

**THÍCH NHẬT QUANG**

# **SUỐI THIỀN**

**NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO HÀ NỘI**  
**PL 2546 – DL 2002**

## LỜI ĐẦU

Đại dương bao la muôn thuở là chỗ về của ao hồ sông rạch, là chỗ đến của suối nguồn thiên nhiên. Biển Phật pháp như đại dương bất tận và suối thiên là mạch nguồn tuôn chảy luôn hướng về biển tâm.

Cho nên nói đến biển tâm là nói đến suối thiên. Nói đến suối thiên là nói đến lòng đại dương thanh tân tươi mát, vô ưu, diệu kỳ. Ở đó tha hồ cho cỏ cây đá sỏi, cầm thú, muôn loài an lòng tắm mát. Ai đã nghe từ ngất trời, suối thiên tuôn chảy thấm tươi ngàn nội. Đó là gì ? Cũng chẳng là gì đâu. Chỉ là một cảnh lao vun vút vượt trùng dương trở về Tây mà chơi.

Và như thế, suối thiên chảy qua giữa đời thường với bao nhiêu hương vị mặn lạt đắng cay, để biến tất cả thành một vị. Ấy là vị giải thoát, trăm năm nghìn năm vẫn hoài như xưa. Suối thiên không róc rách cuộn cuộn, không đồng vọng âm ba mà tiếng của đất trời thảy đều trong ấy. Bặt hư vô.

Đề từ đó, hành nhân lạc độ đôi mi khép lại, đôi chân dừng nghỉ, chẳng còn bời bời níu vó câu... Đề từ đó, bên dòng suối cũ, ai nghe tiếng cười của mình rộn rã vui.

Nếu có thể, xin được cùng pháp lữ muôn phương, ta thử dừng lại nghe chính mình bên dòng suối vô âm – Suối Thiên –

Thường Chiếu, Mạnh Đông 2001

**THÍCH NHẬT QUANG**



## CỬA VÀO ĐẠO

Đề tài tôi nói hôm nay là Cửa vào Đạo. Trong nhà Thiền, hầu hết các Thiền sinh khi đi hành cước, luôn luôn câu hỏi đầu môi là: “Làm sao con vào Đạo?” Mà cửa đạo là cửa Không, cửa Thiền. Cửa Không thì làm sao vào được? Nếu không biết cửa vào, thì không vào cửa được. Không vào cửa được thì làm sao gặp được ông chủ, trong khi mục đích duy nhất của người tu thiền là gặp và sống được với ông chủ của mình. Cho nên đây là một vấn đề quan trọng đối với hành giả tu thiền.

Sử kể lại một Thiền sư Việt Nam đi hành cước ở Trung Quốc, tới ba tháng mới vào cửa được. Bởi các tùng lâm ở Trung Hoa rất lớn, có đến năm ba lớp cửa, chứ không như xứ ta. Tại cửa Tam quan khách tăng sống tạm một thời gian, tới giờ cơm nước thì vào Trù phòng xin phần ăn của mình, không ai hỏi han hay đặt vấn đề gì hết. Nhưng còn nghỉ ở Tam quan là chưa vào Đạo tràng. Chưa vào cửa được thì chưa ở được.

Thiền sư nước ta ở như thế ba tháng. Một hôm, thầy Tri sự đi ra ngoài công kiểm tra, hỏi ra mới biết đã ba tháng thiền tăng này ở đây. Thầy hỏi: “Tại sao không vào gặp Hòa thượng Đường Đầu?”. Đáp: “Chưa được phép vào”. Nhờ thế ngài mới được vào cửa. Sau khi thưa trình ngài mới thực thụ “được vào cửa”. Được vào cửa lần thứ hai tức là đã nhập Pháp ở đó. Về sau Thiền sư đã mang được Tông phong thiền về xứ ta truyền bá.

Các tông Thiền ở xứ ta được truyền bá rộng rãi như: Thiền Tào Động, Thiền Lâm Tế, Thiền Quy Ngưỡng... Và, như chúng ta đã được Hòa thượng chỉ dạy: Từ những dòng Thiền Tỳ Ni Đa Lưu Chi, Thiền Vô Ngôn Thông, Thiền Thảo Đường từ Trung Quốc truyền sang, sau đó tinh ba các dòng thiền này tụ thành một dòng Thiền Việt Nam, đó là Thiền Trúc Lâm Yên Tử do Trúc Lâm Đại Đầu Đà tức vua Trần Nhân Tông làm Sơ tổ. Hiện nay Hòa thượng Viện trưởng ở đây, một lòng hướng về và gây dựng phát huy lại Thiền Trúc Lâm Yên Tử thuở xưa ở nước ta. Đó là một phái Thiền hoàn toàn Việt Nam.

Trở lại vấn đề vào cửa. Bây giờ làm sao chúng ta vào cửa được? Mục đích vào cửa là để nhận diện lại ông chủ của mình. Từ lâu chúng ta đã ngược xuôi, bỏ quên ông chủ của mình, bây giờ muốn nhận lại thì trước tiên phải vào cửa, mới có thể nhận được. Đây là một vấn đề. Phật tử nói bỏ quên ông chủ tức là bỏ quên chính mình, quay lưng với chính mình, rong ruổi theo những giả cảnh giả tướng bên ngoài. Tại sao chúng ta bỏ quên, điều này cũng dễ hiểu thôi, vì cửa đó là cửa Không, có gì để mà nhớ!

Như đến Thường Chiếu, bước vào cổng Tam quan chụp một tấm ảnh, rồi sang góc điều, Nhà tròn, Phòng khách, Chánh điện... còn một chút hình ảnh lưu lại, chúng ta mới nhớ. Đàng này, đến cũng không mà về cũng không, có cái gì để nhớ! Ông chủ là gì, làm sao quên được? Chính vì thế chúng ta dễ quên khó nhớ vậy. Tuy nhiên, không phải là không có cách nhớ. Trong nhà thiền bảo ông chủ tuy không hình không tướng, nhưng có sẵn ở mắt, tai, mũi, lưỡi... chúng ta, không vắng thiếu lúc nào. Chỉ người khéo hay nhận lấy, khi xúc cảnh chạm duyên liền

nhận ra sự có mặt của ông chủ ngay tức thì. Nếu chúng ta nhận được thì xem như vào cửa được.

Nhị Tổ Huệ Khả hỏi Sơ Tổ:

- Làm thế nào vào Đạo được?

Tổ đáp:

- Ngoài dứt các duyên, trong bật nghĩ tưởng, tâm như tường đá mới vào được Đạo.

Chúng ta muốn vào được cửa Không, muốn làm quen hay sống được với ông chủ thì phải “Ngoài dứt các duyên, trong bật nghĩ tưởng”. Ở ngoài mà dứt hết các duyên không phải là chuyện dễ. Nào là bà con dòng họ, tình cảm thương yêu, buồn lo khổ sở, bao nhiêu thứ đó để lại cho ai? Chưa truyền lại được thì chưa dứt được. Ở đây Tổ nói rất giản dị: Muốn vào Đạo được, giai đoạn đầu phải dứt các duyên bên ngoài, bật hết mọi nghĩ tưởng bên trong. Sau đó tâm như tường vách, mới vào được Đạo.

“Tâm như tường vách” là thế nào? Không phải tâm chúng ta cứng như tường vách, mà như Hòa thượng dạy: Tâm là cái sáng suốt trùm khắp, là trí tuệ linh tri, rỗng rang không hình tướng. Bây giờ muốn vào được chỗ đó, sống được với cái đó, tâm của mình cũng phải rỗng rang, dứt hết mọi vọng tưởng lăng xăng mới khế hợp chỗ ấy. Có khế hợp mới vào được, đó là lẽ đương nhiên thôi.

Phật bảo “buông” chứ không bảo ta làm gì cả, mà sao mình làm không được. Chính như chúng tôi ở trong chùa có bận bịu gì đâu, bắt quá thì quét sân, làm rẫy, rồi tụng kinh, ngồi thiền, ai đến thăm viếng thì nói chuyện đạo lý v.v... không có gì gọi là ràng buộc. Thế mà nhiều khi chúng tôi thấy mình buông cũng chưa được, việc này quả thật không đơn giản đâu. Ví dụ quý thầy đang làm việc bình thường, bất thần có người bảo: “Thằng đó là thằng nào?”, lúc đó mình còn bình tĩnh không, tâm như tường vách chưa, hay là nổi sùng lên, tăng áp huyết, đỏ mặt tía tai, miệng méo, chân đá, tay quơ...

Bây giờ thử nghiệm lại câu nói “Thằng đó là thằng nào?”, sở dĩ câu nói được phát âm là do có miệng, có môi, có răng, có lưỡi... ba bốn thứ hợp lại tương xứng với nhau mới có lời nói kia. Giả như bây giờ cái lưỡi đầy hết cả miệng, hoặc miệng không có hai cái môi, nói ai nghe được. Tóm lại đủ duyên thì phát ra âm thanh như thế. Mà đã là duyên hợp thì không thật. Chúng ta học Phật Pháp biết một cách tường tận điều này, nhưng khi đối đầu tiếp cận với các duyên thì thấy thật, người thật, lời đó nó thật v.v... Bởi thấy thật nên nổi giận, la hét đủ thứ chuyện. Chính hậu quả thấy sai lầm ấy dẫn chúng ta đi lẩn quẩn trong vòng luân hồi.

Bây giờ phẳng ra được, biết sở dĩ mình bị luân hồi sanh tử là vì cái huyền không thật mà ta cho là thật. Từ sự mâu thuẫn ấy sanh ra luân hồi sanh tử. Bởi vậy nên rồi thỉnh thoảng người ta bị tai biến mạch máu não. Là vì thần kinh, ống dẫn máu bị các thứ cù cựa tống tới mạnh quá, chịu không nổi, phải vỡ ra thôi. Tai họa từ sự hiểu biết sai lầm đó. Cho nên Phật, Bồ-tát thấy chúng ta bị luân hồi không có ngày ra, cứ lay hoay với vòng nhân quả như thế.

Trở lại vấn đề vào Đạo. Nếu tâm chúng ta bình yên, không bị động bởi những lăng xăng, biết đúng như thật và làm cũng đúng như thật, đó là chúng ta vào đạo. Ví dụ như ta ngồi bình tĩnh đây, nghe ai nói xấu mình, ta tự nhủ “Ồ, lời nói không thật. Bình thường”. Nếu sống đúng như vậy, tức là cắt đứt được vòng lẩn quẩn luân hồi sanh tử. Đó là vòng khổ đau truyền thống, thấm thía sâu sắc nhất. Đói khổ, thiếu tình thương, thiếu ăn, thiếu mặc, bị bão lụt chết nổi chết chìm v.v... chỉ khổ một đời này thôi. Còn vô minh lầm nhận cái giả cho là thật, tạo vô vàn nghiệp quả thì khổ đau không có ngày cùng.

Bây giờ muốn chấm dứt dòng sanh tử ấy, dễ lắm. Như Sư tổ Đạt Ma dạy: Tâm như tường vách! Một khi tâm ta đã bình thản, không dính mắc vào bất cứ thứ gì là vào đạo được rồi. Một pháp tu cụ thể, rõ ràng. Nghĩa là ngay đây, tâm chúng ta bình thường, rỗng rang, sáng suốt, không bị động bởi bất cứ thứ gì bên ngoài, tự chủ, dứt khoát thì thế giới hòa bình. Nên pháp môn này là pháp môn tối thượng, pháp môn trực chỉ. Nếu chúng ta áp dụng công phu tu như thế sẽ giảm thiểu rất nhiều thời gian. Đó là những điều thiết yếu trên con đường vào Đạo.

Khi tâm không yên chỉ cần lặng xuống, đừng nghĩ ngợi gì thêm thì nó sẽ yên. Chứ tâm đã không yên, mà ta còn quấy động, xáo trộn lăng xăng thì nó càng mệt, càng không yên nữa. Trong lúc đã mệt rồi mà làm thêm cái gì nữa thì mệt hơn, đó là điều đương nhiên. Kinh Viên Giác, Phật dạy: “Muốn nhận được mặt trăng thực, phải từ ngón tay chỉ mặt trăng mà nhận.” Từ ngón tay chỉ mặt trăng, mình nhận mặt trăng thực trên kia. Chứ còn cho ngón tay là mặt trăng, chẳng những không nhận được mặt trăng thực mà làm hư ngón tay. Chúng ta học Thiền, học Đạo nên nhận các phương tiện này mà nhận ra cái thật của mình. Đôi khi ta đến hỏi đạo, Hòa thượng trả lời: “Lúc này trên Trúc Lâm lạnh lắm!” Hoặc “Sáng nay tôi đi về hồi ba giờ rưỡi”, bất giác ta nhận ra. Đó là những con đường vào đạo của nhà thiền.

Nói tóm lại, vào đạo là nhận được tâm. Tâm là cái gì? Là cái Không, cái rỗng rang, cái trí tuệ trùm khắp. Đây là một loại công án bí truyền mà các Thiền sư không giải thích. Học với Thiền sư mà không nhận cái này nhận ra cái kia là chưa biết học. Thiền sư nói cái đó nhưng để chỉ cái kia. Như nhận ngón tay mà chỉ mặt trăng thật trên kia. Chúng ta học cái này rồi dính mắc ở cái này thì không vào cửa được. Tu học như vậy chắc phải ở ngoài cổng năm ba năm, chứ không phải ba tháng đâu. Năm ba năm còn chưa chắc được vào cửa nữa là khác!

Ngài Thần Tán cũng là một Thiền sư Trung Hoa. Ngài có điểm đặc biệt là, từ già thầy đi hành cước, vào cửa được rồi xong việc trở về, nhưng sư phụ thì vẫn còn lúng túng. Một hôm, sư phụ Ngài ngồi đọc sách bên cửa sổ, trên cửa dán giấy. Có con ong muốn bay ra cửa mà cứ vùi đầu vào trong khung giấy. Nhân đó Ngài nói bài kệ như thế này:

Cửa trống chẳng chịu ra,  
Song hẹp lại lao đầu,  
Trăm năm đục giấy cũ,  
Thờ nào góc đầu lên.

Sư phụ ngài lấy làm lạ hỏi:

- Ông đi hành cước được những gì, hôm nay lại nói thế?

Ngài ứng khẩu đọc bài kệ:

Linh quang độc chiếu,  
Thoát xa căn trần,  
Thế lộ chân thường,  
Chẳng vướng chữ nghĩa.  
Tâm tính không nhiễm,  
Vốn tự viên thành,  
Chỉ lìa vọng duyên,  
Tức như như Phật.

Ngài nói cửa trống mà không chịu chui ra, lại cứ chun đầu vào chỗ dán bít lại. Trăm ngàn năm vùi đầu như thế, chừng nào mới ra được. Cái nhìn của các Thiền sư tất cả đều là Không. Còn chúng ta khi ở Nhà khách thì thấy Nhà khách, khi nào ở Nhà tròn thấy Nhà tròn, khi ở Thư viện thấy Thư viện... Tóm lại loay hoay lẫn lộn cả đời chừng ấy việc, biết bao giờ mới ra khỏi luân hồi sanh tử? Cho nên Ngài bảo cửa Không lại chẳng ra, lại vùi đầu vào chỗ bít lấp.

Điều này chắc chúng ta cũng đã từng khắc khoải. Bởi vì nghiệm lại từ ngày mình bước chân vào Thiền viện cho tới bây giờ, tính ra có người mười năm, mười lăm năm hoặc hai mươi mấy năm, nhưng hỏi: “Vào cửa Không được chưa?”, ai cũng sững sốt. Thế là sao? Quả thực chúng ta đã chấp ngón tay cho là mặt trăng nên không thấy mặt trăng mà còn làm hỏng đi ngón tay của mình. Đã cho ngón tay là mặt trăng thì không bao giờ nhận ra mặt trăng thật được.

Ví dụ thầy Tri khách làm việc ở Nhà khách, quét sân, tiếp khách... cứ như thế, không có gì thêm hết thì Nhà khách cũng là Không, tức thì “Lập địa thành Phật”. Bình ôn. Bờ mê bến giác cách nhau một tí tẹo thôi, mà mình cứ muôn đời muôn kiếp loay hoay lẫn lộn không vượt thoát được. Ta còn có những mâu thuẫn khác nữa. Như nghe các Thiền sư nói: “Ăn chỉ biết ăn, ngủ chỉ biết ngủ” nên cứ đợi tới giờ ăn thì ăn, tới giờ ngủ thì ngủ. Mặc tình thụ hưởng, không biết như vậy là thả cho thức tình chạy theo ngũ dục, tạo nghiệp đi trong luân hồi sanh tử. Nên hiểu như vậy là làm to.

Nghiệm lại cho kỹ rõ ràng mình thấy lầm. Phật đã nói “Các pháp duyên sinh là không thật” hoặc “Cái gì giả hợp thì huyễn hóa”, cho tới cái thân này, tâm này cũng hư huyễn, không thật. Chúng ta học được, hiểu được, nhưng tại sao không sống được, chỉ vì làm một chút xíu này thôi. Các Thiền sư tới giờ ăn thì ăn, tâm không đắm trước mùi vị, không khen chê lựa chọn. Khi ngủ liền ngủ không suy tư nghĩ tưởng trăm ngàn thứ. Còn chúng ta khi ăn khi ngủ hoặc điên đảo loạn tưởng, hoặc mê say đắm trước các thứ dục ấy, tâm mê mờ không tỉnh sáng, không làm chủ được mình. Ràng buộc ngoại duyên như vậy, làm sao có thể sánh với sự tự do tự tại của các Ngài.

Nếu nhận được, sống được, thể hiện rõ ràng tâm bình thường ấy trong mọi sinh hoạt là ta đã được vào đạo. Được vào Đạo thì tự tại, an lạc, giải thoát, thanh tịnh, bình đẳng, Niết bàn tức thì, không phải tìm ở đâu xa. Vì vậy lời nói của ngài Thần Tán làm cho vị sư phụ tỉnh, khiến Ngài phải hỏi: “Từ khi đi học đạo về, ta

nghe người nói ra lời nào cũng cao tột. Thế thì người được cái gì?”, ngài Thần Tán thưa: “Bạch Thầy! Con nhờ ơn Tổ Bách Trượng chỉ cho chỗ ấy”. Nhân đây Ngài đọc luôn bài kệ:

Linh quang độc chiếu,  
Thoát xa căn trần,  
Thể lộ chân thường,  
Chẳng vướng chữ nghĩa.

Ở đây Ngài bảo chỗ linh quang riêng chiếu ấy thoát xa căn trần, không vướng chữ nghĩa, mà thể vẫn hiện bày chân thường.

Tâm tính không nhiễm,  
Vốn tự viên thành,

Tâm tính không nhiễm tức là tâm như tường vách, chỗ này Ngài đã chỉ thẳng. Tâm như tường vách vì không nhiễm, không dính đối với tất cả các sự kiện chung quanh nên vững chãi, kiên cố, bất động.

Chỉ lìa vọng duyên  
Tức như như Phật.

Kết thúc Ngài muốn trình lên sự phụ “Chỉ lìa vọng duyên, Tức như như Phật”. Ngài không nói phải tụng bao nhiêu kinh điển, phải ngồi bao nhiêu thời thiền, phải ăn chay bao nhiêu năm... mà Ngài nói chỉ lìa vọng duyên, tức như như Phật. Lìa vọng duyên là lìa cái gì? Vọng duyên là các duyên bên ngoài, mà dưới con mắt trí tuệ nó là vọng, không thật, giả hợp huyễn hóa. Chúng ta từ đó mà phăng ra để nhận được tất cả những gì có đây đều không thật. Nhận được như thế rồi sẽ không lầm, không chạy theo các cảnh duyên bên ngoài, tâm yên ổn. Từ chỗ tâm yên ổn vắng lặng đó mà nhận ra ông chủ của mình, tức như như Phật.

Tôi nhớ câu chuyện một đạo nhân tu theo Lão giáo. Hôm đó ông đi vào rừng núi thâm u, thấy hai Đồng tử ngồi đánh cờ ông đứng lại xem. Khi bàn cờ vừa giải quyết xong, hai vị Đồng tử cũng khuất bóng, ông nhìn lại thì mũ mào áo quần của mình đều mục hết. Như vậy thời gian ông đứng đó không biết bao nhiêu năm, đến nỗi áo quần mục hết, còn hai ông Đồng tử thì đã bay bổng đến non Bồng nước Nhục nào rồi.

Ở Việt Nam chúng ta ngày xưa có quan điểm Tam giáo quy nguyên. Lúc còn nhỏ học hành cho giỏi ra làm quan. Lớn lên tu theo Đạo giáo, bấy giờ mặc áo dài đẹp, mang gươm, tự tại đi trên mây trên gió, trên núi trên non, uống một viên linh đan sống đôi ba ngàn năm, cuối cùng rồi trở về Phật. Tôi nghĩ trở về Phật chắc phải có hai người dìu mới được, không thì đi xe lăn, chứ còn hơi sức đâu nữa mà đi đứng, nói gì đến chuyện tu hành. Đó là kiểu Tam giáo quy nguyên của hồi xưa, tu như vậy thật là trở ngại.

Con người khi buồn quá, bị mất mát một cái gì lớn lao thường đến với Đạo. Cho nên với những nỗi buồn da diết không thể trình bày với ai được, chúng ta thường quay lại sống với tâm mình, nói cho mình nghe. Người Việt Nam chúng ta, có hai trường hợp, vui đến với Đạo mà buồn cũng đến Đạo. Còn trường hợp thứ ba là trong lúc tỉnh táo, không quá vui cũng không quá buồn, chúng ta đến với Đạo. Trong ba trường hợp trên, trường hợp thứ ba là thành công nhất. Giai đoạn này là

giai đoạn lý tưởng để chúng ta học Đạo; đến với Đạo với một tâm bình thường thì dễ nhận được ông chủ, nhận được “bình thường tâm”, tức tâm vô nhiễm.

Ta tu là thực hiện từng giai đoạn, trước nhất đối với các sự kiện chung quanh, cố gắng làm chủ, đừng để bị động bởi những thứ ngược xuôi lằng xằng đó. Giai đoạn thứ hai là làm chủ thân này. Người nào bị lệ thuộc thân này là nguy. Sở dĩ người ta khổ là vì lệ thuộc thân này. Thân này làm khổ mình không ít, nhưng nó cũng là cái phao cuối cùng, là thuyền bè duy nhất, để đưa chúng ta qua sông mê, bể khổ. Người có con mắt tuệ phải sử dụng nó đúng với ý nghĩa ngón tay là ngón tay, phương tiện là phương tiện. Đừng bao giờ lệ thuộc nó.

Các vị tu theo Đạo giáo muốn cho thân này đẹp, sống ngàn năm, muốn bay bổng trên mây xanh v.v... đó chính là những ràng buộc, những hệ lụy từ thân này. Chúng ta tu Phật biết thân này giả tạm, do tứ đại hợp thành. Phật nói tứ đại như bốn con rắn độc ở chung trong một lồng, lúc nào chúng cũng cắn lộn. Như hôm nay quý vị nghe giọng nói của tôi là biết con rắn nước đang cắn con rắn lửa, nó làm lạnh ghệt cứng hai lỗ mũi. Phật nói đúng như vậy.

Chúng ta học lời Phật, nghe lời Phật, hiểu lời Phật, thuộc lời Phật nhưng chỉ chưa làm được lời Phật thôi. Bởi vậy mình vẫn bị lệ thuộc cái này, cái kia mà trong đó lệ thuộc thân này là một nguy cơ lớn. Phải biết thân này là phương tiện đưa ta qua sông. Sóng to gió lớn cần phải có thuyền bè, thân này giống như thuyền bè nên phải khéo duy trì, khéo dùng nó. Tuy nhiên lúc nào cũng nhớ lên bờ rồi thì thuyền không thể vác trên vai, cho nên dùng thân nhưng không chấp thân là thật, ấy mới là người biết tu, người có trí tuệ.

Nói dùng thân, dưỡng thân để tu tập không có nghĩa là ta nuông chiều thân này. Như mình tập ngồi thiền, vừa kéo chân lên nghe đau liền bỏ xuống, thì biết đến bao giờ mới ngồi được! Nên cũng tùy trường hợp mà điều hòa thân, có lúc cũng phải cương quyết, chỉ huy làm chủ nó, bắt nó phải tuân phục mình, để dẹp trừ thói hư lười biếng vốn luôn ngủ ngầm trong thân. Cứ chiều chuộng nó hoài thì làm sao tọa thiền, nhập định. Đã thế thì định tuệ nào mà có được? Những lúc vừa đau liền quở “cho mày đau”. Nó sợ sẽ không dám bung chân ra. Đau quá muốn bỏ cuộc, thì quở mạnh hơn nữa “cho mày chết”. Thử coi nó có chết không, nếu không chết là nó thua mình, mình đã thắng nó, tức đã điều phục được thân. Đây là bước thành công đáng kể đối với người mới tu tập tọa thiền.

Ngày xưa, ngài Phú Lô Na trình với đức Thế Tôn:

- Bạch Thế Tôn, con xin được đến xứ Du Lũ Na giáo hóa chúng sanh ở đó.

Đức Thế Tôn cũng lo ngại cho vị đệ tử trẻ này nên hỏi Tôn giả rằng:

- Ta nghe dân ở đó dữ dằn lắm. Ông đến đó họ chửi ông thì ông nghĩ sao?

- Bạch Thế Tôn! Họ chửi con là vẫn còn thương con, vì chưa đánh đập con.

- Nếu như họ đánh đập ông thì sao?

- Bạch Thế Tôn! Họ đánh đập là vẫn còn thương con, vì chưa giết con.

- Nếu như họ giết ông thì sao?

- Bạch Thế Tôn! Nếu như họ giết con thì con rất cảm ơn, vì họ đã giải quyết sớm giùm con cởi chiếc áo như nhớp xấu xa này, giúp con vào Niết-bàn mau hơn.



Đức Phật gật đầu:

- Ông thật xứng đáng là đệ tử của Như Lai với tinh thần bố giáo vô sở úy. Tâm lực, nhẫn lực và trí lực của ông thật không ai bằng. Vậy Như Lai chấp thuận cho ông đến xứ Du Lũ Na để giáo chúng sanh ở đó.

Chỉ sau ba tháng an cư thôi, ngài Phú Lô Na độ được dân chúng dữ dằn xứ ấy trở thành những Phật tử hiền lương, cất được rất nhiều Tinh xá, nhiều người phát tâm Quy y Tam Bảo, thọ trì ngũ giới. Chẳng bao lâu dân chúng ở đó đều là hàng hộ pháp đắc lực và số người xuất gia tu hành theo tôn giả Phú Lô Na đều dự phần trong các Thánh quả. Đó chính là nhờ ngài Phú Lô Na đã hoàn toàn làm chủ được thân tâm này, không còn lo sợ với việc sanh tử nữa. Tôn giả xem thân nhẹ như lông hồng, nên mới dám quả cảm xông vào chốn hiểm nguy như vậy.

Trở lại việc tu hành của chúng ta. Nếu ngồi thiền vừa đau chân, ta kéo ra thì không được định. Hòa thượng chỉ định ở Thiền viện Trúc Lâm ngồi thiền hai tiếng đồng hồ. Minh bây giờ mới mười lăm phút đã kéo chân ra thì mặt mũi nào thưa với Hòa thượng: “Xin cho con được bình yên”. Yên sao được, Tăng Ni ngồi hơn hai tiếng đồng hồ mà chưa được bình yên trọn vẹn, mình mới ngồi mười lăm phút mà đòi yên thì thật khó nghe quá. Tức là ta còn hệ lụy thân này nhiều quá, dính mắc, không buông được, không làm chủ được đối với thân thì phải bị nó chi phối thôi.

Người thế gian khổ vì thân này cũng bởi những chuyện ăn mặc, hưởng thụ nọ kia. Suốt ngày, suốt đời cứ loay hoay lẫn lộn với thân này. Nhiều cô nói: Thầy ơi ! Sáng mở mắt ra thì đi chợ. Đi chợ về nấu nướng xong là hết buổi sáng. Ăn xong, dọn dẹp xoay qua lo buổi chiều, chiều xong đến tối. Quần quật suốt ngày như vậy nên lên tụng kinh nhớ tầm bậy tầm bạ, tụng lung tung lộn xộn. Tu thế này không biết chừng nào thành Phật? Tôi cũng không biết trả lời làm sao! Nếu khéo thì ta tự buông bỏ, tự sắp xếp việc tu trong từng sinh hoạt của mình, đừng đợi tới giờ mới tu. Như vậy may ra không mất thì giờ, mà cũng không mất mình trong mọi thời mọi lúc. Định tuệ từ đó phát sinh, tăng trưởng. Chứ không còn cách nào khác.

Đó là nói về thân này, về hoàn cảnh bên ngoài, chưa nói tới tâm. Tâm vọng động còn dữ dằn hơn nữa. Cái mình cho là tâm đó thật ra chỉ là vọng tưởng, suy nghĩ, biện biệt lăng xăng mà thôi. Chứ tâm thực là trí tuệ sáng suốt, rỗng rang, bất động như tường vách, không vướng mắc gì hết. Tâm này phải tu mới biết, mới tin được, nói suông như vậy chẳng dính dáng chi đâu. Cho nên chủ yếu là chúng ta làm chủ được đối với tất cả vọng duyên, đừng để tâm chạy ra ngoài rồi vướng mắc theo các trần cảnh. Một phen chạy ra thì trở về rất khó. Được như thế thì “Tức như Phật”, đức Phật như như bất động hiện tiền ngay đây thôi.

Lục Tổ khi được Thượng tọa Minh hỏi về đại ý Phật pháp, Ngài đã dạy thế này: “Không nghĩ thiện, không nghĩ ác, cái gì là bản lai diện mục của Thượng tọa Minh?” Câu hỏi này đồng nghĩa như một câu trả lời, không nghĩ thiện không nghĩ ác, chính ngay đó là bản lai diện mục. Chúng ta thường hoặc nghĩ ác hoặc nghĩ thiện, cho nên không thấy được mặt mày thật của mình. Bây giờ theo lời Tổ dạy không nghĩ thiện không nghĩ ác, chính ngay đó là bản lai diện mục của chúng ta

rồi. Đây quả thực là pháp môn trực chỉ, giản dị như vậy. Nhưng tại sao chúng ta lại đui theo pháp trần, trong khi chính cái quý báu rõ ràng trước mắt lại không nhận! Cho nên biết biên cương giữa mê và ngộ, chỉ cách nhau một chút xíu thôi.

Bài pháp ở đây là vào cửa Không, muốn thế chỉ cần không nghĩ thiện không nghĩ ác, lia hai bên là được, giản dị như thế. Có Thiên sư nói “Dạy Thiền mà nói như thế là không đúng”. Vâng, không đúng. Nhưng phải nhờ ngón tay mới thấy được mặt trăng. Nhờ những phương tiện đó, chúng ta biết được đường vào bằng cách xoay lại chính mình. Miễn sao vào cửa được, nhận ra ông chủ, sống với ông chủ là đủ. Chừng đó phương tiện ngôn ngữ cũng chẳng thể làm ngại được ta, ngược lại nó trở thành diệu dụng nữa là khác. Cho nên quan trọng vào cửa được là mọi vấn đề xem như được giải quyết một cách hoàn bị nhất.

Từ lâu nay cái làm chúng ta phải bận rộn, day dứt nhất là phiền não. Bởi nó luôn nằm sẵn bên mình trong bất cứ lúc nào, ngay cả khi ngủ. Ví dụ bình thường cái mền để như vậy, mình chỉ nằm ở trên, rồi lấy chân tung một cái, là nó phủ lên người. Bữa nay chẳng hiểu sao tung hoài không được. Phiền não. Tức mấy đứa nhỏ để trật, chỉ chút xíu vậy thôi mà lửa nóng xông lên hùng hục, đêm đó hết ngủ, sáng ra mệt mỏi. Phiền não. Thế là ta tìm người để trút hết nỗi giận lên họ. Càng trút lại càng bị phiền não đốt cháy. Cho nên hai chữ phiền não nghĩa là lửa đốt trên đầu, bức xúc trong tâm, không còn minh mẫn sáng suốt nữa. Khi bị phiền não rồi thì tức người này, giận kẻ kia chứ ít khi nào nghĩ lại mình. Ý nghĩ, miệng nói, thân làm toàn bằng lửa giận, đến đâu cháy tới đó là chuyện đương nhiên vậy.

Vì vậy chúng ta phải biết phiền não là lao ra, chứ không phải xoay lại mình. Lao ra như thế thì chừng nào vào được cửa Không? Ví dụ chúng ta ngồi đây, nhìn ra ngoài thấy xe cộ, thấy người tới lui qua lại, thấy vườn cây v.v... chứ không thấy được mình. Đã thế thì làm sao sửa được những khiếm khuyết nơi mình. Chỉ khi nào ta dám nhìn lại, dám nhận những khuyết điểm của mình thì mới vận dụng tâm lực và trí tuệ để bỏ nó. Nhận ra được lỗi từ mình rồi, ta mới không đổ thừa, không phiền não.

Người xưa nói: “Giữ cho tâm trong sạch, không bị phiền não làm mê hoặc. Bởi vì, do u mê mà mình khổ sở và từ đó có phiền não.” Nghiệm cho cùng, sở dĩ phiền não dấy lên được là do ta u mê. Nếu mình sáng không có phiền não nào quấy nhiễu được hết. Nếu sáng tự nhiên ta sẽ có được nụ cười của Bồ-tát Di Lặc. Lúc nào ta cũng tươi vui, phấn khởi, bình yên. Những khi như vậy, ngồi trong nhà cũng thấy thích thú, đi ra đường cũng thích thú, xuống Nhà bếp cũng thích thú, tới Thư viện cũng thích thú, lên Chánh điện lại càng thích thú, càng phấn chấn hơn nữa vì gặp nụ cười của Phật tương đồng nụ cười của mình.

Nói tóm lại, chỉ làm sao biết xoay lại. Đây là máu chốt mà các Thiên Tô Việt Nam dạy chúng ta tu. Như vua Trần Thái Tổ dạy “Phản quan tự kỷ bỏn phận sự, bất tùng tha đắc”. Mà hầu hết các vị Thiên sư thời Trần đều dạy chúng ta phản quan tự kỷ, tức là soi lại chính mình, không nhìn ra bên ngoài. Vì hễ nhìn ra ngoài thì thấy đẹp xấu. Đẹp thì muốn gom về mình, xấu thì tống đi. Tống đi không được thì bực bội lắm. Thế là phiền não. Phiền não là thua rồi! Chỉ có cái mình nhận lại,

thấy rõ nơi mình những gì khiếm khuyết, bỏ đi, đừng chạy theo bên ngoài thì bình yên. Đó là tu.

Trong kinh Pháp Hoa, phẩm Phổ Môn có câu chuyện thế này. Một vị quan chức cao cấp đến hỏi Thầy mình: “Thế nào là gió đen thổi dữ làm thuyền trôi đến nước quỷ La Sát?” Ông thầy trợn mắt, chỉ vào mặt quan viên nói: “Hạng người như ông mà cũng biết hỏi thế?”. Vị kia vốn quan chức cao cấp, xưa nay chưa ai dám tỏ vẻ bất kính, nói gì đến nặng lời. Thế mà hôm nay ông lại bị nhà sư nện cho một búa dữ dội. Ông ta trùng mắt hỏi lại Thầy mình: “Thầy vừa nói gì?” Sư phụ cười đáp: “Đó là gió đen thổi dữ làm thuyền trôi đến nước quỷ La Sát”. Vị quan kia bưng tỉnh, quỳ xuống đánh lễ Sư phụ mình.

Thế nên phiền não, tham sân, tật đố tất cả đều ngủ ngầm nơi ta, chỉ có cơ hội thuận tiện là nó xuất hiện. Nếu chúng ta thường phản quan tự kỷ, làm chủ được thì nó không làm gì được mình. Ngược lại ta không phản quan tự kỷ, không làm chủ thường xuyên, như vị đệ tử quan chức cao cấp kia, vừa nghe lời nói trái tai liền nổi sùng lên thì nước quỷ La Sát hiện tiền. Đó là loại phiền não độc hại do ta u mê ám chướng mà ra, nó sẽ làm khổ mình.

Tuy nhiên có một điều là từ phiền não mà ta bị trầm luân sanh tử, nhưng cũng từ phiền não mà ta tu thành tựu quả vị Bồ-đề. Bởi phiền não là một chất liệu nằm sẵn trong ta nên Bồ-đề cũng luôn có mặt nơi mình. Tất cả huynh đệ chúng ta ai cũng có phiền não, nếu ngay nơi phiền não ta xoay trở lại quán sát nó thì phiền não lặng, trí sáng suốt hiện bày, đó là chủng tử Bồ-đề đã xuất đầu lộ diện. Đây là một pháp tu rất thiết thực, nếu không nói là chính yếu trong quá trình tu đạo để được giác ngộ giải thoát của chúng ta.

Nếu muốn mỗi ngày chúng ta tu hành được tăng tiến, công đức tăng trưởng, trước nhất mình phải nuôi dưỡng sự sáng suốt, đừng bao giờ để trí tuệ lu mờ bởi các vọng duyên bên ngoài. Từ đó đức nhẫn của mình tăng trưởng, sức định tĩnh vững mạnh hơn, trí tuệ Bát-nhã hiện tiền trùm khắp. Đây là kết quả viên mãn nhất, đáng mong muốn nhất của người tu Phật. Dù tu pháp môn nào, cũng phải đến được chỗ này. Không những người tu Thiền, mà bất cứ người tu pháp môn nào của Phật cũng đều phải tinh tảo, định tĩnh, đầy đủ trí tuệ. Như vậy đạo giác ngộ giải thoát, không cầu mà tự được.

Các pháp vốn như thế, nó không cố ý làm mình hạnh phúc hay khổ đau, tất cả đều do chúng ta bất giác mà ra thôi. Nói nó huyền nó cũng bình thường, nói nó thật nó cũng bình thường. Cho nên ta phiền não là tự ta gây tạo thôi, không ai xen vào đó. Vì vậy, ta giải thoát cũng do chính ta cởi bỏ phiền não, chứ không ai đem lại được. Nên nhớ việc tu hành của mình là làm sao mình sống được với tâm rộng rang sáng suốt, đừng bị các pháp kéo lôi.

Chúc toàn thể đạo tràng chúng ta đều tinh tảo sáng suốt để được vào cửa đạo.



## CÁCH SỐNG TRONG ĐẠO PHẬT

Để giúp hàng Phật tử tại gia có được một phương hướng cụ thể cho việc ứng dụng Phật pháp tu hành, hôm nay chúng tôi sẽ nói những vấn đề cần thiết trong đời sống của một tục gia cư sĩ tu Phật.

Đôi khi chúng ta hiểu nhiều mà không áp dụng đạo lý vào đời sống được, thì kết quả chẳng có bao nhiêu. Hoặc dụng công quá nhiều mà kết quả không như ý, sẽ dẫn tới buồn nản không còn muốn tu nữa. Đó là hiện tượng chung của hầu hết giới Phật tử, trong đó có cả Tăng Ni nữa. Có nhiều vị tu mấy mươi năm cũng chưa thấy kết quả gì. Dụng việc không giải quyết được, buồn nản rồi phiền não dấy khởi. Phiền não đã khởi thì trong lòng rộn ràng không yên, cuối cùng đành bỏ cuộc.

Thật ra ai tu được niềm vui, có kết quả lợi lạc thì hiện ra nơi ánh mắt, trong sinh hoạt đi đứng, nói năng, tiếp xúc của người đó. Không riêng hàng xuất gia chúng tôi mà quý Phật tử cũng vậy. Có niềm vui thì tự nhiên trong người mình thoải mái vui tươi. Còn trong lòng bực dọc, thấy chung quanh toàn là những chướng ngại làm cho mình buồn nản. Do đó phải xét soát lại việc tu của mình, đạo lực của mình.

Hồi còn tại thế, có một mùa hạ Phật nhận lời lên Thiên cung giảng đạo cho thân mẫu là Bà Ma Da. Như chúng ta đã biết, sau khi sanh Thái tử Tất Đạt Đa bảy ngày thì bà thăng hóa và nhờ công đức lành, Bà được sinh lên cung trời Đao Lợi, làm một Thiên tử trên đó. Đức Thế Tôn nghĩ đến công ơn cha mẹ, vì vậy Ngài lên cung trời Đao Lợi thuyết pháp. Suốt thời gian ba tháng Ngài vắng mặt dưới nhân gian, chúng đệ tử buồn nhớ vô kể. Đợi chúng mới nghĩ cách: Bây giờ yêu cầu Tôn giả Mục Kiền Liên lên cung trời thỉnh đức Thế Tôn về để đại chúng được chiêm ngưỡng, rồi Ngài trở lên cho tới ngày mãn hạ.

Với yêu cầu ấy, Tôn giả Mục Kiền Liên thấy hợp lý, vì vậy chẳng những ngài mà Tôn giả Xá Lợi Phất cũng đồng đi. Hai vị lên Thiên cung, vào nội điện thì thấy hai vị trời Đế Thích đang ngồi đối diện nhau. Tôn giả Mục Kiền Liên là bậc thần thông đệ nhất, Ngài vận dụng toàn lực mà không nhận được ai là đức Thế Tôn, ai là trời Đế Thích. Hai vị giống hệt nhau, từ sắc diện y phục cho đến hào quang v.v... Cuối cùng Ngài hỏi ý kiến Tôn giả Xá Lợi Phất là bậc trí tuệ đệ nhất Ngài Xá Lợi Phất liền mách nước: “Ông không thấy sao, người có ánh mắt bình an không dao động chính là Thế Tôn của chúng ta. Cứ nhìn kỹ vào ánh mắt hai vị đi, ông sẽ nhận ra”. Quả đúng như vậy. Ngài Mục Kiền Liên nhìn kỹ thì trong hai vị trời, có một vị ánh mắt luôn giao động. Bởi chung quanh ông bao nhiêu công việc hành chánh đang đợi. Tuy ngồi đó nhưng trong bụng không yên, phải lo lắng việc nọ việc kia, nhất là trời Đế Thích chưa chứng đạo, làm sao có được ánh mắt vững chãi bất động như Phật. Sau khi nhận ra đức Thế Tôn, hai Tôn giả liền đến đánh lễ Phật và đưa lời thỉnh nguyện của đại chúng lên đức Phật.

Qua câu chuyện này, chúng ta thấy người bên trong có được niềm bình an, thì tỏ ra bên ngoài mọi oai nghi cử chỉ đều bình an. Phật tử chúng ta khỏi phải hỏi mình tu được hay là không tu được, có kết quả hay không có kết quả, cứ nhìn vào

hình thức cuộc sống của mình là biết. Nếu người bên trong có được sự bình ổn thì việc tu có kết quả. Người còn lãng xãng, bận rộn, vướng mắc thì sự bất ổn hiện ra rất rõ.

Chỗ này các vị bên Luật tông chuyên về giới luật cũng dạy: Nếu người bên trong giữ giới luật nghiêm túc thanh tịnh thì thể hiện ra bên ngoài là hạnh Phật, hạnh Bồ-tát. Người giới đức chưa nghiêm minh, chưa thanh tịnh thì dù hình thức gò bó thế nào, cũng chỉ là gượng ép, chưa thể hiện hoàn toàn nét thanh tịnh bình ổn.

Đạo Phật là đạo giúp chúng ta xoay trở về mình, chỉnh đốn, hóa giải, sắp đặt ổn định bên trong. Bên trong thực sự ổn rồi thì bên ngoài khỏi sợ sai phạm gì. Cho nên Hòa thượng Viện trưởng thường dạy: “Chúng ta biết phần đầu khắc phục cái dở của mình, những thói quen không đúng đạo lý. Đó là biết giữ giới tu hành”. Ví dụ ta vừa có một ý nghĩ sai, liền biết và không cho nó nghĩ như vậy nữa. Tự mình giải quyết lấy, chứ không cần lực nào tác động vào. Rõ ràng ta tự tu nơi chính mình. Đó là cách tu chân chính, giản dị, ai cũng có thể tu được. Chủ trương của đạo Phật là như vậy.

Khi áp dụng đúng với tinh thần Phật pháp, chúng ta có được một niềm bình an giải thoát rồi, thì mọi sinh hoạt của mình đều hợp đạo lý, hoàn toàn thuần phục, trang nghiêm, thanh tịnh. Do đó những người tu càng lâu năm chừng nào, càng có giới đức thanh tịnh chừng nào thì bên ngoài của họ càng hồn nhiên chừng ấy. Sự đi đứng, nói năng, tiếp xúc của những vị ấy luôn luôn tươi mát, an ổn lạ thường.

Phật tử gặp những vị Thầy tu lâu, có đạo hạnh, lớn tuổi, ta liền cảm thấy bình an mặc dù Thầy chưa nói gì. Nhà Phật gọi đó là thân giáo, tức nguồn đạo hạnh tỏa sáng từ bên trong cảm hóa được người chung quanh, mà không cần nói gì cả. Ngôn ngữ không vớ tới kịp chỗ thân giáo này, cho nên thân giáo rất quan trọng trong việc độ người. Các thầy còn linh kinh như chúng tôi, thì đôi khi nói ráo nước miếng mà chẳng ai nghe. Hoặc có nghe cũng để đó chớ không thực hành, không chuyển hóa được mình. Nên biết đạo hạnh, công đức, trí tuệ không cần phải có âm thanh mới truyền bá được. Chỉ nhìn thấy là đã quy kính, đã bình yên rồi.

Như thời đức Phật còn tại thế, lúc nào cũng có 1.250 Tỳ-kheo đi theo Thế Tôn. Chúng ta thử tưởng tượng một đoàn trên cả ngàn người như vậy cùng sinh hoạt chung, cùng đi theo Phật. Chỉ việc đi thôi, nếu vô trật tự một chút là cũng đập hết đồ đạc của thiên hạ rồi. Hoặc mạnh ai nấy nói thì hơn cái chợ Phước Thái này. Nhưng không đâu!

Một hôm chính ông Cấp Cô Độc đến chỗ Phật còn phải ngạc nhiên vì tưởng Như Lai ở một mình, không ngờ tăng đoàn yên lặng, trang nghiêm, thanh tịnh đến như vậy. Đến nơi ông thấy đức Phật đang đi kinh hành. Vừa gặp lần đầu Phật đã gọi: “Cấp Cô Độc, đến đây.”, dường như đức Thế Tôn đang chờ ông. Ông vừa đến gần Phật vừa hỏi người bạn đi bên cạnh: “Nghe nói đệ tử của Phật có cả một ngàn mấy trăm người, tại sao ở đây không nghe một tiếng động?” Bạn ông đáp: “Hãy nhìn dưới tàn cây bóng lá kia, trùng trùng các thầy đang ngồi trong thế tĩnh toạ an nhiên”.

Hình ảnh ấy thật là trầm và đẹp làm sao. Chỉ có đệ tử Phật mới được như thế, chỉ có các bậc Thánh mới có được một cuộc sống bình ổn lạ thường như vậy. Ông Cấp Cô Độc mê say chiêm ngưỡng các thầy trong tư thái an nhiên tự tại. Quý vị nhớ là không có ngủ gục nghe. Các thầy đều ngồi ngay thẳng đàng hoàng, không có gục gặc như chúng ta. Lần đó được đánh lễ và nghe bài thuyết pháp đầu tiên của Phật, Cấp Cô Độc liền chứng được sơ quả Tu Đà Hoàn, bước vào dòng Thánh.

Chỗ này là chỗ chúng ta phải nghiên cứu thật kỹ. Như vậy quả Thánh không phải dành riêng cho hàng tu sĩ mà ai cũng có thể chứng được hết. Với điều kiện là vị đó không vướng mắc, không nao động theo những trần cảnh bên ngoài. Được vậy là có thể chứng quả Thánh rồi. Nên biết giáo pháp của Phật có thể hóa giải được tất cả những nghiệp tập phiền não, chất chứa trong lòng mỗi người từ nhiều kiếp. Nếu chịu tu sửa thì ai cũng có thể bỏ được cái nặng nề tâm tối kia, phấn khởi nhận niềm vui thanh tịnh giải thoát của chính mình.

Vì thế sau khi chứng được Sơ quả, Cấp Cô Độc đã nghĩ làm sao cho giáo pháp này được lan tỏa ra, mọi người đều chung hưởng, đều tu và đạt được niềm an vui ấy. Nên ông phát nguyện xây cất Tinh xá Kỳ Hoàn cúng dường Phật và từ đó ông trở thành vị hộ pháp đặc lực nhất bên giới nam cư sĩ.

Như vậy về phương thức tu hành trong đạo Phật, như tôi đã nói rất nhiều lần, là ai cũng tu được hết. Với điều kiện tâm phải thanh tịnh, buông tất cả vọng tưởng, đừng vướng mắc gì hết thì nhất định sẽ được an ổn. Từ đó niềm bình an ấy sẽ phát triển tùy theo công huân, sự nỗ lực của mình mà ngày càng lớn mạnh hơn. Với kinh nghiệm nhỏ nhoi, chúng tôi thấy rõ nếu chúng ta chịu khó phấn đấu thì không có gì mình không làm được. Lúc nào ta cũng tỉnh, đừng để những thứ bên ngoài bu bám, dẫn dắt. Nếu tu hành đúng cách thức như vậy, chắc chắn chúng ta sẽ được bình an.

Trong Phật giáo, vấn đề đạo đức được xem là quan trọng bậc nhất. Bởi nếu chỉ chú trọng trên hình thức, thì con người lao theo thế giới hiện tượng chung quanh không biết đến bao giờ mới gọi là cùng. Cho nên việc trở về cái gốc ban đầu của mình là nền tảng đạo đức căn bản nhất trong đạo Phật. Người tu phải làm sao chuyển được cái nhìn. Nhìn sai một ly đi cả một dặm, nhìn đúng trở lại thì ngay bờ mê là bến giác.

Chuyển được cái nhìn của mình chính là trí tuệ. Cái nhìn đúng như thật về muôn pháp là cái nhìn trí tuệ. Nó luôn bén nhạy, sáng suốt, mà không có sự phân biệt hơn thua, phải quấy, tốt xấu... Với cái nhìn ấy ta làm chủ được mình. Còn chạy theo bên ngoài, phân biệt vương vít trăm thứ chộn rộn, đó là cái nhìn tâm tối điên đảo, Phật gọi là ngu si.

Pháp tướng tông trong Phật giáo nói thế này, người có cái nhìn không đúng như thật thì khi trời tối, thấy một khúc dây nằm ngoằn ngoèo dưới đất tưởng là con rắn. Do tưởng con rắn nên hoảng hốt sợ hãi, thành ra khổ. Nếu có ánh đèn chiếu vào, thấy rõ đó là sợi dây thì lập tức con rắn mất ngay, người ấy không còn sợ hãi và đau khổ nữa.

Tôi nhớ hôm lên Đà Lạt thăm Hòa thượng, tới chùa Quan Âm của thầy Phước Tịnh, có mấy con chó beç-giê, trong đó con Meka dữ nhất. Nó ra lệnh một tiếng là mấy con kia nhào vô “vật” đối thủ tới sứt thịt, chó chẳng chơi. Tức cười quý thầy mình, khuya dậy nấu cơm, nghe nói thầy Phước Tịnh thả con Meka ra rồi, ai nấy thất kinh. Ông ở nhà bếp thì nhảy lên sàng, ông ngồi thiền thì im re trên giường, không dám thở mạnh... mặc dù chưa ai thấy con Meka ở đâu. Đó là do cái nhìn trong tưởng tượng mà thành sự như vậy.

Ở đây, ngay từ đầu cái nhìn của mình không thấu thể, giữa tối và sáng sợi dây ngoằn ngoèo biến thành con rắn. Bây giờ làm sao? Nhận được sợi dây là sợi dây thì mọi chuyện yên ngay. Đây là gốc của sự tu hành. Tất cả các pháp trong cuộc đời này cũng vậy, ta thấy được như thật thì mọi khổ đau chấm dứt. Ngay cả thân của mình ta cũng từng than khổ vì nó. Lão Tử bên Trung Quốc có nói: “Sở dĩ ta bị họa hoạn là vì ta có thân.” Thế nên Phật dạy biết thân không thật thì tự nhiên họa hoạn hết.

Nếu tu hành nhận được đúng như vậy, thì thật là ngắn gọn, khỏi mất thời gian, mà được bình an ngay trong cuộc sống hiện tại đây. Điều tôi muốn nói là làm sao chúng ta có được cái nhìn thật chín chắn, thật chuẩn, nhìn thấu thể. Đừng nhìn bằng những hình thức bên ngoài. Mọi thứ pháp chung quanh Phật đã nói là không thật, nó không phải là của báu trong nhà mình, nên vứt hết đi, đừng cuu mang mà rước họa vào thân.

Chúng ta nghiệm lại xem thân này cho đến tất cả những thứ chung quanh: Gia đình, sự nghiệp, kiến thức, danh vọng, tiền tài... có thứ nào không từ ngoài đem vô? Đã từ ngoài đem vô thì rõ ràng không phải là của mình rồi. Cho nên được mất là chuyện thường, tại sao ta phải đau khổ vì nó? Rồi đến tâm là những vọng động, điên đảo, chúng cũng không thật, thay đổi vô thường. Vậy ta theo đuổi nó làm gì cho mệt mỏi, rốt cuộc nó cũng đâu còn. Biết rõ như vậy và buông bỏ hết mọi bám víu vào hai thứ thân tâm như huyền này là làm chủ được mình. Từ đó yên ổn thôi.

Cho nên Pháp tướng tông có nói đến ba cái nhìn:

Thứ nhất là Biến kế sở chấp. Tức ta nhìn sự vật bằng vọng tưởng của mình, nên mọi thứ hiện ra trước mắt đều sai sự thật, không thấy thủng được vấn đề, đây gọi là biến kế. Chữ “kế” là so đo, tính toán. Ví dụ sợi dây mà ta nhìn ra con rắn. Nhìn như vậy thì trầm luân sanh tử đời đời không dừng được, có thể nói là không tu được nữa.

Thứ hai là Y tha khởi. Nghĩa là ta thấy các pháp duyên sinh, không thật. Ví dụ trước mắt chúng ta là cái đồng hồ, với con mắt trí tuệ thì đồng hồ do các bộ phận như kim, số, máy móc bên trong, vỏ bên ngoài và công thợ ráp lại, chó không phải ngẫu nhiên mà có, cũng không do một thứ tạo nên đồng hồ này. Nếu rã ra từng món, tìm cái đồng hồ không có. Như vậy tại sao chúng ta si mê chạy theo những hình thức bên ngoài, để rồi bị mê muội dẫn đi, vô tình đánh mất phần trí tuệ sáng suốt của mình. Thấy từng phần không thật như vậy, đó là thấy theo nhân duyên. Cái thấy này chưa phải chân lý, nhưng rất cần thiết trong cuộc sống này.

Người tu phải thấy được thực chất của các pháp. Những gì thuộc về duyên hợp thì biết rõ ràng như vậy, còn cái gì thật thì biết thật. Người biết như vậy là có thể dựa vào dòng Thánh, là giải thoát được nhiều rồi. Tu ngay đây thôi, không đợi phải ngồi thiền hay tụng kinh bao nhiêu năm, hoặc ăn chay mấy tháng, mấy năm... những thứ ấy chỉ phụ thôi. Quan trọng là phải có cái nhìn thấu thể mọi vấn đề, mọi pháp từ con người cho đến sự vật. Phật dạy các pháp duyên sinh thì không thật.

Chúng ta đang ngồi trước một mâm cơm thịnh soạn, đầy đủ tất cả những sơn hào hải vị, với cái nhìn thấu thể thì ta sẽ thấy từng phần ấy không có giá trị gì, chỉ do quan niệm, khẩu vị đắm trước của con người mà sanh chuyện thôi. Nếu thấy thủng vấn đề rồi thì cơm thường cũng là cơm, cơm thịnh soạn cũng là cơm. Ta ăn chỉ vì để tạm sống no lòng thôi, đâu đợi thức ăn ngon mới sống được. Cơm lạt, cơm hẩm, nước lã cũng tạo được sự sống. Do không nhận định rõ ràng cho nên người ta mới đắm trước, chạy theo những thứ giả tạm bên ngoài, mà bỏ quên cái chân thật của chính mình.

Bây giờ phải nhìn thế nào cho đúng với đạo lý? Đây chính là cái nhìn thứ ba Viên thành thật. Ngay bây giờ chúng ta có thể ngồi bình thường mà thấy rõ ràng từng pháp một chung quanh mình. Thấy nhà cửa, xe cộ, cây cảnh, người qua lại, không nhầm lẫn cái nào với cái nào, mà tâm không khởi nghĩ tưởng hay đặt tình cảm thương ghét vào đó. Đây chính là Viên thành thật, cái nhìn của thành thật, của người thấu thể. Cái nhìn ấy là cái nhìn của Phật, là chân lý. Bởi có cái nhìn ấy nên ánh mắt của Phật trong sáng, hồn nhiên, không bị mây mù giăng phủ.

Ánh mắt của Phật, Bồ-tát nhìn thấy cái gì như thật sự hiện hữu của cái đó, không phân biệt dao động, cho nên làm chủ hoàn toàn. Tâm không bị cảnh dẫn dắt, cảnh không bị tâm chia chẻ chọn lựa. Đã thế thì còn ai dẫn ai rong ruổi trong vòng đời điên đảo, lăng xăng lộn xộn nữa. Bây giờ tâm cảnh nhất như. Người tu Phật cần phải có cái nhìn chân thật ấy mới có thể giải quyết việc sanh tử của mình. Như tôi đã nói nhiều lần: “Người xưa làm được, không lý chúng ta làm không được”.

Trái lại, nếu chúng ta chưa thể thấy được các pháp duyên sinh nên mỗi pháp đều có giá trị của nó, đều có hình thức riêng biệt, đều đáng yêu, đều cần thiết cho mình. Người thấy với tâm trạng ấy, thì thôi xin gát qua việc tu hành. Chừng nào khổ đến hăng hay. Bây giờ từ sự thể nghiệm bản thân, có thể họ sẽ thức tỉnh và quay đầu. Như Lai cũng không còn cách nào khác với những chúng sanh chưa đủ duyên.

Phật dạy trong nếp sống của người tu hành luôn luôn phải có sự chuẩn bị. Chúng ta phải sẵn sàng chứ đừng buông xuôi để mất mình bởi các pháp, hay bởi hoàn cảnh của cuộc sống. Không có Phật, Bồ-tát nào kéo chúng ta lên nổi, khi mình luôn cố giữ những nghiệp tập phiền não. Chúng ta phải mạnh dạn buông ra, vất đi thì may ra mới hội ngộ chư Phật, Bồ-tát.

Tôi tạm đưa ra vài yếu tố cần thiết để chúng ta chuẩn bị cho mình thế này:

Thứ nhất là đức tin. Người có đức tin thì làm gì cũng dễ thành công. Cho nên đức tin hết sức quan trọng trong đời sống tu hành. Tin thế nào? Tin rằng mình có khả năng thành Phật, tin mình có thể dùng được vòng luân hồi sanh tử nhiều



kiếp. Chúng ta phải dám tin như thế mới có thể tu tập được kết quả viên mãn. Ai tin được như thế, khỏi phải ghé cây đa hoặc miếu ông miếu bà đốt nhang khấn vái gì cả.

Phật đã nói tất cả chúng sanh đều có trí tuệ đức tướng Như Lai, đều sẽ thành Phật. Đã sẵn có hạt giống Phật rồi, tại sao ta không tin mình sẽ thành Phật chứ? Tin như vậy mới vững vàng từng bước ngay trong đời hiện tại, làm chủ mình giải quyết vấn đề của mình. Nên nhớ không ai có thể giải quyết cho mình được hết, kể cả Phật cũng bất lực. Như Lai từng tuyên bố “Ta chỉ là thầy dẫn đường, các người phải tự đi”.

Hòa thượng Viện trưởng thường nói với chúng tôi: “Mấy chú khỏi đi cầu an cầu siêu, chỉ lo tu thôi.” Tại sao các nơi người ta làm như vậy mà Ngài không làm như vậy? Nhiều Phật tử ở đây rất phiền quý thầy về việc này. Thật ra không đến theo lời mời của quý vị, chúng tôi cũng thấy hơi thiếu một chút, gọi là tình làng nghĩa xóm. Nhưng về phần tu hành, quả thực phải như vậy thôi. Nếu chúng tôi không đủ đạo lý, chưa thực sự yên ổn, giải thoát thì có đến với quý vị cũng chẳng giúp được gì. Niệm tụng là đọc lại những lời Phật dạy, mà bản thân mình chưa thực hành được thì tiếp độ, cầu nguyện cho ai? Giá trị trong đạo Phật chính là sự an lạc từ thân tâm mình tỏa ra, khiến người cảm phục và chuyển đổi theo.

Người đã chết hoặc sắp chết, sáu căn không còn tác dụng nữa, nghe được gì, sửa được gì? Cho nên việc tụng đọc không có kết quả bao nhiêu. Bây giờ còn sống còn mạnh khỏe nên chuẩn bị, nên lo. Nên Thầy chúng tôi thường nhắc: “Phật độ sinh chứ không độ tử”. Tụng kinh trợ tiến chỉ là an ủi phần nào thôi. Ngay trong hiện tại mình lo tu cho có kết quả, từ đó đem kinh nghiệm bản thân dạy Phật tử tu hành cho đúng đắn. Như vậy mới thật sự vì nhau, chứ không phải lấy việc cầu an cầu siêu hết nhà này đến nhà kia, gọi là lợi sanh. Đức Phật ngày xưa không có làm việc này.

Thành ra đạo Phật là đạo cứu sinh, giải quyết ngay hiện tại, chuẩn bị trong hiện tại. Phải có niềm tin thật vững vàng rằng mình có khả năng thành Phật, có khả năng làm chủ được mình. Đó là niềm tin đối với chánh pháp, đối với đức Phật. Tất cả Phật tử có được niềm tin này, kiên cố, sắt đá, không bị lay chuyển bất cứ thứ gì hết, thì việc tu tập chắc chắn sẽ thành công.

Nhiều Phật tử khi làm ăn khá, thường xuyên đến chùa. Tới khi sa sút, cuộc sống khó khăn thì ngại không đến chùa nữa, niềm tin theo đó cũng tan mất. Chúng ta phải làm sao kiên toàn lại điều này? Vấn đề thất bại trong cuộc đời ai chẳng có. Đó là trên phương diện cuộc sống, chứ can chi đến việc tu hành, đến trí tuệ của mình. Cho nên quan niệm đến với đạo bằng hình thức vật chất thế gian là một quan niệm sai lầm.

Ta đến chùa để tu học Phật pháp, chứ đâu phải để vì mục đích nào khác. Ai tiếp, ai mời cũng được; không tiếp không mời cũng chẳng sao. Chỉ cần lòng thanh thản trút hết muộn phiền bên ngoài cổng chùa, vào cửa Phật là để sống với Phật, với sự bình an nội tại trong tâm chứ không phải sống với người ngoài, kể cả quý thầy hay quý cô. Không nên lấy việc thành bại ở đời làm cản trở việc tu học của mình. Lẽ ra càng thất bại thế gian, ta lại càng thấm nhuần hơn về giáo pháp, tin

sâu hơn Phật pháp mới đúng. Bởi đức Phật đã dạy như vậy, ngày nay chính bản thân mình trải qua, quả thật không sai. Ý thức được như vậy, đời sống tu hành của Phật tử sẽ rất vững chắc và không bị lệ thuộc vào tất cả hình thức bên ngoài.

Nên nhớ niềm bình yên không dành riêng cho người có tiền của hay người có địa vị trong xã hội. Niềm bình yên ấy là vinh dự chung cho những ai biết sống, biết buông bỏ những linh kinh trong cuộc đời này. Đó là những người có trí tuệ. Không luận lớn tuổi nhỏ tuổi, nam nữ, giàu nghèo, ai biết buông bỏ cái giả và hàm dưỡng cái thật đều có thể quay về sống bình yên cả. Phật tử chúng ta càng sốt sắng hơn ai hết để thực hiện niềm tin ấy.

Thứ hai là phải thực hành. Học Phật pháp chỉ là phương tiện thôi, quan trọng ở nơi sự thực hành. Ví dụ người Phật tử quy y Tam Bảo: Quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng có nghĩa là trở về sống với Phật với Pháp với Tăng. Kế đó Phật dạy người Phật tử tại gia phải giữ năm giới, không cố ý giết người, làm mất mạng chúng sinh, không gian tham trộm cướp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu, dùng các chất nghiện. Phật tử đã nghe và phát tâm thọ trì những điều giới đó rồi, bây giờ mỗi đêm cứ đọc lại mà không áp dụng, như vậy có gọi là giữ giới không? Thưa không! Như vậy quý vị chưa phải là Phật tử.

Người Phật tử biết giữ giới không cần thiết phải tụng lại những điều giới đó. Mà khi tham nổi lên, mình chặt đứt không cho tham nữa. Lòng nóng giận, sân hận, thù hằn nổi dậy, mình chặt đứt không cho nó tiếp tục phát triển nữa. Đó là người biết cách giữ giới. Người đó là người có sức mạnh, là người đại lực lượng trong cuộc sống này. Chúng ta phải biết cách áp dụng và áp dụng được, thì mới hưởng pháp vị của Phật dạy.

Thứ ba là nhận cho được tâm an tịnh. Ngay trong lòng mỗi chúng ta đều có tâm thanh tịnh bình an cả. Hôm nào đó chúng ta bỗng cảm thấy sao trong lòng mình bình yên quá. Đó là gì? Chính là tâm thanh tịnh hiện hữu nơi mình vậy. Nó không phải từ làn gió mát, từ bầu trời trong, hay từ những lời an ủi của ai đó đưa đến, mà nó tự nhiên như vậy. Thường ngày chúng ta cứ chạy theo bên ngoài, lao xao chộn rộn mãi nên không nhận ra những giây phút bình an sẵn có nơi mình. Vì vậy chỉ cần bỏ hết những lao xao lộn xộn xuống thì sự bình an đó phát ra. Điều này rõ ràng rành rành như vậy. Đây chính là gốc của sự tu.

Ta bình an khi uống một chung trà, bình an khi nghe một bản nhạc, bình an khi nghe lời khen ngợi... tất cả những bình an sung sướng ấy, không phải là bình an thật sự. Khi những thứ đó không còn, ta cảm thấy tiếc nuối, thiếu vắng và tâm trở nên giao động bất an. Tóm lại, các pháp bên ngoài chỉ là miếng mồi độc hại, đánh mất sự bình an của chính mình. Cho nên Phật thường nói người đam mê, chạy theo ngũ dục sẽ không bao giờ thỏa mãn, như người khát uống nước biển vậy. Tìm sự bình an trong các pháp sanh diệt, chính là đánh mất sự bình an vĩnh cửu của chính mình.

Như tôi đã nói thời gian không hẹn, mạng này mỏng manh, búa rìu của quý vô thường lúc nào cũng sẵn sàng siết cổ mình. Một làn gió độc, một cơn rần dữ đều có thể làm mất mạng mình như chơi. Chúng ta còn đợi gì? Phật lý đã hiểu, giới luật đã học, cách tu hành đã nắm, chỉ còn thực hành thôi. Giả dụ ngay hiện

đòi mình chưa hưởng được pháp vị, thì cứ nguyện “Con tu như thế này, nếu chưa xong nguyện đòi đòi gặp Phật pháp tu nữa”. Thực sự Phật pháp không phụ người có chí, có lòng bao giờ. Quý vị đừng sợ điều này.

Nên nhớ một điều, đừng làm các cảnh duyên là cái nhìn cần thiết nhất của một hành giả tu Phật. Làm như thế nào? Như chuyện anh chàng nhà quê xuống phố. Đi ngang cửa hàng bán gương soi mặt, vô tình anh nhìn vào gương thấy có một người ngộ nghĩnh. Anh nghĩ hay là mình mua hẳn về ở nhà mình, biết đâu chừng hẳn sẽ giúp được việc cho mình. Nghĩ thế, bằng mọi cách anh mua cho được cái gương đó.

Về nhà, anh vội kêu vợ khoe: “Bữa nay xuống phố anh mua cái thằng này nè, mình có thể sai vặt nó giúp việc nhà cho mình, em thử tới mà xem”. Bà vợ tới nhìn, liền tru tréo lên: “Trời ơi! Tôi một lòng một dạ chung thủy với ông, cũng chịu ông hết mức, sao ông nỡ lòng nào bạc bẽo với tôi, mà đem cái con quỷ này về đây, mặt mày gì mà thấy ớn, xấu như ma trời. Vậy thì thôi từ đây tôi với ông chấm dứt nghĩa tình”. Vợ anh khóc bù lu bù loa. Anh thì chung hửng, anh nghĩ: hồi nãy mình thấy người đó ngộ ngộ mới đem về đây giúp đỡ việc nhà. Tại sao vợ mình lại nói bạc tình bạc nghĩa, thế nọ thế kia. Mẹ anh nghe vậy vội lại xem. Bà nói: “Trời ơi, cái mụ già cốp bình thiết như vậy, chẳng biết chết nay sống mai, mà ghen tuông cái gì hông biết”.

Câu chuyện cho chúng ta thấy, chỉ vì cái nhìn sai lầm mà điên đảo đầy khởi. Cho nên sống phải có trí tuệ, đừng để mình ngốc đến nỗi như vậy. Chúng ta cũng đã có lúc ngốc như thế, phải không? Nếu cứ kẹt trên hình thức thì quả là ngốc rồi. Dụng một cái là giận, nói một tiếng là hờn v.v... Đây là chỗ người Phật tử phải nhận định để cố gắng buông bỏ, đừng bị kẹt bởi hình thức, đừng ngược xuôi điên đảo. Chúng ta hãy giữ cái hạnh phúc chân thật từ xưa nay của chính mình.

Hạnh phúc đó là gì? Là tánh Phật sẵn có nơi mình. Lúc nào cũng chung thủy, cũng bên cạnh ta, không bao giờ thay đổi. Sống được với tánh Phật ấy, ta đủ năng lực, đủ trí tuệ giải quyết mọi chuyện ngay trong đời này. Vững tin trên hướng đi của mình và có thể tạo được nếp sống của người Phật tử giải thoát, không còn làm mê điên đảo nữa. Người con Phật sống phải giác ngộ, thấy được thực chất của vấn đề. Sợi dây là sợi dây, sợi dây không phải là con rắn. Thấy thủng được nhân duyên sinh của các pháp rồi thì thực sự an ổn, Niết-bàn hiện tại.

Nói “Tu hành” hay “Sống đạo” v.v... là cắt đứt tất cả những tham sân đắm trước từ nhiều đời để thực sự sống lại yên ổn, làm chủ được mình. Tuy thân tứ đại và tâm phân biệt là giả, nhưng nếu ta có trí tuệ, dùng thân đúng với phạm vi của thân, dùng tâm đúng với phạm vi của tâm. Tất cả mọi thứ ta đều dùng đúng với vị trí của nó. Người Phật tử biết rất rõ cái ấy chỉ giả tạm, ta dùng nó trong một giai đoạn thôi, nên không khởi đắm luyến, chấp giữ. Đó là sống đạo.

Đây chính là điều chúng tôi muốn trình bày cho Phật tử hiểu, nhận và sống được với tánh Phật của chính mình. Từng phút từng giây trong hiện tại, ta sống bình an, vui vẻ, làm chủ được mình, đó là nguồn hạnh phúc lớn lao nhất của người con Phật. Ngay bây giờ mỗi chúng ta hãy thử nghiệm lại xem, mình đã bình an chưa, đã làm chủ được các hiện tượng chung quanh chưa, đã vững niềm tin nơi

chánh pháp chưa, tất cả lời Phật dạy mình áp dụng được chưa? Đây là những việc ta phải chuẩn bị, để từ đó gia tăng công phu tu hành của mình. Nếu chưa được thì phải phấn đấu cho được. Phấn đấu bằng mọi cách, chớ không thể thối lui. Tùy mỗi người áp dụng, giá trị thiết thực của Phật pháp sẽ thấy rõ trong cuộc sống này.

Buổi nói chuyện đạo lý hôm nay nhằm nêu ra một số phương hướng cho quý Phật tử thực tập tu hành. Chúng tôi không dám ước vọng gì hơn, mỗi ngày quý vị mỗi an vui hơn trong cuộc sống đầy đạo vị của mình. Chúc tất cả thành công trong ánh sáng của đạo.



## BIẾT TU

Nói đến hai chữ Phật pháp là nói đến biên học mênh mông, chúng ta không cách gì mò cạn được. Vậy thì chỉ còn cách là hiểu được tới đâu ta cố gắng áp dụng tu tới đó, may ra bước vào được ngôi nhà Phật pháp.

Quý Phật tử tại gia, đang đối đầu với trăm phương ngàn kế trong cuộc sống này, nên còn rất nhiều loạn tưởng điên đảo. Người trong chùa loạn tưởng theo kiểu trong chùa, người thế gian loạn tưởng theo kiểu thế gian. Nhìn chung còn là phàm phu, ai cũng còn đầy dẫy điên đảo loạn tưởng. Bây giờ muốn phá vỡ nó, không cách nào khác hơn là chúng ta phải tu tập.

Có anh nông phu nọ, gần nửa đời cần kiệm dành dụm để chuẩn bị cho mấy đứa con sắp thành gia thất. Anh mua được một khoảng đất dành cho thằng hai. Trong khi xới đất chuẩn bị vườn cây, anh đào được một chung vàng to. Lúc đầu anh ngại lắm “Cha! không biết của ai đây?” Anh nghĩ có lẽ là của chủ đất. Thế là anh mời chủ đất tới để trả lại, vì lúc mua đất anh không định có chung vàng. Ông chủ đất cũng đồng quan điểm như anh. Ông nói: “Không, vàng này không phải của tôi, anh đào được là cái lộc của anh đó. Hồi tôi bán đất không tính chung vàng này”. Cả hai bên đều nhượng cho nhau. Thật là hy hữu! Cuối cùng chưa ngã ngũ vào đâu thì trời tối, mạnh ai nấy về.

Sau một đêm suy nghĩ tính toán đủ điều, anh nông phu nọ và cả ông chủ đất đều đi đến quyết định không gì lay chuyển được. Trời chưa sáng hai ông đã gặp nhau, ai cũng mở miệng nói: “Tôi tính kỹ rồi bác ơi, đúng như bác nói chung vàng ấy là của tôi”. Mới ngày hôm qua, hai người tương nhượng nhau, không ai nhận của ấy. Bữa nay khác hẳn, ông nào cũng cố tranh giành để chung vàng thuộc về mình. Cuối cùng hai ông đi đến tranh cãi và ẩu đả nhau nên phải đưa ra quan.

Qua câu chuyện chúng ta thấy, làm việc gì mà có sự toan tính lợi lộc trong đó thì xem như hỏng hết. Chỉ bao giờ chúng ta dám buông được túi lợi cá nhân thì may ra được chút ích lợi chung cho tập thể và cả gia đình mình. Vì thế Phật dạy chúng ta đừng bao giờ toan tính đến tư lợi. Đạo lý sống của người Phật tử chân chánh là tìm hạnh phúc ngay nơi tâm chân thật, ngay thẳng. Sống được như vậy tức là sống có giới, định và tuệ.

Giới là biết làm lành, lánh dữ, có đời sống tương nhượng nhau, không tranh giành lợi lộc bất chính. Trên đời này sở dĩ người ta khổ đau điêu linh là vì những tư lợi, nó thúc bách mình phải chạy ngược chạy xuôi, gây nghiệp rất nhiều. Bởi gây nghiệp hoài nên phải chịu khổ hoài. Phật tử nếu sống giữ giới Phật dạy là chuyển nghiệp, dần dần hết nghiệp, vĩnh viễn được an vui giải thoát.

Kê nữa, chúng ta còn phải giữ tâm định tĩnh. Tâm không điên đảo, ngược xuôi chạy theo các cảnh bên ngoài, luôn vững vàng an định, đó là tu định. Sống được với tâm đó thì trí tuệ sẽ phát sinh, làm việc gì, nghĩ việc gì, nói việc gì cũng sáng suốt. Đó là tu tuệ. Cho nên một đời sống giới định tuệ đầy đủ là một đời sống đạo, đời sống tinh thức, an lạc. Ngược lại, nếu chúng ta mất sáng suốt, ngược xuôi theo dòng đời, tạo nghiệp lằng xằng phải nhiều kiếp trả vay, không bao giờ dứt.

Trong ba điều giới định tuệ thì trí tuệ là gốc. Trí tuệ là cội rễ để chúng ta nương tựa, gây dựng cuộc sống an vui hạnh phúc. Vì vậy người Phật tử không thể nào thiếu trí tuệ được. Sở dĩ chúng ta có tư cách, từng bước đi theo con đường sáng suốt giải thoát là nhờ có trí tuệ. Thế nên đừng bao giờ để mất sự bình tĩnh sáng suốt. Quan trọng là sống tỉnh thức, chớ không phải sống hình thức. Vì vậy dù ở hoàn cảnh nào, chúng ta cũng phải luôn nhớ giữ giới định tuệ. Sống thương nhau, tương nhượng nhau, không vì những tư lợi, điên đảo mà tranh giành cướp đoạt lẫn nhau. Đó là sống đúng chân tinh thần giới định tuệ.

Phật tử đã học Phật pháp, phải biết cách hành trì Phật pháp đã học vào đời sống của mình. Phải quấy, thiện ác, thông đạt sự lý, biết rõ chánh tà, những gì đáng làm, những gì không nên làm, chúng ta đều nắm vững và áp dụng được. Có rất nhiều Phật tử đi chùa năm mười năm, mà cũng chưa nhận định một cách chính xác đâu là chánh đâu là tà, thật đáng tiếc. Đã thế thì đời sống phải phiêu bạt trôi, vì sống mê lầm thì sẽ rơi vào chỗ tối tăm mê lầm.

Tu Phật là tạo được những công đức, để ta an ổn ngay trong đời này và đảm bảo đời sau khỏi nợ nần vay trả nữa. Đó là người biết đầu tư vốn liếng cho mình. Người như vậy ở đâu cũng đem lại niềm vui cho mọi người, cho xóm làng. Người như vậy không phải sợ sệt mong cầu điều gì khác nữa. Sống đúng theo luật nhân quả sẽ có niềm tin rất vững vàng. Ta gây nhân nào sẽ nhận hậu quả nấy, biết chắc như vậy. Nhờ thế không dại gì ta gây tạo những nhân đau khổ cho mình cho người, để mai sau phải trả những hậu quả khổ đau.

Chúng ta tu nếu không có đường lối chủ trương, không có sự hiểu biết, thì cũng không biết làm sao mà tu. Cho nên cần có thiện tri thức chỉ dạy, cần học hỏi Phật pháp. Nhờ đó ta hiểu biết, quán chiếu tu tập, từng bước từng bước vươn lên. Có niềm tin việc làm sẽ đưa đến kết quả tốt đẹp. Ta tin chắc vào đường lối chủ trương mình đã chọn mới dám đem cả cuộc đời, đem cả sinh mạng nghiên tầm Phật pháp. Chứ nếu mơ hồ, không biết tu thế này mai một thành cái gì, ngồi bó gối thờ ra, hít hà kiểu đó thì nhất định tu không tới đâu hết.

Đã có niềm tin trong pháp tu rồi, dù đời này chưa đạt được kết quả như ý, nhưng ta vẫn vững tâm mình nói đúng, làm đúng, sống đúng. Tất cả những gì ta có trong hiện tại là do cấu trúc trong quá khứ chưa tốt nên không tương xứng với hoài bão nguyện vọng của mình. Bao giờ đầy đủ công đức thì những cái xấu không còn nữa. Tinh thần trong cuộc sống của người hiểu đạo là như thế. Cho nên người Phật tử sống với tinh thần sáng suốt sẽ không còn bồi hồi, sợ sệt gì nữa.

Sở dĩ Phật tử tu học Phật pháp lâu năm mà còn chao đảo theo các pháp khác, là vì chưa khẳng định được chỗ này. Do chưa khẳng định nên nghe ai nói cái gì hay mình chạy theo liền. Còn tu Phật sao cứ thấy phiền não hoài, chán quá. Điều này dễ hiểu thôi. Phật bảo là chúng sanh trôi giạt trong trầm luân sanh tử từ vô lượng vô biên kiếp đến nay, chúng ta đen tối quá chừng rồi, bây giờ đâu thể một ngày một bữa mà làm sáng sạch được. Chỉ một ngày nhận được mình có khả năng làm cho sáng sạch là quý lắm rồi.

Thật ra tại chúng ta không thấy thôi, chứ có tu là có tiến, không thể nói không tiến được. Như ngày xưa mình muốn làm gì thì làm, muốn nói gì cứ nói

không sợ nhân quả, không sợ người khổ đau. Bây giờ trước khi làm việc gì, ta cũng có suy nghĩ điều đó nên hay không nên làm. Hoặc lỡ xúc phạm khiến người buồn lòng, ta cũng ăn năn hối hận vì đã làm khổ người. Như vậy là có tiền rồi. Ngày xưa ta thường nhăn nhó, quạ quọ, lúc cực khổ hay cự nự, giận ai rồi thì không nhìn mặt. Ngày nay mình hoan hỷ tha thứ, buông hết, biết đời là ảo vọng, phiền não do nghiệp tập nhiều đời kết nên, chớ không phải ai đem đến cho mình. Đó là kết quả thiết thực của sự tu hành.

Thành ra người khẳng định lập trường của mình rồi thì tu khỏe lắm. Trong đạo, các bậc tôn túc thường dạy, giả như bây giờ ta thiếu cơm thiếu áo, bị người khinh khi hoặc bệnh tật v.v... tâm cũng vẫn bình thường. Quan trọng là biết xét nét ngay trong hiện tại đây. Từng phút từng giây tu tập gây dựng nhân lành thì không sợ quả báo xấu ở ngày mai. Còn chuyện hôm nay, khổ vui gì ta cũng chấp nhận, để trả hết nợ cũ. Sở dĩ hiện quả mà ta đang gánh chịu là tác nhân trong nhiều đời, không phải trong một đời này thôi. Đã là nợ nần mình gây tạo thì bây giờ phải vui trả chứ, phải gan như vậy đó.

Người con Phật là gan dạ, sáng suốt, bình tĩnh hơn ai hết, không sợ sệt gì cả. Bởi đức Phật là đấng đại hùng, đại lực, đại từ bi, thì tại sao chúng ta lại nhút nhát được. Muốn thẳng tiến an vui trên đường tu tu hành của bậc đại giác, chúng ta không thể đi ngược lại những gì Phật đã chỉ dạy. Sống bình tĩnh sáng suốt, quán chiếu một cách cụ thể rõ ràng khi đối diện xúc cảnh. Đó là yếu thuật vào đạo.

Trong những pháp môn Phật dạy, mỗi vị nên chọn một pháp thích hợp với mình, thực hành triệt để pháp ấy. Đừng hẹn, đừng đợi gì nữa hết, bởi vô thường, già chết chạp mình bất cứ lúc nào. Không có gì bảo đảm cho mạng sống này, cho nên chúng ta luôn ở trong tinh thần chuẩn bị. Ví dụ ta biết uống rượu sẽ làm mình loạn trí, có những hành động táo bạo, phi Phật pháp. Rượu có thể biến người từ cuộc sống tốt đẹp có tư cách, trở thành người có cuộc sống tăm tối, phi pháp.

Cứ thử tưởng tượng, một giờ trước người đó nói năng đàng hoàng, đi đứng có tư cách; nhưng sau khi uống rượu vào, chỉ trong vòng nửa giờ thôi, người đó đi té ngang té ngựa, nói năng sặc sụa không ra làm sao, chỉ làm trò cười cho bọn trẻ trong xóm. Biết rõ như vậy rồi, chúng ta cũng thấy rõ giá trị của người Phật tử là ở chỗ hành trì Phật pháp. Ta chuẩn bị cho mình trước khi vi phạm sai lầm, tốt nhất là luôn nhớ không bao giờ uống rượu. Chúng ta dám từ bỏ uống rượu hay bạn bè mời cứ uống, rồi đổ thừa cho công việc làm ăn, quan hệ tương giao v.v... Chỗ gan dạ của mình là ở đây.

Rõ ràng nếu chúng ta dùng được, quyết định được thì cuộc sống an ổn, giới định tuệ trang nghiêm đầy đủ. Còn trái lại, mình đổ thừa cho hoàn cảnh, phải như thế như thế thì xem như ta chấp nhận phiêu lưu. Đã vậy thì hậu quả như thế nào khó mà lường nổi. Giả dụ như đứng trước một trường hợp bất khả kháng thì ta cũng cố gắng làm sao giữ được sự sáng suốt bình tĩnh, hạn chế lấy mình. Dứt khoát làm chủ được mình để hạn chế các việc làm không tốt. Đó là người Phật tử biết tu.

Hàng xuất gia chúng tôi cũng vậy, trong cuộc sống tương giao này, vẫn phải ăn mặc ngủ nghỉ, đi đứng quan hệ đủ thứ thì ai cũng có những khó khăn riêng,

ai cũng có bệnh tật... nhưng dùng được hay không, làm chủ được hay không, là do nơi sự sáng suốt của mỗi người. Nếu người không có chủ định, sống trong mê mờ quờ quạng, Phật nói đó là người điên. Bởi vì như Phật đã từng tuyên bố “tất cả chúng sanh là Phật sẽ thành”, nhưng ta lại đánh mất khả năng ấy thì không điên đảo là gì? Chỉ tại mình không chịu làm theo lời Phật dạy nên đau khổ triền miên.

Bây giờ chúng ta nhận lại quyền làm chủ của mình. Khi thấy đã mất tự chủ, mất bình tĩnh sáng suốt rồi thì phải dè dặt, đừng làm ẩu rồi mang họa, điều này rất quan trọng. Bây giờ trong hiện tại, người ta mời rượu mình đừng uống, người ta mời bài bạc mình đừng chơi. Những si mê điên đảo đều chấm dứt, đó là tập làm chủ, tập áp dụng và thể hiện Phật pháp trong cuộc sống này. Còn người nói huyền thuyên đủ thứ, thuộc kinh lâu lâu, giảng cho thiên hạ nghe mà gặp việc điên loạn lên không làm chủ được, thì Phật pháp đó đã bị thế gian dẫn đi mất rồi.

Phật pháp là những phương pháp Phật dạy giúp cho chúng ta giải quyết những khổ đau, rối rắm điên loạn của mình. Phật pháp thì rộng lớn mênh mông, tuy nhiên chỉ một câu một lời mà ta nhớ và thực hành được cũng đem lại lợi ích cho mình. Giá trị của người học Phật không cần nhớ nhiều nói nhiều mà chủ yếu là thực hành. Nhất là trong hoàn cảnh hiện nay, quý Phật tử đang đối đầu với cuộc sống nhiều khó khăn, nếu không ứng dụng được Phật pháp thì khó có thể hóa giải được những muộn phiền trong lòng. Cho nên học Phật và tu Phật là điều rất cần thiết đối với chúng ta.

Trong con người, luôn luôn có sẵn Phật tánh mà có cả những đam mê. Như tức giận không ai thấy nó ở đâu, hoặc sự ham thích cũng không biết nó ở đâu, nhưng nó vừa xuất hiện là sắc diện ta thay đổi liền. Đang cười tươi tắn mà ai nói câu gì xóc hông một cái là dựng chân mày, trợn mắt lên liền. Hoặc đang bực tức mà người mình mến thích xuất hiện thì đổi giận làm vui ngay. Dường như nó nằm canh sẵn bên trong. Bây giờ làm sao mình tiêu hóa, đừng cho nó nhảy ra bắt tử, thì tâm tĩnh lặng, không nào hại mình cũng không làm giao động người.

Trong kinh kể lại câu chuyện thế này. Hôm đó Phật đang thuyết pháp tại Tinh xá Kỳ Hoàn. Một con chim bồ câu đang bị con chim cắt đuổi bắt, nó hoảng sợ bay đại vào chỗ vị trưởng lão, đệ tử lớn của Phật. Nhưng ở đó nó cũng còn run sợ, chưa an tâm nên vụt bay lên và sà vào lòng đức Thế Tôn. Đức Phật nhằm ngay sự kiện này thuyết một bài pháp:

- Nay các thầy Tỷ-kheo, dù đệ tử Như Lai đã giữ giới, đã phá tâm ác nhưng chủng tử bên trong vẫn còn. Vì vậy con chim ả vào vẫn còn sợ niệm xấu ác trong quá khứ của đệ tử ta, nên nó còn run sợ. Với ta, đã nhiều đời giữ giới tu tập, tất cả chủng tử ác hoàn toàn không còn, do đó chim bồ câu núp vào thân ta cảm thấy hoàn toàn yên ổn.

Qua câu chuyện trên, đức Phật muốn nhắc nhở chúng ta phải tu học thế nào, gột trừ không còn một chút tâm ác mới được. Chúng ta phải phát nguyện đi vãng vàng trên con đường Phật đạo không thối chuyển, đời đời thực hành lời Phật dạy. Có chí nguyện bền lâu như vậy mới dẹp sạch hết chủng tử xấu ác trong nhiều đời. Cho nên Phật tử phải là người gan dạ, mới xứng đáng là đệ tử của Như Lai. Nếu không khẳng định như thế, chúng ta sẽ mất thì giờ mà không đi tới đâu hết.



Trong tâm niệm của mình, lúc nào cũng tưởng nhớ và thực hiện một điều duy nhất là tu hành cho tới thành Phật mới thôi, không mong mỗi gì khác. Bởi chúng ta nhiều đời đã gieo trồng căn lành, nhiều đời có duyên với Phật pháp nên bây giờ mới trở thành Phật tử, quy y Tam Bảo tu học Phật pháp. Việc làm xem như thường, nhưng nếu không có duyên sẽ không làm được.

Có một vị trong giới trí thức, anh là kiến trúc sư nổi tiếng. Ba, Mẹ của anh tu Phật, thọ giới Bồ-tát, siêng năng tinh tấn lắm. Ở nhà dành ra một phòng để thờ Phật, đêm nào gia đình cũng tụng kinh lạy Phật. Sau thời kinh mẹ anh kiểm tra lại, thiếu mặt ai bà đều hỏi cho ra lý do, không có lý do bà sẽ giận, mà trong nhà ai cũng sợ bà giận hết. Anh này là con trai cưng nhất trong gia đình nên bà khuyến khích ăn chay - sau khi anh đi du học về.

Không dám cãi mẹ, nhưng thật tình anh ngán lắm. Ngay ngày mừng một Tết, bà bắt ăn chay, thật là tu bất đắc dĩ. Bạn bè tới, anh nói chuyện vài câu rồi về để... tu. Ngày mẹ anh vui lắm, nghe nói chùa nào bán bánh ngon nhất, bà sai người đi mua cho gia đình dùng. Hôm đó trong nhà đông đủ không thiếu một ai, từ đứa cháu nhỏ cho đến người làm trong gia đình cũng phải ăn với bà. Cả ngày đó anh ăn uống sơ sơ, nói chuyện tầm phào chờ cho hết giờ. Tối lại là thời kinh, còn những chương trình đàn ca gì đẹp hết.

Ở nhà không chưa đủ, còn cái nạn bà bắt phải đi chùa nữa chứ! Lạy Phật ở nhà xong phải vào lạy Phật trong chùa, chúc tết quý thầy. Anh ca cẩm trong bụng thật là mất thì giờ, lại chẳng thú vị gì hết, nhưng phải ráng làm cho mẹ vui. Anh ráng thức cho tới mười một giờ, nghe hơi xót ruột nhưng đợi thêm chút nữa, mười hai giờ là đủ, coi như ngày đó ăn chay xong. Đúng mười hai giờ anh bảo người làm mở cửa mua phở về ăn, mẹ anh lúc đó ngủ rồi, Phật cũng đã ngủ !

Sau này mẹ anh qua đời, anh kể lại việc đó trong sự xúc động không kềm được, cứ vừa kể vừa khóc. Bởi khi mẹ anh qua đời rồi, không còn ai nhắc nhở, nắm cương lĩnh cho gia đình tu nữa. Bây giờ những ngày Tết con cái người làm việc này kể lo việc kia, giết mạng chúng sinh đãi đảng rượu thịt. Lúc đầu anh không thấy gì, nhưng dần dần thấm thía, nhớ lại ngày mẹ mình còn sống gia đình hiền thiện như thế nào? Bây giờ đâu còn nữa. Anh nghe buồn vô hạn, thương nhớ mẫu thân sống nghiêm từ, dìu dẫn mình đi trong con đường đạo đức. Ngày nay muốn tìm lại, vĩnh viễn không còn.

Anh nói khi lớn tuổi rồi, muốn tu nhưng bao nhiêu công việc bu bám, khó tu quá. Trong gia đình không có người nhắc nhở, con cái lớn lên đủ thứ yêu cầu, mình phải giải quyết. Không giải quyết thì nó quậy lên, sợ mất uy tín gia đình nên ráng. Cuộc sống thật chẳng có tí gì vui, chỉ thấy phiền muộn, mặc dù gia đình được tiếng trí thức, ăn học đảng hoàng. Bây giờ anh mới thấm thía tại sao ngày xưa mẹ anh muốn dạy con tu tập, sống nếp đạo đức. Càng nghĩ anh càng quý tiếc, thương kính mẹ nhiều hơn.

Sau này khi dựng vợ gã chồng cho con cái hết rồi, sinh hoạt gia đình thay đổi nhiều, nhưng hình bóng và việc làm của mẹ luôn sống mãi trong lòng anh. Ở đâu anh cũng dành một phòng đặc biệt để thờ Phật và thờ mẹ. Rồi anh cũng bắt đầu dạy người con trai lớn của mình y như vậy. Anh thường nhắc hỏi đó bà nội

sống, bà nội dạy ba thế nào, bây giờ ba dạy lại tụi con thế ấy. Nếu giống ba thì tụi con cũng tuân làm như ba hồi đó vâng lời bà nội. Nhờ thế anh đã thành công trong việc giáo dục con cái. Công đức ấy đều do mẹ của anh cả.

Tôi muốn nói nhân duyên bất đắc dĩ đến với Phật pháp còn có sự gấn bó như vậy, hà huống chúng ta là những người đã quy y Tam bảo, hiểu biết Phật pháp đồng thời ứng dụng phần nào giáo lý vào đời sống của mình, chẳng lẽ không có chút kết quả gì sao? Vị Phật tử đến với Phật như anh kiến trúc sư vừa kể, không ngờ giá trị Phật pháp màu nhiệm lạ thường. Từ nhân duyên tin kính Tam Bảo, mẹ anh gây dựng cho con cháu trong nhà đổi thay hẳn cuộc đời của mình.

Vững tin vào Phật pháp rồi thì không còn gì chúng ta phải sợ sệt nữa. Người có cuộc sống an ổn trong tâm hồn sẽ thấy rất sung sướng, dù ăn cơm nhạt, uống nước lạnh, ngủ dưới bóng cây vẫn thấy vui như thường. Hồi xưa các thầy Tỷ-kheo ở trong núi trong hang, uống nước khe suối, ăn lá cây rừng mà lúc nào cũng tươi tắn hồng hào. Đó là nhờ tâm an vui, hiện ra trong nếp sinh hoạt, trên mặt, trên môi ánh sáng rạng ngời. Trái lại người thế gian ăn cao lương mỹ vị bao nhiêu thì gương mặt càng âu lo héo hắt bấy nhiêu. Vì tâm họ tính toán được mất quá nhiều, nên không còn hồn nhiên trong sáng như các nhà tu nữa.

Cho nên quan trọng không phải ở vật bên ngoài, mà chính là ở tâm chúng ta. Tâm có an ổn, cởi mở thì mới thanh tịnh giải thoát. Tâm còn gút mắc tăm tối, toan tính ngược xuôi, thì dù cố gắng thể hiện cách gì nữa, vẫn không che giấu nổi những điên loạn tăm tối bên trong. Chúng tôi nói như vậy để Phật tử làm sao giữ được cương lĩnh tu tập, biết được tâm mình và chuyển hóa nó.

Khi tu giữ được cái miệng của mình cũng là việc quan trọng. Bởi miệng là dao bén, là lửa dữ, nó thường đem tai họa đến cho mình, cho người. Miệng có thể thiêu đốt cả rừng công đức. Như tình bạn bè mấy chục năm gây dựng, chỉ cần cái miệng nổi khùng một bữa là đổ vỡ. Cho nên không làm chủ được miệng của mình tai hại ghê gớm. Phật tử giữ giới, phải coi chừng cái miệng của mình. Nói vừa phải thôi, đừng nói năng những điều lời thôi để mất lòng, đổ vỡ. Trong nhà thiền thường dạy “hãy để cái miệng như cây quạt mùa đông”. Đó là điều không thể quên được của người Phật tử chúng ta.

Trong kinh có những câu thế này “môi là cây cung, tâm là dây cung, âm thanh là tên trong đêm tối. Nếu bắn bậy sẽ gây khổ đau cho chính mình và mọi người”. Thành ra mình làm chủ được cái miệng rồi, thì nghe ai nói gì ta cũng “thủ khẩu như bình”. Ví dụ người ta nói mình là con bò, mình không thành con bò liền. Như vậy việc gì phải mắng lại người ta. Bình thường được rồi thì họ có cố tâm nói gì đi nữa, ta cũng hóa giải được hết. Sống như vậy có phải an ổn không. Nên nói Phật pháp vi diệu là thế, chuyển khổ thành vui, chuyển mê thành giác. Điều này Phật tử phải luôn ghi nhớ thực hành.

Trong kinh Phật dạy: “Mặc cho người hủy báng, tha hồ kia chê bai, khác nào cầm lửa đốt trời. Trời không thể đốt, tự mình chuốc họa tai”. Người Phật tử giữ giới, biết tu rồi, dù đối duyên xúc cảnh có bị người hủy nhục, luôn an vui bình thường. Mặc! chê bai cũng được, khen cũng được, vì đó là những thứ bên ngoài, không thể làm kinh động tánh Phật của mình được. Một chữ “mặc” thôi, cũng

giống như đem lửa đốt trời, làm sao đốt được? Cũng vậy, tâm ta thanh tịnh rồi dù ai nói gì cũng chẳng ăn thua. Chỉ khi nào mình còn mê muội, tăm tối mới lo lắng sợ sệt. Điều này rất rõ, ai có tu tập cũng thấy cả.

Đã có duyên là bạn đạo với nhau, làm sao đời đời chúng ta gắn bó để nhắc nhở tu hành. Đừng vì một lý do không đáng mà làm sút mẻ, tổn thương, chướng ngại cho việc học hỏi Phật pháp của mình. Nên nhớ trong cuộc sống này, tất cả mọi thứ chung quanh đều tùy duyên, đều tương đối thôi. Do đó người ta khen chê gì cũng mặc, như vậy mới an ổn tiến tu được. Việc tu nói thì dễ nhưng làm thì khó, vì vậy chúng ta cần phải nỗ lực mới được.

Có câu chuyện cổ thế này. Một gia đình nhà mèo nọ đang sống hạnh phúc, bên cạnh một xóm chuột cũng đang sống trong hạnh phúc. Bỗng dưng trong xóm chuột phát hiện có một chị mèo lạ rất dữ xuất hiện. Thế là hạnh phúc của bà con nhà chuột không còn nữa. Bấy giờ nhà chuột mở đại hội, trung cầu ý kiến tất cả những bậc bô lão, làm cách nào để khắc phục tai họa của chị mèo này. Qua đại hội, ai nấy đều nhất trí là phải cột cái chuông báo động vào cổ chị mèo. Khi chị ta đi tới đâu, chiếc chuông sẽ rung lên, nhà chuột biết đường mà trốn. Nhưng khi câu hỏi “Ai là chuột dám tới chỗ chị mèo treo cái chuông báo động vào cổ chị ta?” thì cả đại hội im re. Không một ai dám hó hé, kể cả chị chuột già nhất trong làng. Cuối cùng xóm chuột đành chịu thua.

Phật pháp cũng thế, nói hay lắm, hiểu nhiều lắm, nhưng dụng chuyện mới biết “thế nào là Phật pháp”! Nên chúng ta phải thận trọng thủ khẩu như bình, bởi vì nói thì dễ mà làm rất khó. Khó nhưng không có nghĩa là không làm được, nếu quyết tâm thì dù khó cách mấy ta cũng vẫn thực hiện được. Phải tinh táo, sáng suốt, đừng vì tư lợi vọng động điên đảo, thì mình sẽ làm được tất cả. Phật tử phải có niềm tin vững chắc nơi mình, nơi Phật pháp. Luôn luôn lúc nào cũng gan dạ vững tiến. Được vậy bình an sẽ đến với chúng ta.

Đó là những điều giản dị trong phương thức tu tập của đạo Phật. Chúng tôi rất hy vọng toàn thể quý Phật tử thực hiện và thành tựu được sở nguyện của mình.



## NIỀM TIN CỦA NGƯỜI PHẬT TỬ

Tinh thần của đạo Phật là tinh thần tôn trọng sự giác ngộ của mỗi con người. Một Thiền sư đã nói “Người nào phủ nhận sự giác ngộ nơi mỗi cá nhân, người ấy đã giết chết một vị Phật tương lai”. Thế nên ai cản trở hay phá vỡ sự giác ngộ ấy, xem như có tội “giết chết một vị Phật tương lai”.

Nếu chúng ta không khéo điều hòa để việc tu học tăng tiến, hỗ trợ cho trí tuệ phát triển, có thể ta sẽ vi phạm vào lỗi này. Đây là điều mà giới Phật tử nên suy nghĩ. Suy nghĩ để làm gì? Để đừng phạm lỗi này. Muốn vậy người Phật tử phải tu tập như thế nào, để không làm chết đi một vị Phật tương lai?

Câu nói trên của Thiền sư nhằm gieo rắc một niềm tin cho người Phật tử. Niềm tin ấy là mỗi người đều có trí tuệ, có khả năng thành Phật, đúng như lời Phật nói “Tất cả chúng sinh sẽ thành Phật”. Tin như thế rồi, chúng ta mới cố gắng tu tập, phát triển tánh Phật của mình, mới có thể thành Phật được. Phật đây là Phật của chính mình, chứ không phải Phật nào khác. Qua câu nói này, Phật tử chúng ta có đường hướng tu hành như thế nào để xứng đáng là một người Phật tử, đừng phạm lỗi với Phật tổ và nhất là với ông Phật của mình.

Phật dạy tất cả chúng sanh đều có khả năng thành Phật. Câu nói này nghe thường, nhưng nghiệm lại mấy người dám tin? Nói anh là Phật chị là Phật, không ai dám nhận hết. Nếu không tin vào khả năng ấy thì việc tu hành, làm phước thành ra vớ vẩn, không có tương lai. Chẳng lẽ chúng ta lại làm cái việc không có tương lai, mất thì giờ vô ích như thế, phải không? Do đó trước nhất mỗi người con Phật phải vững niềm tin rằng mình có khả năng thành Phật. Khả năng ấy chính là sự sáng suốt, là trí tuệ sẵn có không bao giờ vắng thiếu của mình. Tuy nhiên, những lúc ta chạy theo bà con lối xóm ở ngoài thì khả năng ấy mất dạng. Cho nên quan trọng là mình phải biết cách nuôi dưỡng, phát huy khả năng ấy.

Cách đó không có gì lạ, chúng ta bớt đi những lãng xăng, đừng ngược xuôi theo dòng đời, đừng chạy theo vọng tưởng điên đảo từ nhiều đời, thì sẽ sống thực với chính mình thôi. Điều này chúng ta có thể làm được ngay trong đời này, không quá khó khăn đâu. Mục đích giảng dạy, hướng dẫn của hầu hết chư vị tiền bối, đều nhằm vào việc này, không có gì khác.

Trong kinh Pháp Hoa có nhắc đến một vị Bồ-tát tên là Thường Bất Khinh. Ngài đi đâu, gặp ai cũng kính lễ và nói: “Tôi không dám khinh các Ngài, vì các Ngài đều sẽ thành Phật”, gieo rắc vào lòng mọi người một niềm tin rằng, mình có khả năng thành Phật. Thế nhưng ngay thuở xa xưa đó cũng có người không dám tin. Chẳng những không dám tin mà lại còn hủy báng, khinh khi Bồ-tát nữa. Do đó Ngài thường bị đánh mắng, đui đi, khinh thường. Song Bồ-tát vẫn một mực hoan hỷ nói với mọi người điều ấy.

Chúng ta hiện nay cũng biết mình có khả năng thành Phật, nhưng tin tưởng trọn vẹn thì chưa dám. Đó là việc làm cho bản thân, gây dựng lại sự nghiệp của mình, tại sao ta lại không dám? Vốn liếng đã sẵn có nhưng lâu nay bỏ quên, bây giờ chỉ nhận lại thôi. Cách nhận lại cũng dễ dàng, chỉ cần dừng lạng tất cả những lãng xăng vọng động trong tâm, tự nhiên trí tuệ chân thật hiện bày. Cho nên khi

Bồ-tát Thường Bất Khinh Bồ tát nói câu đó rồi, những ai nhận lại được đều cảm nhận và có niềm tin thật vững vàng.

Từ đó chúng ta nghiệm trở lại cách thức tu hành của mình, tự đánh giá sự học hiểu và áp dụng lời Phật tử dạy ra sao, kết quả như thế nào, thì biết ta sống được với chính mình được bao nhiêu. Từ trước đến giờ, không có cách nào giản dị, ngắn gọn hơn cách tu trên, mà cổ đức thường gọi tu thiền là đi đường chim. Nói đến thiền tức là chỉ thẳng cái đó, anh có cái đó, chị có cái đó, mọi người đều có cái đó. Nhưng từ lâu bỏ quên, bây giờ nhận lại thôi, song dám nhận hay không lại là một vấn đề. Chúng ta học Phật, là con Phật thì phải dám nhận chứ, đừng nói là không dám nhận.

Nhận rồi mới nói đến chuyện tu hành để phát huy cái đó. Quý vị tụng kinh cũng được, niệm Phật cũng được, trì chú cũng được, làm tất cả việc lành đều để gây dựng tinh thần ấy, nghĩa là tin rằng mình sẽ thành Phật. Như vậy cũng không khác gì tu thiền. Gương xưa, chư vị Bồ-tát, các vị tiền bối đã làm như vậy, bây giờ chúng ta cũng sẽ như vậy. Các vị ngày xưa làm thành công thì bây giờ nhất định chúng ta cũng thành công. Không lý gì ngày xưa làm được, bây giờ ta làm y như vậy lại không thành công. Có thể nói sự hiểu biết, khôn ngoan, kiến giải rộng rãi của người nay hơn người xưa, hiểu biết tận cùng trắng, khám phá mội tinh, hỏa tinh, rồi đĩa bay... đủ thứ chuyện hết. Như vậy chẳng lẽ không phát huy được khả năng sẵn tuệ hiểu biết bên trong của mình.

Hướng tu hành Phật dạy là chuyên nghiệp, dứt nghiệp, hoàn toàn sống với trí tuệ của chính mình. Điều này mình còn yếu, biết như vậy để ta cố gắng phát huy, làm sao đừng yếu nữa. Tinh thần gốc của đạo Phật là tự giác, sau đó mới giác tha. Nói “tự” để tin rằng mình có khả năng phát huy được việc của mình. Như đức Phật nếu không phát huy được trí tuệ này, nhất định Ngài chẳng thành tựu được gì hết. Sau khi thu thập tất cả kiến thức trên đời, Ngài buông hết để trở về phát huy cái của mình, thành tựu được sự giác ngộ độc đáo nhất, hoàn bị nhất gọi là tự giác.

Chúng ta cứ nắn ná, bám víu, dựa nương vào những cái bên ngoài, nên không phát huy được cái của mình. Các thiền sư nói “của báu từ ngoài đem vào không phải là của mình”. Tất cả cái bên ngoài nếu có giá trị thì cũng trong phạm vi nào thôi, nó không có giá trị vĩnh cửu. Tốt nhất là ta nên phát huy cái của mình, sử dụng đời đời không bao giờ hết.

Chư Phật, chư Bồ-tát cũng bắt đầu từ một chúng sinh như chúng ta, từng có những ưu tư, những khổ đau, chứ đâu phải sanh ra là đã giác ngộ toàn bích. Từng bước, từng bước các Ngài ném trái, vận dụng khả năng của mình thực hiện đạo lý, cuối cùng mới giác ngộ giải thoát hoàn toàn. Chúng ta hiện nay có được cơ sở ấy là có đủ niềm tin để thực hiện điều đó, chứ không phải nói suông. Nhưng muốn được an vui giải thoát, chúng ta cũng phải từng bước ném trái tự giác lấy mình như chư Phật, Bồ-tát.

Có câu “niềm tin của thế nhơn đặt vào mình không bằng niềm tin của chính mình”. Ví dụ có người nói với mình “thầy có tướng làm Hòa thượng, làm Phật”. Lời ấy chỉ là cái thấy bên ngoài thôi còn làm Hòa thượng, làm Phật được hay không là do nơi chính mình. Tu hành được thì thành Phật được, tu hành không

được thì thanh Phật không được. Rõ ràng như vậy. Hơn ai hết người Phật tử phải tự tin nơi đạo lý của mình, đường lối tu hành của mình, sự thành tựu từ công phu tu tập của mình. Tổ tông đi trước đã thành tựu như vậy, không lý gì ta làm theo mà không kết quả.

Nhiều Phật tử nói tu hoài không thấy thành Phật cũng nản. Làm phước hoài cũng bị người ta chửi nên sanh chán. Từ những trường hợp này Phật tử đâm ra nghi ngờ, không biết giáo lý của Phật có đảm bảo an ổn, giải thoát không? Những trường hợp này chúng ta phải xét lại, xem việc làm của mình có đúng hay chưa, hoặc xét lại từng tâm niệm xem có hoàn toàn sống với lời Phật dạy hay đi ngược lại. Thêm nữa, nghiệp lực từ nhiều đời cũng ảnh hưởng đến việc tu tập của mình trong hiện đời nhiều lắm. Tất cả những điều này luôn luôn phải suy xét, để có được một nhận định chính xác. Khi áp dụng phương pháp tu hành hằng ngày phải cho đúng thì kết quả mới tốt.

Luật nhân quả không bao giờ sai chạy, chỉ vì mình chưa quán triệt hết nên có những suy nghĩ sai lầm. Hiểu rõ như thế chúng ta tin chắc rằng làm lành, thì không khi nào có kết quả xấu. Nếu ta gặp những nghịch cảnh là do nghiệp ác đời trước chiêu cảm, bây giờ phải trả. Chấp nhận trả nghiệp cũng chính là một cách chuyển nghiệp, làm cho thân tâm mình bớt khổ được vui. Con mắt tuệ chưa mở thì ta thấy việc gì cũng không đúng không sáng, con mắt tuệ mở thì ta thấy việc gì cũng rõ ràng, đúng luật của nó. Khi hiểu như vậy rồi, mình dễ dàng sống được với niềm tin chân chánh, tin chắc vào khả năng giác ngộ của mình.

Phật dạy muốn thành Phật thì tham sân si phải bỏ, tất cả những dấn trước, vướng mắc phải buông và mọi lăng xăng phải lặng. Nghĩa là định tuệ đầy đủ thì mới thành Phật được. Điều này không thể cầu cạnh ở đâu hết, cho nên người Phật tử nên vững tâm tu hành, nỗ lực phát huy trí tuệ của mình là phương hướng đúng đắn nhất. Phải tập trung tâm lực vào một việc, đừng làm việc này lại tư tưởng việc khác. Mắt nhìn ở đây mà tâm để ở bên ngoài cửa sổ là hỏng việc rồi. Bởi vậy kết quả không được thuận, không được hoàn bị là hợp lý thôi.

Bây giờ người tu, nhất là tu thiền theo phương pháp trực chỉ hãy vững niềm tin đi tới. Ví dụ mình tu hai ba năm rồi mà chưa thấy gì, cũng vui vẻ tấn tới. Năm rồi tu bảy mươi phần trăm, năm nay tám mươi, rồi tám mươi lăm chín mươi phần trăm, nhất định có ngày cũng sẽ thành công. Chứ còn thấy bảy mươi phần trăm rồi liu xiú “thôi, đi chùa hoài coi bộ không khá, ở nhà tu cho khỏe” là xem như đi đứt luôn. Thật ra chúng ta có tiến chứ không phải không, nhưng vì mình tham quá muốn tiến một cái là thành Phật liền. Như vậy không được.

Quý vị thử nghiệm lại xem, trước khi đi chùa mình chưa biết gì hết, nên cứ tạo tội làm ác, không thấy gương tay. Bây giờ mỗi khi khởi niệm gì bậy hoặc nói lời với ai, ta thấy bứt rứt khó chịu, sợ sùng lắm. Từ đó, mỗi khi nghĩ điều gì, nói lời gì hay làm việc gì mình cũng suy nghĩ kỹ càng, xem nên hay không, tốt hay xấu rồi mới làm. Đó là ta đã tu rồi, tu trên luật nhân quả, biết làm lành lánh dữ. Với cái hướng ấy là thẳng tiến chứ sao không tiến được. Kết quả tu hành không thể căn cứ ngay bây giờ mà phải trải qua thời gian, như người đi trong sương mốt

lâu ngày ướt áo vậy. Luật nhân quả cũng thế, tương ứng dần dần theo thời gian. Vì vậy người tu Phật không nên nôn nóng, còn nôn nóng là chưa biết tu Phật.

Chuyện xưa kể về một nhà vua chọn người hiền tài giúp nước như thế này. Một hôm vua cho làm ba con búp bê thật tuyệt mỹ, rồi mời tất cả thần dân trong nước tới xem. Nhà vua ra lệnh ai tìm được điếm đặc biệt trong ba búp bê này sẽ được trọng thưởng. Khắp kinh thành, không ai tìm được hết chỉ biết trầm trồ khen ngợi búp bê của nhà vua tuyệt đẹp. Cuối cùng có một thư sinh áo rách, lang thang không nhà cửa, nghe chuyện như thế mới xin đến xem. Vừa nhìn qua anh liền thấy trong ba búp bê này đều có dùi lỗ nhỏ. Anh lấy một cọng cỏ thọc vô đó xem thử. Qua thí nghiệm ấy, anh liền tâu cùng đức vua:

- Muôn tâu Bệ hạ! Theo chỗ thấy của kẻ hèn này, đây là vật đặc biệt.

Vua hỏi:

- Đặc biệt chỗ nào?

Anh thưa:

- Con búp bê dùi lỗ có thể xuyên từ đây qua kia không dùng được, vì vừa đem vô bên đây đã chạy ra bên kia. Con búp bê dùi lỗ xuyên cọng cỏ vô liền dội ngược ra cũng không dùng được, vì nó ngăn ngại, không giải quyết được gì. Chỉ có con búp bê dùi lỗ, cọng cỏ xuyên qua và rơi xuống dưới là dùng được, vì nó thâm trầm biết lặng lòng để phát huy trí tuệ. Muôn tâu bệ hạ! Thần dân của bệ hạ, nếu ai cũng được như vậy, nghe rồi suy nghĩ, suy nghĩ rồi rồi áp dụng thì nước của bệ hạ hùng mạnh, thái bình. Vua nghe xong, liền ra lệnh ban thưởng và trưng dụng chàng thư sinh này vào triều.

Trở lại vấn đề tu hành, nếu không có cái nhìn sâu sắc, không có niềm tin vững chắc, chúng ta nghe bên này lọt bên kia, hoặc nghe đây nói kia, thì chỉ chạy lăng xăng bên ngoài thôi, sẽ không được gì cả. Chúng ta nghe rồi phải suy nghĩ, suy nghĩ thấy đúng rồi áp dụng, như vậy mới có kết quả, có lợi ích thiết thực. Phật tổ không bao giờ dối gạt người, nhưng chúng ta tu hoài mà không thành Phật, đó là tại mình thôi. Phật chịu khó chịu khổ vô lượng vô biên kiếp mới thành Phật. Công phu phải lâu dài, thấm vào tim vào tủy, vào máu huyết của mình mới mong thành tựu được đạo quả Bồ-đề. Chúng ta lười trễ, biếng nhác, niềm tin lại quá yếu làm sao thành tựu được giác ngộ giải thoát. Cho nên cần phải như con búp bê thứ ba của nhà vua mới tìm lại kho báu của mình được.

Từ chỗ này chúng ta có chỗ nhận định, không nhất thiết phải học nhiều, bất cứ lời nói nào trong giáo pháp của Phật, chúng ta đọc được phải suy xét, quán chiếu, dùng trí tuệ của mình soi rọi vào đó để rồi áp dụng. Ví dụ như nghe nói tu thiền điên, ta phải quán chiếu tại sao tu thiền điên? Người xưa tu thiền thành Tổ, thành thiền sư, bây giờ mình tu thiền điên thì vô lý. Chỉ tại người tu sai, tu không đúng mới điên, chứ nếu tu thiền đúng làm sao điên được. Có được tinh thần đó quán chiếu đó ta sẽ vững niềm tin, không sợ gì nữa hết, cứ vững tiến theo con đường mình đã lựa chọn. Đó là người Phật tử chân chánh.

Khi hiểu được Phật pháp chân chính và áp dụng trí tuệ quán chiếu rồi, chúng ta sẽ tiến từng bước, dù chậm nhưng chắc, nhất định sẽ thành công. Có thể ngay trong lúc đang thực hành ta đã từng bước thành công, không đợi đến xong

việc. Thanh tịnh giải thoát ấy không phải ở đâu mang tới, không phải của ai cho mình, cũng không phải do hoàn cảnh ngẫu nhiên mà có. Bằng trí lực, đạo hạnh, công phu tu hành quán chiếu, bằng tuệ giác của mình mà có. Phải ngay trong cái vô thường mà nhận được cái chân thường, trở về phát huy cái bản thể của mình.

Con người có bệnh nếu không tiếc nuôi quá khứ thì cũng ngóng về tương lai, còn hiện tại lại mê mờ. Làm sao cả ba thời, ta không bị mất mình. Ngồi đây không phải để ngóng về tương lai hay nuôi tiếc quá khứ, ngồi đây để thấy rõ từng phút giây ta đang thở, sự vật đang từng phút tuần hoàn, giao lưu với sự biến chuyển của thân tâm này. Nếu ta luôn luôn sống thực như vậy thì đúng với tinh thần thiền. Nhập thiền là nhập cái đó, được vậy lúc nào mình cũng thiền, ở đâu cũng thiền. Còn trái lại, ta cứ mong ngóng tương lai, thân ở đây mà tâm gởi chốn non Bồng nước Nhược, tư tưởng một thân hình đẹp để có thể bước một bước từ đỉnh núi Bà Đen tới ngọn núi Sam núi Sập Châu Đốc, nhảy một cái từ vịnh Hạ Long sang tới mũi Cà Mau. Sống trong tưởng tượng như thế thì có ngày té gãy chân, mà không Bác sĩ nào chịu bó bột cho đâu. Người tu phải đập chết những tư tưởng ấy, mới sống được với phút giây hiện tại.

Ta không nên để đời mình trôi sông được, sống sao cho có giá trị, có lợi ích cho mình cho người. Người tu phải đi như trâu nhìn như cọp. Trâu đi từng bước vững chãi thật chắc, cọp nhìn thẳng nghiêm trang không lảo liên qua lại, mỗi lần muốn nhìn sang bên nào nó xoay mình qua đó nhìn thẳng, chứ không dáo dác liếc ngang liếc dọc. Chúng ta đi đứng nói năng chưa vững chãi, chưa ngay thẳng mà còn trạo cử là vì tâm ta chưa định, trí ta chưa sáng. Ta bị cuộc sống với những thứ ngũ dục kéo lôi nên lúc nào cũng điệu cử, lảng xãng. Sống như thế không thể nào có cuộc sống sâu sắc được, chỉ biết phơ phớt bên ngoài thôi. Ví dụ như ta nhìn vật nào, quán chiếu chiêm nghiệm nó chưa chắc đã hiểu hết, huống là liếc mắt qua mà có thể thấy được rõ ràng. Cho nên người tu rất cần chiều sâu của một tâm tinh thức.

Tu Phật chủ yếu là phát huy được sự tĩnh lặng nơi chính mình. Chữ “Tĩnh” là tĩnh táo, chữ “Lặng” là lặng lẽ. Tĩnh táo trong lặng lẽ và ngược lại lặng lẽ trong tĩnh táo, mới gọi là định tuệ đẳng trì. Bởi có tĩnh lặng ta mới thấy được một cách thấu đáo bản thể của các pháp. Nếu thiếu tĩnh lặng thì cả cuộc đời tu hành không thể phát huy được trí tuệ. Bởi những kiến thức do học được từ thiện hữu tri thức chỉ là trí hữu lậu, chưa giải quyết nổi vấn đề sanh tử, vấn đề then chốt của con người. Chỉ có trí tuệ lưu xuất từ bên trong do công phu thiền định mới thấu triệt và giải quyết được tất cả mọi vấn đề.

Chữ “Thức” có nghĩa là phân biệt, nhớ hiểu phân biệt theo những tư tưởng, những trào lưu văn hóa v.v... đều là cái ở bên ngoài. Chủ trương của đạo Phật không như thế, chúng ta phải lặng hết vọng tưởng, định tĩnh thì trí tuệ mới phát triển. Trí này mới thật là của mình, không do bên ngoài đến nên không bao giờ mất. Nhưng đặc biệt nó chỉ xuất hiện khi nào tâm ta tĩnh lặng.

Cho nên tôi nói quý vị đọc sách cũng được, tụng kinh cũng được, ngồi thiền cũng được nhưng với điều kiện phải có sự tĩnh lặng. Chứ ngồi thiền mà lảng xãng thì không kết quả. Tụng kinh mà nhớ nghĩ chuyện xưa chuyện nay cũng không



thành công. Hoặc niệm Phật mà cầu sanh về thế giới Cực Lạc mà nhớ Sài Gòn, Hà Nội thì Phật không rước được. Như vậy yếu tố tĩnh lặng không thể thiếu với người tu Phật.

Muốn tĩnh lặng phải làm sao? Trước nhất là về thân. Chúng ta khi ngồi thiền hay niệm Phật phải ngồi ngay ngắn yên lặng, không được dao động, nhúc nhích ngó tới ngó lui. Kế đến phải tĩnh tâm, tức điều phục tâm, đừng để quá khứ hay tương lai kéo lôi. Chánh niệm trong hiện tại, bình tĩnh sáng suốt trong lặng lẽ, vừa nghĩ nhớ gì liền bỏ đi, đó là dụng công trong lúc tọa thiền. Khi ăn, khi ngủ hay làm tất cả công việc cũng đều áp dụng tĩnh tâm như vậy. Không nên đang ăn mà suy tính chuyện này chuyện nọ hoặc lúc ngủ cứ suy nghĩ miên man việc nằm trên nằm dưới. Phải có một thái độ dứt khoát mới tĩnh tâm được.

Trong hiện tại luôn có sự tĩnh táo lặng lẽ, quán chiếu trong mọi việc làm, nhà thiền gọi là người đầu trâu đũa, làm việc nào biết việc ấy. Cho nên các Thiền sư thường nói “Đói ăn khát uống” là vậy, không có chút niệm tạp xen vào. Người đời đói mà không chịu ăn, chê khen ngon dở, khát mà không chịu uống, đòi nước này nước nọ. Ngủ cũng thế, Thiền sư mệt thì ngủ trong khi người thế gian lên giường là gác tay lên trán tính chuyện ngày mai, không chịu ngủ. Nếu có ngủ cũng ngủ trong mơ mộng điên đảo, do đó không bao giờ sống được với cái thực của chính mình.

Tinh thần tĩnh lặng này Nam phương Phật giáo gọi đó Niết-bàn, tinh thần Bắc phương Phật giáo gọi là “vô niệm vô trước”. Chúng ta nghiệm lại xem mình có được vô niệm hay không? Nếu tâm còn lăng xăng, toan tính thì chưa vô niệm. Pháp môn thiền là pháp môn đại giải thoát, ai cũng có thể thực hiện được trong mọi hoàn cảnh và ngay bây giờ, chứ không đợi đến lúc nào hết. Bằng chứng cụ thể là khi thiền được mở mang ở Trung Hoa, từ đầu cho tới cực thịnh là đời Đường đời Tống, hầu hết các quan chức cao cấp đều hiểu và áp dụng thiền vào cuộc sống hằng ngày. Có vị chứng đạt cả tâm tủy của thiền, ngang hàng với các Thiền sư.

Tuy nhiên nghiệp của chúng ta nhiều lắm, nên nói thì dễ nhưng thực hiện rất khó. Ví dụ như ta nói phải tĩnh, mà sự thực mình không tĩnh, càng nói tĩnh chừng nào lại càng mê chấp chừng ấy. Bởi không tĩnh nên bị làm mê dẫn dắt. Muốn chặn đứng, chiến thắng được nó phải khéo dùng phương tiện. Vì vậy mới có các hình thức tụng kinh, tọa thiền.v.v... cốt để tạo điều kiện thuận tiện cột tâm lại, khiến nó bớt lao xao, chộn rộn, dần dần được tĩnh lặng.

Những phương pháp tu thiền dù của Phật hay Tổ dạy cốt làm sao cho ta đừng làm vọng tưởng, đừng chạy theo vọng tưởng nữa. Đánh tan được con khi ý thức mới dứt được gốc tham lam, sân hận, si mê của mình. Bởi đó chính là nhân dẫn chúng ta đi trong trầm luân sanh tử. Dù ham muốn thế gian hay ham muốn được thánh vị cũng phải bỏ hết, vì chúng đều là vọng tưởng. Như vậy để làm gì? Để đừng giết chết thì giờ quý báu theo đuổi những cái bên ngoài. Bởi tánh Phật đã sẵn có nơi mình rồi, ta chỉ cần nhận trở lại, chứ không mong cầu ở đâu cả. Đó là những phương thức tạm thời giúp cho người yếu đuối phát triển trí tuệ của mình.

Khi công phu đã thuần thục, lúc nào chúng ta cũng định tĩnh sáng suốt. Làm việc gì cũng thiền, tiếp khách cũng thiền, nấu cơm cũng thiền, đi chợ cũng

thiền, chứ không đợi ngồi thiền mới gọi là thiền. Sống trong tinh thần vô trước, trí tuệ luôn hiện hữu là sống thiền. Chừng đó các phương tiện chỉ là phụ thôi, không còn quan trọng nữa. Cho nên phải biết tụng Bát-nhã mà không sử dụng trí Bát-nhã quán chiếu thì chẳng dính dáng gì đến Bát-nhã. Lạy Phật mà vẫn công cao ngã mạn thì có phá dẹp cây cờ ngã mạn được đâu, không chừng càng lạy càng xây cao cây cờ ngã mạn thì nguy. Cho nên Phật tử phải ý thức tất cả hình thức tu tập đều là phương tiện, nó chỉ có tác dụng và giá trị trong một giới hạn nào thôi. Quan trọng là sự phát huy trí tuệ bên trong.

Khi tu cần nhất là phải thấy đến chỗ tốt cùng của mọi vấn đề. Ví dụ nghe người ta chửi, mình muốn chửi lại. Nhưng bây giờ hiểu rõ ngôn ngữ không thật, tiếng chửi kia không thật, người chửi không thật và ta đang nghe chửi đây cũng không thật, thế thì cần gì phải chửi lại. Đó là nhờ trí tuệ thấy tận căn gốc của vấn đề, do đó ta dừng tạo nghiệp. Dừng tạo nghiệp là cắt đứt nhân đi trong luân hồi sanh tử. Phật lại dạy thêm, chẳng những ta không chửi lại mà còn thương người đang chửi mình nữa. Vì sao? Vì họ si mê nên mới sân hận như thế, chửi mình họ có sướng ích gì đâu, cũng khổ lắm chứ. Người đang khổ thì ta thương, chứ sao nở giận được. Đó chính là trí tuệ và từ bi trong đạo Phật.

Quán sát như vậy thì việc tu không còn khó nữa. Nghiệm cho cùng chúng ta sẽ thấy, đối với các pháp trên cuộc đời này, ta không phụ nó thì nó cũng phụ ta thôi. Bởi bản chất nó là vô thường, còn mất đổi thay luôn luôn. Thế thì ta nên khôn ngoan, sáng suốt để chuẩn bị tu cho kịp, còn đợi chừng nào nữa. Muốn bỏ được những đam mê, ham muốn, đắm trước và phát huy sự tinh táo của mình, đòi hỏi ta phải bình tĩnh sáng suốt, tức là ta phải có thiền định và trí tuệ. Có thiền định và trí tuệ mới nhìn thấy thực tướng các pháp. Thấy đúng như thế ta sẽ an ổn, giải thoát. Người tu Phật làm sao thực hiện được Niết Bàn ngay đây, chứ không mơ ước trong tương lai ở một thế giới nào cả. Người ta chửi mình mà mình bình thường an ổn, đó là đã vào hiện tại lạc trú Niết-bàn.

Thế giới chúng ta đang ở đây là một thế giới đầy đủ thiện duyên cho người tu hành. Chư Phật đều thị hiện vào trong này, cũng vì thế, chúng sanh có khổ có vui mới dễ thức tỉnh họ. Sống trong nghịch cảnh mà vẫn an ổn vui tươi mới trường dưỡng đạo tâm kiên cố, vì vậy các vị Bồ-tát thường hay phát nguyện vào cõi đời ô trược độ sanh để viên thành Phật quả. Thân này là mộng, cõi này là mộng, người mộng, mình mộng, tất cả đều là mộng. Mộng với mộng, huyền hóa với huyền hóa, thôi thì ai chửi cũng được, khen cũng được, nghe rồi đi là xong, bận lòng làm chi với các thứ giả dối. Có được những nhận thức chín chắn như vậy là thấy được vấn đề để tu hành.

Nên nhớ mọi ham muốn đều là tai họa, tìm cầu đã khổ, được nó cũng khổ. Được nhiều khổ nhiều, như lửa gặp củi, càng nhiều càng cháy mạnh. Khó khăn nhất của chúng sinh là lòng ham muốn, chúng ta tu phải quán chiếu phá tan cái này. Kinh A Hàm ví dụ ham muốn như cục thịt thối, bày quạ giành nhau. Bây giờ, như ta thấy một người đẹp, lúc nào ta cũng mơ tưởng về người đó mà Phật dạy phải nhìn họ như ví dụ trong kinh A Hàm thì khó rồi. Nói chuyện không hay còn

sợ họ buồn, khổ vậy nên rồi ham muốn cứ tăng trưởng ham muốn. Nếu mình có cái nhìn như thực thì tu hành dễ dàng, không khó khăn gì.

Trong kinh nói “Người bị câu thúc bởi những ham muốn như con thiêu thân nhảy vào lửa, như cá nuốt câu, như nai theo tiếng, như khát mà uống nước muối”. Đây là nói tai họa của người không dùng được lòng ham muốn. Ham muốn như lửa, như cá nuốt câu, như nai khát nước mà chạy theo bóng nắng ngoài sa mạc, chạy đến ngã gục cũng không bao giờ có nước. Đối với ham muốn nếu chúng ta không dùng được, quá khứ hiện tại vị lai cứ tư tưởng hoài thì sẽ bị khổ, không bao giờ được yên. Người Phật tử phải có niềm tin vững chắc nơi Phật lý để áp dụng vào cuộc sống của mình, mới mong đủ lực thắng lại tất cả những ham muốn thuộc về thân tâm này.

Từ thân tâm này mà tu, soi rọi lại mình nếu thấy còn những khuyết điểm thì tu sửa. Ví dụ mình vừa sắp đặt chương trình đúng tám giờ ngồi thiền, gần tới giờ bỗng có khách. Thế là ta đổ thừa, hôm nay có khách, thôi mai tu cũng được. Như vậy là mình yếu đuối, cứ hẹn lần hẹn lượt như thế hoài sẽ không tu hành gì được hết. Bây giờ phải dứt khoát, tới giờ tu là tu, mọi chuyện gác qua một bên, tu xong mới giải quyết. Được vậy mới hy vọng chiến thắng được những chướng duyên, những khuyết tật của mình. Cho nên người tu phải có lực, quyết định làm việc gì thì phải làm chủ tình hình, không bị động, không chờ hẹn gì hết, tự mình quyết định như vậy.

Dĩ nhiên trong khi tu chúng ta gặp nhiều chướng duyên, nhưng nếu quyết tâm thì không có chướng nào mà mình không vượt qua được. Chỉ trừ người yếu đuối, mê ngủ, nhắm con mắt lại thì không vượt qua được. Chứ còn dù cho núi cao, sông rộng cách mấy, một khi chí đã quyết thì ta đều có thể vượt qua tất cả. Đã nói học đạo, đã nói tu thì nhất định phải thực hành đúng như lời Phật dạy. Cho nên người tu phải như vách đá, kiên cố vững chắc gió cuốn chẳng lay. Lời tán dương hay hủy báng không làm chao gợn đôi mày, đó mới đúng là con đấng Pháp vương.

Thật ra việc tu không khó nhưng đòi hỏi chúng ta phải có ý chí, có quyết tâm thì nhất định sẽ thành công. Nghiệp chướng tuy nhiều nhưng ta có thể chuyển đổi được. Vì vậy đối với tham lam, sân hận, si mê, ta biết rõ nó không thật thì không bị nó lôi đi, không tạo nghiệp. Đó là dứt nghiệp, chuyển nghiệp. Cho nên biết tu và quyết tâm tu thì không khó. Khó tại chỗ không quyết tâm thôi. Thành thử quan trọng là mỗi người phải nuôi dưỡng ý chí của mình, thấy được lẽ thực các pháp. Cứ thế từng bước ta áp dụng sao cho mỗi ngày qua, mỗi thời khắc mình làm chủ và nắm được pháp vị, sống được với chính mình, thực hiện Niết-bàn ngay trong hiện đời. Tu như vậy không bao giờ ta dùng bước thoái lui, cũng không để mất chút thời gian nào, vì đối với các sự kiện chung quanh lúc nào mình cũng tu, chắc chắn ta sẽ đạt được sự an ổn.

Buổi nói chuyện hôm nay, mục đích chúng tôi nhắc lại lời Phật dạy Tất cả chúng sanh đều là sẽ thành Phật, để củng cố niềm tin nơi mỗi chúng ta. Lời nhắc nhở của các thiền sư là mỗi người đều có trí tuệ chân thật, ai làm cản trở, hủy diệt trí tuệ ấy, tức người đó đã giết một vị Phật tương lai. Biết thế rồi chúng ta nỗ lực phát huy trí tuệ của mình. Ban đầu dùng phương tiện qua các hình thức tu tập giúp

cho ta thành tựu được việc chính của mình. Nhưng nên nhớ cũng không được kẹt dính nơi phương tiện thì công phu mới viên mãn. Tất cả chúng ta cố gắng làm sao thực hiện viên mãn bản nguyện của mình là tu đến thành Phật mới thôi. Tin chắc như vậy là chánh tín, là người có trí tuệ.

Để thay lời kết, tôi xin mượn câu nói của Bồ-tát Thường Bất Khinh trong kinh Pháp Hoa gửi gắm đến toàn thể quý vị: “Tôi không dám khinh quý Ngài, vì quý Ngài đều sẽ thành Phật”.



## TÂM VÀ THỨC

Vấn đề hôm nay chúng ta cần tìm hiểu là Tâm và Thức. Đây là vấn đề rất nhiều người lầm lẫn, cho rằng mình sống với tâm, nhưng thật ra lại sống với vọng thức. Đã sống với vọng thức rồi thì khó thoát khỏi khổ đau, luân hồi sinh tử. Cho nên Phật tử chúng ta phải nhận định thật chính xác về tâm và thức để sự tu hành có kết quả tốt đẹp.

Trong kinh Phật giải thích tâm là cái trần đầy trong sạch, không chứa vật gì khác nên cũng gọi rỗng suốt, sáng soi như hạt châu quý, như vàng trắng sáng. Như vậy nếu chúng ta nói làm hoặc nghĩ điều gì không bằng sự sáng suốt, tỉnh lặng, thì đó không phải là tâm. Tuyệt đối không được nhầm lẫn nói tâm tôi như vậy, tâm mình không có tào lao như thế. Phật nói tâm Phật tâm chúng sanh không khác. Nên biết những suy tư nghĩ tưởng không phải là tâm mình.

Tại sao tâm Phật, tâm chúng ta không khác mà đức Phật sống an vui giải thoát, còn mình luân hồi sinh tử, trôi giạt mãi như vậy. Đó là vì chúng ta chưa nhận được tâm, chưa sống được với tâm thật của mình. Chúng ta không hoàn toàn trong sáng, không lặng lẽ như như, không chiếu soi được cái gì hết, nên trong lòng còn quá nhiều vẩn đục. Đã chưa được như vậy nên ta không tương ưng gần gũi với Phật. Khi nhận mình là Phật tử thì ít ra ta phải sống được với tâm thật chút chút chứ. Bởi Phật đã sống như vậy, mình là đệ tử chân chính của Ngài cũng phải sống như thế. Có thể mới tương ưng, mới xứng đáng là Phật tử. Đó là điều mà Phật tử chúng ta cần lưu ý.

Chúng ta không thể lầm lẫn giữa tâm và thức được. Bởi tâm luôn thanh tịnh trong sáng, tâm thường hằng không sanh diệt, còn thức là vọng tưởng vô thường, luôn biến đổi, khi tốt khi xấu. Nếu lầm nhận thức là tâm thì nguy to. Một cái sanh tử, một cái không sanh tử, không thể là một được. Người tu Phật làm gì không phải bằng tâm rỗng rang sáng suốt thì phải loại ra, đó là cách giữ giới thanh tịnh nhất. Hòa thượng thường dạy: Cái nào không phải thứ thật thì loại bỏ đi, như vậy mới an ổn được.

Như trong kinh Phật đã dạy, tâm là cái gì trần đầy trong sáng, không có tí vết. Tâm như hạt châu quý báu luôn soi sáng, khác xa với thức. Thức là gì? Thường thường các học giả nói tâm thức, tức bao gồm cả tâm và thức. Thức tức là phân biệt, vọng động, do học hiểu ghi nhớ hay từ những tư tưởng phát sinh, tập thành kiến thức của chúng ta. Nhiều người đã lầm nhận kiến thức này là tâm mình. Thừa quý vị, không phải thế.

Ví như tôi nhìn cây quạt máy đang hoạt động, nếu nhìn bằng thức, tôi sẽ phân biệt cây quạt này đời 90 hay 92, giống loại quạt bên Tây hay bên Mỹ, nó bền chắc hay không, làm bằng chất liệu gì... Tất cả các loại suy luận như vậy là thức, chứ không phải tâm. Còn tâm là sao? Biết đúng như thật, giản dị lắm. Cái quạt là cái quạt, chỉ thế thôi. Nếu có phân biệt thì cũng đúng theo pháp duyên sinh mà nhìn bằng cặp mắt Bát-nhã. Cái quạt này do các bộ phận hợp lại mà thành, nó không thật, tạm có theo duyên thôi.

Ai thấy mọi pháp trên thế gian này như vậy, người đó sống được với tâm. Còn trái lại là sống bằng thức, tức là bằng phân biệt, vọng động. Do nhớ nghĩ học hiểu, hoặc tham cứu mà biết, tất cả đều là thức. Như vậy giữa thức và tâm rõ ràng không giống nhau. Nếu chúng ta nhìn sự vật trên cuộc đời này bằng tâm thì ta sống bình thản, an vui. Ngược lại, nếu nhìn bằng thức thì mọi chuyện sẽ phát sinh. Nào là có người già, người trẻ, người nam người nữ, người dễ thương dễ ghét v.v... theo đó mà thị phi, mà tạo nghiệp đi trong luân hồi sanh tử. Nhưng trên tâm mà nhìn thì tất cả đều là những vị Phật sẽ thành. Nhìn như thế nên không có quan niệm, không có vấn đề, không có già trẻ, nam nữ, đẹp xấu gì cả. Thế nên không có thương ghét, không có tạo nghiệp. Do đó không có luân hồi sanh tử.

Cái khổ của chúng sanh là do tạo nghiệp. Bởi tạo nghiệp nên phải trả nghiệp, giống như vay nợ vậy, có vay thì có trả. Trả rồi lại vay nữa, cứ thế mà từ đời này sang đời khác vay trả, trả vay không có ngày cùng. Tại sao cứ vay trả hoài như thế? Bởi vì khi trả mình không sáng suốt, hồi vay không biết bao nhiêu nhưng lúc trả cứ cần nần, tệ hơn nữa là nổi sùng lên la mắng lại chủ nợ. Thế nên chẳng những chưa trả hết nợ cũ mà còn vay thêm nợ mới nữa. Đây gọi là oan oan tương báo.

Khi trả nợ nổi sùng lên, tức là sống bằng vọng thức. Cho nên Phật nói vòng luân hồi tiếp tục mãi không bao giờ dừng dứt được. Nên người ta thường quan niệm luân hồi như một vòng tròn. Ví dụ có những con vật ngày xưa do nợ nần thế nào đó, bây giờ nó phải vào nhà mình làm heo chó, trâu bò để trả lại nợ trước. Nếu ta thương nó đối xử tốt, sau này hết nợ lại gặp nhau làm con cái hay anh chị em. Hoặc ta đối xử xấu với nó, đánh đập đày ải nó, thế là ta nợ lại nó. Sau này hết phước mình sanh trở lại làm con vật trong nhà nó, nó hết nợ trở lại làm chủ mình. Cái vòng trả vay cứ lần quần như thế, nên thường được tượng trưng như một vòng tròn.

Trong nhà Phật dạy lấy từ bi mà hóa giải hận thù thì hận thù mới hết. Chứ đem hận thù trả hận thù thì oán oán chất chồng, không thể nào trả hết được. Muốn đem từ bi hóa giải hận thù thì phải sống được với tâm, không có cách nào khác hơn. Nếu tâm không rộng sáng, không thanh tịnh, lặng lẽ sáng soi thì khó mà từ bi lắm. Thấy có người chửi mình thì làm sao từ bi được. Cho nên còn vật lộn trong thế gian thì khó tu lắm. Phải mở được con mắt tuệ, sống được với tâm mình, mới mong hóa giải được hận thù.

Tâm tôi đã giới thiệu rồi, sống được với cái rỗng rang sáng suốt, đừng để vướng mắc cảnh duyên hình thức bên ngoài. Ví dụ có bạn bè rủ rê uống rượu, mình từ chối dứt khoát, hôm nay tôi đã thọ giới nguyện không uống rượu, xin anh em thông cảm cho. Ai buồn giận cũng không sợ, phải mạnh dạn, dứt khoát như vậy mới không bị cảnh duyên kéo lôi. Rủ lần đầu không được, thì những lần sau ta sẽ thoát, tự nhiên chấm dứt được nghiệp xấu.

Chỗ khó khăn nhất trong khi tu tập là “dừng” được nghiệp. Vừa dấy nghĩ việc bất thiện, ta biết đó là xấu, gây tạo nhân khổ sẽ chuốt quả khổ nên không làm. Đó dừng được nghiệp, phải là người sáng suốt, bản lĩnh mới làm được như vậy. Ta phải tỉnh mới dừng lại được, còn mê thì thua cuộc, chạy theo nó luôn. Có tỉnh mới

biết sự việc ấy không đúng. Cho nên việc tu hành phải được thực hiện ngay nơi tâm mình, đúng như người xưa nói tu tâm dưỡng tánh.

Chạy theo hình thức bên ngoài thì tạo nghiệp không cùng. Bởi hình thức có trăm ngàn muôn ức cái khác nhau. Như cả trăm vị trước mặt tôi không ai giống ai. Một trăm người, một trăm gương mặt, một trăm ánh mắt, một trăm mái đầu, một trăm dáng đi, không có cái nào giống cái nào hết, kể cả anh em ruột thịt trong nhà cũng không giống nhau, chỉ hao hao là cùng.

Tâm vọng tưởng lại càng khác hơn nữa. Mỗi người mỗi suy nghĩ, hay đúng hơn một người đã có nhiều suy nghĩ, mà đôi khi những suy nghĩ của họ cũng mâu thuẫn, trái ngược nhau. Đây mới thấy rõ suy nghĩ không phải là tâm mình. Đã biết vô vàn những sai biệt như vậy mà chúng ta không tỉnh, cứ trên những sự sai biệt đó mà tạo nghiệp. Có nhiều người vô lý lắm, ví dụ như nói người ta nhìn là phát bực rồi, không ai chọc giận mà vẫn phát bực như thường - vô lý không ? Bởi họ đang sống với cái thức lầy lừng bên trong, nào là phải quấy, tốt xấu, thương ghét v.v... nên nhìn ai cũng thành xấu cả.

Người Phật tử khéo tu nhớ vận dụng tâm rộng rang sáng suốt thì các thứ bực bội sẽ hết thôi. Vận dụng thế nào? Phật nói tất cả chúng sanh đều là Phật, vậy ai dám chê Phật? Ta ngán địa ngục thì đừng chê Phật, vô trong đó rồi khó ra lắm. Nếu nhìn tất cả mọi người đều là Phật hết thì tự nhiên vui vẻ bình thường, không phải nói gì hết. Như vậy giữa thức và tâm chúng ta đã nhận định được rõ ràng, từ đó mình có cách thức tu hành, luôn sống với tâm tỉnh giác, không chạy theo thức phân biệt hư nguy nữa.

Trong kinh Phật nói ai sống được với tâm thanh tịnh, rộng rang sáng suốt của mình, người đó gọi là Phật, là Bồ-tát. Người đó giống như nga vương, tức ngỗng chúa. Nga vương có một điểm đặc biệt là uống sữa chừa nước, những con ngỗng khác không làm được. Nếu chúng ta sống được như Phật, Bồ-tát thì những thứ tham sân si không thật, ta loại bỏ hết đi, như con nga vương uống sữa chừa nước vậy. Phật dạy chúng ta phải sống như nga vương, nghĩa là chỉ nhận cái thật của mình thôi, những gì giả thì vất bỏ hết.

Nói tới đây, ta tự thương mình nhiều lắm. Vì sao? Phật nói mình sẵn có trí tuệ như Phật, mà Phật an vui tự tại lâu rồi, còn chúng ta không hiểu sao vẫn đau khổ hoài. Nhận lại tâm sẵn có của mình chớ đâu phải của ai mà không dễ dàng? Cho nên Phật nói chúng sanh “thật đáng thương xót lắm vậy” là vì thế. Bây giờ muốn trở lại vị trí ban đầu của mình thì phải tu tâm dưỡng tánh, chứ không cần hình thức nọ kia. Cái gì không thật bỏ đi, cái thật thì sống. Chỉ vậy thôi.

Song chúng ta cũng nên thận trọng, bởi vì nói như vậy nhưng nếu chưa sống, chưa thực hiện được như vậy chúng ta phải dè dặt. Bởi vì giữa tâm và thức rất khó phân định. Không khéo chúng ta sẽ vướng phải sai lầm, trong nhà Phật gọi là tăng thượng mạn, tức chưa chứng mà cho đã chứng, thì càng chướng đạo hơn nữa.

Trong kinh có ghi lại câu chuyện thế này. Một thầy Tỳ-kheo nọ thường hay ngủ ngày, nhóm đệ tử nhỏ thắc mắc tại sao thầy lại ngủ ngày? Thầy đáp ta ngủ ngày mới có thể gặp những người bạn ở cõi trời, trao đổi kinh nghiệm tu tập để

đem về dạy các ông. Mấy đệ tử nhỏ nghe vậy nắm được cơ hội, liền rủ nhau ngủ hết giữa ban ngày. Ông thầy xuống hỏi tại sao giờ này còn ngủ? Thưa “tụi con cũng ngủ trưa như thầy, để tìm gặp bạn thầy trên trời hỏi đạo?” Ông thầy cũng vui, hỏi đệ tử “vậy có gặp được ông nào hay không?” Mấy đệ tử con ranh mãnh thưa “tụi con không gặp ông nào hết và cũng không hề nghe nói thầy lên đó gặp ai cả”. Thầy Tỳ-kheo ấy cười nói: “Mấy Hòa thượng con ơi, đừng có xạo nữa, Thánh thần nào trên đó mà gặp”. Đồng thời cũng từ đó, thầy không còn ngủ ngày nữa.

Câu chuyện cho thấy rằng nếu chúng ta chưa sống được với tâm của mình thì phải dè dặt. Bởi ý thức không chân thật thường dẫn dắt chúng ta đi vào những chỗ tăm tối, ta tự dối mình hỏi nào không hay. Làm sao đủ sự sáng suốt bình tĩnh, để khi nhìn vào cuộc sống, chúng ta thấy được cái nào thực, cái nào giả thì mới không bị chúng kéo lôi. Việc gì không phải từ tâm sáng suốt nhận định thì đừng làm, nhất định là như vậy. Nếu khẳng định được thế thì mình là con nga vương trong cuộc đời rồi.

Trong sự tu, ta có thể biết mình thành công hay không bằng cách kiểm soát xem phiền não trong tâm thay đổi thế nào. Người nào tu ngày càng hết phiền não, càng buông được những ràng buộc, càng sống gần với chánh pháp thì biết người đó đi đúng với đường lối của Phật tử, người đó là Phật, Bồ-tát tương lai. Đạo Phật chủ trương mọi người đều có Phật tánh như nhau, trí tuệ như nhau, không luận già trẻ nam nữ, ai cũng có khả năng đó. Nhưng làm sao phát huy, nhận lại và sống được với khả năng đó mới là điều đáng nói. Nếu không chúng ta cứ mãi trôi lăn luân hồi sanh tử, thoát không được. Vì vậy mỗi ngày qua, chúng ta luôn tự kiểm điểm lại mình, xem ngày hôm nay mình sống với cái chân thật nhiều hay chạy theo vọng tưởng đảo điên nhiều. Kiểm như thế sẽ biết việc tu của mình tiến hay không, có phát huy được trí tuệ hay không. Theo đó mà chỉnh đốn việc tu sao cho thẳng tiến.

Nếu hôm nào người ta chửi mà mình nhịn được, buông được, tức ngày hôm đó ta sống gần với Phật, Bồ-tát. Sống gần với Phật Bồ-tát, thì nhất định sẽ thành tựu viên mãn Bồ-tát hạnh và thành Phật, điều đó chắc chắn không nghi ngờ gì cả. Người tu Phật không còn sợ sệt mai kia mình bị quỷ sứ tới kéo cổ lôi đi. Nếu chúng ta không gây nhân xấu ác, thì ai kéo mình được. Chỉ khi nào ta gây tạo nợ nần thì bị kéo lôi là chuyện dĩ nhiên thôi. Cho nên đừng gây tạo nghiệp, đừng mất tự chủ, thì sống vững tâm.

Hồi xưa mỗi chiều các Thiên sư thường đốt một cây hương, ngòai thiền xong thấy cây hương tàn, các Ngài kiểm lại việc tu trong ngày hôm ấy, nếu không thấy tiến thì xót xa và thương cảm cho mình đến rơi nước mắt. Vì sao rơi nước mắt? Vì mỗi ngày qua mỗi ngày qua, thân này già nua, bệnh tật ốm yếu, mà nghiệp tập không giảm, điều này thật đáng sợ. Bởi như vậy biết chừng nào mà trả hay hóa giải cho hết những nghiệp tập của mình. Đạo Phật chủ trương người tu phải hoá giải hết nghiệp tập của mình, mới giải thoát thanh tịnh được. Nếu không giải quyết được nghiệp, khi thân này bại hoại, nhất định sẽ bị nghiệp lôi vào chỗ tăm tối.



Cho nên Phật tử làm sao tu mỗi ngày mỗi tiến, chứ đừng để tình trạng tu mỗi ngày mỗi lui sụt. Một bước tu của chúng ta là chắc một bước, dù chậm nhưng phải chắc. Thà không tu, chớ đừng tu sai, vì khi tu sai sửa lại rất khó. Nên nhớ tâm thể rỗng rang sáng suốt chính là đạo, không phải cái gì khác, đừng tìm cầu bên ngoài. Phải chuyên nghiệp, dứt nghiệp thì mới nhận ra tâm thể chân thật, không có con đường nào khác hơn. Đó là chủ yếu của việc tu hành.

Dù Phật tử chưa ăn chay được nhưng mỗi ngày dùng bớt tham sân si của mình tức là tu đúng rồi. Ăn chay ăn mặn gì cũng tu được hết, đừng cố chấp rồi mặc cảm mình không tu được. Tuy nhiên người ăn chay là người có điều kiện phát triển lòng từ. Bởi Phật dạy mỗi chúng sanh đều có trí tuệ, nhưng do mê làm nên tạo nghiệp, phải mang lớp thú, thật sự chúng cũng đau khổ cũng sợ chết như con người. Do đó ta thương chúng, nghĩ tới nỗi sợ hãi của chúng mà không giết hại sinh mạng, làm thức ăn nuôi dưỡng thân mình. Hơn nữa ăn chay lại rất thích hợp với cấu tạo sinh học của loài người, nếu ăn chay được thì tốt hơn ăn mặn.

Song nên nhớ ăn chay không phải là mục đích chánh trong việc tu hành, chánh là dẹp bỏ tham sân si, phát triển trí tuệ sáng suốt như thật của mình, đó là gốc. Những hình thức kia làm được chừng nào tốt chừng nấy, chớ không quan trọng. Thật ra hoàn cảnh càng khó khăn chừng nào thì sự tu càng có giá trị chừng ấy. Ví dụ ông đi chùa mà bà cản, hoặc bà đi chùa ông cự nự mà các vị đó tu được, cảm hóa được người trong gia đình, như vậy mới hay chứ! Đã nhiều Phật tử thực hành như vậy, họ tiến tu trong một hoàn cảnh rất khó khăn, cho nên đạo tâm của họ rất vững.

Như Hòa thượng giảng, băng của Ngài được rất nhiều người nghe, nghe đến nỗi xúc động mà khóc. Họ về lạy thầy, đánh lễ như một bậc ân sư. Nhưng cũng có nhiều người đầu chịu nghe. Duyên chưa tới mà ta đem cái không thuận thì không khớp nhau được. Chỉ khi nào thuận duyên người ta tự nhiên phát tâm tu, ta không cần ép buộc. Khi tu hành có lực rồi, mình làm chủ cuộc sống với tâm bình thản, an nhiên, bấy giờ các dụng sẽ phát huy cụ thể. Ta có sức cảm hóa đối với mọi người trong nhà cũng như ảnh hưởng đến cả xóm giềng chung quanh. Đó là kết quả tất yếu của việc tu hành chân chánh.

Tôi nhớ câu chuyện thế này. Trong ngôi chùa nọ, vị thầy có nhiều đệ tử lắm. Trong số đó, một đứa mắc nghiệp thấy tiền bạc là lấy. Chuyện bị bắt quả tang nhiều lần và đưa lên Sư phụ giải quyết. Ông thầy cứ nín thinh, thấy vậy số đệ tử lớn bắt lẫn định rủ nhau bỏ chùa đi. Hay tin này, Sư phụ kêu tất cả đến, bảo:

- Mấy thầy được diễm phúc khôn ngoan, biết được việc sai trái không làm, biết giữ giới. Còn chú nhỏ kia ngu mê quá, không thấy được sự nguy hiểm, tai họa của việc làm xấu ác nên đã phạm giới. Hơn nữa nếu tôi đuổi chú, chú sẽ không biết đi đâu và nếu có đi, chú càng lún sâu hơn vào tội lỗi. Vậy quý thầy ra đi, tôi rất yên tâm, còn chú nhỏ kia cần phải ở lại để tôi cảm hóa.

Nghe thế tăng chúng mới vỡ lẽ, tất cả đều cảm động rơi lệ rồi im lặng rút lui. Và từ đó, không còn ai bị mất tiền nữa.

Rõ ràng một bậc đầy đủ đạo hạnh, đạo lực rồi thì có thể hóa giải mọi chuyện một cách sáng suốt và dễ dàng, chớ không rắc rối như chúng ta. Trong

cuộc đời này chuyện trên xảy ra biết bao nhiêu. Như một gia đình khoảng năm mười đứa con, trong số đó cũng hai ba anh chàng quậy dữ. Đưa xe cúp đi một vòng là bán quách, về nhà thấy quạt máy xách bán luôn. Chơi năm ngày mười ngày hết tiền, về lục lọi coi cái gì bán được lấy bán nữa. Gặp trường hợp như vậy, cha mẹ phải giáo hóa bằng cách nào? Điều này thật là khó.

Ở đây chúng tôi muốn nói bằng tinh thần đạo Phật, muốn giáo hóa được con cái như thế phải là người sống được với tâm an định, hoàn toàn thanh tịnh để nhìn con của mình. Cho dù mười hoặc mười lăm người con của mình, cũng nhìn nó là những chúng sinh. Nếu nói về nghiệp tập thì đầy đầy hết, nói về mặt sáng suốt thì nó cũng có trí tuệ đức tướng Như Lai, còn nói về mặt quan hệ thì tất cả đều là con cái của mình hết, không phải thằng quậy không là con mình, thằng không quậy mới là con mình. Nếu nhìn được như vậy thì sắp đặt được việc trong gia đình. Cha mẹ hết lòng giáo hóa, nhưng được hay không còn do nghiệp tập riêng của nó nữa. Chuẩn bị tinh thần như vậy mới không đau khổ.

Có nhiều Phật tử mới đi chùa, nghe pháp nhưng về nhà áp dụng được, mỗi ngày vị ấy kiểm soát thân tâm mình, không tạo tác những nhân bất thiện, vị ấy thấy rõ lợi ích thiết thực của việc tu Phật. Ta chỉ cần nhớ việc làm nào chưa phải từ tâm thanh tịnh sáng suốt rỗng rang thì bỏ đi, tức là sống đúng tinh thần Phật dạy. Mình là Phật, là Bồ-tát, chúng ta hãnh diện như vậy, đừng sợ gì hết, không phải khó khăn lắm đâu. Chỉ bỏ được tham sân phiền não tức thì thành tựu Phật chủng chứ gì. Còn thành tựu viên mãn đạo quả Bồ-đề thì phải trải qua công phu lợi tha nữa.

Những vị đi trước chúng ta tu được thì có gì chúng ta không tu được, chỉ ta không chịu tu, không dám nhận nguồn gốc trưởng giả của mình thôi. Tuy nhiên trong quá trình công phu, phải trải qua rất nhiều chướng duyên do nghiệp lực ngăn trở, chúng ta dè dặt thận trọng lắm mới thoát khỏi lưới phiền não, đạt được chỗ cứu kính viên mãn.

Tôi nhớ một Thiền sư nổi tiếng Nhật Bản, Ngài đã chứng đến chỗ tột cùng và rất uyên thâm giáo pháp. Danh đồn bốn phương, các học giả quy tụ về rất đông. Nhiều câu hỏi hóc búa được đặt ra, nhưng người ta chỉ đón nhận những câu trả lời đơn giản, đôi khi không dính dáng gì với điều được hỏi. Vì thế, thiên hạ thất vọng lần lượt kéo nhau đi.

Một hôm, chú đệ tử trong nhà đến thưa với Thiền sư:

- Bạch Hòa thượng, tại sao Ngài không nói giáo lý thượng thừa đã thân chứng, mà chỉ trả lời giản dị như thế.

Bấy giờ Ngài vui vẻ đáp:

- Vấn đề là chính ở chỗ giác ngộ, chứ không phải đặt sự kiện này sự kiện kia, thế này thế nọ.

Bởi vì học giả thường đem kiến thức nêu lên vấn đề thế này thế nọ. Như nói mọi loài đều có Phật tánh, đều thành Phật, vậy cái đồng hồ cũng thành Phật được sao? Ở đây Thiền sư trả lời khiêm tốn: “Này ông bạn, quan trọng là bạn giác ngộ chứ không phải cái đồng hồ giác ngộ”. Như vậy yếu chỉ của đạo Phật là gì? Là tự

xoay lại mình, chứ đừng soi rọi ra ngoài tìm hiểu người này, người kia, trong khi việc của mình không xong.

Phật tử chúng ta trong cuộc sống tương giao huynh đệ bạn hữu với nhau, không cần đặt vấn đề gì hết, quan trọng là mỗi ngày tự kiểm soát mình, xem phiền não nghiệp tập có giảm bớt không, sự tu có tiến. Đây mới chính là việc làm của mình. Mỗi người là một đơn vị chánh đáng để gây dựng Phật pháp. Muốn Phật pháp còn mãi trên đời này, bản thân chúng ta phải khắc phục những điên đảo của mình, đưa nó vào đất Phật hết thì Phật pháp sẽ sống lâu nơi đời.

Tôi áp dụng được Phật pháp, bạn áp dụng được Phật pháp, Tăng tục đều áp dụng được Phật pháp, đó là thời đại chánh pháp, chớ không luận đức Phật còn tại thế hay đã nhập diệt gì cả. Dù không có Phật nhưng có người tu và giác ngộ thì cũng như Phật tại thế. Kinh nói, dù ông nói pháp trời mưa hoa, đá gập đầu mà ông không áp dụng được tí nào thì cũng chẳng phải Phật pháp. Người áp dụng được, ngộ đạo sáng việc của mình thì dù kinh điển không còn in được nữa, chùa chiền không cất được nữa nhưng chắc chắn Phật pháp vẫn còn, không mất được.

Nếu hình thức chùa chiền rục rỡ, kinh điển in đầy trời mà tìm một người ngộ đạo không ra, thì có cầu nguyện bao nhiêu Phật pháp cũng mất thôi. Trong hoàn cảnh hiện nay, Tăng Ni vẫn được học Phật pháp, còn có người tu hành chân chính, áp dụng Phật pháp và đạt lợi ích an vui thì ta vững tin Phật pháp trường tồn, không ai phá hoại được. Đó là một lẽ thật.

Khi Phật còn tại thế, có một thầy Tỳ-kheo được Như Lai khen là thông suốt giáo pháp của Phật. Nhưng thật ra thầy không giảng nói gì nhiều, chỉ thuộc và đọc một câu này thôi: “Sa-môn nào với tư tưởng thanh cao tinh tiến, luyện mình trong sự yên lặng thì vị ấy sẽ đạt được an tịnh thông suốt và không còn phiền não nữa”. Mỗi lần thầy đọc câu này lên, chư thiên tán hoa cúng dường.

Hôm đó có một số thầy rất thông bác về đánh lễ đức Thế Tôn. Sau khi thăm viếng rồi, đoàn này tới chỗ vị Tỳ-kheo trên, vị ấy liền chào hỏi và thưa: “Thưa quý Ngài! Có những điều giới luật tôi chưa được nghe rõ ràng, hôm nay trong đoàn các Ngài có những vị Tỳ-kheo thông tuệ, kính mong quý Ngài hoan hỷ đọc và giảng lại cho tôi và mọi người ở đây được nghe”. Các thầy Tỳ-kheo kia ngạc nhiên, nói: “Chúng tôi thấy thầy chỉ có một mình, vậy thầy nói mọi người là ai?”. Vị này đáp: “Ngoài tôi ra, ở đây còn có vô lượng chư thiên, kính mong quý Ngài thương mà nói cho những điều giới luật?”.

Bấy giờ các vị Tỳ-kheo thông bác mới cử ra hai vị nói lại những điều giới đó, giải thích thật rõ ràng cụ thể. Sau khi được nghe đầy đủ rồi, kết thúc bài pháp không thấy có sự tán thán nào, các vị Tỳ-kheo mới đến bực bội, cho rằng thầy Tỳ-kheo ở đây không chân thật và thưa lên cùng đức Phật sự việc như vậy. Bấy giờ đức Thế Tôn mới dạy: “Người thông suốt giáo pháp của ta là người hiểu và thực hành được”.

Phật không phủ nhận hẳn những thầy thông bác kia, nhưng Ngài khẳng định người thông suốt giáo pháp của Như Lai không chỉ nói thôi, mà phải áp dụng được giáo pháp ấy. Chính vị Tỳ-kheo nghe các ông giảng luật đó là người thông

bác, vì vị ấy đã áp dụng được giáo pháp của ta, dù chỉ một câu thôi. Sau đó Phật nói bài kệ này:

Nói nhiều lời hư vọng,  
Thêm huyền hoặc cuồng si.  
Học ít nhưng tâm đặc,  
Mới là bậc hộ trì.

Nói nhiều những lời mình không tâm đặc, không áp dụng, không có kinh nghiệm gì hết thì chẳng khác hạng cuồng si, tức nói mà không làm được. Còn học ít mà tâm đặc, áp dụng được những điều mình đã học, đây mới là người hộ trì chánh pháp, giữ gìn chánh pháp của Phật.

Bài kệ sau cùng đã nhắc nhở chung cho tất cả chúng ta. Nhiều khi ta cứ ngỡ rằng, phải học phải hiểu thật nhiều mới gọi là thông bác. Không phải như vậy. Dù chỉ hiểu một bài kệ thôi nhưng áp dụng được vào trong đời sống của mình, nghĩa là có học có tu, đó mới là người hộ trì Phật pháp. Như tôi đã nói, mỗi ngày chúng ta kiểm nghiệm lại xem ba nghiệp của mình nhẹ bớt được bao nhiêu, sự tu hành tăng tiến hay không, việc áp dụng Phật pháp của mình có đúng hay chưa, ngoài ra tất cả việc khác, chỉ là phụ thuộc thôi.

Chúng ta muốn cho Phật pháp tồn tại lâu dài trên cuộc đời này thì phải tu như vậy. Hiểu và tu, chứ hiểu không thì chưa được. Ngay đây chúng ta có một phương thức để tự mình giác ngộ, đó là điều quan trọng. Sau cùng tôi cầu chúc toàn thể đại chúng nương uy lực Tam Bảo đều được giác ngộ giải thoát. Có thể chúng ta mới giữ gìn được Phật pháp cửu trụ trên đời.



## THẾ NÀO LÀ VIỆC LỚN SINH TỬ ?

Sanh tử là một vấn đề lớn đối với người tu chúng ta nói riêng, đối với nhân loại nói chung. Những ai từng đau khổ, từng bị bức xúc trong cuộc đời bởi sanh lão bệnh tử đều băn khoăn về kiếp người. Đức Phật ngày xưa cũng vì thế mà tìm đường giải thoát sanh tử, nên hôm nay chúng ta mới có được giáo lý Phật dạy để tu tập giải thoát như Ngài. Thế thì chúng ta thử đặt lại vấn đề “Thế nào là việc lớn sanh tử?”

Trong cuộc sống bình nhật, dường như ai cũng sáng suốt với những toan tính sự nghiệp công danh nọ kia, nhưng khi đối diện với vấn đề lớn lao này thì bỗng nhiên tăm tối mờ mịt. Như nghe một lời nói ta liền nhận xét hay dở và theo đó tươi vui hay phiền giận, điều này ai cũng làm được. Nhưng nghe một lời nói, chỉ nghe trong sự yên lặng, không phân biệt tốt xấu hay dở thì dường như khó ai thực hiện được trọn vẹn. Phật bảo sanh tử từ đó mà phát khởi. Nghĩa là chúng sanh do dấy niệm vọng động mà sanh ra trong các đường, trôi lăn đau khổ không có ngày cùng. Bây giờ muốn chấm dứt nỗi thống khổ sanh tử thì phải dừng nguyên nhân tạo ra nó. Chỉ có một con đường duy nhất này thôi.

Thế nên biết còn tâm giao động là còn khổ. Bởi còn động tâm nên cứ lăng xăng, ngược xuôi theo cảnh duyên. Mà cảnh duyên lại luôn thay đổi, cho nên tâm cứ như vượn chuyền cành. Như vậy chúng ta phải làm sao? Người xưa nói phải tu. Vấn đề tu hành không phải khó cũng không phải dễ. Biết tu thì dễ, không biết tu thì khó. Chúng ta không có nhiều thì giờ để chọn lựa hay chuẩn bị đâu, bởi ngọn lửa vô thường đang thiêu đốt cõi nước và con người trong từng phút từng giây. Hoàn cảnh và thời gian không cho phép chúng ta dây dưa lẩn lữa qua ngày. Mình phải có thái độ dứt khoát đối với đạo lý đã học và hiểu, để rồi bắt tay ngay vào sự tu tập.

Phật dạy chúng sanh chìm nổi trong các đường bởi si mê, tham lam, sân hận lầy lùng. Chúng ta soát xét lại có phải như vậy không? Nên việc lớn sanh tử lại nằm ngay trong những hành vi nhỏ nhiệm mà chúng ta tiếp xúc hằng ngày. Mắt thấy sắc, tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi v.v... tâm chạy theo hay thức tỉnh là thay đổi cả một dòng sinh mệnh. Nghĩa là ngay đó ta bị trói buộc mà cũng có thể ngay đó ta được giải thoát. Đây là vấn đề mà người Phật tử chúng ta không thể nói không biết.

Con người vừa mở mắt chào đời là đã nhận ngay một bản án sanh tử rồi. Ta có mặt ngày hôm nay để rồi sẽ mất ở ngày mai, điều này ai cũng biết. Cho nên bản án tử hình đã treo vào cổ mỗi đương sự ngay từ lúc mới chào đời. Vậy mà ta quên khuấy, để rồi mãi mê với những thú vui giả tạm nào lợi danh, tài sắc... Đến khi tử thần tới gõ cửa, ta giật mình hỏi “Sao không báo trước?” Cho nên chỗ này các thiền sư nói “việc lớn sanh tử chưa giải quyết xong thì không thể ngồi yên”.

Việc của mình mà mình không biết, không đá động tới thì ai có thể đương đầu thế đây? Dù cho cha mẹ, anh em, thầy tổ hay đức Phật Thích Ca có thị hiện trở lại cũng không giải quyết được cho mình. Phật đã nói “Như Lai chỉ là bậc đạo sư dẫn đường, các người phải tự cất bước. Như Lai không thể đi thế cho các

ngươi”. Chúng ta tu như thế nào, sống như thế nào để tự phá bản án đó. Chứ Phật Bồ-tát không giúp gì hơn được.

Có sanh là có tử, điều đó ai cũng biết. Từ ông bà cho tới cha mẹ mình có ai sống mãi đâu. Chúng ta đã chứng kiến biết bao cảnh chết chóc thảm thương, nhưng tỉnh một chút thôi. Thấy giật mình hết hồn, trong vòng vài tiếng đồng hồ, khuây khỏa rồi cũng quên mất. Người xưa khi đối diện với những sự kiện như vậy, các Ngài cũng giật mình như chúng ta, nhưng các Ngài tỉnh luôn. Còn ta giật mình xong thì mê trở lại, nên rồi ở trong Thiền viện mười mấy, hai chục năm mà Sư phụ chưa dám cho đi đâu hết. Vì vậy tu hoài mà không thấy tới đâu hết. Làm sao phải khắc chữ “tử” trên đầu mới dồn hết tâm lực vào việc giải quyết vấn đề sanh tử được. Đây là điều mà Phật tổ đã tốn không biết bao nhiêu tâm lực, sức lực để gây dựng cho chúng ta một phương hướng tu tập nhằm đưa mình ra khỏi vực thẳm tử sanh.

Điều trở ngại lớn lao nhất của chúng ta chính là cái tâm vô thường của mình. Nó chợt hiện chợt mất, lúc vui lúc buồn, luôn bị động bởi những cảnh duyên bên ngoài nên ta không có được cái nhìn sâu sắc của nội tại tâm linh. Vì vậy đối với các pháp ta hoàn toàn mê lầm. Đây là mối họa lớn trong việc tu hành. Nếu chúng ta ai cũng có cái nhìn phủng vấn đề, mỗi khi đụng cảnh duyên có tỉnh, luôn tỉnh thì con đường Phật đạo không xa. Nuôi dưỡng và phát triển cái tỉnh ấy thường xuyên thì chúng ta là những vị Bồ-tát con, những vị Phật con rồi đó.

Một vị Bồ-tát ra đời làm lợi lạc chúng sanh rất nhiều, mà chúng ta là những vị Bồ-tát thì thế gian này đang có hàng năm bảy trăm ngàn Bồ-tát! Như vậy cuộc đời đâu còn đau khổ nữa. Cho nên tự gây dựng sự tỉnh thức cho mình cũng chính là đem lại niềm an lạc cho mọi người. Những bất an bất ổn trong cuộc đời theo đó tự tiêu tan hết, ngay đây trở thành cõi Cực Lạc, đâu cần phải chạy tìm kiếm ở đâu xa.

Trở lại vấn đề sanh tử, tôi xin kể câu chuyện của Thiền sư Tông Bồn. Thiền sư Tông Bồn thuở nhỏ có một người cậu tuổi tác ngang ngửa với Ngài. Hai cậu cháu rất thân, hay đi chơi chung, làm bất cứ việc gì cũng có nhau. Một hôm ông cậu nằm dài ủ rũ, đậy mặt lại, đắp kín chắn. Ngài gọi dậy đi chơi, bà mẹ cản bảo đừng động đến cậu. Ngài hỏi “Sao cậu nằm hoài?” Thấy con rất thương em trai của mình mà không biết gì, bà quá xót xa nên khóc nói “cậu đã chết rồi”. Ngài hỏi tỉnh bơ “chết là sao hở mẹ?” Bà mẹ nghe câu hỏi đó thì nghẹn cứng, không khóc được mà cũng không trả lời được.

Bấy giờ Ngài lén nhìn và lay lay xem cậu có ngời dậy không, đợi hoài không thấy cậu động dậy, Ngài buồn thiu. Gia đình khiêng đồ đạc, áo quan tới và chuẩn bị khiêng cậu Ngài vô đó. Thấy vậy, Ngài cản lại không cho khiên, rồi nói: “Đề cậu đi chơi, chứ bỏ vào đó làm sao dậy được”. Cuối cùng người ta cũng lấp ông cậu vô hòm rồi dậy lại, khiêng đi đâu Ngài cũng không biết. Mấy hôm sau Ngài kêu kiếm cậu thì mẹ Ngài nói “Đã chôn cậu rồi”. Buồn quá vì không có ai để chơi, Ngài cứ thắc mắc “tại sao người ta lại chôn cậu?”

Thời gian sau, có một vị Tăng đi hành cước ngang nhà, Ngài để ý thấy và tự nhiên rất thích vị tăng ấy. Vì gia đình là Phật tử nên mẹ Ngài thỉnh vị tăng vào

nhà. Ngài lén nghe mẹ mình nói gì với vị tăng, nhưng không nghe được, chỉ biết hai bên trao đổi với nhau rất tâm đắc, vui vẻ. Hôm khác mẹ Ngài thỉnh chư tăng đến cúng dường rất đông. Ngài tìm cách làm quen và hỏi một vị trong số đó:

- Các Ngài là ai?

- Là Tăng hành cước.

- Tăng là gì? Hành cước là gì?

- Tăng là những vị xuất gia, không vương mắc tất cả mọi việc trên cuộc đời này. Hành cước là đi học đạo.

- Học đạo để làm gì?

- Để giải quyết vấn đề sanh tử, để thành Phật.

- Vậy con học được không?

- Được.

Ngài liền tìm mẹ dứt khoát xin theo mấy thầy để học đạo, để giải quyết cái chuyện mà con đã hỏi mẹ nhưng mẹ không chịu trả lời. Bà mẹ nghe vậy đành nuốt lệ cho con mình theo mấy thầy. Quả vậy, một con người dứt khoát như Thiền sư Tông Bồn một khi tỉnh thì tỉnh luôn, không mê trở lại nữa. Ngay trong hiện đời Ngài ngộ đạo, giải quyết hoàn toàn mớ bòng bong mà thuở nhỏ không biết gì. Đó chính là giải quyết được việc lớn sanh tử, tự tại giải thoát giữa cuộc đời vô thường này.

Thưa quý vị, tu thiền là như vậy. Giải quyết cho xong thân phận con người trong dòng sanh tử này, chứ không phải cầu an cầu siêu cho mình, cho người. Việc làm đó không bảo đảm đâu. Ngay bây giờ chúng ta có tinh lực, phát huy được tinh lực đó, làm sao một phen tỉnh rồi không mê trở lại mới giải quyết được việc lớn. Không nên ỷ lại, cũng không chờ đợi trông cậy vào Phật Thánh nào, mà tự mình phải giải quyết việc của mình.

Phàm có sinh thì quyết định có tử, sau khi tử thì quyết định có báo nghiệp do mình gây tạo trong hiện đời. Trong nghiệp báo gồm có hiện báo, hậu báo, sanh báo. Tại sao nhiều như vậy? Bởi vì miệng của mình gây nghiệp nhiều quá, ý vọng tưởng điên đảo cũng nhiều quá, thân làm các việc sai trái nhiều quá. Những cái nhiều này chồng chất lên nhau tạo thành oan báo nhiều đời, không thể kể hết. Nghiệp đã nhiều như vậy thì làm sao giải thoát được. Chữ Hán “Giải” có nghĩa là cởi ra, chữ “Thoát” là thoát ra ngoài, “Giải thoát” là tháo gỡ tất cả mọi dây mơ rễ má để thoát ra ngoài, không còn bị ràng buộc dính mắc nữa. Chúng ta muốn được giải thoát, muốn được an lạc, muốn thành Phật nhưng chính bản thân mình lại tự buộc ràng với các pháp, chưa làm chủ được, đó mới lạ chứ!

Chúng ta cũng biết có thân này thì có sống chết. Như vậy thân này có đảm bảo được đâu? Chỉ một hơi thở thôi, thật là mong manh làm sao. Vừa nín thở rồi thì thân này phải bịt lại, khấn cứng trong quan tài, chẳng bao lâu vùi sâu dưới đất hoặc đốt ra tro bụi. Như vậy quý chỗ nào? Thế mà cả đời chúng ta lại lặn độn vì thân này. Khi còn sống được cung chiều mến yêu, lúc chết rồi không ai dám đến gần, kể cả những người thương mình nhất. Ngay như cha mẹ mình, để đêm đầu chưa thấy ngán lắm, nhưng vài ba đêm sau bà con quyến thuộc đi hết, tự nhiên mình sợ ma. Đến khi đưa đi rồi, tối lại đó ai dám nằm ngay chỗ để quan tài. Như

vậy rõ ràng thân này chẳng có giá trị gì cả. Vậy mà lúc sinh tiền, hơn thua nhau một câu cũng không được. Có phải là mình si mê điên đảo lắm không?

Chúng ta học Phật nhưng chưa thực hành được những điều Phật dạy, nên đối với vấn đề sinh tử hoàn toàn bất lực. Nếu hiện tại chúng ta không vận dụng đạo lý đã học hiểu vào cuộc sống, thì khi nhắm mắt mình phải chịu mù tối thôi. Giải quyết vấn đề sinh tử phải được thực hiện ngay trong từng phút giây sinh tiền, trong mỗi hoạt động bình thường. Chứ đợi lúc nằm dài ra đó, thỉnh thầy cô tới cầu nguyện, chuông trống lễ nhạc rùm beng, dọa tử thần được sao?

Nhiều người không dám dùng từ chết, nhất là đối với Tăng Ni. Họ nói viên tịch hay theo Phật, nhưng có theo hay không theo Phật ai biết được. Nếu khi sống người đó không theo Phật thì chết theo làm gì. Phật không chấp nhận những ai sống không theo mà chết thì theo. Người tu phải thấu suốt được điều này, đừng tự dối và dối người. Tôi không dám nói trên đời này người ta hoàn toàn không thật với nhau, nhưng có lẽ là như vậy. Quý vị cứ nghiệm đi, trong gia đình cha mẹ, vợ chồng, con cái... nói thương nhau lo cho nhau, nhưng cuối cùng thì việc ai nấy lo, lỗ mũi ai nấy thở, không ai thở giùm cho ai được hết. Giây phút kết thúc của cuộc đời này là như vậy.

Nói thế không có nghĩa chúng ta bi quan, mà đó là sự thật người tu cần phải thấy rõ để không bị lầm lẫn, không kẹt vướng. Bởi chúng ta cả đời cứ lằng xằng việc nọ việc kia, mất hết thì giờ, cuối cùng việc lớn của mình là vấn đề sanh tử lại giải quyết không được. Mới ngày nào tóc hãy còn xanh, lụi hụi bốn năm mươi tuổi, tóc điểm muối tiêu, rồi trắng dần dần đến bạc đầu lúc nào không hay. Chừng giạt mình thì cái chết đã cận kề một bên, không còn xoay trở gì được nữa.

Thế mà biết bao người trong chúng ta ở tuổi bốn mươi năm mươi vẫn chưa tỉnh mộng. Học cũng học đạo lý, tu hành cũng tu hành nhưng tỉnh mãnh liệt thì chưa, dường như ta thấy mình còn trẻ, còn yêu đời lắm, chưa muốn tu vội. Ngộ thật! Đến ngoài năm mươi tuổi thì cơ thể đã suy nhiều. Như hồi mười bảy mười tám tuổi, có nhiều đêm gặp gỡ bạn bè, anh em nói chuyện chơi suốt đêm, mình thấy mệt chút ít thôi. Ngủ một giấc là khỏe lại liền, không cần thuốc men gì hết. Nhưng ngoài năm mươi rồi, chỉ cần suy nghĩ quá giấc, đêm đó không ngủ được là sáng ra thân sắc thay đổi hẳn, mặt mày hốc hác. Cái hốc hác đó dù Bác sĩ thẩm mỹ giỏi nhất thế giới cũng không làm sao sửa lại được. Sự tàn phá từ bên trong phát ra, không ai ngoài mình có thể giải quyết được.

Từ đó chúng ta mới ý thức được giá trị của sự tu hành, buông bỏ vọng tưởng, điều phục tâm ý cho trong sạch. Lúc sống ta chuẩn bị cho mình được như thế, thì khi chết không sợ phải rơi vào chỗ tối tăm hoặc không biết đi về đâu như bao nhiêu kẻ mê khác. Trong cổ giáo nói:

Ta thấy người khác chết,  
Tâm ta nóng như lửa.  
Chẳng phải nóng người khác,  
Mà vì sẽ đến ta.

Đây là điều rất hiện thực. Thấy người khác chết biết rằng mình cũng chết. Ta không thể nói “Không biết”. Tuy nhiên, biết thì biết mà chưa chịu quyết. Dù



cũng từng trải, từng hiểu biết đạo lý, đêm đêm cũng kinh kệ, cũng ngồi thiền, cũng làm lành lánh dữ, nhưng tu hành đến chỗ ngàn thông trăm ổn thì chưa. Đó là lý do khiến chúng ta còn đứng bên đây bờ sanh tử. Vì vậy cần nhớ chỗ nhắm chung của người con Phật, không luận là tại gia hay xuất gia, phải tu đến được chỗ ngàn thông trăm ổn mới được. Còn một chút xíu vướng mắc, là còn bị đọa lạc, bị rơi rớt trở lại trong ba cõi. Nghĩa là mỗi người chúng ta phải tỉnh, phải đứng lên, phải dũng mãnh giải quyết việc sanh tử của mình.

Chữ “dũng mãnh” tức là can đảm, mạnh mẽ. Trong sự mạnh mẽ này ngầm chứa sự siêng năng, tinh tấn liên tục. Không phải bữa nay tụng kinh suốt đêm, ngày mai có công việc đi suốt ngày, tối lại mỗi một ngủ vùi. Tu như thế không gọi là dũng mãnh. Thành ra ở đây tôi muốn nhấn mạnh yếu tố tinh tấn liên tục. Ngày nay tu như vậy, ngày mai cũng tu như vậy, mới đảm bảo nuôi dưỡng, phát triển được tánh giác, giải quyết vấn đề sanh tử mới được.

Tánh giác đó tuy sẵn có, nhưng nhiều đời mình lẩn thẩn trong trần lao nên bụi mờ tâm tối đã phủ đầy. Bây giờ làm sao cho nó tan ra, để tánh giác hiển lộ. Muốn vậy, ta phải thực hành công phu liên tục, không còn cách nào khác hơn. Sở dĩ chúng ta tu không có kết quả, không phải vì không biết không hiểu mà vì không có dũng mãnh, không siêng năng liên tục. Cho nên công phu quý ở chỗ không gián đoạn, đừng để một nắng mười mưa. Người dù thông minh đa văn cách mấy mà tu không liên tục cũng khó có thể đạt được sở nguyện.

Mỗi khi niệm khởi lên mà ta chưa khắc phục được thì biết là mình đang đùa với tử thần đó. Cứ dễ dãi thả trôi mạng sống, không cố gắng mãnh tinh, quý dữ vô thường đến nó đâu có dung thứ cho ai. Nếu sự tu hành của chúng ta trì trệ, quả thực lỗi từ mình chứ không phải ai hết. Người xưa nói: “Phật pháp không nhiều, người lâu dài khó có. Học đạo như tâm ban đầu, thành đạo có thừa. Trước sau chẳng đổi thật là đại trượng phu”.

Phật pháp không có nhiều, người lâu dài khó có, nghĩa là chỗ rốt ráo của Phật pháp không nhiều, nhưng người bền tâm vững chí cầu Phật pháp rất hiếm có. Học đạo như tâm ban đầu, nghĩa là tâm ban đầu đến với đạo rất mạnh mẽ. Nếu người tu giữ mãi tâm như thế thì việc thành Phật không khó. Trước sau chẳng đổi thật là đại trượng phu, nghĩa là người trước sau không thay đổi, khi đến với đạo rồi khẳng tâm như vậy, hành trì như vậy, đó là bậc đại trượng phu.

Tại sao ở đây nói Phật pháp không nhiều, trong khi chúng ta thường nghe nói biển pháp mênh mông. Nào là Tam tạng Thánh giáo, như riêng pháp tu thiền cũng chia nhiều loại nào Thiền phàm phu, Thiền nhị thừa, Thiền Đại thừa, Thiền Phật, Thiền Tổ sư... Nói trên phương tiện thì nhiều như thế, song mục đích cứu kính không khác, cũng không nhiều. Ví dụ ở đây Hòa thượng dạy chỉ một môn Tổ sư thiền, nếu chúng ta hành trì đúng như thế thì đảm bảo không bị vấn đề sanh tử chi phối nữa, đó là chỗ không nhiều. Cụ thể như chỉ cần chúng ta đừng theo vọng tưởng, gián dị thế thôi. Nếu làm được điều này xem như các hình thức tụng kinh ngồi thiền không còn cần thiết nữa. Nhưng vì ta thực hiện chưa được, nên phải mượn các hình thức phương tiện để trợ giúp cho công phu chóng thành tựu.

Khi học Phật pháp chúng ta học rất nhiều, nhưng cuối cùng chỉ quy về một việc là trong tất cả thời, tất cả việc đừng theo vọng tưởng. Nghe bằng đừng theo vọng tưởng, đang học đừng theo vọng tưởng, đang ăn đừng theo vọng tưởng, đang làm đừng theo vọng tưởng, đang thờ đừng theo vọng tưởng... Giản dị như vậy thôi nhưng quả thật không dễ làm được đâu. Phải là bậc đại trượng phu mới làm được.

Chúng ta có các thứ ràng buộc lớn trong cuộc đời. Một là ràng buộc về thân thể, con người luôn luôn bị thân thể ràng buộc. Đến người xuất gia như chúng tôi cũng còn bị ràng buộc đây. Ít ngày phải cạo tóc, cạo cũng phải đàn hoàng chứ không thể như cọc gặm, chỗ này lôm chỗ kia chồm coi không được, phải cạo cho sạch. Nghĩ cho cùng lại cũng bị ràng buộc. Người tu còn như vậy, huống nữa là người đời, nhất là phái nữ. Thôi thì không có sách vở nào mà chép cho hết các thứ ràng buộc thuộc về thân thể của người thế gian.

Thứ hai là ràng buộc quyến thuộc, tức gia đình, bà con họ hàng liên hệ thân thích. Những mối quan hệ ràng buộc này có khi làm mất thì giờ ghê lắm. Hồi nghèo thiếu cực khổ thì không ai ngó ngang tới, nhưng đến lúc giàu sang vinh hiển thì lễ mễ tiệc tùng liên miên. Nay chỗ này mời, mai chỗ kia thỉnh rồi thì tiếp đón đủ chuyện, càng phú quý càng lễ nghĩa mà. Ôi! nó ràng buộc biết là bao nhiêu.

Thứ ba là ràng buộc gia nghiệp. Trường hợp như tôi chẳng hạn, hồi nhỏ mới xuất gia cù bơ cù bất. Bây giờ lớn lên, được vào trong đạo tràng này, đệ tử của Hòa thượng. Ngài gần như ông Phật sống, mà tôi ba trợn ba nháng thì không được, nên phải chỉnh đốn từ lời nói cho đến cử chỉ, đi đứng đàn hoàng. Đó cũng là một hình thức bị ràng buộc. Tuy nhiên đối với người tu chúng ta, luôn lấy mục đích tu hành để được giác ngộ giải thoát làm trọng, nên sự ràng buộc gia nghiệp không nặng nề như người thế gian. Ngoài đời, có khi vì gia nghiệp mà người ta phải hy sinh mạng sống hoặc ân đoạn nghĩa tuyệt, để gìn giữ gia nghiệp của mình.

Cho nên với người tu, chúng ta có được chút duyên đến với đạo, đừng để các thứ ràng buộc này làm mất đi đời tu của mình. Nếu thương mình, biết lo cho mình thì hãy buông bỏ hết, gắng gổ theo sự hướng dẫn của Phật tổ sửa đổi những tập nghiệp xấu, không chạy theo các giả tướng bên ngoài, hằng nhìn lại mình, sống với tâm chân thật của mình. Đó là tu. Một ngày một đêm hai mươi bốn tiếng đồng hồ, ta khắc tinh với công phu liên tục. Hy vọng với sự tu tập như vậy, chúng ta sẽ có một sức mạnh lớn đủ để đương đầu với vấn đề sanh tử.

Cách tu hành cụ thể như thân thể bị ràng buộc, thì bây giờ mình đừng để thân thể bị ràng buộc. Quyến thuộc, gia nghiệp cũng vậy. Lúc nào cũng nhớ mỗi niệm dấy lên đều là vọng tưởng, hãy bỏ đi, thì không còn gì có thể ràng buộc ta được cả. Thật ra không phải những thứ đó ràng buộc mình, mà là ta ràng buộc nó đấy. Quý vị nghiệm có phải thế không? Tiền tài, danh vọng, sự nghiệp v.v... đâu có bảo ta giành lấy giữ lấy nó, tự ta muốn thế mà. Suy cho cùng chính ta là thủ phạm làm cho mình khổ, rồi ta lại kêu ca cuộc đời làm mình khổ. Thật là vừa ăn cướp vừa la làng!

Biết rõ như vậy rồi, còn gì mà không thức tỉnh buông sạch hết đi, sống tự tại thong dong không bị buộc ràng bởi bất cứ thứ gì có phải thích thú hơn không?

Cho nên người tu Phật là người có trí, phải biết nhận định đâu là thật, đâu là giả để không bị lầm lẫn không si mê như người thế gian. Người đời than khổ còn có thể tha thứ, chứ người tu đã hiểu đạo mà than khổ là điều không thể chấp nhận được. Buông được hết các thứ không thật, trở về với cái chân thật là chúng ta giải quyết được vấn đề sanh tử của mình vậy.

Buổi nói chuyện hôm nay, chúng tôi không mong mọi gì hơn là làm sao chúng ta thoát khỏi nỗi khổ chung từ vô lượng kiếp đến nay, đó là vấn đề sanh tử. Muốn thế không gì hơn là chúng ta hằng tỉnh giác, đừng để thân tâm rong ruổi chạy theo các cảnh duyên và vướng mắc với nó. Từng bước tu tập như vậy, lâu ngày lực dụng đầy đủ, thì việc lớn sanh tử không còn là vấn đề nan giải nữa.

Đó là điều mong mỏi duy nhất của chúng tôi. Cầu chúc quý vị đều có đầy đủ trí tuệ và năng lực để giải quyết việc lớn sanh tử của mình.



## NHỮNG NÉT SIÊU NHIÊN CỦA THIÊN

Lâu nay tôi thường nói tu thiên là sống bình thường, tuy nhiên trong cái bình thường đó lại khác người thế gian. Bình thường của người tu thiên là bình thường trong sự tỉnh thức. Vì thế, cuộc sống bình thường ấy lại mang những nét thần bí và siêu nhiên, lưu xuất từ năng lực thiên định và trí tuệ của một hành giả tu thiên.

Như chúng ta biết, ngày xưa Phật giáo hóa chư Tỳ-kheo tu và chứng Tứ quả Thanh văn, gồm có Tu-đà-hoàn, Tu-đà-hàm, A-na-hàm và cao nhất là A-la-hán. Chứng A-la-hán rồi, các Ngài có mười tám phép thần biến như bay lên hư không, trên thân ra nước, dưới thân ra lửa, hoặc trên thân ra lửa, dưới thân ra nước, đi lại, đứng, nằm, ngồi tự tại giữa hư không... Đó là quả vị và thần thông của các bậc tu Thanh văn. Còn các Thiên sư thì sao, có gì đặc biệt không?

Tu thiên kỳ nhất là nói đến chứng đắc, hà huống bàn về thần thông. Nhưng chỗ lý thú nhất lại là nét siêu nhiên và thần bí của các Thiên sư. Song các Ngài không bao giờ lưu lại dấu vết, vì tất cả đối với Thiên sư đều là như huyễn, không phải chỗ chân thật. Những thứ ấy chẳng qua chỉ là chút diệu dụng lưu xuất từ công phu tu tập mà thôi, nên các Ngài không quan trọng. Nhưng nếu tu thiên mà không biết các năng lực và diệu dụng này thì chưa thể hiểu hết công năng của thiên định là gì? Thật là một thiếu sót đáng tiếc. Vì vậy hôm nay chúng tôi trộm đưa ra vài nét đặc biệt trong nhà thiên để chúng ta cùng chiêm ngưỡng.

Thiên sư thứ nhất tôi nêu lên ở đây là ngài Đặng Ân Phong. Đặng Ân Phong là học trò của Mã Tổ Đạo Nhất, xem như là con cháu đích tôn của Lục Tổ Huệ Năng. Thiên sư Ân Phong không có chỗ ở nhất định, mùa nóng Ngài ở núi Thanh Lương (Ngũ Đài Sơn), mùa lạnh về Hoàn Nhạc. Chỗ Thiên sư thường lui tới là núi non kỳ vĩ, nơi ít ai đến được. Đời nhà Đường niên hiệu Nguyên Hòa, có loạn Ngô Nguyên Tế nghịch chiến với triều đình. Ngài đi về Ngũ Đài Sơn, đến Hoài Tây gặp hai bên đang giao chiến chưa phân thắng bại. Ngài tự nhủ trong lòng “Ta nên cứu nạn này”. Nghĩ xong, bèn ném gậy lên hư không, phi thân bay qua. Tướng sĩ hai bên trông thấy, tâm tranh đấu dứt sạch, liền rút quân. Đó là điểm đặc biệt của Thiên sư Đặng Ân Phong. Song cũng vì ngại đã dùng phép lạ, sợ mê hoặc lòng người nên Ngài vào Ngũ Đài Sơn thị tịch trong hang Kim Cang.

Có người khi dùng đạo lý giảng dạy, hướng dẫn tu hành họ không nghe, mà còn chống trái lại nữa. Với những trường hợp này nếu không có phương tiện, không có những lực dụng đặc biệt, rất khó hóa độ. Khả năng của chúng ta nhiều lắm chỉ nói hoặc thể hiện đạo lý qua đời sống gương mẫu, còn nói đến những thần dụng phi thường thì chắc rằng ta chưa có được. Vì vậy nhân duyên tiếp cận hóa độ của chúng ta còn hạn chế nhiều lắm.

Tôi nói như vậy để chúng ta nỗ lực tu, thấy được những lợi lạc thiết thực và năng lực phi thường của một con người giác ngộ, chứ không phải chú trọng thần thông. Người thật tu không bao giờ khởi niệm tu để có được những thần bí siêu nhiên làm lạ mắt hoặc mê hoặc người. Bởi chính đức Phật đã dạy, Như Lai không thích dùng thần thông, chỉ dùng đạo thông. Trừ khi gặp những trường hợp đặc biệt

lắm, đức Phật mới cho sử dụng thần thông, nhưng chỉ tạm thời thôi, chứ không được dùng thường.

Như ngài Đặng Ân Phong vừa sử dụng thần thông, liền biết mình có lỗi, trái với di huấn của đức Thế Tôn, nên vào núi nhập diệt ngay. Song bình nhật có lẽ Ngài hay làm những điều khác thường, nên lúc thị tịch cũng kỳ bí hơn người. Đến hang Kim Cang rồi, Ngài hỏi đại chúng: “Các tăng chư phương khi hóa, ngồi tịch hoặc nằm tịch thì ta thường thấy, còn đứng mà tịch có ai thấy không?”. Đại chúng đáp “Có”. Sư hỏi: “Thế có ai đứng ngược đầu mà tịch chưa?”. Trong chúng thưa: “Trường hợp này chưa từng thấy”. Nghe xong Ngài bèn đứng ngược đầu mà tịch, sừng sững ra đó, y phục vẫn ngay ngắn bất động, không ai lay động nổi. Sự việc này khiến cho đại chúng rợn đầu kinh nể. Chẳng bao lâu chuyện Ngài lộn ngược mà tịch được đồn đi khắp nơi.

Bấy giờ em gái Ngài là một vị ni tu hành cũng đắc đạo. Nghe tin sư huynh của mình như thế, cô tìm đến hang Kim Cang. Tới nơi, thấy quả thật như lời đồn đại không sai, Cô bèn đến bên Ngài nói: “Lão huynh! Ngày xưa chẳng tuân pháp luật, khi chết lại còn làm hoa mắt thiên hạ nữa”. Nói xong, cô lấy tay lay nhẹ một cái, thân Ngài ngã xuống, nằm ngay ngắn. Bấy giờ toàn chúng mới làm lễ trà tỳ được, thu nhật rất nhiều xá lợi và an tháp cúng dường.

Trong nhà thiền có những thần lực, diệu dụng siêu nhiên như vậy. Nhưng phải tu đến một mức độ nào đó, chứ như chúng ta thì không có rồi. Chúng ta có duyên được gặp Phật pháp, nếu quyết tâm hành trì đúng chánh pháp thì có lợi lạc, trước nhất là hết khổ. Đây cũng là một loại thần dụng, chứ đừng nghĩ phải như các Thiền sư mới gọi là thần dụng. Sống và làm mọi việc với tâm giải thoát, không ràng buộc, không phiền não là thần thông trong đạo Phật. Lời nói vị ni em gái của Thiền sư Đặng Ân Phong đã minh chứng rất rõ điều này. Đối với nhà thiền, những chuyện kỳ bí lạ đời cũng có giá trị y như người sống bình thường nhưng đến được chỗ chân thật giải thoát. Có khác chỉ là khác nhau trên mặt hình thức tùy duyên giáo hóa thôi, chứ không khác nhau trên giá trị tâm chân thật.

Nói thêm về Thiền sư Đặng Ân Phong, trong thời gian còn ở pháp hội của Mã Tổ. Một hôm Ngài đẩy xe đất đi tới, Mã Tổ đang ngồi duỗi chân trên đường. Đặng Ân Phong thưa:

- Thịnh thầy rút chân.

Mã Tổ bảo:

- Đã duỗi thì không rút.

Ngài cũng chẳng thua:

- Đã tiến thì không lùi.

Nói xong, Ngài đẩy xe qua cán chân Mã Tổ bị thương. Sau vụ đó, Mã Tổ cầm búa lên pháp đường gọi:

- Vừa rồi ai đẩy xe cán chân lão tăng bị thương, hãy ra đây!

Sư bước ra đưa cổ trước Mã Tổ, Mã Tổ liền dẹp búa. Kể từ đó, Sư được xem là một trong những đệ tử tâm đắc nhất của Mã Tổ.

Thiền sư Đặng Ân Phong quả thật có nhiều hành động kỳ đặc từ lúc còn nhỏ, nhưng có thể xem hiệu lệnh “Đã tiến thì không lùi” là tinh thần mạnh mẽ tiêu

biểu nhất của Ngài. Chúng ta có thể nắm lấy nguyên tắc này mà tiến đạo. Sở dĩ mình tu hoài vẫn không có kết quả là vì một tiên mà hai ba lùi, còn Ngài đã tiến thì không lùi. Mã Tổ thì “đã đuổi thì không rút”, hai thầy trò quả nhiên tâm đắc với nhau thật trọn vẹn. Vì vậy Ngài đã theo Mã Tổ về phương trượng để nhận chiếc búa có một không hai đó.

Chúng ta thấy một người đưa búa, một người đưa cò, đây chính là hình ảnh đặc sắc truyền tâm của hai thầy trò vậy. Trong trò đùa gần như bình thường giản dị ấy, nhưng bên trong ẩn chứa đầy đạo lý. Những bài pháp của Thiền sư bao giờ cũng đặc sắc đáo đẽ, chúng ta không thể nào mò tới được. Bởi thầy trò ta không phải là thầy trò của thời ngài Đặng Ấn Phong. Trường hợp của mình bây giờ khác, chỉ thể hiện đạo lý một cách phù hợp với cuộc sống hiện thời trong sự tinh táo sáng suốt, làm chủ được mình là xem như ta đã có công phu đắc lực.

Thiền sư thứ hai là Tôn giả Mục Châu, tức Thiền sư Đạo Minh hay còn gọi là Trần Tôn Túc. Ngài là Thủ tọa của Tổ Hoàng Bá, tức vị kế Hòa thượng đường đầu. Nhận thấy Lâm Tế là nhân vật đặc biệt, xuất cách nhưng ở trong pháp hội Ngài Hoàng Bá mấy năm trời mà không hỏi gì hết. Ngài Trần Tôn Túc thúc:

- Sao không lên hỏi Hòa thượng đạo lý?

Lâm Tế thưa:

- Tôi không biết hỏi gì.

Ngài Trần Tôn Túc bảo:

- Cứ lên hỏi Hòa thượng: “Thế nào là đại ý Phật pháp?”

Theo sự hướng dẫn đó, ngài Lâm Tế y áo chỉnh tề lên hỏi Tổ Hoàng Bá:

- Bạch Hòa thượng, thế nào là đại ý Phật pháp?

Ngài vừa dứt lời liền bị Hoàng Bá cho một gậy. Trở xuống với tâm trạng buồn bã, ngài Tôn Túc bèn an ủi và đốc thúc hỏi nữa. Ba lần lên hỏi ba lần đều bị ăn gậy như vậy, nên Lâm Tế nản muốn thôi lui. Ngài Trần Tôn Túc biết Lâm Tế không phải là người thường, mới ngầm thưa nhỏ với Tổ Hoàng Bá tạo cơ duyên cho Lâm Tế ngộ đạo. Vì vậy, khi Lâm Tế lên từ giả đi, tổ Hoàng Bá đã chỉ sang chỗ Đại Ngu và quả nhiên về sau ở chỗ Đại Ngu, Lâm Tế ngộ đạo.

Ở đây tôi muốn nói đến cái nhìn đặc biệt của ngài Trần Tôn Túc. Ngài quả thật có con mắt tinh tường, nếu không phải là bậc trí tuệ hơn người làm sao có được cái nhìn như thế. Ngài còn mẹ già nên sau đó phải về quê ở Mục Châu đan giỏ nuôi mẹ, vì vậy còn được gọi là Tôn giả Mục Châu. Đời sống như vậy mà danh đức của Ngài được tôn xưng khắp nơi trong tông lâm. Vì vậy tại Mục Châu, thiền giả bốn phương tụ về thưa hỏi Phật pháp rất đông. Trong số đệ tử đó, có một vị rất nổi tiếng là Thiền sư Vân Môn, sau này là Sơ tổ khai sáng ra tông Vân Môn.

Giữa ngài Trần Tôn Túc và ngài Vân Môn cũng có một giai thoại rất đặc biệt. Một hôm ngài Trần Tôn Túc đang đứng ngoài cửa, Vân Môn đến hỏi đạo. Vừa thấy Vân Môn đến Ngài đóng cửa lại, Vân Môn tới gõ cửa, Ngài mới mở cửa ra. Vân Môn vừa hỏi đại ý Phật pháp chưa dứt lời, Ngài đuổi ra rồi đóng cửa một cái rầm. Vân Môn không kịp lấy chân nên cánh cửa kẹp ngang chân luôn, đau quá Ngài thét lên, ngay đó liền ngộ đạo. Chân Ngài bị gãy, về sau phải chịu tật luôn.

Ngài Trần Tôn Túc làm vậy để chi? Có thể nói nhờ thế mà đập tan tất cả vọng niệm của Vân Môn, đuổi thẳng con khi ý thức về rùng thì đạo lý mới hiển bày. Bởi còn nuôi dưỡng con khi ý thức trong lòng thì nó sẽ dẫn mình đi tạo nghiệp khổ đau, cho nên các tổ ngày xưa sử dụng những phương tiện độc đáo như vậy. Nhờ thế sau này mới đẽo gọt được những thiện hữu tri thức xuất cách trong đời, nói hạt giống Phật, thay nhau tiếp dẫn người sau ra vượt biển mê lên bờ giải thoát.

Vào thời ngài Trần Tôn Túc, Trung Quốc có loạn Hoàng Sào. Khi loạn quân tiến đến Mục Châu máu đổ thành dòng, thấy dân tình khổ sở quá, Ngài lấy chiếc dép to của mình treo ngay cửa thành. Loạn quân tới đó, không hiểu do thần lực gì mà không thể mở được cửa thành. Cuối cùng thủ lĩnh Hoàng Sào ra lệnh: “Ở đây chắc có bậc Tôn túc nào đang sống, ta nên để yên thành này”. Nói xong họ rút quân, thế là Mục Châu thoát nạn. Đây là điềm thần kỳ siêu nhiên của Thiền sư Đạo Minh tức Thủ tọa Trần Tôn Túc.

Ngài Đặng Ân Phong dùng gậy, Tôn giả Trần Tôn Túc dùng dép, các Ngài không hề dụng tới giáo mác gươm đao mà giặc tự tan. Qua đó đủ minh chứng cho chúng ta thấy được lực dụng của người tu đến chỗ tâm bất động. Bất động trước nhất là đối với ngũ dục thế gian, đối với thị phi luyến ái, đối với những hiện tượng lăng xăng trong cuộc sống. Vì vậy đỉnh cao nhất của hành giả tu thiền là tám gió thổi không động. Từ cái bất động đó tỏa ra một năng lực phi thường. Thế nên chiếc dép của các Ngài treo lên cổng thành thì cổng thành đó không ai động tới được, cây gậy của các Ngài bay lên hư không thì bầu trời ấy bất khả xâm phạm. Các Ngài không cần sự hỗ trợ bên ngoài hay một quyền năng nào cả, thần lực có từ chính tâm bất động của các Ngài. Nó thể hiện qua ánh mắt, lời nói, dáng đi, qua cả những vật dụng như gậy, dép, nón...

Như Tể Diên Hòa thượng chỉ có một cái nón trên đầu thôi mà náo loạn thiên hạ, không ai làm gì được ông Tăng khùng này. Tất cả những gì trên thân hay chung quanh Ngài, đều có thể biến thành lương dược, phương tiện để cứu người. Nhưng thần tăng kiêu Tể Diên ai mà biết được, Ngài không ngồi chễm chệ trên tòa cao lập pháp trường, dựng tông chỉ, uy nghi lẫm liệt như các bậc cao tăng khác. Ngài lang thang đầu đường cuối hẻm, nay ở chợ mai ở quán, tay xách bầu rượu, tay quẩy bị với đủ thứ thập vật trong đó. Hóa duyên xong thì đi mất, không lưu lại chút dấu vết.

Trong kinh nói những bậc như thế có thể biến sắt thành vàng, nấu cát thành cơm. Đó là những thần bí siêu nhiên của các Thiền sư mà hạng phàm phu thường như chúng ta không thể lường nổi. Nếu có duyên, sanh nhằm thời các Ngài chúng ta cũng được lợi lạc theo, đó là duyên ngộ đạo với những chiêu thức độ người kỳ đặc. Ngày nay cũng có những vị như vậy, nhưng ta ít gặp. Tuy nhiên, các bậc đạo cao đức trọng thường dùng đức cảm hóa người vẫn là điều đáng quý xưa nay. Chúng ta thấy có trường hợp nhiều người đang say sưa với dục lạc thế gian, đang mệt mỏi với những toan tính lo âu v.v... nhưng khi gặp được các vị Hòa thượng tôn túc, tự nhiên lòng trần nguội lạnh, muốn quay đầu trở về với Tam Bảo. Điều này thời nay thấy cũng khá nhiều.

Ngày xưa tôi có quen với một luật sư có biện tài và hiểu biết Phật pháp lắm. Ông đến làm việc vùng nào, thì quý thầy vùng đó bị ông chặt ngã hết. Chặt ngã về đạo lý chứ không phải chuyện đời, nên ai cũng ngán nhưng mà không ưa, chỉ quý Hòa thượng mới thương và kính nể. Ông kể tôi nghe có một thời gian do hoàn cảnh sao đó, khiến ông nguội lạnh với gia đình, đến mức độ vợ ông phải khóc. Ông không đá động gì đến chuyện nhà hết, chỉ lui tới chùa. Khoảng ba năm như vậy, ông tưởng mình đã dứt nghiệp với gia đình. Nhưng sau đó lại có một nhân duyên khiến ông động tâm. Duyên đó từ mấy đứa nhỏ.

Một hôm cũng như mọi ngày ông đi làm về, ngồi nghỉ ở ghé bố, mấy đứa con nhỏ quây quần chung quanh. Ông để yên cho con quẩn quít một chút, không nói gì cả. Đến khi nào ông bảo “Thôi tụi con đi chơi, cho ba nghỉ” thì chúng nó mới giải tán. Hôm đó không hiểu sao ông thấy đứa con gái nhỏ nhất chạy quanh ghé bố, nó nắm lấy tay ông để lên má trùi mền, ông nghe trong lòng rộn lên tình thương con vô kể. Nhưng ngay sau đó ông liền thức tỉnh và tự nhắc mình không nên yêu đuối với những tình cảm buộc ràng. Sau lần đó, ông lâm trọng bệnh phải chạy chữa tận nước ngoài. Và chính ông cũng không ngờ đó là lần ra đi vĩnh viễn của mình trong sự thanh thản yên lành.

Khi quan tài được đưa về Huệ Nghiêm để an táng, mở cửa nắp quan ra chúng tôi thấy rõ ràng, vẫn là con người ấy, vẫn đôi kính trắng ông thường mang, vẫn cái cặp ông thường xách, vẫn bộ đồ màu sậm ông thường mặc, nhưng đôi mắt thì đã khép kín thật bình an. Ông quả thật xứng đáng là một người Phật tử sống trong giáo pháp của đức Phật, nét mặt ra đi của ông đã nói lên được điều đó. Phật giáo Việt Nam chúng ta thời xưa cũng như cận đại đã có nhiều vị cư sĩ tu hành rất đặc lực như Tuệ Trung Thượng Sĩ, vua Trần Thái Tông, cụ Tâm Minh Lê Đình Thám v.v...

Ở đây tôi muốn nói sự tu học này được truyền nói từ các bậc thượng tổ xa xưa đến ngày nay, trải qua nhiều biến thái thăng trầm, tùy hoàn cảnh căn cơ có khác, nhưng cốt lõi vẫn là tâm trong sáng bất động. Tôi nhấn mạnh lại đỉnh cao của người tu chân chánh là bất động đối với ngũ dục thế gian, là người làm chủ được mình. Hòa thượng Viện trưởng nơi đây cũng thế, nói gì thì nói cuối cùng Ngài cũng quay trở về tánh giác, chỉ ra ông chủ của mỗi người cho chúng ta nhận và sống với ông chủ ấy. Đó là mục đích chánh của người tu chúng ta.

Đến vị đặc biệt thứ ba, Thiên sư Phổ Hóa đồng thời với tổ Lâm Tế. Ngài cũng có đời sống rất thất thường, hay đi du hóa khắp nơi. Có khoảng thời gian Ngài ra chợ xin một chiếc áo dài. Nghe thế, người cho áo dài này, kẻ cho áo dài nọ nhưng Ngài không nhận. Tối đó trở về chỗ Lâm Tế, ngài Lâm Tế nói: “Ta nghe ông ra chợ xin áo dài phải không?” Phổ Hóa đáp: “Phải”. Khi đó ngài Lâm Tế mới bảo trong chúng sắm cho Phổ Hóa chiếc quan tài. Bấy giờ Phổ Hóa cười nhận.

Sáng hôm sau Ngài vác quan tài vừa đi vừa nói với mọi người “Ngày mai tôi tịch ở cửa đông”, dân chúng đua nhau tới cửa đông. Khi đó, Ngài nói “Hôm nay tôi chưa tịch, ngày mai sẽ tịch ở cửa tây”. Mọi người lại xô nhau đến cửa tây. Nhưng đến đó cũng không thấy Ngài tịch. Như thế trải qua mấy cửa, người ta bắt đầu chán. Thôi mặc kệ ông Hòa thượng này muốn tịch ở đâu thì tịch, thiên hạ



chẳng còn muốn coi nữa. Cuối cùng tại cửa bắc, lúc không còn ai theo coi nữa, Ngài mới để quan tài xuống, giở nắp ra chui vô trong đó nằm đàng hoàng, rồi nhờ người qua đường đập nắp lại giùm. Mọi người hay tin, kéo nhau đến xem. Họ giở nắp quan tài ra, không thấy Ngài ở đâu cả, chỉ nghe xa xa trong hư không có tiếng chuông ngân vang. Mọi người hướng về đó mà đánh lễ. Từ ấy danh tiếng Ngài vang khắp và đặc biệt ai nghe đến cũng phát tâm tu hành.

Những nét thần kỳ của các Thiên sư mới nhìn thấy như không có gì đặc biệt, nhưng nếu không phải là Thiên sư thì sẽ không hiểu nổi và không làm nổi như thế. Như ngài Phổ Hóa xin chiếc áo dài mà ngài Lâm Tế gởi cho chiếc áo quan. Như vậy là giữa hai vị có sự cảm thông nhau rồi, còn người thường không hiểu được ý này. Bởi ngài Phổ Hóa thấy cơ duyên giáo hóa đã viên mãn, ngài muốn thị tịch. Nhưng lối tịch của Ngài là một trong những lối thị tịch đặc biệt của các Thiên sư đã chứng đạo. Người ta mở quan tài ra chẳng thấy gì hết, chỉ nghe xa xa có tiếng chuông ngân. Thiên sư ra đi một cách thong dong tự tại như vậy.

Với người tu, tôi nhắc lại là đừng để bị động bởi các pháp thế gian. Giặc giã, đói khát khổ sở, danh vọng, tiền tài, ngũ dục.v.v... không dính dáng gì tới người tu cả. Chúng ta tu như thế nào để làm chủ được mình, đừng bị động bởi những thứ đó là đúng chánh pháp. Thần thông lực dụng có được không phải là điều đáng quan tâm, nhưng nó thể hiện được năng lực của một người đã làm chủ mình, bất động với các pháp thế gian. Cho nên những thần bí siêu nhiên của các Thiên sư không phải ít đâu, nhưng các Ngài không muốn phô trương, sợ mê hoặc lòng người, làm lệch mắt tông chỉ tu hành của người sau.

Khi được hỏi tu thiền như thế nào? Chúng ta trả lời thầy tôi dạy đêm hơi thở hoặc ngồi thiền ngày hai ba lần, lần hai ba tiếng hoặc phải tụng sáu hồi sáu căn v.v... trả lời như vậy là sai rồi. Tất cả hình thức ấy chỉ là phương tiện để chế phục tâm, đừng cho nó điên loạn ngược xuôi thôi, chứ không dính dáng gì đến tâm ta cả. Quan trọng là tâm bất động. Bất động trước mắt là đối với ăn mặc ngủ nghỉ, tiếp cận mọi việc ta làm chủ được, không bị động bởi những thứ đó. Đây chính là thiền. Cho nên thiền không có một phương pháp nào cố định, tùy mỗi vị cảm nhận trong công phu của mình.

Giả như người không ngồi thiền được, nhưng họ có khả năng buông tất cả vọng tưởng, làm chủ được mình, người này vẫn được gọi là hành thiền. Bởi chẳng lẽ người già lạy Phật không được, tụng không nổi, rồi tu không được sao? Cho nên tu thiền rất thực tế, đối với tất cả mọi thứ chung quanh luôn tỉnh giác, đó là tu. Ngồi ở nhà cũng tu, nói chuyện với bạn bè cũng tu, làm bất cứ việc gì cũng tu. Làm sao buông tất cả, không dính dáng, không mắc mứu, không chạy theo ngoại duyên, đó thì người tu thiền.

Đây là bài thơ của một Thiên sư tu trên núi:

Nhà anh bên xóm chợ,  
Tôi thì ở núi hoang,  
Núi hoang không có vật,  
Chợ búa ắt huy hoàng.

Bốn câu thơ này diễn tả rất rõ ràng, nhà anh ở xóm chợ, nhà tôi ở núi hoang, tức Thiền sư nói mình ở chốn núi non xa xôi vắng vẻ. Núi hoang không một vật, còn chợ thì rục rờ huy hoàng, ngựa xe qua lại, người ra kẻ vào đông đúc, không thiếu gì cả. Đó là hai hình ảnh trái ngược nhau. Tuy nhiên đừng vì thế chúng ta cho rằng ở núi mới tu, ở chợ không tu được.

Có đó, thường ăn uống,  
Không ấy, hả miệng suông,  
Miệng không bụng trống rỗng,  
Trống rỗng lại no lòng.  
No lòng cũng rỗng không,  
Rỗng no thể đều không.

Bốn câu kệ diễn tả ở chợ đầy đủ các thứ, muốn ăn thì có ăn, muốn uống thì có uống, thuận lợi như vậy. Chính đây lại là chỗ không thuận lợi cho người tu hành, vì từ sáng tới chiều cứ ăn không, làm sao tu được. Cho nên ở chợ thuận lợi về vật chất thì bất tiện cho việc tu hành. Tuy nhiên, nếu ở giữa chợ mà ta không chạy theo sự ăn uống, các thứ ngũ dục thì sức làm chủ mới thật sự mạnh mẽ. Cho nên ở đây nói phải làm chủ được mình.

Không ấy hả miệng suông, miệng không bụng trống rỗng, rõ ràng như vậy. Ở núi non không có gì ăn hết, nên hả miệng suông. Há miệng suông thì trong bụng trống. Hai câu này thật là hay, sáu giác quan của ta tiếp cận với sáu trần, tai nghe, mắt thấy, mũi ngửi... Nếu chúng ta đem các thứ sắc, thanh, hương... vô trong đầy hết là lúc nào cũng ăn. Nếu sáu giác quan luôn tỉnh giác, làm chủ được, tiếp cận với trần cảnh mà không đem vô cái gì hết nên bụng được rỗng rang. Người bụng rỗng lòng không là người không bị buộc ràng, sống tự tại giải thoát rồi, đâu còn mong muốn gì nữa. Vì vậy nói bụng rỗng lại no lòng. Chỗ này thật tiêu sái làm sao !

Cho nên ngài Đạo Giai Phù Dung, một thiền sư nổi tiếng tông Tào Động cũng dạy: Người tu thấy sắc như trông hoa trên đá, thấy lợi danh như bụi rơi trong mắt. Trông hoa trên đá thì không dính gì cả. Bụi rơi trong mắt thì xốn xang không ưa, nên các Ngài đối với danh lợi xem như bụi trong mắt. Đó là chỗ hành công phu của các thiền sư.

Hai câu kết nói no lòng cũng rỗng không, rỗng no thể đều không. Người tu không thêm bất cứ một chủng tử nào trong tàng thức của mình, nên kho tàng thức rỗng rang sáng suốt. Người sống được với cái rỗng rang sáng suốt đó luôn thấy no lòng, không thiếu thốn gì hết. Cuối cùng kết lại rỗng no thể đều không, nghĩa là rốt ráo thiền sư phá hết đối đãi hai bên. Sống ở giữa chợ thường ăn uống no lòng, còn ở núi bụng rỗng không, tuy rỗng không mà vẫn no lòng. Tuy nhiên đến chỗ cứu kính, cả hai đối và no đều buông hết, đó mới là thiền.

Như trường hợp chúng ta thuận duyên được ở nơi vắng vẻ, không bị ồn ào náo nhiệt bên ngoài chi phối, lòng lúc nào cũng thanh thản. Vì thế việc hành trì Phật pháp được tăng tiến, chúng ta tu tốt nhờ các duyên thuận lợi. Nhưng nếu hoàn cảnh trái ngược lại ta sống ở phố thị ồn náo, nhiều va chạm, trong lòng không yên. Gặp hoàn cảnh như vậy chúng ta phải quán tất cả đều không thật, đều giả tạm,

chúng đã là hư dối thì ta chấp vào đó làm gì cho phiền não, không tu được. Như ngài Trần Tôn Túc, một vị thiền sư danh tiếng lẽ ra phải ở trong pháp hội, hoằng hóa chánh pháp. Nhưng vì còn mẹ già nên Ngài phải về quê đan giỏ, đan hài tạo kế sống để nuôi mẹ. Đó là sống giữa chợ nhưng tâm Ngài vẫn bình yên, vì vậy Ngài đã biến nơi ấy thành đạo tràng.

Chúng ta luôn ghi nhớ như vậy, biết cuộc đời vô thường nay vậy mai khác, thay cũ đổi mới luôn luôn, buồn vui theo nó làm chi, mất thì giờ vô ích. Quan trọng là trong lòng phải làm chủ được mình thì ở đâu cũng thanh tịnh, ở đâu cũng là đạo tràng. Việc tu cần phải tế nhị, sáng suốt sắp đặt cho mình một sinh hoạt thích hợp. Làm sao ta vừa có thể đảm đương việc bổn phận, vừa tu hành đúng theo tâm nguyện của mình. Được vậy, nhất định chúng ta sẽ thành công. Nên nhớ đừng bao giờ đổ thừa cho hoàn cảnh, gốc là ở nơi mình. Ta phải tự quán xuyến việc của mình sao cho trôi tròn là tốt, không ai có thể xen vào đó cả. Mạng sống mong manh, thời gian qua nhanh, không biết mình sống bao lâu, mà ngồi đó tính toán việc nọ việc kia. Cho nên chúng ta phải có một thái độ sáng suốt, dứt khoát.

Thêm một bài kệ nữa:

Người có một quyền kinh,  
Không tướng cũng không hình,  
Không người hay đọc tụng,  
Ai đó hiểu được kinh.  
Nếu hay đọc tụng được,  
Nhập lý hợp vô sinh,  
Chẳng luận đạo Bồ-tát,  
Phật cũng chẳng nhọc thành.

Đây là bài kệ tụng kinh. Người có một quyền kinh, không tướng cũng không hình, không người hay đọc tụng, ai đó hiểu được kinh. Kinh mà không tướng không hình, kinh đó là kinh gì? Là tâm kinh. Thành ra tụng sám hối sáu căn, tụng sám hối hồng danh, tụng Lương Hoàng Sám v.v... cũng không bằng tụng kinh tâm của mình. Đó mới là bản kinh tối thượng nhất, kinh trong các kinh. Như vậy chúng ta quỳ sám hối sáu căn để nhớ lại nghiệp thức từ nhiều đời đã tạo, bây giờ sám hối chừa bỏ hết, để trở về với bản kinh tâm của mình. Tụng kinh tâm để lòng rỗng rang sáng suốt, tụng để sống lại tâm thể bất động của mình.

Phật tổ dạy tâm chúng ta trùm khắp sáng suốt, không hình không tướng. Nên nghe tiểu sư Thần Hội nói đó là bản lai diện mục, là Phật tánh của Thần Hội... Lục Tổ liền quở: “Đã bảo không hình không tướng, không tên không tuổi mà ông còn nói thế, thật là môn đồ của bọn tri giải, lấy cỏ che đầu, chẳng dính dáng gì đến cái ấy”. Tất cả chúng ta đều phải nhận và hành trì như vậy mới đúng ý tổ dạy.

Thành ra giữa người tụng được và người không tụng được, không can hệ gì cả. Đừng cho tụng hay, tụng nhiều mới là tụng kinh, phải làm sao tụng được kinh tâm kia. Lúc nào ta cũng sống với tâm thể của mình, không vương hình thức này hình thức khác, rỗng rang sáng suốt, mới thật là tụng kinh tâm. Phật nói trí tuệ đức tướng của Như Lai trùm khắp, chứ nó không ở trong cái thân cao một thước mấy,

nặng sáu bảy chục ký này đâu. Bây giờ chúng ta tìm lại, sống lại, quay nhận lại tánh Phật đó, sống với nó thì Phật ở trong ta, ta thành Phật ngay hiện đời.

Đời sống thiền tăng của chúng ta dù chưa hoàn toàn tự do tự tại, nhưng so với người thế gian, ta thanh thoi hơn nhiều. Buổi tối xả thiền ra, mình đi kinh hành dưới hàng dương, có gió mát trăng trong, mặc tình sấn bước, lòng rỗng rang không toan tính chuyện ngày mai, như vậy cũng giải thoát phần nào rồi. Đây chính là diệu dụng khi ta tụng bài kinh tâm.

Nếu hay đọc tụng được,  
Nhập lý hợp vô sinh,  
Chẳng luận đạo Bồ-tát,  
Phật cũng chẳng nhọc thành.

Nếu chúng ta đọc tụng được tâm kinh này thì không nói thành Phật, thành Bồ tát gì cả. Miễn lòng rỗng rang sáng suốt, không thị phi nhân ngã, không mắc mứu hai bên, không ngược xuôi theo dòng đời, đó là chúng ta đã an lạc với Niết-bàn của chính ngay trong hiện tại. Niết-bàn ấy có trong vườn điều, có trong giảng đường này, có mọi nơi trong đạo tràng Thiền viện, ta đi đến đâu cũng sống trong Niết-bàn.

Sống chung trong một pháp hội, ta không giàu của cải vật chất mà giàu đạo tình, huynh đệ thương kính, đùm bọc nhắc nhở nhau tu hành. Mai kia hết duyên, mỗi người đi mỗi ngã nhưng tinh thần ấy vẫn còn bằng bạc khắp chốn ta đi. Đó là vì ta biết mở rộng cái Niết-bàn vô tướng, nên có thể sống với tâm tự tại giải thoát ở khắp nơi. Bạn hữu ngày hôm nay có đủ mặt, ta cũng an nhiên sống trong nếp tự tại giải thoát. Mai kia chia tay, ta cũng an nhiên tự tại sống như thế.

Trong buổi sinh hoạt đạo lý hôm nay, tôi nêu dẫn một vài nét thần kỳ siêu nhiên của các thiền tổ, cùng vài bài kệ sống thực của các Ngài, với mong mỗi làm sao huynh đệ chúng ta noi theo đó, cố gắng tu tập để cuộc sống của mình cũng được như vậy. Thân này mỏng manh, mạng người chóng vánh, chúng ta không có nhiều thời gian để hoang phí, vui đùa cùng năm tháng. Mai kia vô thường đến, khổ khổ nối nhau, chùng đó có tự trách cũng muộn rồi, chi bằng ngay bây giờ để tâm vào việc của mình. Người tu thì phải giải thoát mọi gông cùm trói buộc, sống an nhiên tự tại với tâm thanh tịnh trùm khắp. Được vậy lo gì sanh tử luân hồi nữa, mình làm chủ rồi ai dám kéo lôi!

Cây kiếm trí tuệ tay chẳng rời, đó là khẩu lệnh của hành giả tu thiền. Ngài Huệ Khả cũng nhờ thanh gươm này mà dám chặt tay cầu đạo, cho nên mới được Tổ Đạt Ma truyền tâm pháp yếu. Thành ra cốt lõi của việc tu thiền là phải thể nhập, quay về nhận lại tâm bình thường của mình. Sự an lạc giải thoát nằm ngay trong những cái bình thường giản dị nhất. Mong tất cả huynh đệ chúng ta hiểu, nhận và sống được như vậy.



## HẠNH SỐNG MỘT MÌNH

Hôm nay tôi nói về hạnh người biết sống một mình. Đây là hạnh tu mà người con Phật phải biết qua. Vì đến một lúc nào đó, dù muốn dù không chúng ta cũng phải sống một mình. Cho nên ngay bây giờ tuy đang sống trong cộng đồng, nhưng ta nên chuẩn bị cho mình tinh thần sống một mình.

Sống một mình trong nhà Phật có nghĩa là không vương mắc. Trong tâm không có những ý niệm, những hình bóng của buồn thương giận ghét trong quá khứ, hoặc những ước vọng phiền toái trong tương lai. Ta sống được trong nếp hiện tiền ngay đây là sống tỉnh thức, là biết sống một mình. Phần này Tăng Ni đã được học nhiều qua bản luận Đại Thừa Khởi Tín của Bồ-tát Mã Minh, mà Krishnamurti thường nói “Cái đang là”.

Ở đây muốn “Sống một mình”, theo tôi thứ nhất là làm chủ được đối với tất cả những tưởng niệm về quá khứ và vị lai. Thường đời sống của chúng ta, mỗi một ngày qua là mỗi một sự nếm trải. Nhất là những ai từng trải trong hoàn cảnh cay đắng, đòi hỏi người ấy phải phấn đấu tới cùng để được bình yên sinh tồn. Cho nên quá khứ đối với họ là một chất liệu vừa ngọt ngào vừa cay đắng, rất khó quên được. Đã là vậy mà nhất thời bảo buông đi, thì xin thưa “không dễ gì buông được!”. Những tưởng niệm ấy không có hình ảnh gì cụ thể cả, mà nó có lực công trời chúng ta rất mạnh. Như vậy ta phải dùng lực gì để phá trừ nó?

Nói về những phương thức để phá trừ vọng tưởng, Phật dạy có nhiều phương pháp. Nhưng tựu trung, nếu không tỉnh, không có trí tuệ thì không cách gì phá vỡ được. Nghĩa là chúng ta phải tỉnh táo, sáng suốt, có trí tuệ. Chỗ này, nhà thiền nói phải phản quan tự kỷ, mới có thể loại bỏ những thứ hư giả, sống với cái thật của chính mình. Người tu chúng ta nhất định phải dành tất cả thời gian của đời mình để hóa giải, tu tập thế nào cho làm chủ được, đừng để vọng tưởng kéo lôi. Vì nếu không làm chủ được mình, để cho vọng tưởng kéo lôi, thì chẳng những hiện đời ta bị buộc ràng mà nhiều đời còn phải chịu trôi nổi nữa.

Do buộc ràng phát sinh quyến luyến, vì vậy mình sống trong lao xao, không có sự an lạc. Đến khi gần chết ray rứt, khó chịu, không dám buông bỏ nên rất khổ. Dù cho người có sang cả quyền quý chẳng nữa, nhưng đối với vọng tưởng không hóa giải được thì khổ vẫn khổ thôi. Đôi khi nhiều tiền của, danh vọng, địa vị chùng nào lại càng bị ràng buộc chùng ấy. Vì vậy Phật dạy hàng xuất gia sống thiểu dục tri túc, tức là ít muốn biết đủ. Nhờ sống đạm bạc nên không có gì để vương mắc, để giữ gìn, do đó dễ buông bỏ.

Nếu ta không buông được, luôn sống với một tâm trạng ngổn ngang vương mắc buộc ràng, dù Phật có đưa tay kéo lên Niết-bàn, cũng không thể kéo nổi, Bồ-tát cũng bắt lực, thiện hữu tri thức cũng đứng đó mà nhìn thôi. Cho nên, trong bước đầu chúng ta phải ý thức, phải làm chủ được, đề cao cảnh giác những vọng tưởng của mình. Chúng không có hình dạng gì, nhưng xuất hiện bất cứ lúc nào và thường làm cho ta bất an. Đang đi du lịch vui vẻ với bạn bè, nó xuất hiện thì mất hết hứng thú. Đang nằm ngủ bình yên, nó xuất hiện thì ngủ không được nữa, trằn

trọc thâu đêm! Đang ăn ngon miệng, nó xuất hiện thì thức ăn biến thành củi mục. Quả thực là tai hại!

Cuộc đời nếu cứ mang những nỗi bất an ấy mãi thì thật là khổ đau! Vì vậy chúng ta cố gắng tu làm sao để hóa giải được mọi thứ phiền não, giữ tâm bình yên. Trong hiện tại chúng ta có làm chủ được, an ổn được thì mới đảm bảo lúc lâm chung thanh thoi nhẹ nhàng. Còn bây giờ bất ổn, băn khoăn nhìn trước ngó sau giống như tổ Quy Sơn nói “Đường trước mờ mờ chưa biết về đâu!” Đã như vậy dù có niệm tưởng đến Phật, Bồ-tát “Nguyện cho con được an ổn sinh về thế giới của Ngài” cũng vô hiệu.

Vọng tưởng chi phối con người thật kỳ lạ. Có khi đang ngồi ta bật cười, gương mặt tươi lên, hoặc đang nằm nước mắt bỗng chảy ra. Đó là gì? Niệm quá khứ đang hoành hành trong đầu, nó kéo lôi mình đó! Chợt nghĩ đến những kỷ niệm vui trong quá khứ tự nhiên ta thấy vui, gương mặt tươi lên. Rồi có một đoạn thời gian nào đó, có những bi thương trong cuộc đời, ta sực nhớ lại tự nhiên buồn. Nghĩ đến đó tự nhiên mình bị động thôi.

Chỉ có thiền định mới giải thẳng những tâm trạng này. Đây là pháp trực chỉ. Chỉ hành giả dám buông hay không dám buông thôi! Muốn buông được mỗi người chúng ta phải có chủ lực. Buông được thì hiện tại không bị những niệm ràng buộc, quyến luyến của quá khứ kéo lôi. Ngay đối với tất cả những ham muốn hiện thời, ta cũng dùng được. Do đó các tư niệm hối hận cũng không có. Nói thế nghĩa là chúng ta phải có quá trình thực hiện công phu, chớ không nói suông được.

Như vậy ngay trong từng phút giây sống, chúng ta phải có lực khắc tỉnh. Như vậy mới làm chủ được, đánh bật được tất cả những vọng niệm, cắt đứt tất cả buộc ràng, không để cho những dây mơ rễ má bu bám chung quanh. Người đó mới có thể gọi là:

Người đứng lên ánh sáng dựng ban ngày,  
Thế giới mùi hương chung một hướng.  
Ba đời quy lại sát-na đây.

(Thơ Trúc Thiên)

Nghĩa là, khi ta đánh tan được tất cả những buộc ràng chung quanh rồi thì hiện tiền ánh sáng dựng ban ngày. Quá khứ vị lai cũng ngay trong hiện tại đây thôi. Tất cả mọi thứ thiện ác, thuận nghịch... cũng chung về trong một niệm hiện tiền, an ổn.

Trong cuộc đời chúng ta, những nỗi bất hạnh gian truân chiếm tới sáu bảy mươi phần trăm, còn hạnh phúc an ổn như ý, đối với những người tốt phúc tốt duyên thì được khoảng chừng ba, bốn mươi phần trăm! Thông thường là như vậy. Chứ không ai hoàn toàn hoàn bị. Có người khoảng đời trước hanh thông, rồi sau bất hạnh. Hoặc khoảng đầu bất hạnh hanh thông v.v... Đối trước những hoàn cảnh này, nếu chúng ta không vững niềm tin với luật nhân quả, không tin lời Phật dạy thì sẽ khổ dài dài thôi. Cho nên Phật nói: “Nước mắt chúng sinh nhiều hơn nước bốn biển.” Lời dạy này thật thấm thía làm sao!

Sống trong quá khứ đau buồn và tương lai mờ mịt, hoặc luôn ở trạng thái hối tiếc là sống mà thật ra là đã chết. Cuộc sống như thế sẽ khô héo và làm cạn

kiệt cả những nguồn sinh lực chung quanh. Người sống được với hiện thực thì lúc nào cũng tươi tắn, nhẹ nhàng, thoải mái, không bị vướng mắc hay cột trói ở đâu cả. Đó là người sống được với hiện tại. Có những trường hợp sự hối hận không cần thiết. Chẳng hạn ta đã cho một người nghèo qua đường hết số tiền trong túi, bây giờ chợt tiếc phải chi để lại vài đồng. Những hối hận như thế thì phải loại hẳn ra. Loại được nó chúng ta sẽ có sức mạnh tinh thần. Như vậy mới vững vàng đi theo hướng trong sáng.

Người không có sức mạnh, cứ ngồi đó mà tư tưởng hay hối hận vào những chuyện không đâu thì có ích lợi gì. Như ta thường than phiền về sự lui sụt của mình hoài, chỉ càng làm náo hại tâm trí mà thôi. Cứ quyết tâm khẳng định sắp tới khắc tinh khắc tiến, không để xù xù yếu dờ như vậy nữa. Đó là người biết dừng lại niềm tin vững mạnh, là người sáng suốt kiên cường, nhờ thế lần lần phục hồi được sức mạnh. Cho nên quan trọng là phải tỉnh.

Tỉnh rồi phải tu phải sửa, không thể đọc đi đọc lại những điều sai trái hoài mà phải tu sửa. Tôi nghĩ rằng không có Phật, Bồ-tát nào chịu nghe những điều lầm nhằm hoài “Con nghiệp dày phước mỏng”... Nghe một lần hai lần là phát ngán rồi, cứ đốt hương lạy tới lạy lui như vậy hoài, tội nghiệp Phật mệt lắm! Chúng ta phải tự cố gắng. Tu hành là phải tự sửa, nỗ lực và thêm một điều nữa là phải quyết tử. Nghĩa là biết dờ thì đừng làm, biết sai thì đừng có nói, biết hậu quả không tốt thì đừng. Được vậy là người biết tu. Không cần phải đến tượng Phật khóc lóc lạy lạy gì cả, chỉ mạnh dạn bỏ hết những hành vi sai trái là được. Đó là người có sức mạnh, có lực lượng.

Ngài Thái Hư bình luận về mười tông phái của đạo Phật tại Trung Hoa, đại ý thế này: Những tông phái khác sau thời pháp nạn, muốn gầy dựng lại phải có thời gian, điều kiện thuận lợi. Như tông Tịnh Độ phải có chùa chiền, kinh điển, nghi thức tụng niệm v.v... Nói chung các tông phái khác trong đạo Phật đều phải có những phương tiện như vậy. Nhưng riêng Thiền tông thì không cần. Năm ba vị ở trong rừng trong núi, hang đá có thể tham vấn với nhau được, có thể công phu được. Tham vấn để trao đổi những kinh nghiệm chánh lý, sau đó đùm bọc, thúc liễm nhắc nhở nhau tu hành. Nhờ vậy không lệ thuộc vào hình thức cố định như thế mà đạo Phật đã tồn tại qua mọi thời mọi lúc cho đến ngày nay. Đây là điểm kỳ đặc của Phật giáo nói chung, Thiền tông nói riêng.

Ngài kết luận: “Chỉ có Thiền tông, không cần những hình thức.” Nói không cần e hơi quá, ta có thể nói là không nặng về hình thức. Cho nên yêu cầu trong nhà thiền là phải tỉnh. Ở đâu, lúc nào cũng phải tỉnh, kiểm điểm trong lòng mình. Kiểm bên trong thì biết luôn bên ngoài. Chỉ có mình mới biết được mình thôi, chớ không ai biết được mình cả. Ngay Phật, Bồ-tát đứng kế bên cũng không làm sao biết được những ý niệm trong đầu, trong tâm mình. Như vậy chỉ có vững niềm tin, đầy đủ trí tuệ, khẳng tâm tu học mới có thể tu được trong mọi hoàn cảnh, làm chủ lấy mình.

Đã là một tông phái không đặt nặng hình thức, thì ai tu cũng được hết. Có nhiều bà già nói: “Bây giờ tui già rồi! Thầy dạy tui niệm Phật thôi, chớ nói tu Thiền tui tu không nổi”. Thật ra đâu phải khó khăn lắm! Ngay bây giờ ta dám

buông, dám bỏ những gì hiện trong tâm mình, lúc ăn lúc ngủ lúc làm việc... Có cái gì hiện lên thì bỏ hết, tức là đã tu thiền rồi. Tại sao phải bỏ? Vì nó không thật. Dù có ôm tới đâu, cuối cùng cũng phải buông thôi, vì bản chất của nó không thật, chợt hiện chợt mất, không nắm bắt được. Những thứ đó phải vắt hết thì mới yên được.

Tôi muốn nói thế để tất cả quý vị đối với pháp Thiền có niềm tin mình tu hết, lúc nào hành trì cũng tốt. Có chùa, có tượng Phật tu cũng tốt, mà không thì tự mình làm chủ và buông được những vọng niệm cũng tốt. Như vậy chúng ta mới khắc phục được những điểm dở, tiến theo nhịp bước thanh tịnh giải thoát của các bậc thầy, các vị tiền bối. Buông được những vọng chấp rồi, người đó có thể nói là cắt đứt được muôn duyên, ngay hiện đời tự tại giải thoát.

Bao giờ ta cắt được quá khứ, buông được những tưởng niệm, thì cái hiện tiền sẽ hiện tiền. Tôi nói như thế là hơi thừa. Khi đó hiện tiền. Hiện tiền tức là sáng, là định, là tuệ. Chỉ có người sống được với hiện tiền mới có thể vào định, từ đó trí tuệ viên mãn. Còn lăng xăng dấy niệm, lao theo niệm thì không bao giờ có định tuệ.

Tôi dám khẳng định rằng: Nếu ai còn bị quá khứ và tương lai ràng buộc là người đó chưa tin Tam Bảo, tin nhân quả. Người tin Tam Bảo, tin chắc nhân quả rồi, đối với tương lai mặc nhiên thôi. Có bao giờ người học trò quậy phá, hư hỏng mà có thể thi đỗ đầu, gọi là bảng hổ đề danh không? Không bao giờ có. Luật nhân quả Phật dạy rõ ràng, gây nhân xấu thì lãnh quả xấu, gây nhân tốt thì hưởng quả lành. Ngay hiện tại chúng ta không sống được với nhân tốt thì biết rằng hậu quả sẽ không tốt. Không cần phải tìm hỏi ai, cầu cứu ai, ta tự chịu trách nhiệm về cuộc đời mình, với nhân quả đã tạo. Tốt nhất là ngay đây mình tỉnh, đừng gây những nhân xấu. Đừng nói, đừng làm, đừng nghĩ về điều ác thì sợ gì chứ? Đã không có những nhân đó thì cần gì phải cầu khẩn ai giúp đỡ, hóa giải cho mình? Không cần thiết, thưa quý vị.

Người học trò thông minh cặm cụi học hành, ghi chép đàng hoàng, đảm bảo chưa làm bài thi người đó cũng có một khả năng, một kinh nghiệm, một lực dụng đủ làm được bài thi đó. Và làm trong nếp bình tĩnh, tin chắc như vậy. Nếu trong nhà, có con cháu học hành như vậy thì khỏi phải tốn tiền lo lót. Chắc chắn là thi đậu. Giả như không thi nó cũng có khả năng đáng tin cậy.

Cũng thế, chúng ta muốn tu thành Phật, muốn hết khổ, muốn được thanh tịnh giải thoát thì phải... tu thôi. Phải chịu khó tu, chịu khó công phu, trăm giữa ngàn mài mới thành công được. Mỗi ngày ta đều đầu tư vào trí tuệ chân thật của mình thì khỏi phải sợ địa ngục ngạ quỷ làm gì nổi mình. Thiền sư nói đến giờ ăn không chịu ăn là tại vì mình cứ tư tưởng về ngày qua, về ngày mai. Bây giờ có dưa ăn dưa, có muối ăn muối, có nước tương ăn nước tương mà thiếu nước tương thì ăn nước muối cũng được. Ngay trong hiện tại ta cứ sống như thế, chắc chắn sẽ được an ổn.

Nói tóm lại, người biết sống một mình, sống ở đâu cũng được vì luôn sống trong hiện tại. Không bị vị lai kéo lôi, không mắc mứu trong quá khứ, cứ bình thường ngay trong hiện tại. Đó là Phật hiện tiền. Chúng ta là Phật ngay đây, chứ



không đợi lúc nào khác. Đây là lẽ thật, là điều rất quý mà tất cả chúng ta cần phải hạ quyết tâm thực hiện cho bằng được.

Pháp tu của Bồ-tát như Lục độ, vạn hạnh cũng gồm trong hiện tại. Cảnh giác đối với tất cả những nhân khổ, mình đừng gây tạo, đừng dấy niệm. Hiện tại chúng ta cũng có thể tu theo Bồ-tát hạnh. Nhưng với điều kiện là phải tỉnh, làm sao từng phút giây đừng gây tạo những nhân đưa đến quả khổ.

Người biết sống một mình là người biết viễn ly mọi vọng tưởng điên đảo của mình, chớ không có nghĩa tách rời đoàn thể, tách rời đại chúng. Ngày xưa Phật dạy các thầy Tỳ-kheo phải một mình ra khỏi xóm làng, nghĩa là đừng dính mắc chuyện thị phi của thế gian. Dù đắp y mang bát vào thành khát thực, nhưng tâm vẫn ra khỏi xóm làng, đừng nghe chuyện bên ngoài, tin tức xóm nọ xóm kia. Như vậy mất hết thì giờ, không tu được. Cho nên nói xóm làng tức là những việc rộn ràng, hay dở của thế gian. Những thứ đó không cần thiết phải đem vào trong sự sống của mình. Việc chính vẫn là đang sống một mình trong tỉnh thức.

Khi tâm được bình thường, ta không bị vướng mắc bởi bất cứ một người nào, dù người đó thương hay không thương mình, an nhiên tự tại. Sống được như vậy rồi, không cần phải ngăn rào dậu gì cả, bởi vì ai cũng như ai! Người già người trẻ, người thân người không thân, ta đều bình thường tự tại. Tôi nhắc lại việc duy nhất của mình là không bị quá khứ kéo lôi, không tưởng niệm tương lai mà sống an ổn ngay hiện tại.

Thời gian nhanh lắm, vô thường chụp đến ta không làm sao trở tay kịp. Thế mà cả đời ngược xuôi xóm làng, rộn ràng với việc của những người chung quanh thì thật là đáng tiếc. Nói thế không có nghĩa là ta sống thụ động hoặc thờ ơ với nỗi khổ của mọi người quanh ta. Mình vẫn làm tất cả với niệm bình an, bình thường. Không để mất thì giờ bởi những ồn ào náo nhiệt chung quanh, ta luôn chánh niệm trong mọi thời mọi chỗ, đó là biết sống một mình giữa chốn đông người. Mỗi ngày sống được như vậy là ta đang đi trên đại lộ thanh thang của mười phương Phật.

Khi chúng ta ngồi thiền, lim dim nhìn xuống tưởng như đang sống một mình, nhưng chỉ có người trong cuộc mới biết mình sống như thế nào. Ngồi đó mà tư tưởng mông lung, hết nghĩ nhớ chuyện này đến tính toán chuyện nọ, hết nói chuyện với người này lại gây gổ với kẻ nọ, trong tâm như một bãi chiến trường. Cho nên Hòa thượng Viện trưởng thường dạy: “Vừa có một niệm dấy lên liền buông”. Các Thiền sư thì nói mạnh hơn là “Chặt”, bất cứ niệm gì đến cũng phải chặt hết. Như vậy mới gọi là ngồi thiền một mình.

Người xưa nói: “Quá khứ đã không còn. Tương lai thì chưa tới. An nhiên sống trong hiện tại, không bị vướng mắc vào tham dục”. Đó là các Ngài mở lối cho chúng ta tiến bước. Thử nghiệm lại rõ ràng như thế, quá khứ đã không còn, tương lai thì chưa tới. Cho nên sống với quá khứ là sống với cái chết, sống với những chiếc xác không hồn. Như thế còn gì là sinh khí, còn gì là sự sống nữa. Hoặc chỉ sống với tương lai thì người này thật là hơi bất bình thường rồi! Vì tương lai đâu có mà sống, e rằng họ đang ở trong một cuộc sống ảo. Hiện tại bình yên tức là đầy đủ cả quá khứ và vị lai.

Chư Phật, Tổ sư hay tất cả các vị Thiện hữu tri thức trong mười phương, bằng kinh nghiệm của mình, các Ngài đã nhắc nhở chúng ta làm sao sống được với hiện tại. Đó là điều quan trọng. Cổ đức nói: “Người sống được với hiện tại thì tham dục mất dạng”. Chữ Tham là ham thích, chữ Dục là mong muốn. Những ham thích, mong muốn của chúng ta chính là tham dục. Nếu mình sống được với hiện tại thì tham dục cũng mất luôn, từ thô cho tới tế. Chúng ta khỏi phải xin Phật: “Cho con hết tham dục”.

“Kẻ trí sống như thế, tâm không do dự, bỏ hết mọi lo âu, mọi hối hận, xa lìa hết mọi tham dục ở đời; cắt đứt tất cả những sợi dây ràng buộc, sai sử”. Đó là hạnh sống một mình. Thế nên người không có trí thì không cách gì sống một mình được. Bởi tâm vọng tưởng của mình là con khi. Nó lén lút, đi ngược đi xuôi, đến xóm này xóm nọ. Nếu mình không tỉnh thì nhất định con khi ấy sẽ dẫn mình đi thôi.

Ví dụ hồi xưa cái nhà có tới mấy chục cây cột, bây giờ như vậy là quê rồi, nên con khi nó xúi mình gỡ cột ra bỏ, cất lại theo kiểu hiện đại cho tươi sáng, sang trọng hơn. Thế là đang yên ổn thì bao nhiêu việc ập tới, chạy vạy đủ kiểu cất cho được cái nhà. Chẳng bao lâu, kiểu nhà này cũng không còn hợp thời, lại phải tháo ra, sửa lại. Đủ thứ lý luận, để sanh ra đủ thứ tất bật, phiền não. Sự tiến bộ của vọng tưởng, chính là lòng tham dục không bao giờ biết dừng của con người.

Chỉ có trí tuệ mới an lạc vĩnh cửu không đổi thay, vậy mà chúng ta lại không quan tâm, không đầu tư triển khai vào chuyện này. Đức Phật Thích Ca Mâu Ni chưa hề để lại một ngôi chùa nào. Chúng ta là đệ tử Ngài đâu cần phải làm một việc đức Phật chưa hề làm và cũng không muốn mình làm. Để lại một ngôi chùa trăm ngàn năm! Với Phật, không cần đâu.

Điều Phật lo lắng sau khi Ngài đã giác ngộ rồi là làm sao cho tất cả chúng sinh cùng được hết mê, cùng được giác ngộ như Ngài. Chứ còn tất cả những đền đài, cho đến xá lợi của Ngài cũng là pháp hữu vi, sẽ hoại diệt thôi. Cái không hoại diệt chính là trí tuệ nằm sẵn nơi mỗi chúng ta, Phật muốn chỉ cho chúng ta thấy và nhận lấy cái đó để vĩnh viễn được giác ngộ giải thoát.

Đệ tử Phật phải là người có trí, chứ không thể không trí được, vì Như Lai là bậc giác ngộ, chẳng lẽ Ngài dạy chúng ta si mê. Ý thức sâu sắc điều này, chúng ta nên để tâm vào việc thiền định và khai sáng trí tuệ của mình. Đó mới đích thực là đệ tử Phật. Cho nên ta sống với trí tuệ, với hiện tại thì không còn do dự, hối hận, lìa hết tham dục ở đời, cắt đứt mọi thứ ràng buộc sai sử mình.

Có bài kệ thế này:

Quán chiếu vào cuộc đời,  
Thấy rõ được vạn pháp.  
Không kẹt vào pháp nào,  
Lìa xa mọi ái nhiễm.  
Sống an lạc như thế,  
Tức là sống một mình.

Bài kệ này tóm kết lại những điều tôi muốn nói về hạnh sống một mình. Người luôn luôn có sự sáng suốt soi rọi vào những hành vi của mình, soi rọi vào

cuộc đời là người sống hạnh một mình. Người này phải có trí tuệ mới thấy tất cả những gì lăng xăng, những trần cảnh chung quanh không thật, mới có thể xả bỏ được một cách dễ dàng. Ngay nơi mình thấy thân không thật, tâm vọng tưởng không thật. Người thấy được như vậy là thấy được lẽ thật của các pháp.

Bài pháp đầu tiên Phật thuyết cho năm anh em ngài Kiều Trần Như tại Lộc Uyển là bài pháp Tứ Đế. Tứ Đế tức bốn đế: Khổ đế, Tập đế, Diệt đế và Đạo đế. Chữ “Đế” có nghĩa là chắc thực. Đây là bốn điều chắc thật Phật thấy được bằng trí tuệ của Ngài. Thế gian này là khổ tức Khổ đế, nguyên nhân từ đâu mà có khổ là Tập đế. Sau đó Phật giới thiệu niềm vui của người hết khổ là Diệt đế và con đường đưa đến chấm dứt khổ đau là Đạo đế.

Qua bài pháp này năm anh em ngài Kiều Trần Như thấy được lẽ thực. Nghĩa là thấy được tất cả các pháp là khổ, thấy được nguyên nhân từ đâu mà có nỗi khổ đó. Tu tập như thế nào để được Niết-bàn an vui. Thấy được như vậy gọi là Kiến đế. Bây giờ chúng ta cũng vậy, không đợi ở Vườn Nai mà ở bất cứ chỗ nào, pháp hội nào, chúng ta thấy được thực chất của các pháp đều gọi là Kiến đế. Ta thường nghĩ rằng vấn đề Kiến đế là của các bậc Thánh, các vị Bồ-tát, chứ còn mình không mong gì được. Không phải thế. Đối với tất cả các pháp thế gian, ta thấy được lẽ thật, tức là Kiến đế.

Người Kiến đế quyết tâm tu tập theo sự hướng dẫn của Phật thì nhất định sẽ được Niết-bàn. Như vậy Kiến đế có thể chúng ta cũng đạt được phần nào, nếu mình có học Phật hiểu Phật. Nhưng điều quan trọng nhất là mình có chịu tu hay không đây? Điều này ta phải tự vấn thôi, chớ biết làm sao hơn. Có chịu thực hành, thể nghiệm hay không mới là điều đáng nói, chứ còn pháp môn, đường lối... thì ta thông cả rồi.

Thấy được lẽ thực của các pháp rồi chúng ta sẽ không còn kẹt ở một pháp nào, lìa xa ái nhiễm. Sống an lạc như thế tức là sống một mình. Giản dị thế thôi, tại sao ta làm không được!

Đừng tìm về quá khứ,  
Đừng tưởng tới tương lai.  
Quá khứ đã không còn,  
Tương lai thì chưa tới.

Đừng nghe! Đừng tìm về quá khứ, đừng tưởng tới tương lai. Bởi vì quá khứ đã không còn, tương lai thì chưa tới. Điều này rõ ràng như vậy, cho nên thực tập đâu phải quá khó, đâu phải vượt tầm hiểu biết của mình. Chỉ tại chúng ta ít thực tập nên không quen, thành ra khó.

Hãy quán chiếu sự sống  
Trong giờ phút hiện tại.  
Kẻ thức giả an trú,  
Vững chãi và thanh thoi.

Người quán chiếu vào sự sống trong giờ phút hiện tại là bậc thức giả an trú vững chãi và thanh thoi. Nghĩa là sống bằng sự tỉnh giác của mình, không bị quá khứ kéo lôi, không bị tương lai chi phối. Muốn được thanh thoi thì phải sống như vậy, không cách gì khác hơn. Nhiều người nói: “Tôi đã sắp đặt hết rồi! Tất cả tài

sản đã giao cho người này người nọ...” nhưng trong lòng lại vương. Như vậy chưa gọi là giao hết, chỉ giao hình thức bên ngoài thôi, còn những vướng mắc bên trong là còn nắm níu, chưa thành thoi.

Phải tính đến hôm nay,  
Kéo ngày mai không kịp!  
Cái chết đến bất ngờ,  
Không thể nào mặc cả.

Ngày đây ta phải lo đi, kéo ngày mai không còn kịp nữa. Cái chết đến bất ngờ không ai mặc cả được. Không thể nói: “Tôi còn một số việc chưa giải quyết xong. Đợi ngày mai ngày kia... tử thần hãy đến”. Có ai hẹn như vậy được không?

Người nào biết an trú,  
Đêm ngày trong chánh niệm,  
Là biết sống một mình.

Người nào biết an trú trong hiện tại, trong chánh niệm là người biết sống một mình. Khi nghe từ chánh niệm, ta tưởng phải loại bỏ những tà niệm mới đúng. Đó chỉ là nghĩa bên ngoài thôi, nghĩa chính của chánh niệm là không có niệm nào hết. Chánh niệm là vô niệm. Vô niệm tức không bị quá khứ kéo lôi, không mắc mưu tương lai, sống ngay trong hiện tại. Cho nên nói “An trú trong vô niệm” là không bị ràng buộc bởi bất cứ thứ gì hết. Người sống được với hiện tại rồi thì làm việc gì cũng có thể tu được! Làm việc nào cũng là việc Phật, cho nên việc nào cũng thanh tịnh giải thoát. Đó là nếp sống mà tất cả người tu chúng ta phải sống được.

Có một anh chàng họa sĩ nọ nghèo hết cỡ. Anh đi tìm sự sống. Trên bước đường bôn ba gầy dựng sự sống, anh được một số vốn liếng kha khá. Hôm đó, nghe tin quý Thầy tổ chức lễ cúng dường, anh nghĩ: “Lâu nay sở dĩ mình nghèo là vì chưa cúng dường. Đây là cơ hội tốt để mình loại bỏ nghèo khó đây”. Nghĩ thế xong, anh dốc hết tất cả tài sản đã có vào lễ cúng dường. Sau khi làm việc đó rồi, anh về nhà trong niềm hoan hỷ.

Về đến nhà, vợ anh hay ra sự việc thì kêu trời: “Trời ơi! Ông đi làm bấy lâu nay, bây giờ về với hai bàn tay không như vậy sao?” Ông vui vẻ nói: “Bà ơi! Tôi làm việc công đức đó là để tạo duyên tốt cho tương lai của mình đó chứ!” Bà nghe vậy nổi sùng la toáng lên. La không chưa hả giận, bà đâm đơn kiện ông luôn. Ông vẫn bình tĩnh khi nghe các quan tòa thẩm vấn, và lặp lại vững vàng những lời đã nói từ trước. Cuối cùng ông kết luận: “Tôi đã cúng dâng số tiền của tôi kiếm bằng mồ hôi nước mắt. Tôi không chút hối hận về việc cúng dường này. Tôi hiểu rằng sự giàu có thực sự không bằng tiền mà bằng tấm lòng”.

Ông nói lên điều đó giữa mọi người công chúng, quan tòa nể quá khen ngợi hết lời. Mọi người hân hoan giúp đỡ, càng tin cậy và quý trọng ông hơn. Từ đó bà vợ ông chuyển theo, thấy chồng mình tuy không đem tiền về nhưng được mọi người nể nang quý trọng nên bà cũng quý trọng ông. Đó là nhờ ông đã phát huy được lòng tốt, đã tạo nhân tốt nên được quả báo tốt ngay trong hiện đời.

Cho nên người biết tu là người sống lại với tâm của mình. Anh chàng họa sĩ, không phải là Phật tử nhưng biết phát huy tấm lòng tốt, nên đã khuyến hóa được

người trong gia đình cũng như mọi người cùng hướng đến con đường tốt. Huống chúng ta là hàng Phật tử tu đạo, sống được với tâm hiện tại chân thật tốt đẹp thì lo gì không có cuộc sống giải thoát an vui.

Nói tới tâm là nói đến sự thấy biết rõ ràng trong từng việc làm, từng sinh hoạt của chúng ta. Điều này thật khó nói, chỉ những ai có tu tập mới thấy được. Thực sự chúng ta đang sống, đang nói, đang nghĩ... là nhờ có tâm mình. Tâm ấy ghi nhận hết tất cả các hiện tượng chung quanh ta và ngay cả bản thân ta là các pháp duyên hợp, không thật. Biết được các pháp không thật, cái biết ấy là chân thật, là tâm ta vậy. Nhưng điều này ai chưa thể nghiệm được thì chưa tin tới.

Khi nào ta dám buông mọi thứ giả tướng bên ngoài thì cái chân thật ấy sẽ hiển lộ, chùng đó ta hết khổ. Chúng ta là đệ tử Phật, cũng hướng theo con đường của Ngài, sống một mình trong vắng lặng để phát sinh trí tuệ như thật. Mong cầu chính đáng duy nhất của mình là thành Phật, độ tất cả chúng sinh. Con Phật thì phải mong cầu như vậy, không thể khác hơn được. Nói “mong cầu thành Phật” là một cách nói thôi, chớ thật ra là dám sống một mình trong hiện tại.

Người dám sống như vậy có thể làm được tất cả những việc của hàng Bồ-tát làm. Người tu phải là người thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sinh. Muốn thế tất cả những vọng niệm, ta phải buông hết, sống ngay hiện tiền đây. Đó là nhân chân chánh nhất để thành Phật.

Tóm lại, buổi nói chuyện hôm nay, tôi muốn nhấn mạnh tới hạnh sống một mình của người con Phật là, không để quá khứ kéo lôi, không để tương lai thúc phược mình, mà luôn sống với niệm an trú trong hiện tại. Chúc quý vị thành công trong cuộc sống hiện tại. Tất cả chúng ta đều sống được trong niệm hiện tại.



## PHÁP AN LẠC

Hôm nay bắt đầu mùa an cư của chư Tăng, trong niềm vui là chư Tăng hòa hợp tác lễ an cư, phát nguyện tu hành đúng theo chánh pháp, chúng tôi tin nhất định sẽ được an lạc. Vì vậy trong buổi nói chuyện này, chúng tôi sẽ nói về những niềm an lạc của người tu.

Không riêng gì hàng xuất gia chúng tôi, mà giới Phật tử tại gia nếu với tâm thành dứt khoát, quyết chí tu tập đúng chánh pháp, nhất định sẽ được niềm an lạc. Từ đó chúng ta phấn khởi, khắc phục những gì còn ngổn ngang trước mắt, để thực sự được an lạc. Bởi trong cuộc đời này những bất an trong lòng chúng ta, những điều không như ý rất nhiều. Là người con Phật, đối với những vấn đề này, chúng ta phải giải quyết như thế nào?

Muốn dứt khổ được vui, chúng ta phải tìm bằng cách nào? Trên đời này có ai muốn khổ đâu, có ai muốn gặp trắc trở, ngổn ngang, oan trái đâu, ai cũng muốn mình được an lạc. Mong muốn thì như thế, nhưng đạt được chẳng có bao nhiêu người. Là con Phật chúng ta phải sống, hành trì như thế nào để hóa giải được tất cả những ngổn ngang ấy. Đó là điều chúng tôi muốn trình bày qua những kinh nghiệm nhỏ nhoi của bản thân mình.

Mỗi vị đều có một thời gian học Phật riêng, nhưng tất cả hãy thử nhìn lại bản thân mình xem đã có được niềm vui nhỏ nào chưa? Nếu chưa thì quả thực là một thiệt thòi lớn lao. Nếu thiếu niềm vui, xem như việc tu của chúng ta không có kết quả, làm sao phấn chấn để thực hiện trọn vẹn con đường Phật đạo được? Con đường Phật đạo rất dài, nhưng chỗ thiết yếu của sự tu hành lại rất dễ. Chỉ vì chúng ta không nắm được nguyên tắc và hay quên nên thành khó, do đó con đường Phật đạo cứ dài thêm mãi.

Khi tu học chúng ta phải thường kiểm nghiệm công phụ của mình. Phần nào còn lệch lạc sai trái thì dứt khoát sửa, phải gan dạ đứng thẳng lưng. Trên có Tam bảo gia trì, dưới có Thầy bạn dìu dắt và bản thân ta phải chân thật thọ nhận những lời giáo huấn ấy, hành trì cho đúng. Khăng định như vậy thì việc làm của mình nhất định sẽ có kết quả. Tuy nhiên, trong kinh Lăng Già Phật luôn nhắc nhở chúng ta, đạo vốn không có ngôn ngữ nhưng ngôn ngữ hay chuyển tải lý Đạo. Cho nên nếu mắc kẹt ở ngôn ngữ, sẽ giống như voi to bị sa lầy.

Người muốn thực sự an lạc phải hiểu thế này: “Chân lý cao cả mà đức Phật đã dạy là một lối thoát để chúng ta hết khổ.” Nói lối thoát nghĩa là con người có những bất như ý mới tìm một lối thoát, chứ mọi việc đều hoàn toàn như như ý nguyện hết thì thoát cái gì. Lời của Phật dạy đều nhằm hướng cho chúng ta có một lối thoát nếu hành trì đúng. Từ chỗ hành trì đó, ta hết khổ gọi là thoát khổ.

Chúng ta kiểm lại xem mình thường nắm gì? Trong kinh nói nhiều thứ, nhưng cũng không ngoài hai thứ là ái và tăng. Chữ “Ái” là yêu thích, chữ “Tăng” là ghét, không yêu thích. Những gì vừa lòng thích ý, ta muốn nó thuộc về mình. Những gì không hài lòng thích ý, ta muốn trừ khử nó đi. Với người tu chúng ta, muốn hết khổ được vui thì hai trạng thái tăng và ái phải dẹp. Tu như vậy khỏi tụng kinh gì cả, một niệm ái khởi lên liền chặt đứt. Phải chặt mạnh cho đứt hẳn, chứ

đừng lây nhây. Đứt lây nhây nó sẽ lên mầm lên rễ nữa thì không xong. Có thái độ cương quyết thế ấy chắc chắn sẽ hết khổ.

Tăng và ái là hai gọng kèm luôn siết cổ chúng ta từ đời này sang đời khác. Bởi nó mà ta không có được an lạc. Cái gì mình không ưa thì luôn luôn bực bội, muồn tránh, muồn tống khứ đi để đừng đối mặt với nó. Trái lại những gì mình hài lòng thích ý, thì lúc nào cũng tìm cách thu về mình. Chưa được, không an ổn vì cứ khao khát; đã được, cũng không an ổn vì sợ mất, mất rồi càng không an ổn vì tức giận đau buồn. Dở hơn nữa là ta cho cái đó là mình, bỏ quên cái thật của mình đi, bởi vậy nên khổ. Phật nói: “Thương cũng khổ, mà ghét cũng khổ! Chỉ có ai bỏ được thương và ghét thì người đó mới hết khổ thôi.” Đó là một pháp tu.

Ai tu được, chặt đứt được hai thứ tăng ái gọi là người tu thiên. Rất giản dị. Một khi buông được tăng và ái rồi thì khổ đau sẽ mất, mây tan, trời trong, ánh sáng chiếu soi muôn nơi. Bây giờ tâm của chúng ta an nhiên tự tại đối với tất cả các cảnh duyên. Chỉ người chặt đứt tăng ái mới có tư cách truyền thừa tinh thần từ bi trí tuệ của đạo Phật, bởi vì người ấy đã có thể thực hiện Niết-bàn ngay đây cho chính mình.

Những khao khát là động cơ thúc bách chúng sanh tạo nghiệp đi trong luân hồi. Nó không có hình thức bên ngoài, nhưng luôn ngủ ngầm trong tạng phủ, trong huyết quản của mỗi người. Bởi khao khát nên gặp duyên thúc bách phải thực hiện. Ví dụ ta đang đói bụng, vừa thấy bánh mì là bụng cồn cào, tay muồn bốc, miệng muồn nhai, đôi mắt láo liên tìm cách lấy cho được miếng bánh mì ấy. Thế là vì khao khát mà chúng ta tạo nghiệp.

Bây giờ mình biết tu, vậy khi niệm khao khát vừa khởi lên, ta chặn đứng, hóa giải làm cho nó tiêu tan đi. Như vậy, không tạo duyên tiếp sức cho tăng và ái. Còn vừa thấy khúc bánh mì trong lúc đói, ta liền nghĩ bao tử của mình đang cần, khúc bánh mì này được làm từ lò bánh ngon đây, bánh mì rất giòn, nếu để vào miệng một chút chắc ngon lắm, thích thú lắm. Cứ nuôi dưỡng dòng vọng tưởng liên tục như vậy thì nhất định ta không dừng được nghiệp. Chúng sinh khổ là vì vậy.

Bây giờ muồn chặn đứng, muồn hết khổ chúng ta phải chấm dứt, phải loại bỏ những khao khát, những vọng tưởng. Biết nó là vọng tưởng, buông đi thì được an lạc, hết khổ. Cho nên người tu phải siêng năng canh chừng tâm ý, lúc nào cũng phải cảnh giác. Nhà thiền bảo tất cả vọng tưởng đều không thật, nên cũng không cần lấy hay bỏ. Nhưng bây giờ chúng ta chưa đạt được trình độ tự tại với các pháp, chưa thấy được tận căn gốc tánh không thực của các pháp, nên cần phải loại bỏ vọng tưởng. Nếu không như thế, dù giả nhưng nó vẫn làm ta điêu đứng khổ sở vô cùng.

Những dấy niệm là vọng tưởng, chứ không phải ruột gan hay ngọc ngà châu báu của mình, vậy ta nuôi giữ nó trong lòng để làm gì. Hòa thượng Viện trưởng thường dạy “Buông đi mới an ổn được”. Chúng ta nhớ trong một ngày có nhiều việc, nhưng mỗi lần làm chỉ nên một việc thôi, đừng để chúng xen lẫn tạp loạn thì sẽ không giải quyết được việc nào cả. Trong lúc tiếp khách đừng nấu ăn, trong lúc ăn đừng tiếp khách, như vậy nấu mới ngon, tiếp khách mới tốt. Chứ vừa

tiếp khách vừa nấu ăn thì đồ ăn khét hết, mà trong khi tiếp khách bị phân tâm, nên câu chuyện không được thú vị.

Người tu phải như thế, việc nào ra việc nấy. Bởi tu là chúng ta tập làm chủ được những vọng tưởng, những dấy khởi mê lầm, tức là làm chủ mình. Có làm chủ được mới không bị nó dẫn chạy cả ngày với trăm ngàn thứ ngôn ngữ. Muốn hết khổ phải tu như vậy. Phật dạy Niết-bàn là hết vọng tưởng, là dứt hẳn tất cả ái. Như vậy chúng ta có thể thực hiện được Niết-bàn này trong đời sống hiện tại, không đợi đến khi nhắm mắt mới có. Nó không phải là cảnh giới nào ở trên mây trên núi, cũng không phải là niềm an lạc của riêng ai. Mà tất cả chúng ta đều có thể thực hiện được ngay bây giờ.

Thực ra không thể diễn đạt Niết-bàn bằng những ngôn ngữ tầm thường. Bởi ngôn ngữ tầm thường không thể diễn đạt được cái phi thường. Điều này chỉ mỗi người cảm nhận tự trong tâm của mình thôi. Nếu chỉ chuyên một bề nghe nhận Niết-bàn theo sự diễn tả của ngôn ngữ, thì không bao giờ có thể cảm nhận được. Trong kinh A-hàm, đức Phật có kể câu chuyện thế này:

Có con rùa nọ muốn giới thiệu với bạn cá những kỳ thú trên đất liền mà mình vừa biết được. Nó nói thế này:

- Tôi vừa đi tham quan một vòng trên đất liền rất là thích thú.

Cá vừa nghe liền hỏi:

- Chắc anh bơi lội trên đó phải không?

- Không, tôi không bơi lội trên đó.

- Nơi đó có lỏng, có ướt, có mềm giống như dưới đây không?

- Không có.

Vậy thì anh chỉ nói dóc chơi với tôi cho vui thôi, chứ làm gì có đất bằng để mà thích thú!

Con cá không thể nào cảm nhận được sự thích thú của con rùa khi đi trên đất bằng, bởi nó không thể đi trên đất bằng. Do đó nó không tin là có đất bằng và cũng không tin luôn lời của rùa nói. Câu chuyện nói lên điều gì? Niết-bàn không phải là cái mà ngôn ngữ có thể diễn tả được, chỉ ai chứng được thấy được mới biết thôi. Những kẻ không đến được Niết-bàn thì không thể nào cảm nhận được nguồn an lạc đó, dù có nói mấy họ cũng không biết, ngược lại giống như con cá kia, họ sẽ cho Niết-bàn không có thật.

Cho nên nguồn an lạc này phải được thực hiện từ bên trong, chứ không hình thức bên ngoài. Chỗ này, mỗi người tự tu tự nhận tự tâm đắc lấy. Trong nhà thiền các Thiền sư nhận là trực nhận từ tâm mình. Nhân cái giả mà nhận ra cái thật, đó là chân tinh thần của thiền. Chúng ta không nên quên rằng những điều mình có thể nói được là những điều không dính gì tới Niết-bàn. Phật nói vô lượng vô biên pháp môn, mỗi người cảm nhận từ những lời dạy ấy rồi áp dụng vào công phu của mình. Từ đó mới biết được giá trị thật của pháp Phật nói. Nên nhớ bản thân ngôn ngữ là huyễn, không thật, chúng ta nương cái huyễn ấy để xoay lại chính mình, nhận ra cái thật từ nơi mình mới đúng với mục đích của Phật dạy.

Ví dụ Phật nói tất cả chúng ta đều có Tri kiến Phật, thì chúng ta nhớ Tri kiến đó không phải của Phật, không phải Phật ban cho chúng ta, mà cái đó sẵn có



nơi mình. Công phu tu hành của mình hằng ngày mới đem đến được sự an lạc chân thật miên viễn, được hay không đều do ta quyết định cả. Ta có được kinh nghiệm của chính bản thân về lời Phật dạy, qua sự hướng dẫn của chư Tăng Ni, mà được an lạc, thì niềm vui đó sẽ đem lại niềm tin và sự phấn chấn cho mình trong việc tu tập nhiều hơn.

Người được an lạc Niết-bàn, không cần phải nói gì cả, sống tự tại thanh thoi mà vẫn sắp đặt được tất cả mọi việc yên ổn. Tuy nhiên hiện giờ chúng ta ở trong giai đoạn chưa được sự an lạc ấy nên cần phải trau giồi lý thuyết, để từ đó có phương thức tu tập tiến đến Niết-bàn. Mỗi bước tiến ta sẽ trực nhận một cách sâu sắc, thấu đáo về điều này.

Đức Phật đã từng nói: “Ta không có gì để ban cho mọi người. Ta chỉ có kinh nghiệm tu hành trải kiếp số lâu dài, đã hoàn toàn giác ngộ. Nay đem những kinh nghiệm ấy truyền dạy lại, nếu ai thực hành đúng như vậy thì sẽ được an lạc, sẽ được giác ngộ thành Phật như ta không khác.” Lời này đã đánh tan mặc cảm, tự ti của chúng ta, nhờ thế mình mới phấn chấn đứng lên, mạnh mẽ dứt khoát. Cho nên mỗi phút giây tu hành theo con đường Phật đạo là mỗi phút giây an lạc, mỗi phút giây Niết-bàn.

Nhưng chúng ta đang còn nhiều mắc mứu lắm. Ví dụ Phật dạy đơn giản thôi: “Tất cả các con đừng phóng túng.” Không phải Ngài bảo đừng phóng túng là chúng ta hết phóng túng ngay. Khó lắm. Phóng túng là gì? Là những niệm lăng xăng, điên đảo, ngược xuôi của mình. Bây giờ, muốn đừng phóng túng thì ta phải có một quá trình khắc phục bằng cách buông bỏ, đừng làm chạy ra bên ngoài v.v... Như vậy mình mới thực hiện được lời dạy không phóng túng.

Tôi nhớ câu chuyện về việc phóng túng như thế này. Có một anh chàng nhà nghèo nợ thường phát tâm muốn cúng dường. Sau đó anh gặp duyên tốt được cúng dường cho các Thiên tử. Một hôm có một Thiên tử muốn thử anh, giả làm người thường đến hỏi:

- Anh phát tâm cúng dường, vì cầu cái gì?

Anh nói:

- Tôi chỉ muốn hết khổ thôi.

Sau một thời gian nhận của cúng dường ấy, các Thiên tử thấy tâm anh đã thuần rồi, mới trao cho anh một cái bình và nói:

Đây là bình như ý rất quý báu, do công đức cúng dường của anh mà được. Có bình này rồi anh muốn gì được nấy.

Anh chàng mừng quá. Sau khi nhận cái bình rồi, điều mong ước trước nhất của anh là có được một ngôi nhà to lớn sang trọng, đầy đủ tiện nghi và tất cả ngọc ngà châu báu quý giá trên thế gian này. Anh vừa muốn liền được. Như ý về chỗ ở và tài sản rồi, anh bước sang muốn làm sao trong nhà có người hầu kẻ hạ trung thành đẹp đẽ. Vừa ước liền được. Tóm lại, nhất nhất chuyện gì anh muốn đều được như ý. Sau khi thụ hưởng một thời gian, anh muốn làng nước đều biết được tiếng tăm lừng lẫy của mình. Vì vậy một hôm anh mời hết làng nước bà con lại, tổ chức tiệc tùng linh đình, đãi đằng một cách thoải mái. Vì có cái bình cung cấp hết, đâu phải mua sắm gì.

Bây giờ, những vị khách mới hỏi:

- Thưa Ngài! Do đâu Ngài được vinh hiển như hôm nay?

Bây giờ được mọi người tán tụng kính nể hết lời, anh chàng khởi niệm kiêu căng, nên không còn giữ ý tứ gì nữa liền nói:

- Ta có cái bình như ý của chư Thiên cho. Cái bình đã cung cấp tất cả, trên đời này không còn ai bằng ta.

Khách nói:

- Vậy Ngài có thể cho chúng tôi chiêm ngưỡng cái bình ấy được chăng?

Đang say sưa trong cơn tự mãn tự đắc, anh vào trong đem cái bình ra, nhảy múa quay cuồng trước cử tọa, chẳng may vấp phải vật gì đó trượt chân té nhào, cái bình rớt xuống vỡ tan nát. Thế là bao nhiêu nhà cửa ngọc ngà châu báu, người hầu kẻ hạ thoáng chốc biến đâu mất hết, chỉ còn hiện nguyên hình một gã nghèo cùng xác xơ quỳ mọp bên đống miếng vụn, khóc nức nở.

Tâm niệm kiêu căng, phóng túng của anh chàng nghèo nọ đã kết thúc câu chuyện này một cách thật đau lòng. Chúng ta coi chừng, cũng có thể mình là gã cùng tử kiêu mạn ấy. Đang hưởng an lạc, ta muốn chứng tỏ cho mọi người biết mình rất an lạc, tức là khởi tâm kiêu mạn. Chính tâm này sẽ đốt tan mọi công đức, mọi sự an lạc của chúng ta trong tích tắc. Đó chính là tai hại của một tâm buông lung, phóng túng. Cho nên trong lúc tu hành, dù có được chút niềm vui, chút an lạc tuyệt đối không lấy đó làm tự hào, được ít cho là đủ, kiêu căng tự mãn thì hiểm họa sẽ kề một bên.

Tâm nguyện của người tu chúng ta là giải quyết sự khổ đau ngay trong hiện tại đây! Phật dạy: “Pháp giải thoát cao cả nhất, đó là giải thoát những tâm kiêu mạn.” Câu chuyện trên cho chúng ta thấy anh chàng nhà nghèo được cái bình như ý liền khởi tâm kiêu mạn nên mất tất cả. Ở đây người Phật tử không nên kiêu mạn thì công phu tu mới không bị chướng ngại, công đức không mất, Phật đạo mới hy vọng thành tựu.

Một khi vọng tưởng dấy khởi, ta không làm chủ được, không dừng được thì... bẽ hết công phu. Vì vậy có câu một niệm sân, hay một niệm tham, một niệm si khởi lên, thì tất cả công đức đều tiêu tan hết. Ví dụ người đi chùa lâu năm thường nghĩ thế này: “Mình là người đi chùa lâu, từng tụng cả trăm bộ kinh, từng cúng dường Tăng Ni nên ai cũng vị nể, cả thánh thần cũng phải ủng hộ nữa”. Đã nghĩ như vậy rồi, gặp việc gì bất như ý liền nổi sân đùng đùng, xem trời đất bằng cái vung, mặc sức múa may nói năng cuồng loạn, chẳng sợ quả báo tội phước gì cả. Người này nếu không chuyển được nghiệp, sau khi nhắm mắt nhất định rơi vào địa ngục nhanh như tên bắn. Chỗ này là chỗ thâm yếu, người tu hành phải lưu tâm.

Phật cũng dẫn một câu chuyện về vị vua ham mê ngũ dục, chẳng lo chuyện chính sự. Khi có ngoại bang xâm lấn, binh mã không được huấn luyện, kho đụn đã cạn sạch vì sự ăn chơi phung phí, cuối cùng nhà vua mất nước. Qua câu chuyện Phật khuyên nhắc các thầy Tỳ-kheo không nên buông lung, phóng ý mặc tình theo ngũ dục, mà phải siêng năng tu sửa, gìn giữ tâm ý trong sạch. Khi có giặc phiền não đến mới có thể đối đầu và chiến thắng nó được. Nếu không, sẽ như ông vua kia mất hết đất nước và mất luôn mạng mình nữa.

Nếu chúng ta không có công huân tu tập liên tục hằng ngày, bỏ hết chuyện thương ghét qua một bên, tập trung tâm lực vào việc thiền định để phát sinh trí tuệ, như vậy mới có được sự an lạc. Phật dạy: “Tất cả những người tu trong từng phút giây, đừng để vọng tưởng điên đảo dẫn đi. Đừng để si mê tăng ái nộ tri trong tâm thì giấc phiền não không làm gì được”. Ý này cũng không ngoài ba chữ “Đừng buông lung”.

Trong Phật giáo có hai hệ tư tưởng. Một là hệ Nguyên Thủy, hệ này quan niệm Niết-bàn là sự chấm dứt dục vọng, sự dứt bỏ, sự thoát khỏi nó. Đừng tăng, đừng ái, đừng vọng tưởng cũng là một trong những phương pháp tu tập của hệ này. Quý Phật tử ngồi thiền, tụng kinh, niệm Phật... làm sao đối với các dục vọng dứt hẳn, loại trừ nó ra khỏi cuộc sống của mình thì quý vị có an lạc, có Niết-bàn.

Vừa ngồi yên, có những dấy khởi bên, liền quở “Dục vọng, buông!” Giống như mình không muốn tiếp khách, mời người khách ra. Mời bằng cách nào tùy mỗi người miễn mình đừng mắc mưu, đừng bị động, đừng mất thì giờ bởi người khách đó là được rồi. Thành ra hệ Nguyên thủy dạy tu cũng gần gũi với thiền tông, vì đó cũng là một pháp thiền. Tu như thế cũng dễ thực hiện, không khó. Nhiều người nghe nói tu phải có thời khóa một ngày một đêm sáu thời tụng kinh, sám hối v.v... mới được Niết-bàn thì sợ làm không nổi nên không dám tu. Hiểu như vậy là sai lầm.

Mình là người đủ sự sáng suốt, đủ lực giải quyết tất cả những sự kiện chung quanh trên bước tu tập, nếu ta nắm vững nguyên tắc. Nói như vậy để Phật tử không bi quan, vì có vị nghĩ rằng: Pháp Phật dạy có lẽ chỉ quý Thầy mới có điều kiện thuận lợi tu, còn chúng con tu không được. Không phải vậy, pháp Phật vốn bình đẳng, ai cũng có thể tu được cả, nếu có sự quyết tâm và lòng tin kiên cố. Mình không phải là người bất lực! Bởi tất cả chúng sanh đều là Phật sẽ thành kia mà.

Thật ra cảnh duyên bên ngoài không cố ý làm rối rắm mình, tự chúng ta chạy theo nó rồi mắc kẹt với nó thành ra rối rắm thôi. Có thấy bao giờ danh vọng, tiền tài trong tủ sách nhảy ra trước mặt mình nói “Tôi ra đây để quậy ông”? Không có. Tự mình đi kiếm đi lượm từng đồng, từng cắc mang về cất trong tủ, rồi khóa lại năm ba lớp, rõ ràng tự mình mắc mưu. Các pháp vốn bất động, nó không hại ai cả. Biết như vậy rồi chúng ta sẽ thấy phấn khởi, sẽ buông nó dễ dàng. Qua hệ Nguyên thủy chúng ta thấy có thể thực hiện được Niết-bàn ngay trong đời này. Các pháp tự bất động, tự nó không có tác dụng gì, nếu tâm vắng lặng, trong sạch thì các pháp không hề vướng bận ta.

Phật dạy: “Các thầy Tỳ-kheo! Thế nào là cái tuyệt đối không bị giới hạn? Đây là, này các thầy Tỳ-kheo, sự diệt tắt của ham muốn, sự diệt tắt của hận thù, sự diệt tắt của vọng tưởng. Đó là cái tuyệt đối không bị giới hạn.” Phật nói cái tuyệt đối đây là gì? Tức là cái Niết-bàn hằng hữu nơi mỗi chúng ta đó. Chúng ta đã có cái tuyệt đối này rồi, nhưng với những điều kiện phải diệt tắt ham muốn thì nó mới xuất hiện. Rõ ràng như vậy.

Bây giờ, với những vọng tưởng chúng ta cắt đứt chưa? Nếu chưa cắt đứt thì phải cắt đứt. Nếu cắt đứt được rồi thì chúng ta sống được với cái tuyệt đối ấy. Cho

nên Niết-bàn còn được hiểu là sự an lạc tuyệt đối. Cái tuyệt đối này không thể dùng ngôn ngữ để diễn tả được, chỉ có công phu tu hành chúng ta tự chứng tự biết thôi. Công phu đó là gì? Là buông bỏ tất cả vọng tưởng vậy. Đây là cách tốt nhất, nhanh nhất để đạt được sự an vui tuyệt đối.

Dù cho chúng ta có nghiên cứu vô lượng kinh điển của mười phương chư Phật, cũng không tìm được Niết-bàn khi chưa tắt hết những ham muốn, dục vọng, hận thù... trong lòng. Trái lại, ngay đây nếu mỗi người tắt được những ham muốn, dứt sạch mọi hận thù, dùng hết tất cả loạn tưởng điên đảo thì cái hằng hữu vĩnh cửu ấy, gọi là Niết-bàn hay bản tâm thanh tịnh, bản lai diện mục... của chúng ta hiện tiền.

Trong nhà thiền, các Thiền sư thường nói: Hãy nhận lại bản tâm của mình hay hãy sống lại với bản tâm của mình hoặc hãy sống lại với ông chủ của mình. Làm sao để sống lại với cái đó? Ví như ta muốn tìm người nào đó ở xóm đông xóm tây, thì ít ra cũng phải biết số nhà người đó, phải có hình ảnh người đó cao thấp, tuổi tác ra sao... thì gặp mới nhận ra được. Chứ không biết gì cả làm sao nhận được. Thế thì Phật tổ dạy, cái tâm chân thật ấy nằm nơi sáu căn của chúng ta. Nơi thấy, nơi nghe, nơi ngửi, nơi nếm, nơi xúc chạm, nơi nhận biết mà ta không bị kẹt, không dính mắc, không bị động là nhận được ông chủ của mình.

Đạo Phật thường dạy tu là hết khổ, tu là được giải thoát. Giải thoát là mở ra, muốn thế phải biết chỗ cột mới mở được. Sáu căn là chỗ cột thì cũng ngay nơi sáu căn mà mở. Nên kinh Lăng Nghiêm Phật dạy, sáu căn là nhân chúng sanh đi trong luân hồi sanh tử, mà sáu căn cũng là nhân dẫn đến giác ngộ giải thoát. Người con Phật chúng ta ý thức hơn ai hết, những niệm kiêu mạn, tham, sân, si là nguyên nhân làm cho mình khổ, thì bây giờ loại bỏ hết, tức khắc được giải thoát hiện tiền! Điều này ai cũng có thể thực hiện được cả. Nên nhớ mục đích tối hậu của chúng ta là giải thoát, là chấm dứt khổ đau sanh tử, là Niết-bàn.

Thứ hai là Niết-bàn của hệ Đại thừa. Theo tinh thần Đại thừa cũng là tinh thần của Thiền tông, Niết-bàn là không sanh tử, chính là tâm chân thật bất sanh bất diệt, không hình không tướng của chúng ta. Dưới cái nhìn của đạo Phật, tất cả pháp có hình có tướng đều sanh diệt nên không thật. Chỉ có Niết-bàn là bất sanh bất diệt. Bây giờ Niết-bàn với sanh tử không hai, vì đều nằm trong một thể chân như. Thế thì ngay trong sanh tử đã có Niết-bàn. Không tham là Niết-bàn, không sân là Niết-bàn, không si là Niết-bàn.v... Gom hết lại, ta có được cái Niết-bàn không hai, cho nên nói Niết-bàn không khác với sanh tử. Cho nên có thể nói gọn lại, theo tinh thần Đại thừa Niết-bàn là chân lý, nó là tuyệt đối.

Niết-bàn ở ngay trong sanh tử, như trở bàn tay thôi. Thế thì không đợi người xuất gia mới được Niết-bàn, mà tất cả những ai không bị tham sân phiền não kéo lôi, người đó có Niết-bàn ngay trong hiện đời. Đó là Niết-bàn chân thật, mà mọi người đều có thể thực hiện được. Tu như vậy mới không uổng một đời tu hành. Thực hiện được điều đó, chúng ta mới không hổ là người con Phật.

Vì vậy chúng ta không nên mặc cảm, sợ sệt, lo lắng không tu được hoặc đường đạo còn diều vợi lắm, không có phần mình đâu. Tất cả những ý niệm ấy hãy buông hết đi, vui vẻ nhận ngay đây: Mình là con người đủ tư cách xứng đáng

nhận cái Niết-bàn, cái chân lý, cái tuyệt đối, hiện thực ngay trong sanh tử này. Chính nơi sanh tử mà mình không có sanh tử. Đó là thể nhập Niết-bàn, thể nhập chân lý tuyệt đối.

Hy vọng với giáo pháp vi diệu của đức Phật, chúng ta từng bước áp dụng tu tập sẽ được an lạc, từ đó mỗi ngày công phu mỗi phần chân hơn lên. Xin tất cả nhớ cho một điều, có tu là có tiền, dù tiền chậm vẫn tiền. Chỉ sợ chúng ta không chịu tu thôi, chứ đừng sợ không tu được. Vì nhân Phật đã có sẵn trong ta rồi, chỉ cần nước trí thấm nhuần thì hạt giống Phật sẽ nảy mầm đâm chồi. Và nếu như hạt giống ấy tiếp tục được chăm sóc vun quén chu đáo, nhất định nó sẽ đơm bông kết trái. Nguồn an lạc vô tận ấy mỗi người tự thưởng thức.

Cuối cùng chúng tôi xin chúc tất cả được an lạc trong chánh pháp.



## TUỆ GIÁC CỦA NGƯỜI TU

Hôm nay tôi muốn nói lại chỗ chứng đạo của đức Bồn Sư Thích Ca Mâu Ni. Như chúng ta biết trong đêm thứ bốn mươi chín dưới cội Bồ-đề, từ canh một đến canh ba, đức Phật tuần tự chứng những pháp siêu việt, mở tung được tất cả những ràng buộc từ nhiều đời nhiều kiếp đến nay. Ngài hoàn toàn giải thoát và đứng lên tuyên bố “Ta đã thành tựu đạo quả Vô thượng Bồ-đề”.

Trong đêm này đức Phật ở trong thiền định, từ canh một Ngài để tư tưởng lắng dịu tinh khiết, tất cả những nhiễm ô tham ái đều dứt bật, mọi vọng tưởng đều bị chiết phục. Ngài hoàn toàn làm chủ, hoàn toàn bất động nên chứng được Túc mạng minh. Chữ “Túc” là đời trước, chữ “Mạng” là mạng sống, chữ “Minh” là sáng. Nghĩa là trí tuệ sáng suốt thấy khắp, nhớ khắp. Ngài dùng tuệ giác này hướng tâm về quá khứ, liền nhớ vô lượng trăm ngàn muôn ức kiếp về thuở quá khứ, Ngài đã sinh ở đâu, tên gì, trong gia đình nào, đời sống và hạnh nghiệp ra sao, sanh đây chết kia, luân hồi sanh tử thế nào v.v... Nhớ đầy đủ và nhớ thật rõ như chuyện vừa xảy ra hôm qua.

Chúng ta cũng nhớ nhưng mà nhớ chuyện thế gian, nhớ chuyện này chuyện kia, nhớ không liên tục, không có đầu đuôi gì cả, nhớ bằng trí thế gian phân biệt nên không gọi là Túc mạng minh. Còn Ngài từ tuệ giác thanh tịnh bất động, hướng tâm tới đâu liền nhớ tới đó, từ một kiếp hai kiếp cho đến vô lượng kiếp. Nghĩa là bao giờ tâm còn lăng xăng thì mình không sáng suốt nên trí nhớ không chính xác.

Thế Tôn thấy rõ đời sống lang thang luân hồi trong sanh tử đều do từ những niệm điên đảo dấy lên. Chúng sanh lao theo đấm trước những niệm đó để rồi lăn quẩn mãi trong luân hồi sanh tử, gây nhân chuốc quả. Cho nên Hòa thượng thường dạy chúng ta, chớ chạy theo vọng tưởng, hãy buông từ những ý niệm đầu tiên, thì sẽ không tạo nghiệp và bị nghiệp lôi. Đối với người tu, nếu chín chắn sáng suốt làm chủ được, đừng để lực nhân quả chi phối. Vừa có một dây niệm liền cắt, buông dẹp đi, đừng để nó kéo lôi, được như vậy thì an toàn. Còn nếu như không làm chủ, để niệm kéo lôi, nó sẽ có năng lực dẫn chúng ta đi rất mạnh.

Chúng Túc mạng minh, Ngài hướng tâm về quá khứ thấy rõ vô số kiếp sống của mình như vậy, để cuối cùng vỡ tung hết, chẳng có gì ràng buộc. Chúng ta muốn được như vậy thì hãy tự nhận lại tánh giác của mình, ta có khả năng, có trí tuệ đó nhưng bị những vọng niệm lăng xăng ngược xuôi che lấp đi. Bây giờ phải dẹp hết những thứ đó thì tuệ giác tròn sáng ngay. Đó là canh đầu trong đêm đức Thế Tôn thành đạo.

Ngài được như vậy rồi, Ngài tiếp tục triển khai tuệ giác phá lớp tấm tối của quá khứ, hướng tuệ giác đến muôn loài, Ngài thấy rõ kiếp sống sinh diệt của muôn loài, chết đây sanh kia, lên xuống trong ba cõi sáu đường. Từng chúng sanh một đã làm gì, ở đâu, thân tộc gia quyến thế nào, tạo hạnh nghiệp gì v.v... Ngài thấy rõ như người đứng trên lầu cao nhìn xuống ngã tư đường, thấy người qua kẻ lại rõ ràng, không sai chạy chút nào. Đây là từng chúng thứ hai, tức Thiên nhãn minh.

Với tuệ nhãn tinh khiết siêu phàm, Ngài thấy chúng sanh chết từ kiếp này tái sinh vào một kiếp khác, rồi với bao nhiêu cảnh tượng sang hèn đẹp xấu, khổ

vui sinh diệt tùy thuộc vào hành vi tạo tác của mỗi người. Tất cả đều do chúng sanh tạo nghiệp, rồi từ năng lực của nghiệp này trở lại dẫn chúng sanh đi trong các đường, thọ các thứ quả báo khác nhau. Khi dùng tuệ giác thấy rõ những kiếp sống của mình và của tất cả chúng sanh, mọi tăm tối vô minh điên đảo từ vô lượng kiếp không còn nữa, trí tuệ của Thế Tôn càng siêu việt, càng trùm khắp hơn. Cho nên chúng ta tu theo pháp của Phật là không còn chấp ngã nữa, vì thấy thân tâm này hư giả, không thật, trôi lăn nhiều đời nhiều kiếp đến nay, thọ nhận biết bao khổ báo. Nhờ xả bỏ hết nên đạt được trí tuệ thanh tịnh giải thoát hoàn toàn.

Các Thiên sư lúc gần chết thường ngồi ngay ngắn, kêu đệ tử tới dạy điều gì đó hoặc cho một bài kệ, rồi thở cái khi là xong. Sống chết tự tại như vậy là do không đắm luyến thân này. Bởi các Ngài đã đầy đủ trí tuệ rõ biết thân sanh diệt không thật, do duyên hợp tạm có, thì cũng sẽ theo duyên mà mất. Biết rõ như vậy rồi, các Ngài đâu bận lòng đến cái giả tạm làm gì, còn có một cái chân thật luôn sẵn bên mình, các Ngài đã nhận và sống với nó rồi, đâu sợ mất mát chi. Cho nên Thiên sư luôn an nhiên giải thoát khi sống cũng như lúc chết. Điều đó cho chúng ta thấy khi thiếu trí tuệ, ta không giải quyết được những chuyện đời thường của mình, nói gì đến việc lớn sanh tử.

Học hiểu Phật pháp rồi, chúng ta thấy bản thân mình có thể thực hiện được trí tuệ, bằng cách lắng buông những vọng tưởng lăng xăng. Khi đó tâm định yên định thì tuệ phát ra. Phát huy được tuệ giác như thật rồi thì cuộc sống này, thân này, tâm này và tất cả mọi hiện tượng chung quanh, ta có thể làm chủ được. Định tuệ đầy đủ, chúng ta cũng có thể chứng được Túc mạng minh, Thiên nhãn minh như Phật vậy. Nên nói về trí giác, thì ai cũng có thể tu tập và thành tựu được.

Không phải lúc nào chúng ta cũng ngồi thiền, đọc kinh mới gọi là tu. Mà trong mọi việc làm, mọi sinh hoạt đừng gây tạo những nghiệp nhân để thọ quả báo, đó là tu. Tu tập dần dần như thế, chúng ta sẽ phá vỡ vòng luân hồi quả báo từ vô lượng kiếp đến nay. Sở dĩ có luân hồi, sinh tử là vì chúng ta bị sức hút của luật nhân duyên quả báo. Hễ gây nhân thì phải thọ quả. Khi tuệ giác thông suốt, thấy khắp tất cả rồi thì vòng luân hồi quả báo vỡ tung hết. Cho nên nói các bậc toàn giác thấy luân hồi sanh tử giống như hoa đóm trong hư không vậy.

Lâu nay chúng ta thấy mình có chết thật, sinh thật, nhân quả thật, mình là con người thật. Bây giờ trí tuệ đã đầy đủ, biết rõ do duyên như vậy, nhân như vậy nên quả báo như vậy, không có gì thật hết, nên các Thiên sư nói sanh tử Niết-bàn như không hoa. Hoa đóm trong hư không chỉ có đối với người mắt bệnh, thực sự trong hư không không có hoa đóm. Như vậy tánh giác không thể nói là gì hết, không có sinh tử, không có Niết-bàn, tất cả đều do vọng tưởng mà ra. Hết vọng tưởng thì trở về bản thể nhi nhiên, hằng giác hằng sáng nhưng không nói là gì già cả.

Trở về chỗ tu hành của chúng ta, Hòa thượng Viện trưởng dạy vọng tưởng không thật, ai thấy rõ chân tướng của nó thì tự nhiên không còn làm nữa. Đã không làm thì đâu sợ vọng tưởng lôi đi, quả là một pháp tu tối thượng. Ai làm chủ, ai trị được những vọng tưởng của mình, người đó là người sống được với chính mình, hưởng được niềm vui Niết-bàn ngay trong hiện đời.

Qua hai giai đoạn đó rồi, vòng luân hồi đã vỡ toang, tất cả sự kiện sinh tử của bản thân và của chúng sanh đối với đức Phật như hoa đóm trong hư không. Bây giờ Ngài hướng tuệ giác ấy phát huy tận căn để dòng luân hồi sanh tử và cuối cùng chúng được Lậu tận minh. Chữ “Tận” tức là sạch hết, chữ “Lậu” là rơi rớt. Lậu tận minh là sạch hết cội gốc phiền não, không còn rơi rớt lại một chút nào cả. Đến giai đoạn này đức Phật mới thực sự đã hoàn toàn giác ngộ viên mãn. Ngài thấy rõ biết rõ nguyên nhân nào khiến cho chúng sanh đi trong luân hồi sanh tử và làm thế nào để chấm dứt những nguyên nhân đó, được hoàn toàn giải thoát, thành tựu đạo quả Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác.

Đó là giai đoạn cuối cùng trong đêm đức Phật thành đạo. Ngài thấy rõ nguyên nhân nào khiến cho chúng sanh lên xuống, thăng trầm trong sáu đường. Tất cả đều do nghiệp, mà nghiệp từ đâu ra? Từ vọng tưởng dấy khởi nơi ý, ta không dùng được để phát ra nơi thân miệng. Nói gọn lại nghiệp từ thân khẩu ý mà phát sinh, nhưng ý là chính. Ta đã gây thì phải trả, chuyện của mình chứ đâu do ai tạo. Chúng sanh kêu gào than khổ là vì không biết chính mình đã si mê đưa mình vào con đường đau khổ. Phật thấy rõ nguyên nhân ấy rồi, đồng thời cũng biết cách đoạn trừ, nhổ tận gốc khổ. Bởi do mình tự buộc thì bây giờ cũng chính mình tự mở, chứ không phải ai khác. Phát huy được năng lực sẵn có nơi mình thì ta đủ sức mạnh, không sợ không lo không buồn không giận gì hết vì biết đó là nghiệp quả, mình đã làm thì bây giờ trả hoặc chuyển đổi. Hiểu và sống như thế là tự tại, giải thoát được nhiều lắm.

Đối với những hiện tượng bên ngoài như được mất, hơn thua, nếu không bị động thì chúng ta được đại thiên định. Làm sao lọc lừa hết các chủng tử phiền não, nhận lại tâm hoàn toàn thanh tịnh, làm chủ các hiện tượng là phát sinh được Lậu Tận Minh. Các Thiên sư luôn nhắc nhở chúng ta: Các pháp không thật, thân này không thật, bà con dòng họ không thật, hoàn cảnh không thật, địa vị không thật, tài sản không thật, không có gì thật hết. Đừng bị động bởi những thứ đó thì an trụ trong đại thiên định.

Đối với vọng tưởng, chúng ta bắt đầu từ giai đoạn nhận ra nó không thật, không theo nó, để nó tự lặng và cuối cùng tâm hoàn toàn thanh tịnh, không một chút dấy niệm nào. Tu theo trình tự tăng tiến như vậy nhất định chúng ta cũng sẽ giống như đức Phật, có thể làm chủ mình và triển khai tuệ giác như thật, chứng từ Túc Mạng Minh cho đến Thiên Nhân Minh và cuối cùng phá tan tất cả những phiền não vọng tưởng tăm tối, chúng được Lậu Tận Minh.

Bởi đâu mới khiến chúng sanh trôi lăn trong sanh tử chính là vô minh. Vô minh là không sáng, tối tăm, do tối tăm nên chúng ta bất giác dấy khởi vọng động, rồi thân làm miệng nói tạo nghiệp luân hồi. Bây giờ biết rõ nguyên nhân khiến cho mình nhiều đời thác đày sanh kia, chịu vô lượng khổ đau thì chúng ta đừng gây tạo những nhân ấy nữa, tức là diệt tận gốc mầm mống khổ đau. Muốn thế phải dùng trí tuệ chặt đứt mọi sự si ám, khiến cho phiền não không còn, trả lại tâm thanh tịnh sẵn có ban đầu của mình. Đức Phật tu tập như vậy nên Ngài chứng được Lậu tận minh. Chúng ta là đệ tử Phật, muốn giác ngộ giải thoát như Ngài thì cũng đi theo con đường ấy thôi.



Tuy nhiên trong nhà thiền không bao giờ nói chứng nói đắc. Bởi tánh giác ấy sẵn có, không do công phu tu tập mà được nên hết phiền não thì tâm Bồ-đề hiển lộ, đó là chuyện đương nhiên, không phải từ đâu đem đến nên không thể nói “được”. Chỉ sống trở lại với tánh giác thì ta an ổn, không trở lại được thì bất an, đau khổ. Thế thôi. Ví dụ người đời thích ăn ngon mặc đẹp, chúng ta tu thì an trú trong pháp lạc, không chú trọng ăn ngon mặc đẹp, miễn no lòng âm thân là được. Hoặc như người đời lặn quẩn trong danh vọng lợi dưỡng, người tu chúng ta an trú trong đạo tràng, mọi người đều có tánh Phật bình đẳng, ai cũng như ai, không có sự hơn kém quyền cao chức trọng. Chỉ huynh đệ chung sống, người đi trước nhắc nhở cảnh giác kẻ đi sau cùng nhau tu hành. Chừng ấy thôi là đã giải thoát được nhiều rồi.

Nhìn kỹ cuộc đời này, con người bị ràng buộc bởi ngũ dục, danh vọng, tiền tài, sắc đẹp, ăn uống, ngủ nghỉ, chứ có gì đâu. Bây giờ chúng ta tu, tuy chưa phải là thánh nhưng thành quả đầu tiên là ta ở trong đạo tràng, có sự cảnh tỉnh nhắc nhở nhau tu hành. Nhờ thế mà bớt chạy theo sự cám dỗ của ngũ dục nên bớt phiền não. Bớt phiền não thì bớt bị động, tức đã làm chủ dần dần nên được giải thoát từng phần. Chỉ người không chịu tu thôi, chứ chịu tu thì từng bước ta sẽ làm chủ mình cho đến giai đoạn làm chủ hoàn toàn, đó là đi đến mục đích cuối cùng, giải thoát thật sự.

Dù hiện tại chúng ta chưa đạt được các quả vị như Phật, Bồ-tát và các bậc Thánh hiền, nhưng ta không chạy theo các cảnh duyên, không chấp ngã chấp pháp, an trú trong mỗi việc làm của mình, thì cũng không đi ngoài đường tiến tới Lậu tận minh, nhất định sẽ hoàn toàn giải thoát thôi. Nhưng nên nhớ một điều là phải gan dạ tu hành liên tục, không tính thời gian. Lúc nào cũng phấn phát và phấn đấu chiến thắng nội ma cũng như ngoại ma. Nội ma là giặc phiền não bên trong, do tâm tưởng hư vọng tạo. Ngoại ma là các thứ ngũ dục kéo lôi. Hai thứ này ta chiết phục được gọi là người tự chiến thắng mình, là người có chiến công hiển hách nhất.

Người hành giả ở trong một đạo tràng nào, dù đạo tràng xa xôi trên rừng núi hay giữa phố chợ, mà giữ được lập trường tu hành như vậy, nhất định sẽ có lợi lạc cho bản thân cũng như cho tập thể. Càng có công phu tu hành chừng nào, chúng ta càng thể nghiệm thiết thực và sâu sắc để sống với chính mình. Từ đó mà ta tự lèo lái vận mạng tu hành của mình đến bờ giải thoát. Cho nên nói đến Lậu tận minh là nói đến chỗ giác ngộ hoàn toàn. Nhiều người cho rằng chỗ này chỉ có Phật mới đến được thôi. Nhưng quả thật tất cả những ai đang nỗ lực tu hành đều có thể đến được chỗ này, nếu không bị chi phối bởi vọng tưởng và các duyên bên ngoài.

Chúng ta không gây nhân kẹt vướng trong phiền não, trong luân hồi sinh tử tức là đã mở ra một con đường, một chân trời để đi tới chỗ “Lậu tận” phiền não. Dù người tu pháp môn nào của đạo Phật, mục đích cuối cùng cũng phải đi tới chỗ Lậu tận, tức là sạch hết phiền não. Bởi chỉ khi sạch hết phiền não, tâm thuần tịnh mới không còn nhân trong luân hồi sanh tử nữa, chừng đó mới thực sự giải thoát an vui. Cho nên dù công phu tới đâu mà chưa đến chỗ Lậu tận cũng không thể gọi là giải thoát được. Thời đức Phật, ngoại đạo tu hành cũng có thần thông, nhưng họ

chỉ thua Phật Lộ tận thông, nên vẫn phải đi trong sanh tử, chưa thể giác ngộ giải thoát như đức Phật.

Sau khi triệt chứng được Tam minh, bản thân đã tự giác ngộ giải thoát xong, đức Phật bước qua giai đoạn giáo hóa chúng sanh. Trong bài pháp đầu tiên, Ngài giảng về Tứ đế thế này: Đây là phiền não khổ đau, đây là nguyên nhân dẫn đến phiền não khổ đau. Đây là sự chấm dứt phiền não khổ đau và đây là con đường đưa đến sự chấm dứt phiền não khổ đau. Như Lai do thân thấy thân chứng một cách rõ ràng như vậy, nên mới chỉ dạy lại cho các ông, chứ không phải do ta tưởng tượng ra mà nói. Tức là bằng tuệ giác của mình, đức Phật thấy biết như vậy nên nói chứ không phải nói theo ai hay nói suông qua sự ước đoán tưởng tượng. Cho nên giáo lý của đức Phật là một con đường sống, rất thực tế, rất cụ thể, chứ không phải là những triết thuyết viển vông.

Trong cuộc sống giả tạm này, đức Phật thấy đầy phiền não đau khổ nên tìm đường vượt thoát. Sau khi trí tuệ phát huy đến mức trùm khắp rồi, Ngài tìm ra được nguyên nhân dẫn đến khổ và phương pháp diệt khổ, để được vĩnh viễn an vui. Đó là nội dung toàn bộ bản kinh Tứ đế do Phật thân chứng mà nói ra. Với tâm thanh tịnh, trí tuệ trùm khắp, đức Phật tìm ra được manh mối của luân hồi sanh tử và tìm ra con đường để chấm dứt sanh tử. Sự thành công vĩ đại đó của Ngài được Ngài nhân mạnh nó nằm sẵn nơi mỗi chúng hữu tình. Nghĩa là tất cả chúng ta, ai cũng có khả năng giác ngộ như Ngài cả. Đây là chỗ mà chúng ta cần phải quan tâm.

Bởi vì ta tự thấy tuệ giác của mình không bằng Phật, khi tỉnh dường như có, lúc mê lại thấy không. Do đó phiền não kết phục càng che lấp trí tuệ của mình. Đối với đức Thế Tôn, bậc đã hoàn toàn giác ngộ rồi thì những dây mơ rễ má của vô minh điên đảo đều được nhổ tận gốc, nhổ liên tục cho đến khi chúng tiêu tan hết. Đó chính là yếu tố chur Phật thành công trong công phu tu tập của mình. Chúng ta ngược lại, không có niềm tin kiên cố, không nuôi dưỡng được đạo tâm vững chắc, dễ bị chao động và hoài nghi, nên ta luôn thất bại. Đây là điều mà chúng ta cần phải xem xét lại mình cho thật chín chắn.

Chúng ta có chủng Phật tu mới thành Phật. Các vị Thiên sư nói: “Cho thóc người có ruộng, cướp thức ăn của kẻ không có ruộng” là như vậy. Người có ruộng thì mới có chỗ gieo giống, nẩy mầm, lên cây được, nên cho họ thóc để họ gieo trồng. Còn người không có ruộng thì hạt giống biết dùng vào chỗ nào, nên không cho mà còn lấy đi. Lấy đi để cho người có ruộng. Ý này rất rõ ràng. Chúng ta có sẵn mảnh đất tâm rồi, có sẵn hạt giống Phật rồi, Phật tổ mới tạo điều kiện, giúp đỡ hỗ trợ cho ta cách làm cho hạt giống Phật đó phát triển. Còn thiếu chủng Phật, dù các Ngài có giúp cũng không làm gì được. Chính đức Phật đã nói Ngài chỉ độ được người có duyên với mình, không độ được những người thiếu duyên.

Chúng ta học Phật, cùng sinh hoạt trong một đạo tràng là đã có duyên, bây giờ chỉ cần phát huy chủng duyên đó, nhất định sẽ thành công. Phật nói tất cả chúng sanh đều có sẵn tánh giác, không kinh điển nào không nói điều đó. Vậy tại mình không mạnh dạn nhận lại tánh Phật của mình. Hiểu như vậy rồi, chúng ta phấn chấn vui vẻ vì thấy mình có khả năng thành Phật.

Khi sao Mai vừa mọc, đức Phật đã chứng đủ ba minh là Túc mạng minh, Thiên nhãn minh, Lưu tận minh. Ngài đứng lên nói thế này: “Lạ thay! Tất cả chúng sanh đều có trí tuệ đức tướng Như Lai, tại sao ngu mê để bị trầm luân sanh tử”. Như vậy, không phải ta không có khả năng đạt được Lưu tận minh, nhưng lâu nay phiền não cứ rơi rớt hoài, lưu không tận thì làm sao chúng Lưu tận minh được. Bây giờ muốn phát huy Lưu tận minh thì phải tu tập cho sạch chủng tử phiền não, chỉ thế thôi, không có cách nào khác hơn cả.

Điểm ưu việt của đạo Phật là nói lên tinh thần toàn giác và phần giác, tức sự tự do trong từng pháp tu, từng công phu của mỗi người. Tùy trình độ, tùy công phu mà chúng ta được phần giác hay toàn giác, mỗi người thực hiện tu tập theo khả năng của mình. Đó là niềm vui, sự phấn khởi, độc lập không bị lệ thuộc của người tu Phật. Như nói đến pháp tu thiền là nói đến tự tại, giải thoát. Muốn được tự tại giải thoát phải có đầy đủ trí tuệ. Cho nên kết quả đạt được tùy theo sự nỗ lực của từng người mà có Túc mạng minh, Thiên nhãn minh và Lưu tận minh.

Chúng ta tu Phật với mục đích duy nhất là thành Phật, chứ không gì khác hơn. Mọi thời khóa, mọi sự học tập, mọi việc làm của chúng ta đều tập trung vào mục đích này. Hàng tại gia cư sĩ hay hàng xuất gia đều có thể đạt được mục đích cứu kính này, nếu áp dụng được những gì Phật tổ dạy vào đời sống tu học của mình. Bậc đại lực lượng hay đến chỗ bất động này, không bắt buộc ở trong một hình thức cố định nào. Cho nên chúng ta không nên mặc cảm, nghĩ mình là người nghiệp dày phước mỏng gì gì cả. Chỉ sợ ta không dám làm, không dám nhận thôi. Mình phải gan dạ nhận lại kho báu nhà mình, đừng nghĩ chỉ có Phật, Bồ-tát mới được như vậy, còn mình vô phần. Nghĩ như vậy là sai lầm lớn.

Cuối năm chúng tôi xin gửi đến toàn thể huynh đệ lời chúc mừng, mỗi người đều có sẵn Phật tánh, có sẵn đức tướng trí tuệ của Như Lai. Mong tất cả hãy nhận lại và sử dụng được kho báu vô giá đó của mình, chấm dứt kiếp cùng tử nghèo đói lang thang.



## MỤC LỤC

### ❖ Lời Đầu.

1. Cửa vào đạo.
2. Cách sống trong đạo Phật.
3. Biết tu.
4. Niềm tin của người Phật tử.
5. Tâm và thức.
6. Thế nào là việc lớn sinh tử.
7. Những nét siêu nhiên của thiền.
8. Hạnh sống một mình.
9. Pháp an lạc.
10. Tuệ giác của người tu.

