity seems to be strongly presented in the Indian Madhyamika School. In the Chinese Madhyamika School, too, they have the term ‘causal union’ as a synonym of the Middle Path, absence of nature (svabhava-abhava), dharma nature (dharma-svabhava) and void. It is well known that the causal origination is called ‘Sunyata.’ The word ‘void’ is not entirely fitting and is often misleading, yet, if we look for another word, there will be none better. It is, after all, an idea dialectically established. It is nameless (akhyati) and characterless (alaksana). It is simply the negation of an independent reality or negation of specific character. Besides the negation there is nothing else. The Madhyamika system is on that account a negativism, the theory of negation. All things are devoid of independent reality, that is, they are only of relative existence, or relativity in the sense of what is ultimately unreal but phenomenally real.

According to the Sarvastivadins, the doctrine of Void does not disavow the theory of the Chain of Causation, for our worldly existence is of causal combination, nor does it reject the principle of the stream of life (samsara), for it is necessary to explain the state of dynamic becoming. We have seen already that the Realistic School assumes that the three worlds of time are real and so are all dharmas at any instant. The Satyasiddhi School is against this assertion, the nihilistic Satyasiddhi School contends that the present only is real while the past and the future have no entity. The school asserts, as all the other Mahayanistic schools do, the Void of all elements (sarva-dharma-sunyata) as well as the Void of self (pudgala-sunyata). In addition, it

recognizes the two-fold truth, the supreme truth and worldly truth. These are chiefly the reasons for which this school had long been treated as Mahayana in China. According to the Chinese, equivalent of 'Sunyata' is 'K'ung,' which connotes all the necessary phases of meaning. Void in the sense of antithesis of being. Svabhava-sunyata means void in the state of being devoid of specific character. Paramartha-sunyata means void in the highest sense, or transcendental void, i.e., all oppositions synthesized. Atiyanta-sunyata means the absolute void. A Sanskrit root for "Emptiness" is "sunyata". The Sanskrit word "sunya" is derived from the root "svi," to swell. Sunya literally means: "relating to the swollen." According to Edward Conze in *Buddhism: Its Essence and Development*, in the remote past, our ancestors, with a fine instinct for the dialectical nature of reality, frequently used the same verbal root to denote the two opposite aspects of a situation. They were as distinctly aware of the unity of opposites, as of their opposition.

Development of Sunyata in Prajna-Paramita Sutra: The Mahaprajna-paramita sutra is the fundamental philosophical work of the Mahayana school, the formulation of wisdom, which is the sixth paramita. It is said to have been delivered by Sakyamuni in four places at sixteen assemblies: Gridhrakuta near Rajagrha (Vulture Peak), Sravasti, Paranirmitavasavartin, and Veluvana near Rajagrha (Bamboo Garden). It consists of 600 books as translated by Hsuan-Tsang under the T'ang dynasty. One of the most famous phrases from the Sutra: "Matter is just the immaterial, the immaterial is just matter (form is emptiness and the very emptiness is form)." In other words, there is no difference between the supreme truth and the conventional truth. If Sunyata is the total Sunya, then it is meaningless. According to the Mahayana tradition, Sunyata is the Means of the Relative Truth and the Ultimate truth. That is to say, worldly truth, though not unconditional, is essential for the attainment of the ultimate Truth and Nirvana. The Hrdaya Sutra, the central of the Prajna-paramita scriptures, has expanded this significance by the emphasis words that 'Rupa does not differ from Sunya' or Rupa is identical with Sunya. Relative truth is not useless in achieving enlightenment, nor can it be said that there is no relation between worldly and ultimate truths. Thus, Prajna-paramita is of the nature of knowledge; it is a seeing of things, it

arises from the combination of casual factors. From that, Bodhisattvas have no hindrance in their hearts, and since they have no hindrance, they have no fear, are free from contrary and delusive ideas in order that he can content himself with entering the world to spread the Truth of Sunyata to all walks of life without any obstacles. The concept of Sunyata in Maha-Prajna-paramita Sutra opens our knowledge that in Pali Nikaya, the concept of Sunyata is displayed very simple with the idea of the reality and that sunyata in Panca Nikaya is also the form of real nature, i.e., Sunyata in Prajna-paramita texts. In other words, Sunyata in Pali scriptures attached special importance to non-self and until the appearance and development of Mahayana, specially Prajna-paramita literature, the the field of non-self is represented in two parts: the non-substantiality of the self and the non-substantiality of the dharmas, i.e., from subjective to objective, from six internal sense-bases to six external sense bases, from affirmation of either being or non-being to denial of either being or non-being, etc, are empty. The negation of all things gives us to insight into the reality. That is also to say, Sunyata in Pali Nikayas is the foundation for the development of Prajna-paramita literature.

The Relationships Between Sunyata and Prajna: In Buddhism, emptiness implies the unreality of things or all things (phenomena) lack inherent existence, having no essence or permanent aspect whatsoever. All phenomena are empty. All phenomena exist are conditioned and, relative to other factors. In the Madhyamaka Sastra, Nagarjuna said: “One who is in harmony with emptiness is in harmony with all things.” The word “emptiness” is different from everyday term. It transcends the usual concepts of emptiness and form. To be empty is not to be non-existent. It is to be devoid of a permanent identity. To avoid confusion, Buddhists often use the term “true emptiness” to refer to things that devoid of a permanent identity. In fact, the meaning of “emptiness” in Buddhism is very profound and sublime and it is rather difficult to recognize because “emptiness” is not only neither something, nor figure, nor sound, nor taste, nor touch, nor dharma, but all sentient beings and phenomena come to existence by the rule of “Causation” or “dependent co-arising.” The Buddha emphasized on “emptiness” as an “elimination” of false thoughts and wrong beliefs. As mentioned above, Prajna is a Sanskrit term which means wisdom.

Prajna also means the real power to discern things and their underlying principles and to decide the doubtful. Prajna means a transcendental knowledge. The Prajna-paramita-sutra describes “prajna” as supreme, highest, incomparable, unequalled, unsurpassed. There are three prajnas or perfect enlightenments: The first part of the prajnaparamita. The wisdom achieved once crossed the shore. The second part of the prajnaparamita. The necessary wisdom for actual crossing the shore of births and deaths. The wisdom of knowing things in their temporary and changing condition. The necessary wisdom for vowing to cross the shore of births and deaths. It is Prajna which lays its hands on Emptiness, or Suchness, or self-nature. And this laying-hands-on is not what it seems. This is self-evident from what has already been said concerning things relative. Because the self-nature is beyond the realm of relativity, its being grasped by Prajna cannot mean a grasping in its ordinary sense. The grasping must be no-grasping, a paradoxical statement which is inevitable. To use Buddhist terminology, this grasping is accomplished by non-discrimination; that is, by discrete, an act of the conscious; not an unconscious act but an act rising from self-nature itself, which is the unconscious. Meanwhile, the Sanskrit root for “Emptiness” is “sunyata”. The Sanskrit word “sunya” is derived from the root “svi,” to swell. Sunya literally means: “relating to the swollen.” Unreality of things or all things (phenomena) lack inherent existence, having no essence or permanent aspect whatsoever, nothing has a nature of its own. All phenomena are empty. All phenomena exist are conditioned and, relative to other factors. According to the Platform Sutra of the Sixth Patriarch’s Dharma Treasure, the Sixth Patriarch, Hui-Neng, taught: “Good Knowing Advisor, when you contemplate and illuminate with the wisdom, which brightly penetrates within and without, you recognize your original mind. The recognition of your original mind is the original liberation. The attainment of liberation is the Prajna Samadhi, thus no-thought. What is meant by ‘no-thought?’ No-thought means to view all dharmas with a mind undefiled by attachment. The function of the mind pervades all places but is nowhere attached. Merely purify your original mind to cause the six consciousnesses to go out the six gates, to be undefiled and unmixed among the six objects, to come and go freely and to penetrate without obstruction. That is the Prajna Samadhi, freedom and

liberation, and it is called the practice of no-thought. Not thinking of the hundred things and constantly causing your thought to be cut off is called Dharma-bondage and is an extremist view. According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume IX: One day, Chao-chou came and asked Ta-Tzu, "What is the body of the Prajna?" Ta-Tzu repeated: "What is the body of the Prajna?" Thereupon, Chao-chou gave a hearty laugh and went off. On the day following Ta-tzu saw Chao-chou sweeping the ground. Ta-Tzu asked, "What is the body of the Prajna?" Chao-chou threw up his broom and with a hearty laugh went away. Ta-Tzu then returned to his quarters. Zen practitioners should always remember that Prajna is the ultimate truth which is to be experienced and not to be made a mere subject of intellectual analysis or from individual's extremist view.

The Emptiness of All Phenomena In the Heart Sutra: The Heart of the Prajna-Paramita-Sutra or Heart Sutra, the shortest of the forty sutras that constitute the Prajanparamita-sutra. It is one of the most important sutras of Mahayana Buddhism. The sutra is especially emphasized on emptiness (Shunyata). No-Dharma or the emptiness of all phenomena. A true understanding of the emptiness of all phenomena means true understanding that the five skandhas are empty, not only because they are aggregates, but by their very nature. According to the Heart Sutra, "the Avalokitesvara Bodhisattva illuminated the five skandhas and saw that they were empty. Thus he overcame all ills and sufferings." In Theravada, the self is a composite, or an aggregate of many other elements, and is therefore empty or relative emptiness. In Mahayana Buddhism, all phenomena including the self are empty in their very nature or absolute emptiness. The Prajna-Paramita Heart Sutra shows that all phenomenal appearances are not ultimate reality but rather illusions or projections of one's mind (all mundane conditioned dharmas are like dreams, illusions, shadow and bubbles). Every cultivator should regard all phenomena and actions in this way, seeing them as empty, devoid of self, and tranquil. Prajna which we want to talk here is the light of wisdom on the other shore. This is an extraordinary wisdom that we can never achieve through reasoning or intellectualism, because there is no way we can reason the transcendent and flawless beauty of the "Prajna" with our normal wisdom with a limited dimension of mind that is always stirred by

wealth, talent, beauty, fame, drink or eating, sleep and rest, gain and loss, win and fail, and so on. On the contrary, the only way that we can obtain this wisdom is our own personal practice and experience.

II. Zen Flowers of Form & Emptiness:

Aggregate of matter (four elements of our own body and other material objects such as solidity, fluidity, heat and motion comprise matter). The aggregate of form includes the five physical sense organs and the corresponding physical objects of the sense organs (the eyes and visible objects, the ears and sound, the nose and smell, the tongue and taste, the skin and tangible objects). There are several different categories of rupa. Inner rupa as the organs of sense (eye, ear, nose, tongue, body). Outer rupa as the objects of sense (colour, sound, smell, taste, touch). Visible objects (white, blue, yellow, red, etc.). Invisible objects (sound, smell, taste, touch). Invisible immaterial or abstract objects. Form is used more in the sense of “substance,” or “something occupying space which will resist replacement by another form.” So it has extension, it is limited and conditioned. It comes into existence when conditions are matured, as Buddhists would say, and staying as long as they continue, pass away. Form is impermanent, dependent, illusory, relative, antithetical, and distinctive. Things with shape and features are forms. Forms include all colors which can dim our eyes. Ordinarily speaking, we are confused with forms when we see them, hear sounds and be confused by them, smell scents and be confused by them, taste flavors and be confused by them, or feel sensations and be confused by them. In the Classic of the Way and Its Virtue, it is said: “The five colors blind the eyes; the five musical notes deafen the ears; and the five flavors dull the palate.” Therefore, in the Heart Sutra, the Buddha taught: “If we can empty out the Aggregate of Form, then we can realize a state of there being ‘no mind inside, no body outside, and no things beyond.’” If we can follow what the Buddha taught, we are no longer attached to Forms, we are totally liberated.

The Pali scripture declares six sense-organs, six sense-objects and six consciousnesses as well as five aggregates are Sunyata as “Eye is void of self and anything belonging to self; form is void from self and anything belonging to self; visual consciousness is void of self and anything belonging to self.” Matter is just the immaterial, the

immaterial is just matter (form is emptiness and the very emptiness is form: *Rupam eva sunyata, sunyataiva rupam*). In the Heart Sutra, the Buddha told Sariputra: “Sariputra! This phenomenal world or form is emptiness, and emptiness is truly the phenomenal world. Emptiness is not different from the phenomenal world, the phenomenal world is not different from emptiness. What is the phenomenal world that is emptiness, what is emptiness that is the phenomenal world.” The Hridaya Sutra expands this concept by emphasis that “Rupa does not differ from Sunya”, or “Sunya does not differ from rupa” and “Sunya of all things is not created, not annihilated, not impure, not pure, not increasing, and not decreasing.” It means that because rupa must have no nature of its own, it is produced by causes or depend on anything else, so rupa is sunyata or identical with void. Therefore, the perceived object, the perceiving subject and knowledge are mutually interdependent. The reality of one is dependent upon others; if one is false, the others must be false. The perceiving subject and knowledge of the external object must also be false. So what one perceives within or without is illusory. Therefore, there is nothing, creation and annihilation, pure and impure, increase and decrease and so on. However, in reality, we cannot say a thing to be either real or unreal at the same time. Here, Sunyata must be defined as *Pratityasamutpada*. There is the intimate connection that exists between causality and sunyata. The one presupposes the other; the two are inseparably connected. Sunyata is the logical consequence of the Buddha’s view of causality and effect. Sunyata is the central theme of the Mahayana philosophical system. This term has been used in the Prajna-paramita system to denote a stage where all viewpoints with regard to the real nature of mundane world are totally rejected. In other words, we may say that to have a viewpoint is to cling to a position and there can be various types of positions with regard to the real nature of things as Saddharma-Pundaria expressed: “Knowing that phenomena have no constant fixed nature, that the seeds of Buddhahood sprout through causation.”

According to the *Anattalakkhana Sutta*, the Buddha taught: “O, Bhiksus, is the form not the self. If the form, o Bhiksus, were the self, the body would not be subject to disease and we should be able to say ‘Let my body be such and such a one, let my body not be such and such

a one. But since this body, o Bhiksus, is not the self, therefore, the body is subject to disease, and we are not able to say ‘Let my body be such and such a one, let my body not be such and such a one.’” The Buddha further said: “Now what do you think, o Bhiksus, is the body permanent or perishable?” “It is perishable, Lord.” The Buddha added: “And that which is perishable, does that cause pain or joy?” “It causes pain, Lord.” “And that which is perishable, painful, subject to change, is it possible to regard that in this way: ‘This is mine, this am I, this is myself?’” “That is impossible, Lord.” By the method of analysis the Buddha pointed out to his disciples that attachment to things without a correct view as to their true nature is the cause of suffering. Impermanence and change are inherent in the nature of all things. This is their true nature and this is the correct view, and as long as we are at variance with it, we are bound to run into conflicts. We cannot alter or control the nature of things, and the result is disappointment or suffering. The only solution to this problem lies in correcting our own point of view.

According to the Suragama Sutra, the Buddha taught: “Ananda! Consider this example: when a person who has pure clear eyes look at clear, bright emptiness, he sees nothing but clear emptiness, and he is quite certain that nothing exists within it. If for no apparent reason, the person does not move his eyes, the staring will cause fatigue, and then of his own accord, he will see strange flowers in space and other unreal appearances that are wild and disordered. According to Zen Master Seng-Tsan in Faith in Mind, abiding no where, yet everywhere. Ten directions are right before you. The smallest is the same as the largest in the realm where delusion is cut off. The largest is the same as the smallest, no boundaries are visible. Existence is precisely emptiness and emptiness is precisely existence. If it is not like this, you should not preserve it. Speaking clearly, in the Heart Sutra, the Buddha told Sariputra: “Sariputra! This phenomenal world or form is emptiness, and emptiness is truly the phenomenal world. Emptiness is not different from the phenomenal world, the phenomenal world is not different from emptiness. What is the phenomenal world that is emptiness, what is emptiness that is the phenomenal world.” According to Zen Master Seng-Tsan in Faith in Mind, abiding no where, yet everywhere. Ten directions are right before you. The smallest is the same as the largest

in the realm where delusion is cut off. The largest is the same as the smallest, no boundaries are visible. Existence is precisely emptiness and emptiness is precisely existence. If it is not like this, you should not preserve it. Any practitioner who realizes “form does not differ from emptiness, emptiness does not differ from form; form itself is emptiness, emptiness itself is form; so too are feeling, cognition, formation and consciousness”, he crosses beyond birth, old age, sicknesses and death.

III. The Five Skandhas Are Equally Empty:

According to the Heart Sutra, any practitioner who can illuminate the five skandhas and see that they are all empty, and he crosses beyond all sufferings and difficulties. The Pali scripture declares six sense-organs, six sense-objects and six consciousnesses as well as five aggregates are Sunyata as “Eye is void of self and anything belonging to self; form is void from self and anything belonging to self; visual consciousness is void of self and anything belonging to self.” Matter is just the immaterial, the immaterial is just matter (form is emptiness and the very emptiness is form). In the Heart Sutra, the Buddha told Sariputra: “Sariputra! This phenomenal world or form is emptiness, and emptiness is truly the phenomenal world. Emptiness is not different from the phenomenal world, the phenomenal world is not different from emptiness. What is the phenomenal world that is emptiness, what is emptiness that is the phenomenal world.” The Hridaya Sutra expands this concept by emphasis that “Rupa does not differ from Sunya”, or “Sunya does not differ from rupa” and “Sunya of all things is not created, not annihilated, not impure, not pure, not increasing, and not decreasing.” It means that because rupa must have no nature of its own, it is produced by causes or depend on anything else, so rupa is sunyata or identical with void. Therefore, the perceived object, the perceiving subject and knowledge are mutually interdependent. The reality of one is dependent upon others; if one is false, the others must be false. The perceiving subject and knowledge of the external object must also be false. So what one perceives within or without is illusory. Therefore, there is nothing, creation and annihilation, pure and impure, increase and decrease and so on. However, in reality, we cannot say a thing to be either real or unreal at the same time. Here, Sunyata must

be defined as Pratityasamutpada. There is the intimate connection that exists between causality and sunyata. The one presupposes the other; the two are inseparably connected. Sunyata is the logical consequence of the Buddha's view of causality and effect.

In the point of view of the Mahayana scriptures, sunyata is the central theme of the Mahayana philosophical system. This term has been used in the Prajna-paramita system to denote a stage where all viewpoints with regard to the real nature of mundane world are totally rejected. In other words, we may say that to have a viewpoint is to cling to a position and there can be various types of positions with regard to the real nature of things as Saddharma-Pundaria expressed: "Knowing that phenomena have no constant fixed nature, that the seeds of Buddhahood sprout through causation." Matter is just the immaterial, the immaterial is just matter (form is emptiness and the very emptiness is form). In the Heart Sutra, the Buddha told Sariputra: "Sariputra! This phenomenal world or form is emptiness, and emptiness is truly the phenomenal world. Emptiness is not different from the phenomenal world, the phenomenal world is not different from emptiness. What is the phenomenal world that is emptiness, what is emptiness that is the phenomenal world." According to Zen Master Seng-Tsan in Faith in Mind, abiding no where, yet everywhere. Ten directions are right before you. The smallest is the same as the largest in the realm where delusion is cut off. The largest is the same as the smallest, no boundaries are visible. Existence is precisely emptiness and emptiness is precisely existence. If it is not like this, you should not preserve it.

Skandha in Sanskrit means "group, aggregate, or heap." In Buddhism, Skandha means the trunk of a tree, or a body. Skandha also means the five aggregates or five aggregates of conditioned phenomena (constituents), or the five causally conditioned elements of existence forming a being or entity. According to Buddhist philosophy, each individual existence is composed of the five elements and because they are constantly changing, so those who attempt to cling to the "self" are subject to suffering. Though these factors are often referred to as the "aggregates of attachment" because they are impermanent and changing, ordinary people always develop desires for them. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the

Buddha, there are five aggregates. The aggregates which make up a human being. The five skandhas are the roots of all ignorance. They keep sentient beings from realizing their always-existing Buddha-Nature. The five aggregates are considered as maras or demons fighting against the Buddha-nature of men. In accordance with the Dharma, life is comprised of five aggregates (form, feeling, perception, mental formation, consciousness). Matter plus the four mental factors classified below as feeling, perception, mental formation and consciousness combined together form life. The real nature of these five aggregates is explained in the Teaching of the Buddha as follows: "Matter is equated to a heap of foam, feeling is like a bubble, perception is described as a mirage, mental formations are like a banana tree and consciousness is just an illusion. Zen Master Thich Nhat Hanh wrote in 'The Heart of Understanding': 'If I am holding a cup of water and I ask you, 'Is this cup empty?' You will say, 'No, it is full of water.' But if I pour the water and ask you again, you may say, 'Yes, it is empty.' But, empty of what? My cup is empty of water, but it is not empty of air. To be empty is to be empty of something... When Avalokitesvara (Kuan-yin or Kannon, the Bodhisattva who embodies Compassion) says (in the Heart Sutra) that the five skandhas are equally empty, to help him be precise we must ask, 'Mr. Avalokitesvara, empty of what?' The five skandhas, which may be translated into English as five heaps, or five aggregates, are the five elements that comprise a human being... In fact, these are really five rivers flowing together in us: the river of form, which means our body, the river of feeling, the river of perceptions, the river of mental formations, and the river of consciousness. They are always flowing in us... Avalokitesvara looked deeply into the five skandhas..., and he discovered that none of them can be by itself alone... Form is empty of a separate self, but it is full of everything in the cosmos. The same is true with feelings, perceptions, mental formation, and consciousness."

According to Zen Master Seung Sahn in *The Compass of Zen*, the Heart Sutra teaches that "form is emptiness, and emptiness is form." Many people don't know what this means, even some long-time students of meditation. But there is a very easy way to see this in our everyday lives. For example, here is a wooden chair. It is brown. It is solid and heavy. It looks like it could last a long time. You sit in the

chair, and it holds up your weight. You can place things on it. But then you light the chair on fire, and leave. When you come back later, the chair is no longer there! This thing that seemed so solid and strong and real is now a pile of cinder and ash which the wind blows around. This example shows how the chair is empty; it is not a permanent abiding thing. It is always changing. It has no independent existence. Over a long or short time, the chair will eventually change and become something other than what it appears. So this brown chair is complete emptiness. But though it always has the quality of emptiness, this emptiness is form: you can sit in the chair, and it will still hold you up. "Form is emptiness, and emptiness is form."

Zen Master Thich Nhat Hanh wrote in 'The Heart of Understanding': "If I am holding a cup of water and I ask you, 'Is this cup empty?' You will say, 'No, it is full of water.' But if I pour the water and ask you again, you may say, 'Yes, it is empty.' But, empty of what? My cup is empty of water, but it is not empty of air. To be empty is to be empty of something... When Avalokitesvara (Kuan-yin or Kannon, the Bodhisattva who embodies Compassion) says (in the Heart Sutra) that the five skandhas are equally empty, to help him be precise we must ask, 'Mr. Avalokitesvara, empty of what?' The five skandhas, which may be translated into English as five heaps, or five aggregates, are the five elements that comprise a human being... In fact, these are really five rivers flowing together in us: the river of form, which means our body, the river of feeling, the river of perceptions, the river of mental formations, and the river of consciousness. They are always flowing in us... Avalokitesvara looked deeply into the five skandhas..., and he discovered that none of them can be by itself alone... Form is empty of a separate self, but it is full of everything in the cosmos. The same is true with feelings, perceptions, mental formation, and consciousness."

Thong Thien was a Vietnamese Zen master from An La, North Vietnam. He was a disciple of Zen master Thường Chiếu at Lục Tổ Temple. After he became the dharma heir of the thirteenth generation of the Wu-Yun-T'ung Zen Sect, he returned to his home town to revive and expand Buddhism there. He passed away in 1228. He always reminded his disciples: "The ancient virtues always advise us to keep seeing that the five aggregates are emptiness, the four elements are

non-self, the true mind has no form, neither going, nor coming. The self-nature did not come when you were born; and will not go when you die. The true mind is always serene and all-embracing; and your mind and all scenes are one. If you always see that, you will soon attain enlightenment, be free from the bondage of the three periods, and become those who transcend the secular world. So, it is important for you not to cling to anything. We, ordinary people, do not see the five aggregates as phenomena but as an entity because of our deluded minds, and our innate desire to treat these as a self in order to pander to our self-importance. As a matter of fact, the real nature of these five aggregates is explained in the Teaching of the Buddha as follows: "Matter is equated to a heap of foam, feeling is like a bubble, perception is described as a mirage, mental formations are like a banana tree and consciousness is just an illusion. According to the Surangama Sutra, all the defiling objects that appear, all the illusory, ephemeral characteristics, spring up in the very spot where they also come to an end. They are what is called 'illusory falseness.' But their nature is in truth the bright substance of wonderful enlightenment. Thus it is throughout, up to the five skandhas and the six entrances, to the twelve places and the eighteen realms; the union and mixture of various causes and conditions account for their illusory and false existence, and the separation and dispersion of the causes and conditions result in their illusory and false extinction. Who would have thought that production, extinction, coming, and going are fundamentally the everlasting, wonderful light of the treasury of the Thus Come One, the unmoving, all-pervading perfection, the wonderful nature of true suchness! If within the true and permanent nature one seeks coming and going, confusion and enlightenment, or birth and death, there is nothing that can be obtained. Therefore, if you have patience and the will to see things as they truly are. If you would turn inwards to the recesses of your own minds and note with just bare attention (sati), not objectively without projecting an ego into the process, then cultivate this practice for a sufficient length of time, then you will see these five aggregates not as an entity but as a series of physical and mental processes. Then you will not mistake the superficial for the real. You will then see that these aggregates arise and disappear in rapid succession, never being the same for two

consecutive moments, never static but always in a state of flux, never being but always becoming.' The Buddha taught in the Lankavatara Sutra: 'The Tathagata is neither different nor not-different from the Skandhas.' (Skandhebhyo-nanyo-nanayas-tathagata).

IV. Zen Flowers of the Mind of No Attaining & No Impediment:

Zen practitioners should always remember that all things (phenomena) lack inherent existence, having no essence or permanent aspect whatsoever. No matter what happens, no one of us can keep anything forever in this life. Thus, Zen practitioners should always have the mind without resting place. The mind without resting place means a mind that is detached from time and space, the past being past may be considered as a non-past or non-existent, so with present and future, thus realizing their unreality. The result is detachment, or the liberated mind, which is the Buddha-mind, the bodhi-mind, the mind free from ideas or creation and extinction, of beginning and end, recognizing that all forms and natures are of the Void, or Absolute. Whatever we say, mind is that which cannot be known, no matter how hard one seeks. According to Most Venerable Dhammananda in *The Gems of Buddhist Wisdom*, mind may be defined as simply the awareness of an object since there is no agent or a soul that directs all activities. It consists of fleeting mental states which constantly arise and perish with lightning rapidity. "With birth for its source and death for its mouth, it persistently flows on like a river receiving from the tributary streams of sense constant accretions to its flood." Each momentary consciousness of this everchanging lifestream, on passing away, transmits its whole energy, all the indelibly recorded impressions, to its successor. Every fresh consciousness therefore consists of the potentialities of its predecessors and something more. As all impressions are indelibly recorded in this everchanging palimpsest-like mind, and as all potentialities are transmitted from life to life, irrespective of temporary physical disintegrations, reminiscence of past births or past incidents become a possibility. Mind is like a double-edged weapon that can equally be used either for good or evil. One single thought that arises in this invisible mind can even save or destroy the world. One such thought can either populate or depopulate a whole country. It is mind that creates one's paradise and one's hell.

According to Great Master Ying-Kuang: “The mind encompasses all the ten directions of dharma realms, including Buddha dharma realm, Bodhisatva dharma realm, Pratyeka-Buddha dharma realm, Sravaka dharma realm, Heaven dharma realm, Human dharma realm, Asura dharma realm, Animal dharma realm, Hungry Ghost dharma realm, and Hell dharma realm. One mind can give rise to everything. Buddhas arise from within the cultivator’s mind, Hells also arise from the cultivator’s mind.” In Buddhism, an unchanging self-entity cannot be found in all of existence. In fact, the mind is like a monkey, let it moves wherever it will; however, the Diamond Sutra suggests: “Cultivate the mind and the awareness so that your mind abides nowhere.” Let “bygone be bygone.” The mind of a cultivator must be pure. Do not long for foreknowledge of events. To have this kind of foreknowledge is, in fact, nothing but a lot of trouble, because it leads to discrimination in our thinking and prevents us from being able to concentrate. Being unable to concentrate or focus our energy on cultivation, our idle thoughts run wild, then afflictions come in droves (herds). If we do not crave this foreknowledge in the first place, then we also will not have afflictions, and we are free of impediments. Zen practitioners should always remember that if we cultivate emptiness with the mind of no attaining and no impediment, we are not afraid and he leaves distorted dream-thinking far behind, and we are achieving the Ultimate Nirvana of all Buddhas of the three periods. Finally, Zen practitioners should always remember the Buddha’s teachings in the Heart Sutra: “Because there is no impediment, he leaves distorted dream-thinking far behind; ultimately Nirvana!” This, then, should be the mind of a cultivator. In short, any practitioner who cultivates emptiness with the mind of no attaining and no impediment, he is not afraid and he leaves distorted dream-thinking far behind, he is achieving the Ultimate Nirvana of all Buddhas of the three periods.

V. Zen Flowers of the Spirit of Not to Have Any Dharma to Discourse About:

The whole emphasis of Zen discipline is placed on the intuitive grasping of the inner truth deeply hidden in our consciousness. And this truth thus revealed or awakened within oneself defies intellectual manipulation, or at least cannot be imparted to others through any

dialectical formulas. It must come out of oneself, grow within oneself, and become one with one's own being. What others, that is, ideas or images, can do is to indicate the way where lies the truth. This is what Zen masters have been doing and continue to do so in the future. One day, Zen master T'ieh-Tsui-Chiao (a disciple of the great Zen master Chao-chou) visited Zen master Fa-yen, another great Zen master, the latter asked him, what was the last place he came from. T'ieh-Tsui-Chiao replied that he came from Chao-chou. Fa-yen said, "I understand that a cypress tree once became the subject of Chao-chou's talk, was that really so?" T'ieh-Tsui-Chiao was positive in his denial, saying, "He had no such talk." Fa-yen protested, "All the monks coming from Chao-chou lately speak of his reference to a cypress tree in answer to a monk's question, 'What was the real object of the coming East of Bodhidharma?' How do you say that Chao-chou made no such reference to a cypress tree?" Whereupon T'ieh-Tsui-Chiao roared, "My late master never made such a talk; no slighting allusion to him, if you please!" Fa-yen greatly admired this attitude on the part of the disciple of the famous Chao-chou, and said, "Truly, you are a lion's child!" From ordinary point of view a saying from Zen masters is altogether unreliable, yet they seem to think that the truth of Zen requires such contradictions and denials; for these contradictions, negations, or paradoxical statements are the inevitable result of the Zen way of looking at life. And Zen has a standard of its own, which, to our common-sense minds, consists just in negating everything we properly hold true and real. In spite of these apparent confusions, the philosophy of Zen is guided by a thorough-going principle which, when once grasped, its topsy-turviness becomes the plainest truth. All indicators given by Zen masters are naturally unconventionally free and refreshingly original. As their eyes are always fixed on the ultimate truth itself, anything and everything they can command is utilized to accomplish the end, regardless of its logical conditions and consequences. This indifference to logic is sometimes asserted purposely, just to let us know the truth of Zen is independent of the intellect. This is exactly in accordance with the teaching in the Prajna-paramita-Sutra: "Not to have any Dharma to discourse about, this is discoursing about the Dharma."

VI. Flowers of Emptiness: Zen Mind Has No-Abiding:

The complete sentence which the Buddha taught Subhuti as follows: "Do not act on sight. Do not act on sound, smell, taste, touch or Dharma. One should act without attachments." According to the Diamond Sutra, a Bodhisattva should produce a thought which is nowhere supported, or a thought awakened without abiding in anything whatever. Zen master Hsueh-fêng was one of the most earnest truth seekers in the history of Zen during the T'ang dynasty. He is said to have carried a ladle throughout the long years of his disciplinary Zen peregrinations. His idea was to serve in one of the most despised and most difficult positions in the monastery life, that is, as cook, and the ladle was his symbol. When he finally succeeded Tê-shan-Hsuan-chien as Zen master, a monk approached him and asked, "What is that you have attained under Tê-shan? How serene and self-contained you are!" Hsueh-fêng said, "Empty-handed I went away from home, and empty-handed I returned." According to Zen master Daisetz Teitaro Suzuki in "An Introduction To Zen Buddhism," is not this a practical explanation of the doctrine of "no abiding place"? For Zen practitioners, where is the abiding place for the mind? Zen practitioners' minds should abide where there is no abiding. What is meant by "there is no abiding"? When the mind is not abiding in any particular object, we say that it abides where there is no abiding. But what is meant by not abiding in any particular object? It means not to be abiding in the dualism of good and evil, being and non-being, thought and matter; it means not to be abiding in emptiness or in non-emptiness, neither in tranquility nor in non-tranquility. Where there is no abiding place, this is truly the abiding place for the mind, and the non-abiding mind is the Buddha-mind. In fact, the mind without resting place, detached from time and space, the past being past may be considered as a non-past or non-existent, so with present and future, thus realizing their unreality. The result is detachment, or the liberated mind, which is the Buddha-mind, the bodhi-mind, the mind free from ideas or creation and extinction, of beginning and end, recognizing that all forms and natures are of the Void, or Absolute.

When a thing has its fixed abode, it is fettered, it is no more absolute. In "No-abiding" Zen, the mind is without a resting place, detached from time and space, the past being past may be considered

as a non-past or non-existent, so with present and future, thus realizing their unreality. The result is detachment, or the liberated mind, which is the Buddha-mind, the bodhi-mind, the mind free from ideas or creation and extinction, of beginning and end, recognizing that all forms and natures are of the Void, or Absolute. In fact, where is the abiding place for the mind? According to the Prajnaparamita Sutra, the mind abides where there is no abiding. But what is meant by "there is no abiding place?" Also according to the Maha-Prajna-paramita Sutra, when the mind is not abiding in any particular object, we say that it abides where there is no abiding. But again, what is meant by not abiding in any particular object? And again, according to the Prajnaparamita Sutra, "not abiding in any particular object" means not to be abiding in the dualism of good and evil, being and non-being, thought and matter; it means not to be abiding in emptiness or in non-emptiness, neither in tranquility nor in non-tranquility. Zen practitioners should always remember that where there is no abiding place, this is truly the abiding place for the mind, for that mind is Buddha's mind.

***(C) The Message for Zen Practitioners
From the Buddha Via the Heart Sutra***

In Buddhism, we have always been hearing about letting go and not clinging to anything. What does the Buddha mean on letting go? He means in daily activities, no way we can let go everything. We have to hold on things; however, try not to cling to them. For example, we try to make money for our living expenses, but not try to cling on making a lot of money to accumulate regardless of the means of making the money. Practitioners do everything with a mind that lets go. Do not expect any praise or reward. Zen practitioners should always remember that mind of detachment or renunciation includes physical (wealth, body, form, sound, smell, taste, touch, etc) and mental (biased minds, wrong views, self-grasping, ego-grasping, etc). If we let go a little, we will have a little peace. If we let go a lot, we will have a lot of peace. If we let go completely, we will know complete peace and freedom. Through the short sutra of the Heart Sutra, we can see the basic teaching of the Buddha on how to let go distorted dream-thinking

far behind in order to immediately achieve the Ultimate Nirvana of all Buddhas of the three periods. However, in practical daily life, speaking is easy but doing is extremely difficult. The most important thing that the Buddha advised in the Heart Sutra is that those who are able to cultivate in accordance with the Buddha's teachings, even just a part of it, will have a life that is far beyond all perverted views, confusions, and imaginations; a life that is free from all kinds of sufferings and afflictions; and a real life of peace, mindfulness and happiness. In order to be able to let go in the exact meaning of the Buddha's teaching, we should have the ability to accept both good and bad together. To be able to do this, Zen practitioners should hold firmly in mind the principle of "non-discrimination" that the Buddha taught in the Heart Sutra. Of course, it is difficult for normal people like us to imagine that "form is not different from emptiness; emptiness is not different from form" because, for us the two states of happiness and suffering are totally different and contrary to each other. But if we really want to let go, we will not have any other choice! In short, the fragrance of the Heart Sutra can only spread out once we determine to cultivate and experience the Prajna Wisdom, for this wisdom is a special kind of light that goes beyond all limits of any mundane wisdom. As a matter of fact, it is because of the Prajna Wisdom that a suffered and afflicted being can be truly liberated and a real life of enlightenment and happiness can be re-established, not in another life, but right here and right now.

Tài Liệu Tham Khảo

References

1. *Bát Nhã & Tánh Không*, Thiện Phúc, USA, 2021—*Prajna & Emptiness*, Thiện Phúc, USA, 2021.
2. *Gems of Buddhist Wisdom*, Most Ven. Dhammananda, Kular Lumpur, 1983.
3. *The Heart of Wisdom*, Dr. C.T. Dorji, New Dehli, 2005.
4. *Ngũ Uẩn*, Thiện Phúc, USA, 2021—*The Five Skandhas*, Thiện Phúc, USA, 2021.
5. *Phật Pháp Căn Bản (Việt-Anh)*—*Basic Buddhist Doctrines*, 08 volumes, Thiện Phúc, USA, 2009.
6. *Phép Lạ Của Sự Tĩnh Thúc*, Zen Master Thích Nhất Hạnh, 1975.
7. *Kinh Thủ Lăng Nghiêm*, Hòa Thượng Bích Liên, Hòa Thượng Nhứt Phước, Hòa Thượng Từ Quang, 1957.
8. *Thủ Lăng Nghiêm Kinh*, Tâm Minh Lê Đình Thám, 1961.
9. *Thủ Lăng Nghiêm Kinh*, Trí Độ và Tuệ Quang, 1964.
10. *Trung A Hàm Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
11. *Trung Bộ Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
12. *Trường A Hàm Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
13. *Trường Bộ Kinh*, Hòa Thượng Thích Minh Châu: 1991.
14. *Trường Bộ Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
15. *Tương Ứng Bộ Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
16. *Từ Điển Phật Học Anh-Việt*—*English-Vietnamese Buddhist Dictionary*, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 2007.
17. *Từ Điển Phật Học Việt-Anh*—*Vietnamese-English Buddhist Dictionary*, 6 volumes, Thiện Phúc, USA, 2005.
18. *Từ Điển Thiền Việt-Anh*—*Zen Dictionary, Vietnamese-English*, 12 volumes, Thiện Phúc, USA, 2016.
19. *Từ Điển Thiền & Thuật Ngữ Phật Giáo Việt-Anh Anh-Việt*—*Vietnamese-English English-Vietnamese Dictionary of Zen & Buddhist Terms*, 12 volumes, Thiện Phúc, USA, 2016.
20. *The Unborn*, Bankei Yotaku, translated by Norman Waddell, NY, U.S.A., 1984.
21. *Vạn Hạnh, Kẻ Đi Qua Cầu Lịch Sử*, Thích Mãn Giác, NXB Tôn Giáo, TPHCM, 2003.
22. *Về Thiền Học Khởi Nguyên Của Phật Giáo Việt Nam*, Thích Chơn Thiện, NXB Văn Mới, Gardena, CA, U.S.A., 2003.
23. *The Vimalakirti Nirveda Sutra*, Charles Luk, 1972.
24. *Vô Môn Quan*, Thiền Sư Vô Môn Huệ Khai, dịch giả Trần Tuấn Mẫn, VN, 1995.
25. *Walking with the Buddha*, India Dept. of Tourism, New Delhi, 2004.
26. *What Is Zen?*, Alan Watts, Novato, CA, U.S.A., 1973.
27. *When The Iron Eagle Flies*, Ayya Khema, London, England, 1991.
28. *Wherever You Go There You Are*, Jon Kabat-Zinn, Hyperion, NY, U.S.A., 1994.
29. *The Wisdom of Solitude*, Jane Dobisz, Harper, SF, CA, U.S.A., 2004.
30. *The Wisdom of the Zen Masters*, Irmgard Schloegl, NY, U.S.A., 1975.
31. *The World of Zen*, Nancy Wilson Ross, Random House, NY, U.S.A., 1960.
32. *Zen*, Lex Hixon, Larson Publications, USA, 1995.

33. *Zen Antics*, Thomas Cleary, Boston, MA, U.S.A., 1949.
34. *Zen Art For Meditation*, Stewart W. Holmes & Chimyo Horioka, Tokyo, 1973.
35. *The Zen Book*, Daniel Levin, Hay House Inc., U.S.A., 2005.
36. *Zen Buddhism: A History India and China*, Heinrich Dumoulin, World Wisdom, Indiana, U.S.A., 2005.
37. *Zen Buddhism: A History Japan*, Heinrich Dumoulin, Mcmillan Publishing, NY, U.S.A., 1990.
38. *Zen Buddhism and Psychoanalysis*, D.T. Suzuki and Richard De Martino, 1960.
39. *Zen's Chinese Heritage*, Andy Ferguson: 2000.
40. *Zen Dictionary*, Ernest Wood, NY, U.S.A., 1957.
41. *The Zen Doctrine of No Mind*, D.T. Suzuki, 1949.
42. *Zen Action Zen Person*, T.P. Kasulis, University of Hawaii Press, U.S.A., 1981.
43. *Zen In The Art Of Archery*, Eugen Herrigel, 1953.
44. *Zen And The Art Of Making A Living*, Laurence G. Boldt, Auckland, New Zealand, 1992.
45. *The Zen Art Book: The Art of Enlightenment*, Stephen Addiss & John Daido Loori, Shambhala, Boston, MA, U.S.A., 2007.
46. *The Zen Book*, Daniel Levin, Hay House Inc., U.S.A., 2005.
47. *Zen Buddhism*, The Peter Pauper Press, NY, U.S.A., 1959.
48. *Zen Enlightenment Origin And Meaning*, Heinrich Dumoulin, Shambhala, Boston, MA, U.S.A., 1976.
49. *Zen Flesh Zen Bones*, Paul Reps, Tai Seng, Singapore, 1957.
50. *A Zen Forest*, Soiku Shigematsu, Weatherhill, NY, U.S.A., 1981.
51. *Zen and Japanese Culture*, Daisetz Teitaro Suzuki, Bollingen Foundation Inc., NY, U.S.A., 1959.
52. *Zen In The Light Of Science*, Thích Thông Triệt, Perris, CA, U.S.A., 2010.
53. *Zen Masters Of China*, Richard Bryan McDaniel, Tuttle Publishing, Vermont, U.S.A., 2013.
54. *Zen Masters Of Japan*, Richard Bryan McDaniel, Tuttle Publishing, Vermont, U.S.A., 2012.
55. *Zen Mind, Beginner's Mind*, Shunryu Suzuki, Tokyo, Japan, 1970.
56. *The Zen Monastic Experience*, Robert E. Buswell, Jr., Princeton University Press, NJ, U.S.A., 1992.
57. *Zen Path Through Depression*, Philip Martin, Harper Collins Publishers, NY, U.S.A., 1999.
58. *Zen Philosophy, Zen Practice*, Hòa Thượng Thích Thiên Ân, 1975.
59. *Zen In Plain English*, Stephan Schuhmacher, New York, NY, U.S.A., 1988.
60. *Zen Reflections*, Robert Allen, Michael Friedman Publishing Group, Inc., NY, U.S.A., 2002.
61. *Zen Training of the Zen Buddhist Monk*, D.T. Suzuki, Cosimo Classic, NY, U.S.A., 2007.
62. *Zen Virtues, from Volume I to Volume IV*, Thiện Phúc, CA, U.S.A., 2017.