

NGƯỜI TU ĐẠO LẤY TÂM LÀM GỐC



Người tu đạo lấy tâm làm gốc - Tâm nhiệm ô thì hành động nhiệm ô, hành động nhiệm ô thì không thể tránh khỏi khổ đau. Do đó giữ tâm trong sạch, thận trọng trong việc làm là điều thiết yếu của

đạo.

Thượng tọa Thích Thiện Hạnh

Phó Viện trưởng Phân viện NCPHVN tại Hà Nội

Con đường tu tập, lấy Tâm làm gốc cho thân, tâm có yên thì gốc mới vững vàng. Nhờ đó tâm được an nhiên tự tại, không loạn động, dứt trừ được phiền não. Người tu tập, phải luôn quán sát tâm của chính mình, giữ gìn chính niệm, khi vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm khởi lên, liền biết không theo.

Nói đến Tâm thường được dùng để hướng suy nghĩ của con người đến cái thiện, tu thân, dưỡng tính, sống tích cực và làm nhiều điều tốt lành. Tâm lệch lạc thì cuộc sống điên đảo điên. Tâm gian dối thì cuộc sống bất an. Tâm ghen ghét thì cuộc sống hận thù. Tâm đố kỵ thì cuộc sống mất vui. Tâm tham lam thì cuộc sống đối trá. Chữ Tâm gắn liền với đạo Phật nên mới có câu:

*“Nương theo giáo pháp Phật Đà
Chữ Tâm Phật dạy giúp ta độ đời
Đến bờ giác ngộ thanh thoi
Xa rời phiền não cuộc đời an vui”*

Bởi vì Tâm là một luồng tư tưởng, một chuỗi dài tư tưởng, có sinh có diệt (khác quan niệm “hồn thiêng bất tử”), có năng lực (nghiệp lực) được chuyển từ luồng này sang luồng khác. Cái luồng tâm này với những nghiệp lực là căn bản cho sự tái sinh.

Theo Vi Diệu pháp, tâm không phải là một cá thể, mà là một dòng tâm thức gồm nhiều loại tâm khởi lên rồi diệt. Khi con người còn sống thì dòng tâm thức lặn lẽ trôi chảy trong ngũ uẩn, nếu không có một tâm nào khác khởi lên. Khi chết, dòng tâm thức cuối cùng của kiếp này trở thành dòng tâm thức đầu tiên của kiếp sau.



Trong kinh Đại Bát Niết Bàn Đức Phật có dạy “Tất cả chúng sinh đều có bản tâm thanh tịnh. Chúng sinh chẳng nhận thấy được vì bị vô minh che lấp”. Cho nên “Tâm” điều khiển hành động. Tâm tốt sẽ có hành động lương thiện tạo ra thiện hạnh, tâm xấu thúc đẩy lòng tham, sự ích kỷ, sân si.

Trong đời sống có lương thiện hay xấu xa, sẽ trở nên hạnh phúc hay đau khổ cũng do “tâm” của chúng ta tự định đoạt. Trong kinh Đức Phật dạy: “Này Tỳ kheo, tâm dẫn thế gian đi, tâm nhiễm trước, tâm khởi tự tại. Này Tỳ kheo, chính nó dẫn thế gian đi, chính nó nhiễm trước và cũng chính nó khởi tự tại”.

Khi chúng ta gieo những tâm tốt đẹp sẽ nhận trái ngọt, cuộc sống trở nên nhẹ nhàng, đơn giản, bình dị nhưng không kém phần hạnh phúc. Ngược lại, những người luôn mang những tâm xấu xa, nghi kỵ đến mọi nơi thì sống trong tiền bạc, nhưng lựa cũng chẳng thể vui vẻ, hạnh phúc được.

Hiểu lời Phật dạy về chữ Tâm giúp mỗi người thức tỉnh trong cuộc sống và tu tập, áp dụng những phương pháp để loại bỏ ra khỏi tâm những phẩm chất xấu, chiếu ánh sáng vào phần ‘tối’ của tâm thức. Như vậy đạo Phật chính là đạo nói về Tâm, tùy theo trình độ căn cơ của chúng sinh mà mỗi kinh nói về Tâm mỗi khác.

Khi thì nói về Tâm tính, khi thì nói về Tâm tướng, khi thì nói về Tâm dụng. Thậm chí có khi đề cập vấn đề thế giới sắc trần, sự vật biến chuyển... tất cả đều là để hiểu rõ trạng thái của tâm

trong từng điều kiện, hoàn cảnh cụ thể nhằm thực hành chuyển mê khai ngộ.

Cho nên, toàn bộ hệ thống giáo lý Phật giáo do Đức Phật thuyết giảng đều nhằm mục đích “chuyển mê khai ngộ” cho chúng sinh. Vì mê và ngộ là gốc của khổ, vui. Mê thì khổ, ngộ thì vui. Mê thì thành chúng sinh luân hồi sinh tử, ngộ thì thành Phật giải thoát Niết Bàn. Nhưng mê là Tâm mà ngộ cũng là Tâm.

Chuyển mê khai ngộ tức là chuyển đổi Tâm mê lầm thành Tâm giác ngộ. Vậy, Phật Pháp là hệ thống của sự chuyển hóa hay tôi luyện tinh thần, để đạt được nội tâm tĩnh tại. Trong kinh Pháp Cú, Đức Phật cũng dạy rõ về hai trạng thái nhiễm tịnh của tâm, cũng như kết quả của hành động theo hai trạng thái ấy như sau:

*“Ý dẫn đầu các pháp
Ý làm chủ ý tạo
Nếu với ý ô nhiễm
Nói lên hay hành động
Khổ não bước theo sau
Như xe, chân vật kéo”*

*“Ý dẫn đầu các pháp
Ý làm chủ ý tạo
Nếu với ý thanh tịnh
Nói lên hay hành động
An lạc bước theo sau
Như bóng chẳng rời hình”*

Qua những lời dạy trên của đức Phật, đã cho chúng ta nhìn thấy một cách đúng đắn về trạng thái của tâm. Khi nói đến trạng thái của tâm, trong Phật Pháp thường nói đến hai trạng thái đó là nhiễm và tịnh, gọi đủ là tâm nhiễm ô và tâm thanh tịnh.

Vậy tại sao lại nói là do tâm tạo? Nguyên cái tâm này dù nói bất biến mà cũng là tùy duyên, vì tùy duyên nên năng tạo; nói tùy duyên là vì một niệm thành linh sinh khởi, hoặc tiếp xúc với ngoại cảnh, trong và ngoài cảm ứng với nhau, gọi là nhân duyên, có nhân duyên mới thành pháp giới, ví dụ:

“Tâm như nước, pháp giới như làn sóng. Bản thể của nước vốn yên tịnh, chẳng phương sở, chẳng lay động, khi gặp gió thổi thì muôn ngàn làn sóng tùy sự tiếp xúc mà nổi lên. Vậy thì nước có thể tạo ra làn sóng, làn sóng do nước mà có; cũng như Tâm có thể tạo ra pháp giới, pháp giới do tâm mà có vậy”.

Do đó: Nhất thừa linh động, vạn đức trang nghiêm, thanh tịnh tròn đầy là cảnh giới của chư Phật; Thường tu lục độ, tổng nhiếp vạn hạnh, cứu giúp chúng sinh là cảnh giới của Bồ Tát; Ngộ pháp nhân duyên, thấu lý duyên sinh, là cảnh giới của Duyên Giác; Rõ lý tứ đế, chứng đắc Niết Bàn, là cảnh giới của Thanh Văn; Ham tu pháp lành, tạo nhân hữu lậu, là cảnh giới của cõi

Trời;

Ái nhiễm chẳng ngừng, cũng tu phước thiện, là cảnh giới của cõi Người; Chấp tâm hiếu thắng, nổi sân đấu tranh, là cảnh giới của Tu La; Ái kiến làm gốc, bỏn xẻn làm nghiệp, là cảnh giới của Ngạ quỷ; Tham dục chẳng ngừng, luôn luôn si tưởng là cảnh giới của Súc sinh; Tạo mười ác nghiệp, lục căn thọ báo, là cảnh giới của Địa ngục.

Tóm lại, vô biên thế giới y theo tâm này mà biến hiện, Mặt Trăng, Mặt Trời y theo tâm này mà vận hành; sự mê của tất cả chúng sinh là mê tâm này; sự ngộ của thánh hiền tam thừa là ngộ tâm này; sự dẫn dắt của Bắc truyền giáo điển là dẫn dắt tâm này; sự khai thị của lịch đại Tổ sư là khai thị tâm này; đơn truyền là truyền tâm này; nhiều kiếp tu tập là tu tâm này; chứng ngộ từng bậc là chứng tâm này.

Do tâm này tùy duyên biến tạo, nên mới có mười pháp giới, nếu được nhất tâm chẳng sinh, liễu ngộ thực tính, thì mười pháp giới cũng theo đó mà thông suốt.



Tâm được biểu hiện theo hai chiều hướng nhiễm và tịnh khác nhau, qua đó chúng ta biết được then chốt của tu học Phật Pháp, chính là phải thay đổi tâm niệm, thay đổi hành vi cử chỉ, ngôn

ngữ của mình. Nếu ai có thể chuyển đổi được, thì chính là công phu chân thật, ắt sẽ có ngày quay về với chân tâm bản tính thanh tịnh của mỗi chúng ta. Cho nên Trong Tám quyển sách quý của Ngài Thiện Hoa nói rằng:

“Người đời hung dữ, vì chẳng biết tu tâm. Gia đình không hạnh phúc, vì chẳng biết tu tâm;. Xóm, làng hay rầy rà kiện cáo vì dân quê chẳng biết tu tâm; Thế giới chiến tranh, tương tàn tương sát, vì nhân loại chẳng biết tu tâm; Phật tử tu hành bị thối chuyển, vì chẳng biết tu tâm. Con người có Tu Tâm, mới trở nên hiền từ.

Gia đình có Tu Tâm, thân tộc mới được hạnh phúc. Quốc gia có Tu Tâm, nước nhà mới có thịnh trị. Nhân loại có Tu Tâm, thế giới mới được hòa bình. Phật tử có Tu Tâm, mới mau thành đạo chứng quả.”

Trong sách Đại học nói:

“Dục bình thiên hạ, tiên tri ky quốc; dục tri ky quốc, tiên tề ky gia; dục tề ky gia tiên tu ky thân, dục tu ky thân, tiên chành ky tam”

Nghĩa là: Muốn cho thiên hạ được hòa bình thì trước phải mỗi nước được thanh trị; muốn cho mỗi nước được thanh trị, thì mỗi gia đình trước phải chỉnh đốn; muốn cho gia đình được chỉnh đốn, thì mỗi người trước phải tu thân; muốn tu thân, thì mỗi người trước phải sửa Tâm mình cho chân chính.

Cho nên, một người tránh dữ làm lành, thì người ấy trở nên hiền từ. Cả gia đình đều tránh dữ làm lành, thì gia đình được hạnh phúc. Cả nước đều tránh giữ làm lành thì toàn dân có đạo đức, trở nên một nước thanh trị. Cả nhơn loại đều tránh dữ làm lành, thì lo chi thế giới chẳng được đại đồng, nhơn loại không hưởng được hạnh phúc thái bình. Vì vậy mọi lẽ thiện ác đều từ do “tâm” mà ra. Một cách khái quát, qua các kinh điển Phật Giáo.

Trong Trung A Hàm và Trường A Hàm thì Đức Phật đề cập đến tâm dục thiện, tức tâm mong muốn làm điều thiện để làm động lực tu hành ban đầu. Nhưng để đạt đến mục đích cuối cùng là Niết bàn, thì tâm phải ở trạng thái định tĩnh, tức không còn cầu mong gì cả, vì dù cho là cầu mong gì thì cũng là vọng tâm. Cho nên tiến tới kinh Tăng Nhất A Hàm, Đức Phật có dạy: “Tam giới tâm tận, tức thị Niết bàn”.

Tóm lại, dù nhìn dưới khía cạnh nào, có thể nói theo Thiền Tông: Có hai thứ tâm. Một thứ là tâm theo dòng tâm thức, khởi lên rồi diệt, vì ngũ uẩn bị mê mờ bởi tham ái, dục lạc, vọng tưởng; tâm này được gọi là Vọng tâm là tâm của chúng sinh. Hai là Chân tâm có tự tính là thanh tịnh, không sinh diệt, không dao động, thường vắng lặng, là tính giác của những vị đã giác ngộ, cũng còn được gọi là Tâm Phật.

Trong Phật thuyết Đại Thừa Vô Lượng Thọ Trang Nghiêm Thanh Tịnh Bình Đẳng Giác Kinh tập 371 có nói rằng: “Tam giả lạc thanh tịnh tâm, dục linh nhất thiết chúng sinh đắc đại Bồ-đề cố, dĩ nhiếp thủ chúng sinh, sinh bỉ quốc độ cố, Bồ-đề thị tất cánh thường lạc xứ, nhược bất linh nhất thiết chúng sinh, đắc cứu cánh thường lạc giả tắc vi Bồ-đề môn” (Thứ ba: tâm lạc thanh tịnh, mong cho hết thảy chúng sinh đắc đại Bồ-đề, nhiếp thủ chúng sinh, sinh về nước kia.

Bồ-đề là chỗ thường lạc rất ráo. Nếu chẳng làm cho tất cả chúng sinh, đạt được thường vui rất ráo thì trái nghịch với Bồ-đề môn). Trong kinh Đức Phật dạy: “Tu hành vô dục đạo quả nan thành”. Cho nên chư Phật, chư Bồ tát, chư Thánh Hiền Tăng cũng như lịch Đại Tổ sư, hoặc bất cứ ai khi phát khởi tâm tu hành cũng đều lấy đây để tiến tu đạo nghiệp cho tới viên thành Phật quả. Trong Phẩm Thập Địa Kinh Hoa Nghiêm viết:

*“Tam nhu cong hoa su
Hoa chung chung ngu âm
Nhất thiết thế giới trung
Vo bất tao thi pháp”.*

Nghĩa:

*(Tam nhu hoa si kheo
Vẽ các loại ngũ ấm (tức chúng sinh),
Tất cả pháp thế giới,
Đều do tam ma ra)*

Mã Minh đại sĩ đã thâm tóm nhiều kinh điển về một ý nghĩa hàm dung một tâm pháp - tâm chúng sinh trong hai phân chân như và sinh diệt. Tâm chân như hay, Nhất chân pháp giới là thể của các pháp môn đại tổng tướng nên còn gọi là Biển chân tâm có tính không sinh, không diệt, không hình tướng, bao trùm khắp, không thể dùng hình tướng hay ngôn từ để diễn đạt. Sở dĩ nó có tất cả các pháp là do vọng niệm, vọng tưởng, vọng tâm mà thấy có sự sai biệt.

Có nghĩa là lúc khởi lên tư tưởng sai lầm, nhận tâm cảnh giả dối làm chân thật, còn gọi là vọng tưởng. Khi lìa vọng niệm thì không có tướng tất cả các cảnh hay nói đơn giản hơn, ta nhìn thấy muôn hình vạn cảnh sai biệt đều do vọng niệm, nếu lìa vọng niệm thì tướng của các cảnh giới không còn mê hoặc ta được. Vậy nội dung cốt tủy của Kinh Hoa Nghiêm có thể thấy được qua bài kệ:

*“Nhuộc nhân dục liễu tri,
Tam thế nhất thiết Phật,
Ưng quán pháp giới tánh,
Nhất thiết duy tam tao”.*

Dịch nghĩa:

*Nếu người muốn biết rõ,
Các Phật trong ba đời
Phải quán tính pháp giới,
Tất cả do tam tao.*

Ai muốn biết rõ ba đời các vị Phật, làm cách nào để tu thành Phật thì nên quan sát, chiêm nghiệm một cách thâm sâu như thật là các cõi lục phàm, tứ thánh đều xuất phát từ một chữ “Tâm”.

Trong kinh A Hàm, Đức Phật dạy như sau: “Này Phù Di, nếu có Sa môn, Phạm chí có chính kiến; người ấy có ước nguyện tu hành. Phạm hạnh một cách chân chính, thì chắc sẽ chứng quả. Nếu người không có ước nguyện hoặc vừa có ước nguyện vừa không có ước nguyện, hoặc chẳng phải có ước nguyện chẳng phải không có ước nguyện, tu hành Phạm hạnh một cách chân chính thì chắc chắn sẽ chứng quả. Vì sao? Vì tìm cầu quả vị một cách chân chính, nghĩa là đúng đường lối”.

Như vậy, tâm ước nguyện hay tâm dục thiện chính là động lực để thúc đẩy chúng ta tu hành. Tuy nhiên ở đây Đức Phật cũng nói rõ tâm ước nguyện, tìm cầu tu hành Phạm hạnh một cách chân chính.

Nếu như người nào cũng có tâm ước nguyện, tìm cầu tu hành theo tà kiến thì không thể chứng được quả vị, Ngài dạy như sau: “... Nếu có Sa môn, Phạm chí có tà kiến, định tà kiến; người ấy có ước nguyện, tu hành Phạm hạnh một cách tà vạy, thì chắc chắn không thể chứng quả”. Điều này có nghĩa là khi nào dứt sạch tâm trong ba cõi, lúc đó chúng ta mới thấy được Niết bàn.



Tóm lại, để thành tựu được Niết bàn, đi đến giải thoát rốt ráo thì tâm phải phẳng lặng, không còn vọng tưởng. Nghĩa là không còn mong cầu gì cả hay nói cách khác là đạt đến tâm vô nguyện, nếu còn một chút mong cầu thì không thể thành tựu được Niết bàn.

Con người sống trong dục giới lúc nào cũng cảm thấy khao khát, thiếu thốn, được bao nhiêu cũng không thấy đủ, cho nên luôn luôn chạy đôn chạy đáo, tìm kiếm ngũ dục: tiền tài, sắc đẹp, danh vọng, ăn uống và ngủ nghỉ. Khi tâm sân nổi lên, ngay lúc đó, chúng ta sống trong

sắc giới, tức là cảnh giới chấp chặt sắc tướng, lòng như thiêu đốt, sắc mặt tái xanh, vì sự tức giận, vì sự bất mãn. Dù tâm tham không còn, tâm sân cũng tai hại vô cùng.

Lại nữa “Tâm khẩu nhất như”. Tâm nghĩ sao, miệng nói vậy. Miệng thường nói tốt, tâm nên nghĩ tốt. Như vậy, cuộc sống mới được an lạc. Ngược lại, tâm nghĩ một đường, miệng nói một nẻo, miệng nói như vậy, tâm không như vậy, cho nên tục ngữ có câu: “Ở trên đời này, đổ ai lấy thước để đo lòng người”.

Trong sách có câu: “Tri nhân tri diện bất tri tâm” nghĩa là: biết người biết mặt chẳng biết lòng. Cho nên chư Tổ có dạy: Phản quan tự kỷ, nghĩa là: hãy quay lại, quán sát tâm chính mình, để giữ tâm khẩu nhất như.

Thiền sư Hải Huyền nói: “Tâm là then chốt của muôn sự, là cái quan trọng nhất của chúng sinh. Người ta ai cũng có tâm. Thánh nhân có tâm của thánh nhân, chúng nhân có tâm của chúng nhân. Tâm của thánh nhân cũng như tâm của mọi người, nhưng đạt đến cảnh giới “vô ngã” cho nên có thể làm tất cả điều thiện trong thiên hạ. Còn tâm của chúng nhân gò bó cố chấp trong những điều tai nghe mắt thấy nên giỏi lắm là làm điều thiện cho riêng mình.

Cái lượng của tâm rất rộng, cái đức của tâm rất thịnh mới gọi là thánh nhân vậy. Có thể thấy, tâm quan trọng của chữ “Tâm” trong bốn câu thơ đúc kết tinh thần cốt lõi của bài phú Cư trần lạc đạo của Phật hoàng Trần Nhân Tông:

*“Cu trần lạc đạo tha tùy duyên
Co tặc xan hề khôn tặc mien
Gia trung hữu bảo hưu tâm mịch
Đôi canh vô tam mac vân thiên”*

*(Sống đời vui đạo hãy tùy duyên
Đói ăn khát uống mệt ngủ liền
Của báu đây nhà thôi tìm kiếm
Vô tam đôi canh hoi chi thiên)*

Trong nhà có sẵn của báu (gia trung hữu bảo) chỉ cho chân tâm Phật tính vốn có sẵn trong mỗi chúng sinh, như cách dụ “viên ngọc trong ché áo” của gã cùng tử trong Kinh Pháp Hoa. Khi tâm thanh tịnh, sáng suốt không bị ngoại cảnh chi phối, mê hoặc thì không cần hỏi đến phương pháp tu thiền làm gì nữa.

Trong kinh Lăng Nghiêm, Phật dạy: “Nhược bất thức tri tâm mục sở tại, tắc bất năng đắc hàng phục trần lao; thí như Quốc vương vi tặc sở xâm, phát binh thảo trừ, thị binh yếu đương trị tặc sở tại; sử nhữ lưu chuyể, tâm mục vi cụ”. Làm cho ông lưu chuyển sinh tử, là lỗi tại cái tâm và con mắt của ông. Vậy nếu ông không biết cái tâm cùng với con mắt ở chỗ nào, thì ông không thể hàng phục được phiền não trần lao.

Cũng như vi quốc vương bị giặc xâm chiếm, đem binh dẹp trừ, nếu không biết được giặc ở chỗ nào, thì không bao giờ dẹp trừ được giặc.

Bởi vì người đời chi lo thiếu thốn về vật chất, (1.Thiếu thốn về vật chất- Người thiếu thốn về vật chất: Cơm không đủ ăn, áo không đủ mặc, nhà cửa trống trước rách sau, khổ sở về xác thịt. 2. Thiếu thốn về tinh thần- Người thiếu thốn về tinh thần thì tham lam, gian xảo, tật đố, kiêu căng v.v.. tạo đủ điều tội ác; không những có hại cho mình hay một đời mình, nhiều khi còn liên lụy đến bà con, hoặc có hại đến nhiều đời sao nữa, nên thiếu thốn về vật chất.) mà ít ai nghĩ ngợi và lo sợ nghèo thiếu về tinh thần.

Trong sách Nho, Thầy Mạnh nói: “Nhân, nhân tâm giả; Nghĩa, nhân lộ giả; xả kỳ lộ nhi phất do, phóng kỳ tâm nhi bất tri câu”. Nghĩa là: Nhân, là cái tâm của con người vậy; Nghĩa, là con đường của người đi vậy (đi lên, đi xuống, qua lại, tới, lui v.v.. cũng theo đường mà đi).

Tại sao người đời lại bỏ con đường của mình không chịu đi, (người đời làm việc gì cũng nhờ tâm: kinh dinh sự nghiệp lớn lao, cũng nhờ tâm suy tính; được tài hay trí giỏi công danh vĩ đại, cũng nhờ tâm lo lường); thế mà người đời lại bỏ cái tâm của mình, chẳng biết tìm câu. Bởi vì tâm của chúng nhân gò bó cố chấp trong những điều tai nghe mắt thấy nên giỏi lắm là làm điều thiện cho riêng mình.

Do đó, cần phải nuôi dưỡng tâm, dù có bị nói bằng lời lẽ thế nào đi nữa thì tâm cũng không phiền muộn. Ngược lại lúc nào chúng ta cũng phải tâm niệm: “tâm tôi không dao động, miệng tôi không thốt lời thù hận, với tâm hoà ái cảm thông và lân mẫn, tôi bao dung cho người.” Vì vậy, Đạo Phật hướng dẫn mọi người tu sửa thân-tâm để từ từ tăng trưởng lòng rộng lượng (không tham, không tranh giành), lòng từ bi (không sân hận, không thù ghét), trí tuệ (không ngu mụ, không si mê), và những trạng thái tích cực khác của tâm.

Cho nên người học Phật, muốn thoát ly sinh tử, ra khỏi luân hồi, điều cần yếu là phải biết tâm mình. Khi biết được chân tâm và vọng tâm rồi, mới có thể lân hồi dẹp trừ vọng tâm, trở về với bản thể chân tâm của mình được. Cho nên, [Tam nhiệm ô](#) thì hành động nhiệm ô, hành động nhiệm ô thì không thể tránh khỏi khổ đau. Trong kinh Pháp Cú kệ 183 có câu:

*“Tránh làm những điều xấu
Nên làm những điều thiện
Giữ cho tâm trong sạch
Đó là lời Phật dạy”.*

Do đó giữ tâm trong sạch, thận trọng trong việc làm là điều thiết yếu của đạo.

Thượng toạ Thích Thiện Hạnh

Phó Viện trưởng Phân viện NCPHVN tại Hà Nội

“Tâm” là: 1. “tâm hồn” trong tương quan với “thân xác” trên bình diện con người nói chung. 2. “Linh hồn” trong tương quan với “thể xác” trên bình diện con người tôn giáo. 3. “Lương tâm” trong tương quan với “Thiện ác” trên bình diện lý trí. 4. “Cõi lòng” trong tương quan với “thân xác” trên bình diện ý chí. 5. “Trái tim” trong tương quan với “yêu ghét” trên bình diện tình cảm.

Bốn quyển Lăng Già Kinh Chú nêu ra 2 tâm: Hãm-lật-đà (Tự tính thanh tịnh) và Chất đa tâm (Lự tri tâm). Chỉ Quán nêu ra 3 tâm: Chất đa tâm, Hãm-lật-đà tâm (Thảo mộc tâm), Hi-lật-đà tâm (Tính tập tinh yếu tâm). Đại Nhật Kinh Sớ nêu ra 2 tâm: Chất đa tâm và Cán-lật-đà tâm. Cán-lật-đà tâm gồm có 2 nghĩa: Nhục đoàn tâm và Chân thực tâm.

Trong Duy Thức Luận Thuật Ký và Duy Thức Khu Yếu, tông Pháp Tướng nêu ra 3 tâm: Chất đa (tâm), Mạt-na (Ý), Tì-nhã-để (thức). Tông Kinh Lục nêu ra 4 tâm: Hột-lị-đà tâm (Nhục đoàn tâm), Duyên lự tâm, Chất-đà tâm, Kiên-lật-đà tâm (Kiên thực tâm). Tam Tạng Pháp Số quyển 19 nêu ra 4 tâm: Nhục đoàn tâm, Duyên lự tâm, Tích tụ tính yếu tâm, Kiên thực tâm. Tóm kết lại có 6 loại tâm.

Phật giáo quan niệm có tám loại hình tướng của tâm gọi bát thức (Thức là sự phân biệt, phân tích, phân loại và nhận biết đối tượng). Tám thức này bao gồm năm thức giác quan: “Nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, ý thức, mạt na thức (tương ứng với ý niệm về bản ngã), và A lại da thức (là kho chứa mọi dấu ấn từ kinh nghiệm của mình)”.

Sự phân chia tám thức chỉ là một phương tiện để dễ tìm hiểu những mặt khác nhau của thức; nó không phải là cố định như thế. Thực ra tám thức ấy chỉ là tám tác dụng hay tám cách biểu hiện của nhận thức, chứ không phải là “tám cái tâm” riêng rẽ, biệt lập. Tuy là có tám thức, nhưng các thức đều liên hệ mật thiết với nhau; tuy một mà là tám, tuy tám mà là một, cho nên chúng có thể thu về một mối, đó là thức- tức là căn bản thức hay A Lại Da Thức.

Ba cõi, còn gọi là tam giới, đó là: Dục giới, Sắc giới và Vô sắc giới. Khi tâm tham nổi lên, chúng ta sống trong Dục giới, tức là cảnh giới đắm nhiễm tham dục, cảm thấy đau khổ triền miên vì lòng tham của con người không đáy, không bao giờ thỏa mãn được.

Ngô Thì Nhậm toàn tập, tập 5, trang 281, 282