

H.T THÍCH NHẬT QUANG

HƯƠNG THIÊN

LỜI ĐẦU SÁCH

Trong thiên môn, hương cúc hương mai thường được nhắc đến nhiều nhất, nhưng cũng không bằng hương thiên. Hương vị của thiên siêu thoát các mùi hương. Thế nhưng mấy ai đã thưởng thức?

Trong khi đó hương vị của cuộc đời, quyền cao chức trọng, danh vọng tiền tài... không ai mà không say đắm. Nhưng tất cả qua rồi chỉ còn lại trên mái đầu điểm màu sương trắng.

Còn hương thiên,

Ví chảng một phen xương lạnh buốt,

Hoa mai đâu dễ ngửi mùi hương.

(Thiên sư Hoàng Bá).

Nghĩa là ta không chịu nổi sương lạnh buốt xương thì không làm sao thưởng thức được hoa mai. Hoa mai chỉ tỏa hương ngào ngạt khi nào ta phấn đấu kỳ cùng với sương lạnh thấu xương, thấu tủy. Và thế ấy, mới mong thưởng lãm chút phần hương mai. Hương mai tức là hương thiên.

Nơi đây,

Thiên tăng Thường Chiếu xin mượn chút Hương Thiên phưởng phất từ cõi đời thường, mà vẫn ngào ngạt hương giới hương định hương tuệ, dâng lên cúng dường mười phương chư Phật. Mong chút hương vị này còn đọng lại trong lòng của mỗi chúng ta.

Được vậy, quyển sách nhỏ này chảng ngại vãn vụng ý quê, xin góp chút tin vui đến cùng mười phương pháp lữ.

Thiên viện Thường Chiếu.

THÍCH NHẬT QUANG



THẤY ĐƯỢC LỄ THẬT ĐỂ TU

Hôm nay chúng tôi sẽ nói về những lễ thật để quý Phật tử nắm vững phương hướng tu hành, giúp cho công phu được tăng tiến. Điều quan trọng là dù áp dụng phương pháp nào, hành giả cũng không nên kẹt vướng ở hình thức đó.

Thường chúng ta nghĩ rằng tu phải có một phương pháp hay một hình thức. Ví dụ tu niệm Phật thì phải có hình tượng Phật, có chỗ thờ Phật để mình cúng kính lễ bái thì mới tu được. Nhưng nếu không khéo, đôi khi một hình thức cố định sẽ làm cho chúng ta vướng kẹt. Bởi vậy tốt nhất là chúng ta tu trong mọi hình thức, mọi sinh hoạt. Người tu phần đầu dù bất cứ ở đâu, lúc nào cũng có thể áp dụng được công phu, có như vậy mới không luống uổng thời gian.

Ở đây tôi nêu lên công phu mà không có công phu gì hết. Chỉ cần chúng ta làm chủ được mình, không để cho trần cảnh bên ngoài lôi kéo, đó là công phu đúng với lời Phật dạy. Pháp Phật dạy là pháp tối thượng, do Ngài thể nghiệm và giác ngộ. Cho nên lời Ngài không hề sai ngoa, chỉ tại ta làm chưa đúng nên chưa đạt đến chỗ Phật đã đạt. Đây là lỗi tại chúng ta. Vì thế người tu cần phải điều nghiên cho thấu triệt, hành trì đúng như lời Phật dạy thì sẽ có lợi lạc thiết thực, chắc chắn không nghi.

Hôm nay tôi sẽ nói về hai chữ “Kiến Địa”. Kiến là thấy, địa là chỗ. Kiến địa là chỗ thấy. Chỗ thấy như thế nào? Chỗ thấy như thật, Phật nói chúng sanh vì vô minh che lấp, không thấy lẽ thật nên chìm đắm trong sanh tử đau khổ. Cái “vô minh” này đã làm điều đúng khổ sở chúng ta biết bao nhiêu. Nó đóng sào huyệt sẵn trong chúng ta, sơ hở một chút là nó xuất hiện. Bởi vậy trị nó, loại nó, không phải là chuyện đơn giản. Vô minh là gì? Là tâm tối. Có khi chúng ta được chín mươi chín phần trăm minh mà còn một chút xíu vô minh thì chúng ta cũng thua. Như câu chuyện ông Bách Nhẫn, trải qua một thời gian tu hành cam khổ, cuối cùng chỉ một cơn sấm, ông mất hết tất cả công đức. Vì thế Phật nói: “Nhất niệm sân tâm khởi, bách vạn chương môn khai”. Nghĩa là tâm khởi lên một niệm sân, thì trăm muôn cửa chương ngại mở ra.

Chúng ta xuất gia tu hành, là đệ tử của Phật nên không thể nói mình hoàn toàn vô minh. Nếu hoàn toàn vô minh thì đâu có tìm đạo, học đạo, làm các việc công đức. Trên phạm vi tu hành, chúng ta cũng có được chút minh. Nhưng cái minh này chưa hoàn chỉnh, chưa tròn đầy, bởi vì còn có vô minh chen lẫn. Đó là những phút giây ta ngủ gục, những

phút giây ta làm việc này nhớ việc kia, những phút giây ta tư tưởng bóng dáng bên ngoài...

Người biết lo lắng cho công phu tu hành của mình, thì phải phấn đấu chân chính liên tục. Lúc tọa thiền cũng như khi sám hối tụng kinh, nhất nhất không để cho ma quỷ xâm nhập. Người tu thiền chìm sâu trong hôn trầm giống như rơi vào hang quỷ, rất nguy hại. Hoặc tán loạn theo vọng tưởng mãi thì lang thang trong ba cõi sáu đường không có ngày ra khỏi. Cho nên chúng ta phải mãnh tĩnh từng chút từng chút, luôn tự nhắc vô thường không hẹn, phải nỗ lực tinh tấn tu hành.

Thiền định là một yếu tố không thể thiếu đối với người tu, nhất là người tu thiền. Không có thiền định thì trí tuệ không thể phát sinh. Chúng ta nhớ lại đức Phật ngồi dưới cội Bồ-đề suốt bốn mươi chín ngày đêm. Đến đêm sau cuối, quân ma kéo đến rần rộ với các thứ binh khí. Dù chúng hiện nhiều hình tướng đe dọa áp đảo, Phật vẫn thản nhiên không ngán. Bởi vì Ngài có cung thiền định và kiểm trí tuệ, biết rõ chúng ma và các hiện cảnh trước mắt không thật. Chúng ta không có cung kiểm ấy nên chỉ nghe đến chúng thôi là sợ quỳnh rồi, nói gì tới thấy. Có nhiều vị tu thiền được chút yên ổn, thấy hình ảnh lạ hiện ra liền hoảng hốt. Đó là gì ? Là do chút công phu tu hành chiêu cảm như thế, mà đã hoảng vía rồi hoảng là quân ma rần rộ, đao kiếm sáng choang kéo đến. Chỉ khi nào chúng ta sống được với ông chủ, với trí tuệ của mình thì mới dễ dàng khắc phục các ma oán, vững vàng trên đường tiến đạo. Muốn thế chúng ta phải sáng suốt, định tĩnh dứt trừ vô minh. Còn một chút tối tăm chúng ta cũng phải kiên quyết dẹp nó đi thì sự sáng suốt mới tròn đầy.

Quý vị mỗi ngày ăn cơm rồi rửa chén, thấy thau nước rửa đầu tiên đầy cả dầu mỡ, phải có xà phòng mới tẩy rửa sạch. Xà phòng chính là pháp tu của chúng ta. Nhưng trong công phu tu thiền, không có pháp nào cả. Vừa dấy niệm liền buông, ngay đó là an định. Đến như dấy niệm về Phật, Pháp, Tăng; về tu hành cũng không chấp nhận. Đây là một loại công phu không có hình thức gì hết. Trong tất cả các oai nghi, tất cả các việc luôn hành trì như vậy. Người này có thể gọi là đại tinh tấn, không có pháp tu gì mà luôn tỉnh giác tự chủ. Người làm chủ được mình thì không để cho cảnh bên ngoài lẫn bên trong nhiễu loạn. Dù lúc đó Phật hay Bồ-tát hiện ra cũng không khởi niệm mừng, nếu khởi niệm liền bị quyền thuộc nhà ma dẫn dụ ngay. Phật là gì ? Phật là giác, giác thể sáng suốt

thanh tịnh trùm khắp. Cái đó không có hình tướng, không có nói năng gì cả. Người tu đến đây tự nhận tự biết, không có ngôn ngữ nào diễn đạt được.

Chúng tôi trở lại công phu tu tập. Làm sao để buông niệm dễ dàng ? Chúng ta biết tất cả niệm khởi đều không thật cho nên không chấp nhận. Không chấp nhận thì không theo, được vậy là mình vững vàng trong thế an định. Có an định thì trí tuệ mới hiện tiền. Cho nên ngay khi ta làm chủ, không lao theo vọng tưởng là đã có trí tuệ, có định tĩnh. Cứ công phu như thế, quý Phật tử không phải sợ gì cả. Các chướng duyên sẽ thưa dần và nó không đến nữa, công phu của mình ngày càng nhẹ nhàng hơn. Muốn được như vậy đòi hỏi chúng ta phải trải qua một quá trình lâu dài, siêng năng tinh tấn không ngừng.

Vô minh hư vọng không thật thể, chúng ta có thể điều phục nó bằng trí giác của mình. Hàng Bồ-tát Bát địa trở lên còn phải từng bước điều phục nó, hà huống hạng phàm phu của chúng ta. Do đó chúng ta phải có tâm kiên trì lắm mới tu được. Vô minh là khách không mời mà lúc nào, nơi nào nó cũng có mặt. Như chúng ta đâu muốn bị phiền não mà vẫn cứ phiền não. Có khi trong giấc ngủ, bao nhiêu thứ buồn phiền từ đời nào cũng tới quây, không cho mình ngủ yên. Vô minh rất lạ kỳ. Có nhiều chuyện không dính dáng gì tới mình, mà không hiểu sao nó lại tác động khiến cho mình bất an. Ví dụ thấy một em bé được gia đình nuôi nấng kỹ, cha mẹ thương yêu chăm sóc học hành đàng hoàng... tự nhiên mình hồi tưởng lại thuở bé thơ cù bơ cù bất của mình. Thế là mình buồn và hận. Tại sao cha mẹ mình lại như thế, tại sao mình sanh ra trong chỗ như thế ? Càng suy nghĩ càng lý luận càng lao đao phiền não. Lúc đầu phiền não nhẹ nhẹ thôi, nhưng luận giải một hồi mình thấy tức, tức rồi bỏ nhà đi... Kết quả chỉ chuốt lấy khổ đau.

Người biết tu thì niệm vừa chớm lên, chúng ta vứt nó đi. Nó làm cho mình bất an bất ổn thì lao theo nó làm gì. Buông được niệm đầu thì niệm thứ hai không có chỗ nương theo, nhờ đó phiền não không có chỗ dấy khởi, chúng ta được yên ổn. Đó là mình đã chiến thắng. Quý vị mới thẩm thía câu Phật nói: “Chiến thắng trăm ngàn quân địch chưa gọi là chiến công hiển hách. Tự chiến thắng mình mới là chiến công hiển hách nhất”.

Người con Phật là chiến sĩ đi vào chiến trận của chính mình. Trước mặt mình không có quân địch nào hết, mà là những bóng dáng làm cho mình đảo điên. Nhờ một điều duy nhất là vô minh hư vọng không thật, chớ nếu vô minh thật thì chúng ta không

làm sao trị được nó. Bởi vô minh không thật nên mình mới có thể hóa giải được. Hóa giải tức là phát huy tính sáng suốt của mình để buông bỏ những thứ hình ảnh hư giả ấy đi.

Ví như con mắt bị nhắm nên thấy hoa đốm loạn trong hư không. Thật ra trong hư không không có hoa đốm. Bây giờ điều chỉnh là điều chỉnh ngay con mắt, chứ không phải điều chỉnh hoa đốm trong hư không. Bởi nó có đâu mà điều chỉnh, chúng ta cũng như thế. Sở dĩ nghe cái này mình phiền não, nghe cái kia mình bực bội, vì mình lầm nhận nó là thật. Do nhận giả cho là thật nên nó quấy nhiễu cũng thấy quấy nhiễu thật, thành ra phiền não. Chư Phật và Bồ tát thì bất động, đối với cảnh vui và cảnh không vui cũng bất động. Còn chúng ta, cảnh vui đến thì cười, cảnh buồn đến thì khóc, luôn luôn thay đổi trong vui buồn sanh diệt. Bây giờ tu trong mọi sinh hoạt để luôn bình tĩnh, sáng suốt. Một khi tâm yên thì cảnh vui cũng bình thường, cảnh buồn cũng bình thường. Công phu được thâm hậu thì ngay trong giấc ngủ, mình cũng làm chủ được. Nhà thiền gọi là thức ngủ tự tại.

Nhiều khi trong lúc thức mình tự tại, nhưng lúc ngủ lại không tự tại. Có vị xuất gia ở chùa thọ giới năm mươi năm, mà trong chiêm bao gặp bạn bè mời nhậu nhẹt vẫn lao vào cuộc như thường. Đến lúc giật mình thức dậy té ra mình chiêm bao. Đó là do sự huân tập từ trước, mà công phu tu hành chưa đủ lực để thắng được các tập nghiệp cũ. Cho nên trong kinh Bát-nhã, Phật dạy chúng ta phải hành thâm là vậy.

Người không lo tu, chuyển đổi tập nghiệp xấu của mình thì lúc sắp lâm chung bị nghiệp kéo lôi, thọ các đường khổ. Trong các nghiệp, cận tử nghiệp rất quan trọng. Người không có đạo lực, khi gần chết mất tự chủ, sợ sệt lo lắng đủ thứ. Ít có người nào ngồi ngay ngắn cười vui dặn dò mọi việc xong rồi đi. Trừ các vị tu hành đã kiến đạo hoặc đã xong việc thì mới được như thế. Thế thì chúng ta phải làm sao ?

Cận tử nghiệp là nghiệp lúc sắp chết. Nghiệp này rất mạnh. Chúng ta thương mình hơn ai hết nên phải chuẩn bị cận tử nghiệp tốt. Có nhiều người cả đời tu hành, nhưng lúc sắp lâm chung tâm niệm bất an trời lên, phiền não phát sinh. Vậy là cận tử nghiệp bất thiện dẫn đi thọ sanh trong các đường dữ. Nghĩ cho cùng mình phải thương mình, chứ ai thương mình. Cho nên trước giờ nhắm mắt, buông bỏ hết mọi buồn phiền để sự ra đi được thanh thoi nhẹ nhàng.

Chủ động được cận tử nghiệp, thì khi gặp bất đắc ta không sợ rơi vào các chốn khổ sở. Phạm phu nghe nói chết thì ai cũng sợ, chứ không phải như các Thiên sư xem cái chết như cởi chiếc áo hạ. Các Ngài đã tự tại nên mới như vậy, còn chúng ta sợ chết, sợ mất người thân, sợ ma, sợ đủ thứ. Do đó lúc gần chết, tâm trạng hốt hoảng kinh hãi khiến cho cận tử nghiệp xấu đi.

Tôi kể câu chuyện này. Có một vị đã lập gia đình, sau đó xuất gia và tu hành rất tinh tấn. Thời gian sau ông lâm trọng bệnh, bắt buộc trong chùa phải cho gia đình hay. Người thân, trong đó có cô bạn hồi xưa xin được chăm sóc ông. Bệnh tình dần dần thuyên giảm, sức khỏe phục hồi. Một sáng vừa thức dậy, ông thấy cô bạn cầm lược chải tóc, bắt chợt hình ảnh xưa hiện lại. Ông không nghĩ rằng tâm niệm này lại bùng dậy như thế. Nhưng cô bạn đâu có biết, cô chỉ làm việc bổn phận thôi. Một hai lần như vậy, tâm ông không còn yên định nữa. Ông nói bây giờ không thể ở trong đạo được, vì lớn tuổi bệnh hoạn tu cũng không làm lợi ích cho ai. Thế là sau đó ông theo gia đình trở về nhà.

Qua câu chuyện trên, chúng ta thấy chỉ ốm đau thôi tinh thần đã suy kém, bị nghiệp tập đến lôi dẫn. Nói gì lúc sắp chết thần thức hôn mê hỗn loạn, nếu không có công phu sâu dày, tránh sao khỏi trôi lăn theo nghiệp. Cho nên chúng ta phải thật cố gắng, cảnh tỉnh mình trong từng phút giây.

Đức Thế Tôn lúc sắp thị tịch, còn khuyên dạy các đệ tử pháp yếu sau cùng, những lời dạy này được kết tập thành Kinh Di Giáo. Còn chúng ta chắc không ai khuyên ai nôi, thấy một người khóc thì xúm nhau khóc, thành cả một vùng trời âm đạm. Là đệ tử Phật không nên như thế, chúng ta phải biết thân tứ đại này có hợp ắt có tan, bởi vì nó là đồ giả. Phật ví nó như bốn con rắn độc nhốt chung một lồng, chúng cắn nhau toi bời. Lúc lồng hư, mạnh đưa nào đưa nấy đi, không còn cắn nhau nữa. Vậy phải mừng cho nó chớ sao lại buồn ?

Song điều quan trọng nhất là thân tứ đại tan rã, cái gì vẫn không mất ? Đó là tánh giác hay bản tâm sáng suốt của mình. Thành ra công phu tu tập của chúng ta là nhằm để đối phó với sự thành hoại của tứ đại. Chúng ta phải nhận ra và sống được với tánh giác thì mới không sợ mất chiếc thân hư giả này. Trong sinh hoạt hằng ngày, khi đối duyên tiếp cảnh, mình phải làm chủ được mọi thứ vui buồn. Để làm gì ? Để mình ra đi một cách nhẹ nhàng, không bị nghiệp kéo lôi câu thúc.

Người xưa nói “Sanh như đắp chăn đông, tử như cởi áo hạ”, nghĩa là Thiên sư xem sanh như mùa đông được đắp chăn ấm áp, chết như mùa hạ nóng bức được cởi chiếc áo nên mát mẻ dễ chịu. Cả hai đều thanh thản vui tươi, không có gì phải buồn lo hay bận lòng. Đó là tinh thần của người đã thấu đạt được lẽ thật. Người xưa như thế, tại sao chúng ta ngày nay lại không được như vậy. Ngày nay con người văn minh tiến bộ hơn xưa nhiều, chẳng lẽ quý Ngài làm được mình làm không được. Chỗ này Tổ Quy Sơn nói: “Bỉ ký trượng phu ngã diệc nhĩ, bất ưng tự khinh nhi thối khuất”. Nghĩa là kia trượng phu ta cũng như thế, không nên tự khinh mà lui sụt.

Nếu xét về mặt kiến thức, thì chúng ta ngày nay đâu có thua hồi xưa. Bởi kỷ nguyên năm 2000 là kỷ nguyên văn minh văn hóa của nhân loại phát triển rực rỡ. Chúng ta sống trong thời như thế mà thua nghĩa là sao. Thật ra tại mình không có ý chí, không chịu phấn đấu chớ không phải không có năng lực. Cho nên tôi nói tới hai chữ Kiến Địa là vì thế.

Làm sao luôn luôn làm chủ được những vọng tưởng điên đảo của mình, biết nó không thực, như hoa đốm trong hư không, không cần thiết đối với chúng ta. Đó là phương pháp tốt nhất để chúng ta vứt bỏ chúng một cách nhẹ nhàng. Vọng tưởng vừa hiện ra là vứt liền mới yên được. Được như thế thì ngôi thiên tốt, tụng kinh tốt, lễ Phật cúng dường và tu tạo các công đức đúng với tinh thần của Phật dạy. Kiến Địa là như vậy.

Đến phần giác thật. Kinh Viên Giác nói: “Khi biết được các pháp hư huyền, tức là được huyền không cần phương tiện khác”. Là được các huyền là giác, không có thứ lớp nào hết. Rõ ràng có giác thì không mê, còn mê tức không giác. Giống như trong nhà ban đêm, hễ mở được đèn sáng thì bóng tối lui tan. Cũng vậy có giác thì mê mất, mình không cần hỏi nó đi đâu. Cốt làm sao phát huy tánh giác của mình thì vô minh ám chướng một lúc tiêu tan hết.

Nói thế cũng là một cách nói, tinh thần thiên tông không cho ta nói cái gì một cách cố định cả. Một khi có cái cố định thì chúng ta lại chấp kẹt vào đó, thành ra cũng bị trói buộc. Một khi đèn cháy, ánh sáng phát huy thì bóng tối tự tan. Người chủ nhà không cần phải hỏi tối đi đâu, chỉ cần biết nó đã mất rồi là đủ. Cho nên cốt yếu của người tu là làm sao phát huy được tánh giác.

Trong kinh Lăng Nghiêm Phật cũng dạy: “Giác mê mê diệt”, giác ngộ cái mê thì cái mê ấy hết. Tánh giác của mình hiện ra thì mê mất. Tánh giác tức là cái “biết” của mình vậy. Trong công việc hằng ngày, làm sao để tánh giác hiện tiền ? Ví dụ, sáng sớm quý vị đi chợ, nấu cơm, tiếp khách, tụng kinh, ngồi thiền, đọc sách, đi kinh hành v.v... từ 6 giờ 30 sáng cho tới 10 giờ 30 tối. Trong suốt khoảng thời gian ấy, chúng ta hoàn toàn không bị động bởi bất cứ một cái gì bên ngoài. Chúng ta sắp đặt chủ động trong mọi việc. Giả sử khi làm việc đó, có ai nói gì mình cũng không chạy theo, không dính mắc. Đó là sống được với chính mình ngay trong việc làm. Đây là bước đầu trong công phu để chúng ta làm chủ hoàn toàn.

Thêm một điều nữa, dù chúng ta biết các pháp như huyền nhưng cũng phải dụng công tu hành mới buông xả được các chấp. Các chấp đã xả hết rồi thì cái chân thật hiện bày. Tôi nói như vậy là vì có nhiều vị bảo: Thầy dạy tất cả đều là giả hết thì thôi khỏi công phu, khỏi tu hành chỉ cho mất công. Dù nó giả nhưng nếu chúng ta theo thói quen, theo nghiệp tập giả đó mãi thì nó sẽ làm cho mình đau khổ. Chỉ khi nào biết nó giả và bỏ được rồi thì mình mới được an vui. Bước đầu, muốn trừ bỏ nó ta phải dụng công phu.

Giống như tiếng gõ bồng của thầy giáo. Tiếng gõ cũng ồn hay ồn hơn tiếng của học trò. Nhưng nếu không có tiếng gõ bồng thì làm sao trị được cái ồn của đám học trò. Thành thử nhờ tiếng gõ bồng mà học trò yên. Khi nó yên rồi thì tiếng gõ bồng cũng không cần. Cũng vậy, tuy biết các pháp giả huyền, nhưng ban đầu chưa nhận ra được cái chân thật của mình, thì phải tạm dùng các phương tiện, thực hành công phu. Chừng nào tâm yên, những bức xúc phiền não không còn, chân trời tịnh thanh bình hiện bày thì các phương tiện cũng thôi.

Trong kinh Viên Giác, Phật nói người muốn thấy được mặt trăng thật thì phải từ ngón tay chỉ mà nhận ra mặt trăng thật. Người không biết, cho ngón tay này là mặt trăng thì vừa làm hư ngón tay mà cũng không thấy được mặt trăng thật. Chúng ta thực hành công phu cũng như vậy. Để làm chủ, để phát huy được tánh giác của mình, chúng ta phải buông bỏ những thói quen, những tập khí hư hỏng của mình. Thành tựu pháp thể thanh tịnh của mình chính là mặt trăng thật. Thực hành các công phu để buông bỏ tập khí là ngón tay chỉ mặt trăng. Tu là như thế.

Người xưa nói “Hữu vi tuy nguy, xả chi tắc Phật đạo nan thành”, nghĩa là tu hành còn thuộc pháp hữu vi, là vọng, nhưng nếu bỏ hết, không tu thì Phật đạo khó thành. Ví dụ nói thân này không thật, chúng ta bỏ đúng rồi. Nhưng khi đạo hạnh mình chưa đủ, trí tuệ chưa có, sự tu hành chưa tới nơi, mà mình bỏ tất cả những phương tiện này thì căn cứ vào đâu, lấy gì để tu. Chúng ta không quý trọng thân này, không đấm trước những cảnh duyên bên ngoài, không mắc mứu với tất cả mọi thứ chung quanh. Nhưng ta phải biết điều chỉnh, xử lý sáng suốt, để chúng ta có thể mượn chiếc thân tứ đại này tu tập cho đến lúc viên mãn. Ví dụ bây giờ chúng ta chưa phá được tham sân si thì mượn thân này để trị tham sân si. Đối trước cảnh tham mà mình không tham, đối trước cảnh sân mà mình không sân, đối trước cảnh si mê điên đảo mà mình vẫn sáng suốt, không si mê điên đảo. Thực hành công phu như thế thì chiếc thân này rất cần thiết đối với chúng ta.

Quý Phật tử tu biết được chỗ trọng tâm, sẽ không bị mất thời giờ, không phiền hại đối với mọi người chung quanh. Bởi vì chúng ta có bệnh cứ thấy bên này dở, bên kia xấu... mà không thấy được mình. Cho nên Lục Tổ dạy người tu phải hằng xét nét lỗi của mình, chớ dòm dỗi lỗi của người. Bởi vì khi thấy lỗi của người, tức lỗi của mình đã ở bên cạnh rồi. Theo tinh thần nhà thiền, người có công phu tu hành là hằng soi rọi lại mình, nhìn thấy và tiêu dung được những nghiệp tập, những phiền não của mình, đó là gốc của sự tu. Chúng ta phải nhắm thẳng vào chỗ trọng yếu đó để công phu tăng tiến.

Tổ Qui Sơn có dạy: “Thật tế lý địa bất thọ nhất trần, vạn hạnh môn trung bất xả nhất pháp”. Trong chỗ tốt cùng thì không có một chút gì hết, nhưng trong cửa muôn hạnh không bỏ một pháp nào. Vì vậy quý thầy hướng dẫn cho Phật tử, nào là đi chùa, niệm Phật, ăn chay, làm phước, làm tất cả các Phật sự v.v... Chính đức Phật khi còn tại thế, Ngài cũng từng làm những việc rất nhỏ để làm gương cho chúng ta sau này.

Trong kinh A Hàm kể lại. Có vị Tỳ-kheo bị mù, không thấy đường xỏ kim mà thầy lại muốn vá áo. Xỏ hoài không được, thầy nghe có tiếng chân người bước tới, liền gọi: “Ai đó xỏ dùm tôi cây kim”. Đức Phật đến gần cầm kim nói: “Để ta xỏ cho”. Bậc đầy đủ phúc trí trang nghiêm như Thế Tôn mà còn không bỏ một cái phước nhỏ như thế, huống là chúng ta.

Đạo Phật không quan trọng tổ chức, hình thức bên ngoài nhưng đạo Phật dạy chúng ta luôn tích cực tu tập, để đem lại lợi ích cho mình và mọi người. Đã là Phật tử thì

ý nghĩ, lời nói, hành động của mình phải tốt. Dù chỉ một ý nghĩ nhỏ thôi, có lợi cho mình mà đưa đến tai hại cho xóm làng cho tập thể thì phải dứt khoát cắt đứt. Cho nên ý niệm lành là công đức đầu tiên. Tuy nó hết sức nhỏ, nhưng Phật tử phải xây dựng lần lần như thế, lâu ngày mới tích tụ thành lớn. Đôi khi chúng ta chạy theo những việc lớn lao mà bỏ quên những việc tầm thường - Ví dụ như một người trong nhà đau, cần chăm sóc thuốc men, an ủi giúp đỡ... Người già cả đi qua đường... chúng ta làm những việc như thế là tạo phước. Người đủ phước thì làm việc gì cũng dễ thành tựu. Phật dạy chánh báo thể nào thì y báo thể ấy. Chánh báo tốt thì y báo theo đó mà chuyển. Nghĩa là bản thân chúng ta tu tạo các phước lành, thì hoàn cảnh chung quanh sẽ theo đó mà tốt đẹp. Người Phật tử phải biết chính nghiệp tập của mình quyết định cuộc đời mình. Mình không sáng, không tỉnh, gây tạo các nghiệp bất thiện thì khi quả báo đến mình trốn chạy đằng nào cũng không khỏi. Cho nên phải nỗ lực tu hành, sắp đặt sinh hoạt tu tập hẳn hoi, không để ngoại duyên kéo lôi mãi. Hoán chuyển nghiệp xấu, bồi đắp nghiệp lành là tạo thuận duyên để từng bước tiến gần đến chỗ cứu kính viên mãn.

Chúng ta sắp đặt công phu thể nào để mỗi ngày mỗi sáng, vô minh không làm gì được mình nữa. Vô minh lui là giác ngộ tới, khởi phải cầu. Giác tức là Phật. Đó là chỗ kiến địa mà tôi muốn nói với quý vị.



CÔNG PHU TU HÀNH

Trong việc tu hành có những điều hết sức bình thường, nhưng chúng ta không thể lơ là hoặc không biết. Nhất là đối với sinh hoạt thường ngày, chúng ta cũng phải cẩn trọng từng chút. Những gì mình đã tiêu xài thì sẽ không còn nữa. Cũng thế, trong các mối quan hệ, tương giao, tiếp cận, chúng ta không giữ được mình, phí phạm sức lực và thời gian thì sẽ ảnh hưởng đến công phu. Sự tiêu xài này đồng nghĩa với một sự tích lũy nghiệp. Mọi thứ sẽ chấm dứt trước khi ta trút hơi thở sau cuối, chỉ trừ nghiệp là còn lại. Đó là điểm thứ nhất.

Trong cuộc đời này rồi cũng có lúc ta phải bỏ tất cả. Những gì ta đã tạo ra thì phải để lại cho người khác. Dù người hay vật mình quý trọng nhất, cũng không giữ được. Là Phật tử, chúng ta phải hiểu điều này. Càng có tâm chấp giữ nhiều chừng nào, càng rước khổ vào thân nhiều chừng nấy. Đó là điểm thứ hai.

Chỉ có những gì ta cho đi thì mới còn lại. Còn gì ? Còn ân đức. Nói cách khác, khi chúng ta thí xả là đã gây dựng cho mình một sự nghiệp tốt đẹp. Khi mình cho ai một điều gì, xuất phát từ tâm thiện, đó là mình biết dành dụm cho đoạn đường sắp tới của mình. Tôi tạm gọi đây là phúc duyên hay ân đức. Đó là điểm thứ ba.

Nói như vậy để chúng ta thấy, những gì mình đang có, đang sử dụng chỉ là tương đối và hữu hạn. Nếu biết dùng những thứ này vào việc công đức, thì cuộc đời mình sẽ tốt đẹp trong tương lai. Muốn thế việc tu hành trong hiện tại phải luôn luôn tăng tiến.

Từ lâu tôi đã nói, chúng ta cố gắng tìm những phương thức giản dị, dễ hiểu, bình thường và gần gũi với cuộc sống, để ứng dụng tu hành. Tháo bỏ những gì từ lâu chúng ta vẫn ôm giữ bảo thủ, thì mình sẽ cảm thấy yên ổn. Việc tiếp thu Phật pháp theo đó mà ngày càng tăng trưởng. Dù người hiểu đạo, học nhiều, nhưng một khi tâm niệm buông xả vẫn chưa được phát huy, thì nhất định công phu của mình bị giới hạn, nếu không nói là trì trệ. Tôi nói điều này bằng chính kinh nghiệm của mình.

Người không buông xả được, trong lòng chấp giữ đủ việc thì dù có gắng gỏi, nỗ lực, công phu vẫn bị sự chấp giữ ấy ngăn ngại hoài. Ngược lại, nếu chúng ta buông được, trong lòng thanh thoi nhẹ nhàng, không có một vấn đề gì thì công phu sẽ tăng tiến một cách dễ dàng. Được vậy, ngay trong đời này, chúng ta cũng có thể đạt được sự an lạc lâu

dài. Đó là một trong những phương thức, chúng ta có thể áp dụng và phát huy trong việc tu tập của mình.

Quý vị biết, có nhiều người cực khổ cả đời, cho đến tuổi xế chiều mới gầy dựng được cho mình một căn nhà. Khi sự nghiệp vừa có thì thân thể đã mỗi mòn, bệnh tật tấn công, người ấy không còn đủ sức để sống và tận hưởng những gì mình đã gầy dựng. Tâm niệm luyến tiếc sự sản bắt đầu trĩu nặng. Có người trước khi chết, buộc con cháu phải đi vòng vòng trong nhà, rờ từng bức tường, tủ thờ, bàn ghế v.v... rồi mới chết. Chết như vậy làm sao siêu được ! Không siêu được thì cứ luẩn quẩn trở đi trở lại để giữ bàn, giữ ghế, giữ nhà cho con cháu. Những chuyện như vậy, kinh A-hàm nói rất nhiều.

Một hôm đức Thế Tôn đi khất thực ngang qua một căn nhà, con chó trong nhà nhảy xổ ra sủa. Thấy vậy đức Phật chỉ con chó nói vài câu. Sau khi Ngài đi rồi, con chó buồn rầu và bỏ ăn. Chủ nhà lấy làm lạ hỏi rõ nguyên nhân, người trong nhà kể lại sự việc trên. Chủ nhà nổi giận đùng đùng, vội tìm Phật hỏi nguyên do. Đức Phật ôn tồn kể lại: “Trước đây con chó ấy là mẹ của người. Do vì số của cái cát dấp dưới ngạch cửa chưa nói được với người, mà mẹ người phải chết. Tâm chấp giữ tham tiếc ấy khiến bà đầu thai thành con chó, suốt ngày nằm giữ ngay ngạch cửa. Nếu không tin người cứ về đào lên sẽ rõ”. Chủ nhà y lời của Phật, ông quật cửa lên thì thấy vàng bạc châu báu cát dấp dưới ấy. Con chó nhờ Phật nhắc cho vài câu mà buông xả tâm tham tiếc nên được hóa kiếp.

Cho nên biết tâm niệm khi gần chết rất quan trọng. Nếu lúc đó chúng ta đắm trước thứ gì thì coi chừng, phải chạy theo thứ đó mà thọ khổ. Bị nghiệp kéo đi rồi thì luẩn quẩn trong vòng tham ái chấp thủ biết chừng nào mới được giải thoát ? Thành ra chúng ta phải biết và luôn tự khắc, tự tỉnh chính đôn công phu tu hành của mình.

Ngay trong nếp sinh hoạt hàng ngày của mình, chúng ta phải biết thân này là đồ bỏ. Dù đang mạnh khỏe tươi tắn, nhưng chỉ cần một cơn gió độc hay một con rắn độc cũng làm mình mất mạng dễ dàng. Vô thường nhanh chóng, mọi thứ tạm bợ, không có gì bảo đảm. Đừng để đến khi thân này run rẩy, không còn sử dụng được nữa, mình mới sắp đặt thì không kịp nữa rồi. Theo đó mà chìm nổi trong các đường, quả báo thọ sanh tương thân tương oán, không có ngày cùng.

Tuy nhiên nếu biết tận dụng thân này, chúng ta có thể học đạo, phát huy được công phu tu hành dễ dàng nhất. Thử tưởng tượng, nếu không được thân người, mà phải

mang một lớp lông lá lù xù, làm sao chúng ta có cơ hội học, hiểu và áp dụng Phật pháp để tu hành. Khó lắm. Vì vậy để chuẩn bị cho cận tử nghiệp tốt, chúng ta phải chuẩn bị ngay bây giờ. Đừng để đến lúc gấp rút mờ mịt, không làm chủ được thì trở tay sao kịp.

Những người thường ngày hay gây tạo ác nghiệp, khi sắp bỏ thân này, họ thấy sấm chớp, mây đen, mưa phủ, rồi cọp sói xúm nhau tấn công... Tâm trạng sợ sệt hốt hoảng, họ chạy thục mạng tìm chỗ ẩn trốn. Khi thấy lùm cây, hốc đá họ núp vào chính là lúc thọ thân sau. Do đó mang lông đội sừng trong các loài cầm thú. Đối với những người tu tạo công đức lành, khi sắp bỏ thân này, thân tâm nhẹ nhàng phơi phới. Họ thấy trời trong gió mát, cảnh trí đẹp đẽ vui tươi. Hoặc thấy ao nước trong, họ thích thú lội xuống tắm. Đó là lúc họ thác sanh. Người được thác sanh như thế hoặc là sanh thiên hoặc sanh vào nhà phúc lạc, cao hơn cõi giới của chúng ta.

Tùy tâm trạng lúc gần chết mà chúng ta có các cảnh giới thác sanh khác nhau. Tâm trạng này tùy thuộc vào nghiệp nhân chúng ta đã gây tạo lúc còn sinh thời. Đối với người tu, chúng ta có thể chinh đốn và chuẩn bị trước công đoạn này. Nghĩa là ngay bây giờ chúng ta phải buông xả, phải tỉnh táo và phải tu tập. Tu tập làm sao để có thể gạt hái được những lợi ích thiết thực trong mọi sinh hoạt lúc sống cũng như khi chết.

Trong công phu tu hành, trước tiên chúng ta phải gây dựng được các công đức. Kế nữa là nắm vững phương pháp tu hành, thực tập công phu liên tục trong từng tâm niệm. Và sau cùng là phải làm chủ, lựa bỏ tháo gỡ những buộc ràng chung quanh. Đó là ba giai đoạn người tu phải trải qua.

Trước tiên, tôi nói giai đoạn gây dựng công đức. Bởi công đức chính là hành trang cho việc tu học của mình. Thường người có nhiều phúc duyên, nhiều công đức thì các công việc đều thành công dễ dàng. Còn người thiếu phúc, thiếu duyên thì mọi thứ trở nên giới hạn. Ước mười thì may ra còn được ba đến năm, có khi hoàn toàn không được gì. Làm thì nhiều mà thành quả thì không bao nhiêu. Những cái gọi là phúc duyên này chính là những nghiệp nhân mà mình đã gây tạo trước đó. Ta thường gọi là âm đức.

Riêng trong lãnh vực tu hành cũng như thế, người có đủ phúc duyên, đủ công đức thì việc tu không khó. Bởi công đức này đã hình thành từ những đời trước, hiện tại họ tiếp tục công việc của mình, nên sự tu tập trở nên dễ dàng. Như các vị đã từng trải qua mười đời làm Hòa thượng thì bây giờ làm Hòa thượng không khó. Nếu trước đây chưa

từng làm Hòa thượng, thì bây giờ chắc khó. Tóm lại, ngoài đời hay trong đạo, khi phúc duyên đã đầy đủ thì ta làm gì cũng dễ thành công.

Để tu tạo các công đức, chúng ta cố gắng hướng ba nghiệp của mình theo con đường lành. Hành động hướng thượng thì đời sống cao cả siêu thoát. Muốn vậy, tất cả những gì cù cặn, linh kinh, vướng mắc... chúng ta sẵn sàng, mạnh dạn bước qua để tiến lên. Đây là những thử thách. Có khi những thử thách này rất bình thường, nhưng nếu chúng ta không tập trung, không chuẩn bị tinh thần thì sẽ không vượt qua nổi.

Như câu chuyện của một Thiền sư. Sau khi từ bỏ gia đình, xuất gia học đạo và thành tựu sở nguyện. Trong một nhân duyên Phật sự, Ngài trở về quê. Bà con thân thuộc trong gia đình rất mừng rỡ. Biết Ngài còn ở nhà thêm một đêm nữa, họ bàn nhau tổ chức họp mặt đông đảo thăm hỏi. Thiền sư nghĩ mình đã cắt ái, dứt khoát bỏ nhà học đạo. Dù là sáng được việc của mình, nhưng công đức chưa viên mãn. Nếu bây giờ để cho tình cảm lây nhây, có điều kiện phát triển đâm chồi mọc rễ trở lại, thì quả là không nên. Nghĩ rồi, Ngài quyết định ra đi trước khi họ đến. Nói là làm, Ngài lập tức cuộn gói đi thẳng.

Đó chỉ là một việc nhỏ. Nhưng quý vị thấy, nếu không có tâm hướng thượng, không có sự cương quyết và tỉnh giác, chúng ta cũng khó vượt qua được. Nếu chúng ta có lòng cương quyết, có ý chí vững mạnh, không để cho bất cứ một vấn đề nào bên ngoài sai khiến, thì chúng ta phải luôn luôn xem xét công phu của mình. Công đức, phẩm hạnh, đạo lực của mình hiện nay tới đâu ? Nếu chưa hoàn chỉnh, chúng ta phải lo cho hoàn chỉnh, mọi thứ khác gác qua một bên. Việc chính là làm sao cho công phu của mình được tăng tiến. Đó là mốc đầu tiên, là tinh thần hướng thượng của người tu chúng ta.

Kế đến, chúng ta phải vượt qua được ngã chấp của mình, nó làm cho chúng ta bị trói buộc, bị vướng víu khổ lụy. Ngã là cái mà người tu phải đương đầu và phá hủy cho bằng được, nếu muốn thăng tiến trên con đường tu hành. Nếu chưa diệt được ngã, chúng ta cứ lầy quây luẩn quẩn, bị nó sai khiến, kéo lôi từ kiếp này sang kiếp khác. Người tu sau khi đã định hướng rồi, phải quyết tâm triệt tiêu ngã. Mà triệt tiêu ngã là sao ?

Như chúng ta đã đi chùa và qui y, nhưng nghe ai nói: “Ôi! Bà đó mà tu cái gì, dữ như chằng” là nổi sùng liền. Đó chính là ngã. Nhắc đến ngã, thì có muôn vàn ! Dù đang ngồi tiếp khách, ăn cơm hay ngủ v.v... mà nghe ai nói gì đến mình, hoặc trực tiếp hoặc gián tiếp thì lập tức cái ngã lộ đầu ra liền. Rồi thì sùng nanh, trợn mày chớp mắt, đủ thứ

chuyện. Thế là mọi thứ trên đời phát sinh, nối tiếp dây dưa vô hạn định. Thành ra chúng ta phải kiểm tra thường xuyên. Dù mình tu học bao nhiêu năm, mà vẫn còn như thế tức là chưa quyết tâm phá trừ ngã chấp.

Phật nói tất cả chúng sanh đều có pháp thân. Pháp thân ấy sáng suốt, trùm khắp, bất sanh bất diệt. Nhưng chúng ta lại quên mất pháp thân mà sống với báo thân nhiều hơn. Báo thân tức là thân quả báo này. Nó là kết quả của những nghiệp nhân mình gây tạo ở quá khứ. Cho nên báo thân không ai giống ai, dù cho sinh đôi chẳng nữa cũng có điểm khác nhau. Chúng sanh chấp vào thân nghiệp báo này cho là thật, và cứ lầy quây lẩn quẩn với thân ấy từ đời này qua đời khác.

Người biết tu chịu khó quán chiếu, tức phản quan tự kỷ thì sẽ thấy thân này chẳng có giá trị gì cả. Còn kẻ mê thì bám giữ chiếc thân hư giả này, ai đụng tới là không được. Chẳng những đụng thân mình không được, mà cả những cái chung quanh mình cũng không được. Nếu chúng ta chưa phá được ngã, còn bị lệ thuộc nhiều bởi thân hư giả này, thì công phu tu hành không thể nào tiến được. Chúng ta sẽ lên xuống trong các đường không biết đến bao giờ. Người xưa dùng từ “ba vô số kiếp” để diễn tả cho thời gian dài đằng đằng này. Cho nên nhà thiền dùng các phương tiện như bắt ngòi thiền vì sợ mình nằm dài ra ngủ, bắt tụng kinh vì sợ mình lười biếng ham chơi. Mọi thứ nội qui điều lệ cũng đều vì mục đích mài dũa bản ngã của mình. Lại một điều, trị ngã thì chúng ta cũng muốn trị, mà phát huy ngã thì chúng ta cũng cứ phát huy. Cho nên rồi việc tu tập không đi tới đâu. Đó là vì chúng ta thiếu ý chí, thiếu quyết tâm.

Giai đoạn kế là chúng ta cố gắng đừng để tham giận, si mê, phiền não, tật đố... làm chủ mình. Những thứ này luôn nằm sẵn trong túi chúng ta, có cơ hội là nó lập tức nhảy ra. Quý vị nhớ người nào giận nhiều thì người đó mau già mau xấu. Ở đời ai cũng muốn mình tươi tắn, dễ nhìn dễ coi, nhưng cái giận lại không buông. Mà giận là gốc của sần sùi xấu xí. Không buông cái giận thì làm sao tươi đẹp được.

Ngoài việc làm già nua thân thể, nóng giận còn làm mất tất cả các công đức của mình. Chư vị Bồ-tát có công đức chính là trị dứt những loại phiền não này. Các Ngài buông được sự nóng giận là do các Ngài làm chủ được. Nếu chúng ta cũng tu tập như thế là chúng ta biết tu theo công hạnh của Bồ-tát. Công hạnh của Bồ-tát gồm có sáu thứ là bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, thiền định và trí tuệ.

Nên trong mọi tương giao hằng ngày, chúng ta kiểm soát được mình, dẹp tan nóng giận, tham lam, phiền não, tật đố... những cái dở của mình, đó là chúng ta tu hạnh Bồ-tát. Nghĩa là đối với cảnh sân, chúng ta nhẫn được không sân, đối với cảnh tham chúng ta tự tại không bị kéo lôi. Trong mọi thời mọi lúc chúng ta siêng năng, liên tục phát huy trí tuệ của mình, đó là tu hạnh Bồ-tát. Đây là các phương thức để chúng ta hành Bồ-tát đạo. Trị được ít thì làm Bồ-tát nhỏ, trị được nhiều thì làm Bồ-tát lớn. Thành tựu được Bồ-tát đạo rồi mới có thể thành tựu được Phật đạo.

Tóm lại trong mọi hành động, chúng ta phải gìn giữ bảo vệ, đừng để tham sân phiền não tác động, kéo lôi mình gây tạo những nghiệp nhân bất hảo. Đó là điều chủ yếu. Ngồi thiền, tụng kinh, sám hối, học pháp... chỉ là những phương tiện tu tập, cốt làm cho hoàn chỉnh việc chính yếu trên. Chẳng hạn ba giờ khuya chúng ta phải dậy ngồi thiền. Nhưng từ hai giờ ta đã tỉnh, kiểm tra tham sân phiền não của mình, không để chúng dấy động, thì việc ngồi thiền có hay không, không thành vấn đề. Niết bàn giải thoát không thể tìm kiếm bên ngoài, mà phải từ ngay chúng ta. Hễ chúng ta buông được một xấu xa, một tham sân phiền não thì chúng ta sống lại được với cái sẵn có của chính mình. Nghĩa là nếu chúng ta tỉnh sáng, thì chúng ta có được nguồn an vui ngay trong hiện đời.

Từ mốc đầu tiên là hướng thượng, đến giai đoạn thứ hai là tập trung triệt tiêu ngã chấp, kể đến hóa giải tham sân, phiền não, rồi phát huy trí tuệ và cuối cùng là tâm an. Đó là một quá trình hay một phương thức tổng quát để chúng ta áp dụng tu tập. Ở đây Hòa thượng gom gọn quá trình trên lại một cách đơn giản là “Một niệm dấy lên, không theo tức là định. Biết vọng niệm hư giả, không thật tức là tuệ. Định tuệ hiện tiền là người tự tại”.

Với cách thức tu tập như vậy, chúng ta không nhất thiết lệ thuộc vào các thời khóa như tụng kinh, ngồi thiền... Mà trong mọi lúc khi ăn, khi nghỉ, khi làm việc, khi tiếp khách... ta đều tỉnh giác, làm chủ được mình. Vọng niệm dấy khởi mình dừng được, không để nó kéo đi, tức là đã có định. Định là một năng lực, một sức mạnh mà mình bất kỳ người tu nào cũng không thể thiếu. Được thế thì tuệ giác hiện bày. Người đầy đủ định tuệ thì không có gì làm họ dao động được. Phật nói đó là hạng đại lực lượng, là hàng Đại Bồ-tát tự tại giải thoát.

Tôi đã nói phần gầy dựng công đức rồi, kể đến là phần giữ cho công phu miên mật. Miên mật có nghĩa là liên tục, không gián đoạn, không bị xen hở. Người tu thiền phải dựng công liên tục, miên mật trong từng tâm niệm. Chuyện này không phải đơn giản, vì chúng ta lúc tỉnh lúc mê. Đừng nói trong một ngày, một buổi sáng, mà chỉ trong khoảng một tiếng đồng hồ thôi, chúng ta cũng đã khó giữ công phu miên mật rồi.

Quý vị ngồi lại sẽ thấy, hai phút đầu tỉnh thì năm ba phút sau lại mê rồi. Mê là gì ? Là bị cảnh duyên kéo lôi. Nó kéo mình đi mất, mình ngồi đó mà tâm thần để tận đâu đâu.

Như sáng nay, quý vị đến Thiền viện lễ Phật, nghe pháp thấy lòng thư thả, an ổn. Sau đó quý vị ra nhà khách uống trà. Uống một ngụm trà trong người hưng phấn, rồi cảnh tượng tấp nập xe cộ của thành phố hiện về, cảnh gia đình con cái tính toán lo toan... Nghĩa là thân thì ở thiền viện, mà tâm đã bay về tận thành phố, đang đại náo loạn xạ như Tề thiên đại náo thiên cung. Chưa yên đâu ! Một chiếc xe vừa chạy qua, lập tức dòng vọng tưởng đổi chiều, “chà chiếc xe đó đẹp quá” và hàng loạt loại xe liên miên nối tiếp cho đến khi vọng tưởng gặp đối tượng mới...

Ngoài ra cũng có vị ngồi yên lặng nghiêm trang trong chánh điện cả tiếng đồng hồ. Mới nhìn tưởng như an ổn, ngờ đâu họ đang đắm mình trong dòng hồi tưởng về cuộc đời thăng trầm đã qua. Thế thì sao ? Dù cho cuộc đời lúc trước có đi trên nhung lụa hoặc là lội dưới sinh lầy thì cũng chỉ là vọng tưởng thôi. Sao lại hành thân tâm chi cho khổ vậy, sao không để cho mình được chút bình yên ! Thế nhưng ít ai chịu như vậy.

Nếu một tiếng đồng hồ hoặc nửa tiếng thôi, quý vị ngồi chỉ ngồi, bình thường, hồn nhiên nhìn mọi thứ trước mắt, không bị bất cứ thứ gì kéo lôi. Nghe tiếng động biết đó là tiếng động. Biết tất cả rõ ràng, nhưng không có gì kéo lôi được mình. Được như vậy là thiền định. Nhưng thường chúng ta hay hưng phấn bất tử. Hưng phấn rồi thì trong đầu hình thành những thứ tư tưởng, những chương trình đầy ắp. Thở không nổi, buông không xong.

Chúng ta phải tu trên từng tâm niệm. Làm sao một niệm dấy khởi, mình dừng được thì sẽ an lạc. Làm cách nào để dừng được ? Những niệm buồn, vui làm thay đổi gương mặt của mình không biết bao nhiêu lần. Nói đến đây, tôi nhớ lại câu chuyện thời tôi còn nhỏ. Tôi và mấy huynh đệ được mời tới ăn cơm ở một ngôi chùa người Hoa. Hôm ấy chùa cúng to lắm, có cả việc mở bát bảo dựng xá lợi của chư vị Tổ sư. Tương truyền

rằng, người nào nghiệp tập mỏng có công đức nhiều, thì nhìn thấy xá lợi tươi đẹp. Ngược lại ai tham sân, phiền não nhiều thì thấy xá lợi xám tối hay đỏ bầm. Mọi người nghe lời này thấy đều xôn xao. Ai cũng muốn biết nghiệp tập và phước báu của mình tới đâu. Tôi không hiểu chuyện ấy thực hư thế nào, nhưng các huynh đệ của tôi, người thì thấy xá lợi trong xanh, người thì thấy xám xám đen đen...

Đó chẳng qua căn cứ trên tâm niệm của mình. Muốn mọi việc tốt đẹp thì chúng ta phải tu tập trong từng tâm niệm. Tâm niệm tu tập liên tục thì sự an lạc, sáng suốt cũng liên tục. Muốn vậy trước tiên chúng ta phải dừng được những niệm khởi. Niệm khởi thì vô vàn. Ngồi lâu khởi niệm mệt, niệm đói. Trong người có bệnh phong thấp thì khởi niệm nhức mỏi... Niệm đã phát sinh thì rất nhanh, chưa có hệ thống vi tính nào tính nổi những dây niệm của con người. Tâm niệm bén nhạy, tinh vi, tế nhị vô cùng. Chúng ta khó phát hiện kịp những hiện hình của nó, cho nên nó dễ dàng kéo lôi mình. Vọng tưởng kéo đi một khoảng xa, giật mình tỉnh lại té ra này giờ bị vọng tưởng dẫn !

Không dừng được niệm khởi giống như không dập tắt được tàn thuốc nhỏ. Nó làm cháy rụi cả khu rừng công đức của mình. Trong kinh nói “Một niệm lửa sân đốt tan cả rừng công đức”. Như từ một niệm sân hận, nếu không dừng được thì xảy ra không biết bao nhiêu tội ác, đau khổ khiến cho người ta giết nhau, rồi tù đày v.v... Rõ ràng như vậy. Nổi sân lên mà dần không được thì hiện trường sau đó, chúng ta không lường hết được. Cho nên người tu phải nhìn thấy được hậu quả phát sinh từ các dây niệm của mình, cố gắng dừng cho được chúng.

Tất cả những gì chúng ta đã học hiểu, đều là phương thức để tập trung phát huy cách thức làm chủ các dây niệm. Người tu, nhất là tu thiền, phải có năng lực tiêu dung tất cả các niệm. Đi đứng nằm ngồi, trong mọi sinh hoạt mình phải làm chủ được các niệm, không để nó kéo dẫn đi đâu. Được vậy mới có thể nhập thiền, nhập định. Người như thế là người biết áp dụng Phật pháp trong đời sống, hưởng được sự lợi lạc ngay tại đây và bây giờ.

Tóm lại, dù chúng ta có học đạo hiểu đạo, tu tạo nhiều công đức, nắm vững đường lối chủ trương tu hành, mà công phu của mình không có, thì cũng như người nói ăn mà bụng cứ đói. Không có công phu mà muốn được giác ngộ, muốn được giải thoát thì quả là chuyện mơ hồ. Đạo Phật rất hiện thực và rất khoa học. Chúng ta càng nghiên ngẫm,

càng hiểu biết, càng có công phu tu tập thì chúng ta sẽ càng nhận rõ được điều này. Một khi chúng ta áp dụng và hành trì đúng đắn, chúng ta sẽ được an lạc và giải thoát ngay trong cuộc sống này. Chẳng hạn khi tâm sân đầy khởi, mình thấy và hóa giải được, thì lập tức sự nóng bức sẽ tan loãng. Ngay lúc đó, ta nhận ra sự an lạc giải thoát phần nào rồi. Bất cứ loại phiền não nào cũng vậy, trị được phần nào thì được an lạc phần ấy.

Tuy nhiên không phải nói là chúng ta làm được liền. Bởi vì tập nghiệp từ lâu đời đã ăn sâu, bây giờ muốn gột rửa cần phải nhẫn nại, kiên trì lắm mới được. Người sáng suốt là người chịu khó kiểm lại xem nghiệp tập của mình, thứ nào nặng thì trị trước. Nhắm mũi dùi xia thẳng, bửa ngay chỗ đó. Ngày nay bửa chưa được thì ngày mai bửa tiếp, chiều nay bửa không xong thì tối nay bửa cho xong. Cứ vậy mà làm, có ngày cũng phải xong.

Hòa thượng Viện trưởng dạy chúng ta phải gan dạ, phải phát tâm trường viễn, phải có ý chí mãnh liệt mới hoàn thành được việc của mình. Thiếu một trong những thứ đó, chúng ta khó có thể thực hiện chu toàn công phu tu hành. Như nói tụng kinh, niệm Phật sẽ được hết khổ. Nhưng đâu phải tụng vài lần, niệm vài chuỗi mà có thể hết khổ. Người đã tu Phật nhiều đời, tụng niệm vài lần được an lạc giải thoát. Còn chúng ta cạy vẫn chưa chịu nhúc nhích, nói gì tụng niệm sơ sơ mà được hết khổ.

Tuy nhiên người có đức tin, tin sâu lời dạy của Phật Tổ, thì tu đến bao giờ hết khổ mới thôi. Ngày nay chưa rồi, ngày mai tiếp tục. Đời này chưa xong, đời sau sẽ xong. Không gan dạ làm sao dám làm, không có tâm trường viễn làm sao dám đeo bám, không ý chí thì ắt hẳn phải bỏ cuộc giữa đường. Cho nên trong việc tu hành, không đặt vấn đề giỏi hay dở, mà là ta có dám làm và chịu làm hay không ? Dám làm sẽ thành công, chịu làm sẽ tăng tiến. Pháp Phật là tùy nghiệp tập của chúng sanh mà có, thành ra ai cũng có phần. Có điều đòi hỏi chúng ta phải cố gắng, đầy đủ niềm tin, ý chí và công phu phải được liên tục.

Gặp nhau trong một pháp hội, ít nhiều chúng ta cũng đã có phúc duyên. Phúc duyên lớn nhất của mình là gặp được Phật pháp và biết áp dụng lời Phật dạy. Quý vị cũng biết, nếu thiếu phước duyên chúng ta khó có cơ hội, có thời gian, có điều kiện để học hiểu và hành trì Phật pháp. Đã có sẵn phước duyên để áp dụng Phật pháp thì cố gắng áp

dụng cho đúng. Những gì không cần thiết chúng ta loại ra. Những gì cần thiết cho việc tu học, dù khó đến đâu chúng ta cũng gắng vượt qua, gắng làm cho được.

Một trong những việc quan trọng cần làm là chúng ta phải phá bằng được ngã chấp của mình. Nó là cái khó trị khó phá nhất. Nếu chúng ta muốn giải thoát, giác ngộ mà không phá được ngã chấp, thì việc giải thoát giác ngộ chỉ nói cho vui, chớ không có thực chất gì cả. Muốn phá được thì lối tu thẳng tắt và hiệu quả nhất là niệm dấy liền buông! Chúng ta phải làm chủ và dùng cho được những dấy niệm của mình. Công phu tu hành phải được thực hiện liên tục trên từng tâm niệm. Một khi làm được điều này thì chúng ta sẽ được an lạc và giải thoát ngay trong hiện đời.

Cuối cùng, tôi xin chúc toàn thể quý vị lúc nào cũng tỉnh sáng, công phu được phát huy liên tục trong mọi lúc. Mong tất cả đều thành công trong việc tu học của mình.



TRANG NGHIÊM HẠNH NGUYỆN

Hôm nay chúng tôi sẽ nói về hạnh nguyện của người tu. Người tu thường phát nguyện hành hạnh Bồ-tát, hạnh Phật. Tại sao phải phát nguyện ? Theo tinh thần Đại thừa Phật giáo, người tu luôn luôn phải phát nguyện để đạt cho được mục đích, để thực hiện cho được ý muốn của mình. Không phát nguyện tức là không có mục đích. Không có mục đích thì chúng ta tu hành để làm gì ? Cho nên hạnh nguyện rất cần thiết cho người tu cầu đạo giải thoát viên mãn.

Thế nào là hạnh nguyện ? Nguyện là sở nguyện, là ước muốn của mình. Hạnh là thực hành. Hạnh nguyện là thực hành những ước mong của mình. Vì vậy nhìn chung ai cũng có sở nguyện. Như người đời cầu mong được an ổn khoẻ mạnh. Người tu Tịnh độ niệm danh hiệu Phật A Di Đà, mong được sanh về cõi Cực Lạc. Người tu các pháp môn khác cũng vậy, luôn luôn mong mỏi tha thiết đạt được sở nguyện của mình.

Người tu thiền cũng có hạnh nguyện riêng của mình. Đó là những mong muốn rộng mở, trùm khắp, không dành riêng cho ai, không hạn cuộc trong phạm vi nào. Trong tất cả lời phát nguyện, nguyện lớn lao nhất là nguyện cầu thành Phật. Người tu thiền chỉ nguyện cầu thành Phật. Phật là giác. Chúng ta sống được với tánh giác là sống được với Phật của chính mình. Sống được với tánh giác của mình rồi thì khỏi cần mong cầu. Chúng ta bị các sự kiện xung quanh quấy rầy, nên thường mong cầu được yên ổn. Như bệnh tật liên miên tu không tiến, mong cho hết bệnh. Trí nhớ kém học kinh hoài không thuộc mong cho được thông minh sáng suốt v.v... Đó là những cách nguyện ước rất tự nhiên bình thường. Nguyện cầu thành Phật là ước nguyện lớn lao, nhưng tánh giác là cái sẵn có của mình, chỉ vì quên mà mình không dám nhận, thành ra nói mong cầu cũng chỉ là một cách nói. Song nếu chỉ mong cầu thôi, e khó thành tựu. Chúng ta phải thực hành những chí nguyện của mình cho đến ngày viên mãn.

1. Thệ Nguyện Độ Tất Cả Chúng Sanh.

Tất cả những bức xúc, phiền não, khi đối duyên xúc cảnh là chúng sanh trong tâm ta. Những chướng duyên, thuận duyên, mọi hiện tượng chung quanh chúng ta là chúng sanh ngoài tâm. Tất cả đều cần phải được độ hết. Bởi vì chúng sanh bên trong hay bên ngoài cũng đều là chúng sanh của tâm. Ở đây tạm chia trong ngoài để tiện nói về phương tiện tu hành.

Chẳng hạn đối với chúng sanh trong tâm, những thứ làm ta dễ chịu thích thú, ta thường có khuynh hướng nuôi dưỡng hơn là loại trừ chúng đi. Đối với chúng sanh ngoài tâm, những cảnh thuận ta giữ lại, cảnh nghịch ta xua đuổi. Người tu thiền không nên có thái độ như thế. Dù thuận hay nghịch đều phải lập chí quyết độ cho bằng được.

Với chúng sanh ngoài tâm, thuận thì gắng độ theo duyên thuận. Nghịch thì gắng độ theo duyên nghịch. Độ đến khi nào chúng ta bình thản, không thấy có vấn đề dễ hay khó nữa mới là thật độ hết chúng sanh. Có thể, mới xứng với lời nguyện của Phật, của Bồ-tát.

Một khi đã hiểu như vậy, ta không còn ngán phiền não nữa, vì đó là đối tượng để chúng ta tu. Nhiều duyên phiền não chùng nào ta nên vui chùng nấy mới phải. Có duyên phiền não ta mới biết việc tu hành của mình thăng tiến hay không. Mọi thứ chung quanh lặng yên, thì mình chìm trong đó nên sẽ không biết mình ra sao. Có nhiều sóng gió, phong ba bão táp mới biết tài chèo chống của thuyền trưởng. Biển lặng sóng yên thuyền bo bo chạy, ai lái chẳng được. Chỉ những lúc trời long đất lở, việc nọ việc kia tối mặt tối mày, mà mình vẫn an nhiên bình thản mới đích thực là thiền tử, là con Phật. Cho nên cần lập nguyện độ tận chúng sanh.

Thệ nguyện độ tất cả chúng sanh ở đây, trước nhất là tiêu dung được tất cả những bực bội, phiền não, dấy niệm loạn tưởng của chính mình. Trị được, buông được những thứ này tức là chúng ta độ chúng sanh trong tâm. Những thứ đó nếu không trị, chúng sẽ là giặc ngăn chướng đường tu của chúng ta. Trở ngại bên ngoài cũng đều phát xuất từ đây. Biết rồi ta phải trị thẳng ngay nó. Cho nên Thiền sư Nam Tuyền nói “tâm bình thế giới bình”.

Tâm chỉ bình khi nào ta trị được những điên loạn của chính mình. Phật dạy “Chiến thắng trăm ngàn quân địch chưa gọi là hiển hách, chiến thắng được mình mới là chiến công oanh liệt nhất”. Chiến thắng ở đây là sự bình thản, tiêu dung, giải thoát những dấy niệm, những vọng tưởng lăng xăng của chính mình. Trong những sinh hoạt bình thường, như lúc ăn cơm, uống nước ngủ nghỉ... nhiều khi mình chiến thắng không nổi. Một hớp nước hay một ngụm cơm nuốt không trôi, trong bụng bực bội là chưa tự chiến thắng được. Việc làm này là đại hạnh của Bồ-tát, chẳng phải chuyện thường tình.

Những việc bên ngoài chỉ hỗ trợ, nhắm thẳng bên trong mới là điều quan trọng.

Các Thiền sư nói “Tu mà không tu”, nghĩa là không có người tu và pháp để tu.

Chẳng hạn mình đang nổi giận đến tức nghẹn. Lúc ấy phải tụng kinh gì ? Tụng Bát Nhã cũng không xong. Tốt nhất khi đó ta nhìn thẳng vào cái giận xem nó diễn tiến ra sao, tự nhiên nó sẽ lui tan ngay. Chừng đó chúng ta mau chóng lấy lại sự bình tĩnh và chiến thắng được mình. Đó là cách thể hiện cốt lõi của người có công phu.

Thệ độ tất cả chúng sanh, gần nhất là độ tất cả vọng tưởng của mình vào Niết-bàn. Giải quyết được chỗ này rồi thì đời sống chúng ta rất bình thản, an nhiên. Dù bất cứ chuyện phiền phức gì xảy ra, nhưng một khi trong lòng chúng ta yên thì mọi thứ đều bình ổn. Trong kinh Lăng Nghiêm, Phật dạy vọng tưởng chỉ là bóng dáng của tiền trần. Yếu chỉ tu hành ở đây chính là độ hết các loại chúng sanh vọng tưởng này. Bao giờ chúng ta nhận rõ vọng tưởng là những bóng dáng của tiền trần, hư giả không thật thì mới siêu độ được chúng. Ngược lại chúng ta vẫn thấy chúng thật, là thân thuộc của mình thì khó lắm. Cứ nghiệm mà xem, nếu chúng là thật thì dù trời đất bao la, không gian mênh mông cũng không thể chứa hết nổi. Chúng đầy áp bên ngoài, đầy áp bên trong, rồi thì ăn không được ngủ không yên. Chỉ khi nào ta thấy chúng không thật, thì mới hóa giải được chúng. Như vậy, lời nguyện thứ nhất của chúng ta là thệ độ tất cả chúng sanh. Tức là trị được tất cả những dấy niệm của mình. Sau đó, ta mới mở rộng hoặc tạo duyên hỗ trợ mọi người chung quanh. Chỉ cần buông được các dấy niệm là ta đã tạo dựng được thế giới bình yên, nhân sinh an lạc. Đó là năng lực do tâm thể thanh tịnh phát sinh vậy. Như kinh nói, thế giới Cực Lạc hoàn toàn không có tiếng khổ, nói gì đến khổ cảnh, khổ hình. Người ở đó là các bậc thượng thiện nhân, hóa sanh từ hoa sen, không có tâm tưởng điên đảo, vọng động. Ở đây gió thổi, chim kêu đều là Phật pháp.

Thế giới chúng ta chưa được vậy, đường gồ ghề nên cần phải đắp bằng, trồng thêm hoa cảnh để che lấp chỗ gai góc. Như Thiền viện đây, cây cối sắp xếp theo một trật tự nhất định thì đẹp, thì hay nhưng chỉ là đồ giả. Nhưng nếu không tinh, không khéo thì đồ giả lại biến thành thật. Không tin quý vị thử bứng vài cây cảnh xem, sẽ thấy sự bực bội của các thiền tăng. Vì cây của mình, chùa của mình! Thiên nhiên không phải vậy. Thiên nhiên bình thản, bình thường. Cây lớn mọc cũng được, cỏ gai mọc cũng được. Thiên nhiên hồn nhiên không vương bận. Ta đốn cây, cây không nói gì. Đụng nó, bứng nó, nó cũng chẳng kêu la. Nếu chúng ta được bình thản như cây rừng, hồn nhiên như cỏ

nội, thì không cần hạn cuộc vào chuyện ngoài thiên.

2. Thệ Nguyện Trừ Sạch Tận Gốc Mọi Tâm Niệm Xấu Ác Của Chính Mình.

Lời nguyện thứ hai là trừ sạch tận gốc mọi hành vi, mọi tâm niệm xấu ác của chính mình. Tại sao việc này lại đặt thành lời nguyện ? Vì có khi ta làm được những việc lớn lao bên ngoài, nhưng đối với những việc bình thường thì ta quên. Như ta dễ dàng nhận thấy vết nhơ trên mặt người, nhưng lại không thấy vết nhơ trên mặt mình. Lời nguyện thứ hai chính là quay lại nhìn vào mình, từ đó chúng ta mới có thể thấy được mặt thật của chính mình.

Nhìn lại như thế nào ? Nhìn lại để thấy những cù cặn, những nghiệp tập của mình. Với bất cứ sự việc gì, mỗi khi đối diện chúng ta thấy trong lòng khó chịu hay rúng động thì coi chừng, không bình thường rồi ! Phải phát hiện ngay từ gốc, tức trong tâm. Vì bên trong có sẵn tập nghiệp, sẵn gai góc nên khi bên ngoài đủ điều kiện thì nó liền tương ứng phát khởi. Đó là do con khí của mình chưa ngủ, chưa nhập định, thành ra khi con khí bên ngoài kêu, con khí bên trong liền đáp ứng ngay.

Vì vậy lời nguyện thứ hai là thệ bỏ những nghiệp tập xấu ác của mình. Niệm nào còn tăm tối thì chúng ta loại bỏ đi. Không phải mỗi khi nổi giận, mình giận cho đã rồi mai mới tu. Hay muốn chửi người nào, thì chửi cho đã rồi ngoài thiên mới tu. Tu như vậy trễ lắm. Tu thì phải tu tức khắc, nếu không kịp thì khi nghiệp đã tạo rồi, quả báo hoàn tự thọ.

Nguyện là xin, là mong mỏi. Trong nhà thiên mong mỏi không phải là yếu đuối cầu cạnh bên ngoài, mà là tự khắc tự hứa mình sẽ có năng lực tỉnh giác, để chuyển hóa nghiệp tập cũ bằng cách buông hết các niệm xấu. Không nghĩ, không nói, không làm theo vọng tưởng đảo điên là thực hành hạnh nguyện tu đạo giác ngộ giải thoát. “Niệm đầy, biết không thật, liền buông” là lời dạy thẳng tắt và ngắn gọn trong nhà thiên. Tuy nhiên nếu không có trí Bát-nhã, thì không bao giờ ta biết nó không thật. Lời nguyện thứ hai giúp lòng mình được rỗng rang sáng suốt. Con khí ý thức ngủ đi, mặc cho bên ngoài thế nào, bên trong vẫn yên. Làm được lời nguyện này thì đối với kẻ oán người thân, tâm thấy đều bình đẳng. Một lòng giúp đỡ khi người cần đến mình, tâm hoàn toàn không chọn lựa. Đó chính là thực hành hạnh nguyện rộng lớn của Bồ-tát đạo.

Vua Trần Thánh Tông, thấy rõ và hiểu rõ được những tâm niệm như vậy, Ngài đã làm bài sám hối sáu căn hết sức tha thiết, giúp chúng ta quày đầu trở về với con đường chân sáng. Đó là pháp tu của hàng Đại thừa, hàng Bồ-tát. Là một vị vua, trăm công ngàn việc mà Ngài đã làm được, sống được như thế. Chúng ta bây giờ mọi thứ đã được người trước dọn về sẵn, nếu không tu được thì quả là đáng tiếc, đáng trách. Cố gắng !

3. Thệ Nguyện Học Hỏi Hết Thầy Giáo Lý, Nghề Nghiệp.

Lời nguyện thứ ba là thệ học hỏi hết thầy giáo lý nghề nghiệp. Lời nguyện này có tánh cách mở rộng. Sau khi đã thực hiện được hai lời nguyện đầu, chúng ta bước sang lời nguyện thứ ba, học đạo lý và nghề nghiệp. Đạo lý để tu và nghề nghiệp để sống.

Vì Bồ-tát không nhất thiết chỉ là những vị xuất gia, đắp y ôm bát hay ở chùa, mà hình thức sinh hoạt của các Ngài rất rộng rãi. Có khi các Ngài thị hiện là người nữ, có khi thị hiện là vua chúa, cũng có khi là quỷ sứ dữ dằn v.v... Các hình thức này đều vì lợi ích chúng sanh. Như Bồ-tát Quán Thế Âm, muốn độ các loài quỷ chúa, quỷ vương, quỷ đói trong cõi nạ quỷ, Ngài thị hiện thành Tiêu Diện đại sĩ v.v...

Bồ-tát thị hiện vào tất cả cõi, độ tất cả chúng sinh. Mà muốn vào tất cả cõi, độ tất cả chúng sanh thì phải có nhiều lớp áo, nhiều phương tiện. Nếu không đủ phương tiện thì việc độ sanh trở thành hạn hẹp.

Ví dụ có Phật tử nước ngoài đến thiền viện, họ không biết nói tiếng Việt, chư tăng cũng không biết nói tiếng của họ. Thế là không ai hiểu ai, thành ra mình không thể giải thích hay nói Phật pháp gì với họ. Vậy thì làm sao hướng dẫn họ tu được. Do thấy sự hạn hẹp đó, mà chúng ta noi theo gương hạnh của Bồ-tát, nguyện học hiểu các phương tiện, thị hiện trong các tầng lớp, các cảnh đời để vì lợi ích chúng sanh. Cho nên muốn thành tựu được các Phật sự, cần phải có phương tiện rộng rãi.

Lời nguyện thứ ba này nhằm để dễ dàng hàng phục, gần gũi giáo hóa chúng sanh. Tâm hạnh của Bồ-tát là tự giác, giác tha. Đây là việc chính. Tự mình giác ngộ nhưng còn vô số chúng sanh chưa giác ngộ. Cũng như mình là người hết khổ, đủ cơm ăn áo mặc, nhưng kẻ khác còn đói nghèo thì chúng ta không thể ngồi yên được. Với tâm hạnh của Bồ-tát, không thể an hưởng một mình, mà còn phải nghĩ đến vô lượng chúng sanh đang khổ đau. Vì vậy các Ngài nguyện khoác nhiều lớp áo, vào trong tất cả cảnh giới, làm tất cả công việc, mang lại lợi ích cho muôn loài.

Chúng ta còn nhớ lời nguyện của Bồ-tát Địa Tạng. Ngài nguyện đi vào địa ngục, gần gũi với các chúng sanh trong đó để an ủi, động viên họ. Giúp họ nhận được rằng, họ có khả năng chuyển hóa những khổ đau mà họ đang phải gánh chịu, họ có khả năng đi trên con đường bình an giải thoát. Đó cũng là lời nguyện của vô lượng các vị đại Bồ-tát, thị hiện khắp nơi như Bồ-tát Di Lặc, Bồ-tát Văn Thù, Phổ Hiền...

Chúng ta cũng thị hiện, nhưng thị hiện trong sáu nẻo luân hồi vì bị nghiệp dẫn. Bị nghiệp dẫn nên thân khẩu ý của ta không thanh tịnh. Đó là vì hạnh nguyện đời trước không trang nghiêm. Nếu đời này cứ tiếp tục như thế thì hôm nào quơ tay múa chân, nhắm mắt tắt thở, theo nghiệp trôi dạt không biết ra sao. Vòng nhân quả luân hồi nhiều vô kể. Nếu chúng ta không lo tu tập, không chuẩn bị cho mình, thì tương lai mịt mờ tăm tối. Quý vị cũng biết, lúc nhắm mắt xuôi tay tâm niệm hỗn loạn là chúng ta dễ lọt vào những cảnh giới không tốt. Vậy muốn bình thân vui vẻ lúc ra đi thì ngay bây giờ, chúng ta phải tu tập. Có vậy mới mong hướng đi của mình được thẳng hoa, được tự tại.

Tóm lại, lời nguyện thứ ba này là lời nguyện đầy đủ tinh thần hàng phục các duyên, đầy đủ phương tiện để lợi mình lợi người, đầy đủ lực thông cảm để khuyến hóa những chúng sanh đã tin và chưa tin.

4. Thệ Nguyện Thành Phật.

Lời nguyện thứ tư là nguyện thành Phật. Chúng ta tu hành nguyện thành Phật chứ không nguyện thành gì khác. Đây là nguyện rốt sau của người tu. Khi phải cẩn thận, nếu không sẽ bị bợn ma lừa gạt. Bởi vì những giả cảnh hiện ra như Phật, Bồ-tát cũng từ chính công phu của mình mà ra. Nếu lầm nhận thì chúng ta sẽ bị những giả cảnh này rước trước. Cho nên nguyện thành Phật, nhưng phải tỉnh giác, đừng để các ảo tưởng dẫn dắt.

Nghiệm lại đời sống hiện tại, chúng ta rất dễ bị ảo tưởng mê hoặc. Vì vậy nguyện lực phải đi đôi với trí tuệ, với công phu thiền định. Mục đích tu học của chúng ta là làm sao tập trung vào việc lợi ích cho tất cả chúng sanh. Người thực hiện được lời nguyện này là người làm chủ được nhân quả, không lầm đối với tất cả cảnh duyên, tự tại trước mọi hoàn cảnh. Sở dĩ chúng ta sợ sệt cầu cứu là vì chúng ta không làm chủ được nhân quả. Nếu miệng cứ nguyện không vào những nơi khổ đau, nhưng thân ý cứ gây nhân khổ đau thì nguyện cũng vô ích. Khổ đau này là quả của các nhân mình đã gây tạo. Chính nhân

này trói buộc khiến mình không thoát khỏi khổ đau. Thành ra tốt nhất là đừng gây nhân, để khỏi phải sợ sệt cầu cứu van xin ai.

Lời nguyện này tập trung vào năng lực thành Phật, hoàn toàn giác ngộ giải thoát. Muốn thế, chúng ta phải biết bỏ cái giả và nhận cái thật là tánh giác của mình. Từ đó làm tất cả Phật sự đều từ tánh giác.

Chư Tổ dạy cuộc đời giả, cảnh duyên giả, con người giả. Quan hệ cha mẹ anh em thầy bạn chẳng qua cũng chỉ là giả tạm. Có rồi cũng thành không, bởi hữu hình thì hữu hoại. Cái gì ràng buộc chúng ta ? Người sáng chỉ khéo sử dụng thân này, cảnh này để tu hành cho được kết quả viên mãn.

Trong công phu hằng ngày, ngài Đại Huệ dạy: “Nghịch cảnh phá dễ, mà thuận cảnh thì phá khó. Nghịch cảnh chỉ cần tôn một chữ nhẫn, định tĩnh giây lát liền mất. Thuận cảnh không có chỗ cho ta lẩn tránh, như nam châm gặp sắt, hai thứ hợp nhau tự nhiên làm thành một chỗ”. Nghĩa là gặp cảnh nghịch, chúng ta chỉ cần nhẫn một chút thì qua được. Ai trong chúng ta cũng sợ nghịch cảnh. Nhưng thật ra nghịch cảnh không phải là điều đáng sợ. Vì nó không thuận lòng thuận ý mình, nên mình không có tâm nắm giữ. Chỉ cần nhẫn là qua.

Ngược lại, gặp cảnh thuận thì ta không có chỗ nào để phá. Làm sao phá được ? Như bảo mình đánh một người mình thương, làm sao đành lòng đánh ? Trong kinh Phật dạy, các vị tu nhập Bồ-tát địa, đến địa thứ tám là Bất động địa thì định tuệ tròn đầy. Khi này được Báo thân Phật khuyến hóa khởi đại từ bi, vào trong tất cả cảnh giới sai biệt, tu tập tất cả Phật đạo, để thành tựu Phật vị. Các vị A La Hán nhập vô sanh vị rồi, cũng được khuyến hóa nhập Bồ-tát đạo để thành Phật không nên an trụ trong hóa thành. Hóa thành là một thuận cảnh gây trở ngại cho việc thành tựu quả Phật.

Thời đức Phật còn tại thế, sau ngày mãn hạ, các thầy Tỷ-kheo từ những trú xứ khác trở về tinh xá Kỳ Hoàn đánh lễ đức Thế Tôn cầu chỉ giáo. Trên đường về, các vị thấy một người đang bị xiềng xích gông cùm. Khi gặp Phật, các thầy kể lại sự việc trên và thưa hỏi: “Bạch đức Thế tôn ! Trên đời này có sợi giây nào cứng chắc hơn thứ xiềng xích đó không ?”. Đức Phật đáp: “Sợi dây ái luyến còn cứng chắc hơn nhiều lần sợi dây xiềng xích ấy nữa”. Rồi đức Phật kể câu chuyện sau.

Có một Phật tử hiếu hạnh, khi mẹ già mất ông xin người bạn đời cho ông đi tu để báo hiếu. Người vợ bảo: “Tôi đang có thai, thôi thì ráng đợi đến khi sinh nở xong, thấy được mặt con rồi hãy đi”. Nghe hợp lý ông cũng ráng. Khi sanh rồi, người vợ lại bảo “Thôi, đợi con dứt sữa, tôi có thể làm được các việc, rồi đi hãy còn kịp”. Ông nghe cũng hợp tình, thành xuôi theo lần nữa. Nhưng khi đứa con vừa dứt sữa thì vợ lại có thai, rồi... bốn cũ soạn lại. Cuối cùng ông phải bỏ qua những lời ti tê, dứt khoát đến gặp Phật và nỗ lực tu hành đắc quả.

Sau khi đắc quả, ông tuyên bố: “Ta đã gan dạ bẻ gãy gông cùm bền chắc nhất. Đó là gông cùm dục nhiễm. Ta đã chặt đứt sợi dây ràng buộc chắc chắn nhất, đó là lòng luyến ái vợ con”. Dây làm bằng sắt, bằng gai hay bằng gỗ chưa phải là bền chắc. Sợi dây bền chắc chính là sợi dây ái luyến ràng buộc vợ con.

Quý vị thấy, thuận cảnh êm ấm sẽ ràng buộc như vậy, cứ mắt xích này nối tiếp mắt xích kia vô kể, không khi nào đứt hết. Nghiệm lại lòng mình, ai cũng còn sợi dây ái luyến này. Gông cùm xiềng xích chỉ là hình thức cạm cọt bên ngoài. Sợi dây luyến ái mới là thứ vô hình trói buộc ngàn đời, khó mà nhúc nhích cục cựa. Không hẳn ai cũng ái luyến vợ con, nhưng sợi dây luyến ái gia là tiêu biểu nhất. Rồi còn vàng bạc, địa vị, rất nhiều thứ... Người tu chúng ta phải cắt cho được sợi dây này, phải tự gỡ tự tháo, không ai làm dùm cho mình. Khi nào tháo gỡ được thì mới nói đến chuyện tự do tự tại.

Song nghịch cảnh hay thuận cảnh gì cũng đều không thật. Làm chủ được nghịch cảnh thuận cảnh thì chúng ta sẽ an lạc. Đây là chỗ nhắm của người tu thiền, là chỗ chúng ta dụng công phu. Chỉ cần tỉnh giác, việc gì cũng xong.

Tóm lại, trong bài trang nghiêm hạnh nguyện hôm nay, tôi nêu lên bốn điều cần thiết giúp người tu chúng ta đi từ địa vị phàm phu đến địa vị Phật. Đường tu hành gian nan, Phật đạo khó thành, nếu không có hạnh nguyện thì khó mà vượt qua. Là người con Phật, tu theo hạnh Bồ-tát hạnh Phật, chúng ta cố gắng chí thành phát nguyện và trang nghiêm hạnh nguyện của mình. Được vậy mới mong thành tựu được đạo nghiệp giác ngộ giải thoát.



TỊNH TU BA NGHIỆP

Buổi sinh hoạt hôm nay tôi sẽ nói về cách thức chữa trị ba nghiệp thân, khẩu, ý. Trong ba nghiệp đó, ý nghiệp là quan trọng nhất.

Trước nhất tôi nói nguyên nhân khiến ba nghiệp tạo tội. Nói nguyên nhân tức là có nhân duyên, đủ nhân đủ duyên thì nguyên nhân này dẫn đến kết quả của nó. Nguyên nhân là năng lực, năng lực đó là nghiệp. Đã thành nghiệp rồi thì sẽ có quả báo.

Người hiểu Phật pháp, thấy rõ những nhân tố này khởi ra từ sự lầm mê. Hoặc nói, hoặc nghĩ, hoặc làm theo dấy khởi của ba nghiệp. Chúng ta thiếu tự chủ, thiếu tỉnh sáng sẽ dễ dàng chấp nhận theo tập nghiệp. Bởi vậy cho nên làm bất cứ việc gì, nói những lời gì hoặc suy nghĩ vấn đề gì, chúng ta đều phải nghiệm xét kỹ, để ngăn chặn ba nghiệp của mình, không cho nó tạo nhân bất thiện.

Phật dạy vô minh dẫn chúng ta đi tạo nghiệp. Vô minh là mê lầm, tăm tối. Bởi mờ mịt không tỉnh sáng, không làm chủ được ba nghiệp, cứ mặc tình tạo nhân đến khi thành quả rồi than khổ. Nếu chúng ta tỉnh táo, làm chủ được thì có thể nắm được vận mệnh của mình. Điều động được ba nghiệp đi theo những con đường lành. Tiến lên nữa là đi tới giác ngộ, giải thoát.

Muốn làm chủ được thì phải có trí tuệ. Nhờ có trí tuệ nên ý nghĩ tốt, miệng nói lời tốt, thân làm việc tốt. Lúc tụng kinh, khi tọa thiền hoặc làm tất cả công việc đều phải vận dụng trí tuệ. Đó là điểm then chốt của người tu. Có trí tuệ thì không có vô minh. Còn một chút vô minh, nó cũng sẽ dẫn mình đi trong tăm tối. Giống như từng giọt nước nhỏ dần dần làm đầy chung lớn, một đóm lửa nhỏ âm ỉ cũng cháy lan cả khu rừng lớn. Phật nhắc nhở chúng ta phải tỉnh giác, để loại trừ tất cả những tăm tối còn vương mắc trong lòng. Vương một chút là còn có vấn đề, là còn bất an. Do si mê nên làm nhận, thấy không đúng, do vương mắc vọng tưởng... Không để si mê tác động thì ba nghiệp sẽ thanh tịnh. Muốn như vậy chúng ta phải tu thế nào? Đó là đó là điều quan trọng tôi muốn nói.

Phật dạy ngay nơi các giác quan của mình là con đường dẫn đi trong luân hồi sanh tử, mà cũng chính ngay đó là con đường dẫn đến Niết-bàn an vui. Mê lầm chạy theo trần cảnh thì ba nghiệp không thanh tịnh. Tỉnh táo sáng suốt không chạy theo các cảnh duyên thì ba nghiệp thanh tịnh. Cho nên phải tu ngay nơi sáu căn. Sáu căn thanh tịnh thì ba nghiệp trở thành giới định huệ. Sáu căn lao theo sáu trần thì ba nghiệp trở thành ba độc.

Vì vậy giữ gìn các căn thanh tịnh là tịnh tu ba nghiệp, cũng là trở về chỗ chân thật miên viễn, không còn khổ đau nữa.

Chúng ta có nhiều thứ mê lầm thật vô lý. Sự mê lầm đó không hạn cuộc ở lứa tuổi nào hay giới tính nào. Chẳng hạn mình cứ tưởng mấy cụ già bảy tám mươi tuổi không có phiền não. Nhưng thật ra đôi khi các cụ phiền não còn hơn giới trẻ nữa. Phiền não vì tuổi già yếu đau, ăn không được, ngủ không được. Phiền não vì cháu nội, cháu ngoại, cháu cố, cháu chắt. Phiền não vì con mèo con chó xóm giềng... đủ thứ chuyện trên đời, cái gì cũng phiền não được hết.

Hoặc mình tưởng người nhỏ tuổi lúc nào cũng vui vẻ, thân thể khỏe mạnh không có phiền não, nhưng té ra họ cũng phiền não chuyện bạn bè, chuyện thi cử học hành, chuyện tình cảm riêng tư... Còn lứa tuổi trung niên thì thôi, mắc mứu chuyện đời, chuyện làm ăn, chuyện gia đình, đủ thứ... đầy dẫy phiền não. Nghĩa là khoảng trên khoảng dưới khoảng giữa gì, trong lứa tuổi nào cũng có phiền não hết.

Phiền não là khách không hẹn mà đến, nó muốn đến lúc nào thì đến, nếu chúng ta không có sự tự chủ. Nhiều khi trong giấc ngủ nó đến, làm cho mình nhức đầu ngủ không được. Sáng ra choáng váng không làm gì được cả, lại tiếp tục phiền não. Cho nên thiếu tỉnh giác, không có trí tuệ thì bị phiền não chi phối, điều động làm cho mình khổ sở, điều đứng, không yên.

Việc đối trị phiền não rất khó khăn, nên ngoài sự cố gắng ở tự thân, chúng ta cũng rất cần đến thiện hữu tri thức trợ lực thêm. Nghĩa là chúng ta không gặp minh sư, không gần gũi bạn tốt, không được uôn nắn nuôi dưỡng trong chánh pháp thì khó mà điều phục các nghiệp của mình. Vì vậy thân cận với thiện hữu tri thức, bồi dưỡng chánh pháp là những điều kiện ban đầu trong việc tu tập của kẻ sơ cơ.

Tuy nhiên trí quán vẫn là điều then chốt trong công phu tu hành. Trí quán là gì ? Tức là sự soi rọi, soi rọi lại mình và soi rọi tất cả sự kiện chung quanh ta. Thiếu trí quán thì không thể tu được. Chỉ dùng trí quán mới thấy được lẽ thực của các pháp. Thấy được lẽ thật các pháp tức là thấy chân lý. Thấy được chân lý tức là không còn lầm lẫn nữa. Không còn lầm lẫn là hết vô minh. Hết vô minh là hết nghiệp, tự tại giải thoát.

Ví dụ Phật nói cái nhà không thật. Do cột kèo xuyên trính hợp lại mới thành cái nhà. Người có trí nghe thể biết nhận định thì tin theo, Phật gọi đó là người có trí tuệ. Còn

người thiếu trí nghe thế không tin, Phật gọi đó là kẻ si mê. Chúng ta là đệ tử Phật phải thấy được thực chất của các pháp. Thấy rồi phải ứng dụng tu tập. Cho nên xử dụng trí quán chính là tu tập vậy.

Như Phật nói cái nhà không thật tức là chỉ thẳng chân lý. Chẳng những cái nhà mà tất cả các thứ bên ngoài hay ngay nơi bản thân chúng ta cũng vậy. Thường xuyên quán chiếu các pháp bên ngoài, cho đến thân tâm này không có gì chắc thật cả. Thấy rõ như vậy mới không còn bám chặt vào đó mà tạo các nghiệp. Việc tu tập là phải biến lý thuyết thành hiện thực, nếu không nó chỉ là lý thuyết suông, không có giá trị gì.

Mỗi ngày cứ sáng ra thì ăn sáng, đến trưa dùng cơm trưa, chiều tới lại ăn chiều... Ngày qua ngày, năm tàn tháng lụn cứ trôi giạt bèo bọt như thế thì bao giờ mới thoát khỏi tam giới. Sở dĩ chúng ta trôi nổi mãi là vì mình chấp nhận như vậy. Phiền não thì than khổ mà tu thì không chịu tu. Cứ chiều uốn theo ba nghiệp, mặc tình cho nó nghĩ, nói, làm lung tung; không ra sức điều phục chuyển đổi thì bao giờ ba nghiệp mới thanh tịnh được.

Muốn làm chủ được ba nghiệp, thứ nhất là phải tinh táo sáng suốt. Thứ hai phải thân cận thiện hữu tri thức. Thứ ba là phải dùng trí quán soi rọi tận cội nguồn của tất cả các pháp. Đối với người tu, nhất là tu thiền cần phải vận dụng trí tuệ một cách triệt để. Qua ba điều chúng tôi nêu lên, nếu quý vị thực hiện được thì có thể trị hết phiền não, làm chủ được ba nghiệp của mình. Các kinh Tịnh Độ thường dẫn lời Phật dạy: “Tam nghiệp hằng thanh tịnh, đồng Phật vãng Tây phương”. Nghĩa là ba nghiệp mà thanh tịnh thì cùng với chư Phật sanh về Tây phương. Giản dị như thế.

Kể đến, tôi nói những duyên khiến cho chúng ta không được giải thoát. Giải là cởi ra, thoát là trót lọt, không dính mắc gì hết. Thường nói giải thoát là được tự tại, không còn vướng mắc trong sanh tử nữa. Phật nói các pháp có thành thì có hoại, thân này có sinh thì có tử, vật gì có hợp thì có tan. Không một pháp hữu vi nào hình thành, mà không có sự biến dịch tan hoại. Chúng ta học thuộc, có thể giải thích cho người khác hiểu như vậy nhưng bản thân mình thì không áp dụng được những điều đó. Bởi không áp dụng được, nên chúng ta bị phiền não làm hoặc loạn khiến cho ba nghiệp không thanh tịnh.

Khi phải chia lìa người thân chúng ta khóc. Cầu mong điều gì mà không được chúng ta buồn. Cứ thế mà phiền não luôn. Đó là tại vì chúng ta nuôi dưỡng, phát triển nó

trong tâm. Thế nên Phật bảo chúng sanh mê tối thật đáng thương. Điều này mình đã học lâu rồi, mình còn nói cho người khác nghe nữa, nhưng bản thân mình không áp dụng. Cho nên rồi mình cũng khóc, cũng cười, cũng than trách đủ thứ chuyện trên đời.

Tóm lại chúng ta còn bị tác động bởi những nhân tố bên ngoài thì cái u nhọt phiền não vẫn hoành hành bên trong hoài. Người đầy phiền não là người có mục ghẻ bên trong. Người ta gọi là ung thư. Mục ghẻ đó lớn lên, rồi vỡ ra thì chết. Ung thư là bất trị, người đời còn sợ bệnh này. Huống là người tu lại nuôi dưỡng mục ghẻ trong tâm.

Phật nói thân này là ghẻ đói, nên nó đòi ăn đủ thứ. Có ai dám nhìn nhận thân mình như thế không ? Nếu nhận ra được như thế thì người ta đâu còn giành giật nhau từng miếng ăn, hơn thua nhau từng tiếng nói. Cho nên do ý nghĩ không đúng, dẫn tới nhận định sai lầm, thành ra thân miệng làm bậy. Thế là ba nghiệp lầy lùng, dẫn ta đi theo con đường của nó. Vì vậy muốn tịnh tu ba nghiệp thì phải tịnh cái ý trước tiên. Nghe giáo pháp Phật dạy, ý không nghĩ viển vông, điên đảo thì thân miệng cũng yên ổn theo.

Sự bình an đó là do ở chính ta mà ra. Không có đức Phật hay vị Bồ-tát nào trao cho ta được cả. Chúng ta gầy dựng từ nơi cuộc sống, quán sát ngay ở sáu căn. Đó là con đường duy nhất trên lộ trình tiến tới giác ngộ giải thoát. Người con Phật nếu có trí lực, nhận định, sống được như vậy thì nhất định sẽ thoát khỏi vô minh, được giải thoát an vui. Ví dụ mình sợ mau già, sợ bệnh khổ sợ chết, lo sợ đủ thứ. Bây giờ học Phật, mình biết thân này là đồ giả, có ngày sẽ tan rã, lo cũng chẳng ích gì, thôi không thêm lo nữa. Lo tức là khởi niệm toan tính. Thân này không kéo dài hơn một hơi thở, mà mình tính tới chuyện trăm năm ngàn năm thì thật là dại khờ. Một chút xíu vậy thôi, nếu chúng ta nhận định đúng thì sẽ chuyển cả một cuộc đời, từ lo âu tính toan thành ra tự tại an vui.

Trí lực không hiện tiền, sự tu tập không tăng tiến thì đối với nghiệp mình bị động, không làm chủ được. Phật, Bồ-tát làm chủ được nghiệp, giải trừ được nghiệp nên các Ngài an vui vĩnh viễn. Còn với chúng ta bị nghiệp kéo lôi nên đau khổ trong sanh tử không có ngày cùng. Ngài Khuê Phong nói người không tỉnh táo sáng suốt sẽ bị nghiệp kéo lôi. Còn người tỉnh táo sáng suốt hay chuyển được nghiệp.

Lại nữa, chúng ta khó chấp nhận buông bỏ thân tâm này là vì sự hiện diện của ngã. Nó luôn tiềm phục bên trong để bảo vệ cho những lý lẽ sai lầm do vô minh vọng tưởng xúi giục. Ngã là gì ? Phật nói ngầu là ngục tù giam hãm tuệ mạng chúng ta. Ngã không

thật có, nó chỉ là một sản phẩm của vô minh. Nó không có hình tướng dữ dằn, trăm tay ngàn mắt nhưng nó cứ chôn chặt, trói buộc ta không thoát ra được. Ăn mặc, ngủ nghỉ, thương ghét, vui buồn, tiếp xúc làm việc... tựu trung đều vì bản ngã mà ra. Người tu nhất định phải dẹp phá bản ngã thì mới có thể thành tựu đạo nghiệp được.

Trí tuệ phát sinh thì bản ngã sẽ không còn. Nó đã bị cây kiếm trí tuệ chặt đứt rồi. Trí tuệ là sự nghiệp của người tu. Có trí tuệ mới quán chiếu lại mình, thấy được thân này do tứ đại hợp thành không thật, tâm này vô thường luôn luôn thay đổi, cái gì là mình, cái gì là ngã ? Biết rõ như vậy rồi, không còn đắm luyến thân, không còn chấp giữ thân. Nhờ thế ta không lo sợ sự thịnh suy, được mất của các pháp hữu hình hữu hoại. Sống chết đã không màng thì nói gì đến các thứ khác, do đó ta dùng được sự tạo tác của ba nghiệp.

Cho nên giai đoạn thứ nhất là làm sao thấy rõ được sự hợp tan của các pháp, tức là thấy được thực chất của các pháp thì mình không bị nó kéo lôi nữa. Thứ hai là nhận ra được ngã không thật, đừng để nó trói buộc nữa thì gọi là giải thoát. Đó là hai vấn đề chủ yếu trên bước đường tu.

Ở đây nói tu tức là chúng ta phải dũng mãnh tinh tiến, kiên trì lâu dài. Phật dạy:

Phật pháp không nhiều,
Người lâu bền khó có.
Học đạo như tâm ban đầu,
Thành đạo hẳn có thừa.
Trước sau không hề đổi,
Mới thật là bậc trượng phu.

Phật pháp không nhiều, bởi vì tất cả vấn đề Phật nêu lên cũng chỉ vì một mục đích giúp cho chúng sanh dứt trừ hết phiền não, được tự tại giải thoát. Nhưng vì chúng sanh có nhiều tập khí, nhiều bệnh khác nhau nên Phật cũng uyển chuyển nói thành nhiều cách, chớ thật ra pháp Phật cũng chỉ có bấy nhiêu đó thôi.

Người lâu bền khó có, tức là người kiên trì, người phát tâm trường viễn rất ít. Phần nhiều tu thì cũng cố gắng nhưng gặp khó thì nghỉ hoặc thoái lui. Tu nhàn nhàn thì được, chứ dùi cho lưng đánh cho phùng, thì thật hiếm hoi tìm được người này. Thành ra nói người lâu bền khó có.

Học đạo như tâm ban đầu, tức là tâm chí thành khẩn tha thiết, chỉ mong cầu được thành Phật thôi, không cầu gì khác. Nếu người học đạo giữ được tâm ban đầu mãi thì chuyện thành Phật không khó. Cho nên nói học đạo như tâm ban đầu thì thành đạo hẳn có thừa. Việc ấy chắc chắn như vậy, không nghi.

Trước sau không hề đổi, mới thật là bậc trượng phu. Nghĩa là người tu hành trước sau không thay đổi, đó mới là trượng phu. Người này khi đã quyết thì phải làm cho được. Không phải trượng phu là người to lớn, hoặc kỳ lạ hơn thiên hạ. Người trượng phu là người thủy chung dứt khoát, một tiến thì nhất định không lùi. Trượng phu là những bậc có ý chí cao vợi, kiên định tu cho thành Phật mới thôi. Chừng nào bằng Phật mới vừa lòng con, chưa bằng thì chưa hài lòng.

Người tu theo đạo Phật nếu không đầy đủ ý chí, không có sự quyết tâm chịu đựng thì sẽ không đi tới đâu hết. Do đó chúng ta phải luôn giữ vững tâm ban đầu của mình. Tất cả người tu đều nhớ nghĩ, thực hiện sở nguyện duy nhất của mình là tu hành cho tới giác ngộ viên mãn mới thôi. Đó là bậc trượng phu. Phật, Bồ-tát là những bậc đại trượng phu. Phật là gì ? Là người đã giác ngộ. Bồ-tát là gì ? Là người đang thực hiện đạo giác ngộ. Phật là bậc giác ngộ hoàn toàn, Bồ-tát là những vị đang giác ngộ từng phần. Chúng ta đang học, đang thực hiện những hạnh nguyện đó, vậy chúng ta cũng có phần. Nói trượng phu là trong đó có chúng ta.

Trở lại vấn đề ban đầu, muốn tịnh tu ba nghiệp thì điều thứ nhất là đối với những tật xấu của thân khẩu ý, chúng ta không để cho nó phát khởi nữa. Trái lại chúng ta cố gắng phát huy những đức tánh cao thượng tốt đẹp để chuyển hóa thân khẩu ý nghiệp. Đối trị được ba nghiệp của mình gọi là tu. Thấy được thực chất của nó không thật, không để cho nó lao lung kéo lôi, dẫn dắt mình mà mình phải làm chủ nó. Đó là chúng ta học theo hạnh nguyện giác ngộ và thực hiện tinh thần giác ngộ giải thoát của Phật.

Điều thứ hai là chúng ta nên tránh xa những nghiệp xấu, bởi vì nó sẽ thiêu đốt thân tâm ta. Người tu phải dùng trí tuệ thấu đạt được vọng tưởng dấy khởi là không thật nên phải phòng trị những dấy niệm của mình. Đến đây tôi nhắc lại lời Hòa thượng. Hòa thượng dạy “niệm khởi liền buông”. Buông được thì định tĩnh hiện tiền. Có định liền phát sinh trí tuệ, cho nên đây cũng là pháp tu định tuệ đồng đẳng. Sống trong định thì không bị

vọng tưởng kéo lôi, tuệ giác hiện tiền. Người như thế là người giải thoát khỏi các nghiệp trói buộc, tự do tự tại.

Điều thứ ba là không bị những niệm tưởng lăng xăng kéo lôi, thì đạo quả giải thoát chắc chắn sẽ đạt được. Bất luận tại gia hay xuất gia, nếu cố gắng tu tập, trao dồi tâm trí để thoát khỏi vòng phiền não tham sân, hẳn nhiên người ấy sẽ được giải thoát an vui. Điều này chúng ta phải quyết tâm thực hiện. Phật nói tất cả chúng sinh đều có khả năng thành Phật. Vậy tại sao chúng ta không thực hiện ngay. Phần đầu thực hiện cho được lời dạy của Phật là tịnh tu ba nghiệp để đi đến giải thoát.

Niết-bàn giải thoát đó phải tự mình gây dựng, tự mình tu tập. Đạo Phật chân chính không dạy chúng ta ngồi chờ các bậc thánh linh trên núi trên non ban phúc giáng họa. Tinh thần giác ngộ giải thoát dạy chúng ta phải khẳng định vị trí và việc làm của mình. Mỗi người đều có khả năng chuyển hóa ba nghiệp, đồng thời phát huy được quyền tự quyết tự chủ của mình. Đó là quyền làm Phật. Ngay bây giờ chúng ta phải gây dựng sự nghiệp giác ngộ giải thoát cho mình.

Đối với pháp tu trong đạo Phật, nếu chúng ta áp dụng đúng thì nó sẽ tiến hóa từ từ. Hiểu tuy nhanh nhưng sửa đổi tập khí là một quá trình lâu dài. Trong khi tu không bắt buộc chúng ta dụng công quá sức, nhưng cũng đừng thả lỏng, buông xuôi ba nghiệp của mình. Như vậy việc tu chắc chắn sẽ thành công.

Một ngày mười hai tiếng đồng hồ, mình muốn ngồi thiền tới mười ba tiếng thì chết. Ngồi từ sáng tới chiều, từ chiều tới tối, bỏ ăn, bỏ ngủ... ngày hôm sau bệnh. Thế là nghỉ tu một tuần lễ. Không nên làm như thế, cứ từ từ là tốt nhất. Chủ yếu là làm chủ được sáu căn, không cho nó chạy theo sáu trần. Đây mới là điều quan trọng. Do đó lúc nào chúng ta cũng tỉnh, cũng sáng, sống bình thường tùy duyên vui vẻ mà vẫn không mất mình.

Thiền sư Trung Ấp có nói một ví dụ thế này. Như một con khỉ ở trong chuồng, nghe con khỉ bên ngoài kêu chóc chóc, nó cũng chạy lăng xăng đáp lại chóc chóc. Như vậy con khỉ bên ngoài và bên trong đáp ứng với nhau, bên ngoài kêu thì bên trong trả lời. Nếu con khỉ trong chuồng ngủ thì con khỉ bên ngoài có kêu mấy nó cũng không đáp lại.

Cũng vậy, Thiền sư đề nghị với chúng ta hãy để cho con khỉ của mình ngủ đi, thì con khỉ bên ngoài có kêu bao nhiêu cũng mặc tình nó, mình luôn bình yên. Trần cảnh bên ngoài dù có hấp dẫn đến đâu, lôi cuốn đến đâu mà tâm mình đã lặng rồi thì nó không làm

gì được chúng ta. Cho nên thường quán chiếu lại mình, biết rõ tâm đang ở trạng thái nào liền điểm mặt kêu tên nó, tức thì nó sẽ quày đầu lại thôi. Nếu không chăm chút kỹ lưỡng thân tâm này, thì tránh sao khỏi trần cảnh kéo lôi. Trần cảnh đã kéo lôi thì ba nghiệp sẽ dẫn chúng ta trôi lăn trong các nẻo, không có ngày ra khỏi, chịu vô lượng khổ đau. Sự việc rõ ràng như vậy.

Tôi xin mượn ví dụ trên để kết thúc buổi nói chuyện hôm nay. Chúc con khi của tất cả quý vị ngủ yên.



NHỮNG PHIỀN NÃO TRỞ NGẠI TRÊN BƯỚC ĐƯỜNG TU TẬP

Hôm nay tôi nói về những trở ngại hay những phiền não trong khi chúng ta thực hành công phu. Trong công phu tu hành cũng như trong đời sống hằng ngày, tuy chúng ta cố gắng nhiều, nhưng lúc nào cũng có những tồn đọng gây trở ngại cho chúng ta. Tôi gọi những thứ này là phiền não.

Phiền là nóng bức làm trở ngại thân. Não là bức xúc lảng xãng, làm trở ngại tâm. Sở dĩ chúng ta bị phiền não là vì công phu tu hành chưa được sâu dày. Cho nên tuy chúng ta có tâm hành, có ý chí, có hiểu biết mà phiền não dường như không chịu buông tha, nên chúng ta không được an lạc. Hướng mong mỏi của người tu là ngay trong đời này thực sự được an lạc, thực sự hưởng giá trị thiết thực của Phật pháp. Như vậy ta mới yên lòng tu. Nếu không, thì ai muốn tu hành để làm gì.

Người dù nói đạo lý hay, mà đối với cảnh tham sân chưa làm chủ được, mất bình tĩnh thì người này chưa thể gọi có công phu. Đẹp tan giấc phiền não, chiến thắng những tham hận si mê trong lòng mình, là việc thiết yếu hàng đầu của người tu. Không phải phiền não chỉ quấy rầy những người chưa tu, chưa đi chùa, còn người đã tu thì nó tha. Người tu mà thiếu tỉnh lực vẫn bị phiền não quấy nhiễu như thường. Phiền não thật đa dạng, ngoài đời hay trong đạo, nó đều có mặt. Chúng ta phải làm chủ, đừng để nó chi phối thì mới được an lạc.

Phiền não là một danh từ diễn tả những tâm trạng bất ổn trong lòng chúng ta. Chẳng hạn một buổi sáng quý vị đang tươi tắn, sau khi uống chung trà, chợt nhớ lại việc hôm qua liền thấy không vui. Từ sáng chưa ai nói gì mình, chưa sắp đặt việc gia đình, nhưng trong lòng thấy không vui. Thầy thuốc nào biết được sự cố trong lòng mình mà cho thuốc. Có loại thuốc gì để trị phiền não không? Thuốc thế gian thì hoàn toàn không có, chỉ có pháp của Phật mới có thể trị bệnh phiền não của chúng sanh.

Muốn trị được bệnh phiền não, trước nhất chúng ta phải phải tìm xem nó ở đâu. Như tôi đã nói phiền não là tâm lảng xãng dao động khi ta đối duyên xúc cảnh. Mắt thấy sắc, tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm... tâm sanh phân biệt yêu ghét, tức thì có phiền não dậy khởi. Nếu chúng ta không tỉnh giác, không nhận ra nó

thì nó sẽ lôi ta đi trong mê mờ tối tăm, rồi theo đó mà tạo các thứ nghiệp. Nếu chúng ta làm chủ được thì nó không làm gì nổi mình. Đó là thiền. Cho nên ngài Trần Nhân Tông nói “Đối cảnh không tâm chớ hỏi thiền” là ý này vậy.

Chúng ta lắng yên được phiền não là chúng ta ở trong thiền định. Ngược lại, không làm chủ được phiền não, không làm chủ được những lăng xăng lộn xộn trong lòng mình thì dù có nói thiền nói đạo gì đi nữa cũng chẳng hề dính dáng. Người học thiền, tu thiền chính là để đừng bị những hiện tượng lăng xăng này kéo lôi, không làm và làm chủ được mình khi đối diện với các pháp.

Vì vậy trong mọi sinh hoạt, chúng ta phải chủ động trước tất cả các cảnh duyên. Tiếp khách cũng chủ động, chuẩn bị bữa ăn trưa cho gia đình cũng chủ động, đối đầu với một công việc khó xử, cũng phải cố gắng chủ động. Chủ động được thì việc khó thành dễ. Người Phật tử phải thấy rõ đường đi nước bước và hậu quả việc mình làm. Nói điều gì làm điều gì đều chủ động được, đó là tu.

Người chủ động được mình thì có thể chuyển hóa, tiêu dung, buông bỏ các thứ phiền não. Chúng ta có thể chuyển hóa phiền não bằng một thời ngồi thiền, một khóa tụng Bát Nhã hoặc trì niệm danh hiệu Phật, tùy theo công phu riêng của mỗi người. Bằng phương thức nào cũng được, miễn là ta buông xả hết các thứ triền phược, trong lòng nhẹ nhàng thoải mái là biết tu. Như cả ngày làm việc mệt nhọc nóng bức, chiều lại mình bách bộ trên đoạn đường có cây cao gió mát, không gì có thể bu bám làm rộn mình, đó cũng là một cách làm chủ.

Đạo Phật có rất nhiều pháp môn. Pháp môn nào ta đã tra cứu, xét nét kỹ thấy thích hợp, áp dụng có lợi lạc thì ta hành trì. Tuyệt đối không đả kích, không có ý niệm gì đối với các pháp môn khác. Ta chỉ làm việc của ta thôi.

Ở trong đạo, làm việc gì mình cũng phải biết “Tất cả đều từ duyên sinh”. Nghĩa là, không có một pháp nào tự hình thành một mình nó, mà luôn luôn do nhiều duyên hợp lại. Vì do nhiều duyên hợp lại hình thành, nên khi một trong những những duyên ấy mất đi thì nó sẽ hoại diệt.

Như ngôi nhà chúng ta đang ngồi đây là do duyên hợp nên nó sẽ bị hoại diệt. Hoại diệt như thế nào ? Không phải đợi đến khi những cây cột, cây kèo hư nát đổ xuống mới gọi là hoại diệt. Mà trong từng phút từng giây, những cây cột cây kèo này bị giữa mài bào

mòn theo thời gian, nó hoại dần cho đến một lúc nào đó, hợp đồng này hoàn toàn tan rã thì nó sụp nát. Chúng ta hiện đang sống trong tình huống các pháp và ngay bản thân mình cũng đang bị sự hủy diệt như vậy.

Chúng ta cần phải gắng gổ công phu. Bởi vì ta đã lang thang nhiều kiếp, không biết bắt đầu từ đâu và chấm dứt thế nào. Ngày nay nhờ có chút duyên lành ta gặp được Phật Pháp, thì phải gắng gổ làm sao để duyên lành này ngày càng tăng trưởng, không để nó mất đi. Nếu không chúng ta sẽ mãi luẩn quẩn trong vòng trầm luân đau khổ, không biết bao giờ mới chấm dứt.

Tự mở ra một chân trời sáng, thoát khỏi mọi phiền não buộc ràng, đi trong tự tại là phong thái của một thiền giả. Thiền sư không phải là người bay lên trời, cũng không phải là người biết quá khứ vị lai mà là người làm chủ được mình, biết rõ đường đi nước bước của mình. Biết như vậy, Thiền sư không tạo nhân bất hảo để chuốt quả bất hảo. Các Ngài tự tại đi trong cuộc đời mà không vướng mắc cuộc đời.

Biết và hành trì như vậy là tu thiền! Không gây xáo trộn trong lòng, không hướng tâm chạy theo trần cảnh bên ngoài, chỉ một bề quán chiếu bên trong. Dụng tâm như thế, soi rọi xem ta là gì, vọng tưởng là gì, phiền não là gì thì sẽ phá tan được bọn chúng. Thấy rõ sự hình thành và hoại diệt của các pháp như thế, cuộc đời như thế, con người như thế thì tâm an nhiên. Được như vậy là thiền. Người sống như vậy thì tụng kinh cũng không có vấn đề gì, niệm Phật cũng không có vấn đề gì, nghe pháp cũng không có vấn đề gì, làm tất cả các việc công đức cũng không có vấn đề gì... Chỉ một tấm lòng duy nhất hướng về Tam bảo, hồi hướng công đức khắp tất cả chúng sanh, không có gì riêng tư cho mình. Người như vậy là người tiêu dung được tất cả những thứ phiền não làm trở ngại công phu tu hành của mình.

Trong nhà thiền thường nói “Phản quan tự kỷ”, tức là chiếu soi lại mình để tự vấn tự xét. Tự vấn tự xét cái gì ? Tự xét tự vấn xem sự bất an bất ổn của mình như thế nào. Chưa an thì hành trì cho an. An rồi thì hành trì cho thành tựu viên mãn. Sự bất an bất ổn ấy chính là phiền não. Vì vậy “phản quan tự kỷ” là phương pháp dẹp sạch phiền não nhanh nhất. Nhìn thẳng vào nội tâm mình, biết cái gì giả, không thật thì loại bỏ không theo. Không theo cái giả, tâm thường lặng lẽ hằng tri hằng giác, đó chính là tâm chân thật hiện bày.

Người con Phật cần phải hiểu như vậy, để rồi tự cứu mình, tự lo cho mình. Chúng ta khác người thế gian ở chỗ biết buông bỏ phiền não, chứ không phải khác họ ở hình thức đầu tròn áo vuông. Tự tâm mình yên, nhờ áp dụng lời Phật dạy vượt qua các thứ lôi cuốn bên ngoài, làm chủ chính mình. Đó là chiến thắng phiền não. Được vậy thì đứng ngồi tự tại, tha hồ làm các Phật sự mà không sợ bị các pháp nhiễu loạn. Nhà thiền gọi đó là năng lực của chủ nhân ông.

Mục đích của người tu thiền không phải để luyện tập những điều khác lạ trong đời sống của con người, mà là sống tự tại không bị ràng buộc trong những sinh hoạt ấy. Không phải hiểu lý thiền thì không đói bụng hoặc không buồn ngủ. Thiền ! Ta mệt, cần nghỉ thì cứ nghỉ. Thiền ! Ta đói, cần ăn thì cứ ăn. Trên tất cả không khởi niệm suy đo, tính toán. Đó là điều chủ yếu.

Nếu chúng ta hiểu được như vậy, thì cuộc sống, sự tu hành của mình sẽ nhẹ nhàng. Từ đó ta dễ dàng dẹp sạch phiền não. Có vị hỏi tôi, bằng cách nào để con hết phiền não ? Tôi không thể trả lời một pháp cố định nào cả, mà phải tùy bệnh cho thuốc. Chẳng hạn thầy bảo muốn hết phiền não quý vị phải tụng kinh, nhưng có vị tụng kinh không hết phiền não. Hoặc dạy phải ngồi thiền, nhưng có vị ngồi thiền chín mươi năm rồi cũng chưa hết phiền não. Nên khi phiền não dấy khởi, chúng ta phải tỉnh sáng, thấy rõ được nó không thật, nó không phải là mình, nó hằng não hại mình, không thêm chạy theo nó nữa thì phiền não tự động tiêu tan. Rõ ràng là vậy !

Nếu chúng ta áp dụng được liên tục như vậy thì nguồn an lạc có ngay trong hiện đời. Mỗi phút mỗi giây ta làm chủ được, đó là mỗi phút giây Niết-bàn, đó là niềm bình an hay thiền duyệt của chúng ta. Trong đạo Phật Việt Nam, đã có các bậc Tổ sư sống được như vậy. Chúng ta nhớ, vua Trần Nhân Tôn sau khi ổn định việc nước, Ngài xuất gia làm tăng. Ngài tu thiền và sáng lập ra dòng thiền đặc trưng của Phật giáo Việt Nam. Chủ trương và phương pháp của Ngài chính là “Phản quan tự kỷ bỏn phận sự” tức là xoay lại nhìn chính mình.

Phiền não đâu chỉ đến với dân mà không đến với vua ? Dù rằng ai cũng sợ cũng phải nghe lời vua, nhưng phiền não thì không. Thậm chí phiền não còn bu bám vua nhiều hơn cả dân. Cho nên nhà vua đã khéo soi xét lại tâm của mình. Bằng tinh thần tỉnh giác,

bằng định tuệ của tự tâm, tất cả phiền não thấy đều lui tan. Hết phiền não thì an lạc, khỏi phải cầu ở đâu.

Trì được phiền não thì ta sống an lạc. Đó là ước mơ của tất cả những người tu Phật. Hết phiền não rồi, quý vị đi chùa cũng được, ngồi thiền cũng được, tụng kinh cũng được hoặc làm bất cứ việc gì cũng được. Thiền là rỗng rang sáng suốt, làm chủ được, sống được với chính mình trong mọi thời mọi lúc. Ta bình an thì giải quyết được mọi vấn đề mà không bị bất cứ thứ gì câu thúc, không bị động bởi một sự kiện nào.

Vua Trần Nhân Tôn có bài phú “Cư trần lạc đạo” dạy cho chúng ta, làm sao sống giữa cuộc đời ồn náo, giữa những thứ bụi bặm lãng xãng mà vẫn bình an, không bị kéo lôi bởi bất cứ hiện tượng nào bên ngoài. Cuối bài phú đó có bốn câu như vậy:

Cư trần lạc đạo thả tùy duyên
Cơ tắc xan hề khốn tắc miên
Gia trung hữu bảo hưu tầm mịch
Đối cảnh vô tâm mạc vấn thiền !

Hòa thượng Viện trưởng dịch:

Ở đời vui đạo hãy tùy duyên
Đói đến thì ăn mệt ngủ liền
Trong nhà có báu thôi tìm kiếm
Đối cảnh không tâm chớ hỏi thiền !

Bài kệ này Hòa thượng đã từng giảng rất rõ. Người tu thiền sống giữa cõi đời mà vẫn giữ nếp đạo, nghĩa là tùy duyên, không cố chấp. Khi đói thì ăn, khi mệt thì ngủ, trong lòng bình thản an nhiên, không suy tính lao lự trăm việc hơn thua được mất. Đây là chỗ công phu của người tu thiền. Nhiều khi chúng ta mệt muốn nghỉ mà trong lòng rối nùi, sắp đặt đủ chuyện không chịu nghỉ. Cho nên Thiền sư bảo người đời đói không chịu ăn, mệt không chịu nghỉ.

Hai câu chót rất chí lý. Trong nhà mình đã có sẵn của báu, thôi chớ có tìm kiếm ở đâu xa. Tức là trong tâm ta đã có sẵn ông Phật rồi, chạy tìm Phật ở chùa này chùa kia làm gì. Chỉ cần đối cảnh không có tâm phân biệt thương ghét là đã nắm trọn của báu rồi, tha hồ mà dùng. Đó chính là cương yếu của người tu thiền. Chạy đến nơi này, nơi nọ hỏi thiền hỏi đạo chỉ càng thêm cách xa, trọn không có lợi ích.

Trong nhà thiền gọi của báu nhà mình chính là tánh giác hay là bản lai diện mục. Tánh giác là cái sẵn có nơi mình, không phải tìm kiếm ở đâu bên ngoài. Nó bất sanh bất diệt, là chủ giúp ta đi trên con đường giác ngộ, giải thoát thân thang. Vì vậy, yếu chỉ của sự tu hành chính là nhận lại tánh giác này, nhận lại mặt mắt thật của chính mình. Khi sống được với tánh giác thì ta tự tại làm chủ nghiệp của mình. Bởi tự tại nên các vị Bồ tát phát lời nguyện vĩ đại là đi mãi trong luân hồi, để cứu giúp tất cả chúng sinh hết khổ, được vui. Việc làm của các Ngài cũng chính là của chúng ta.

Nói đến tánh giác thì ai cũng có sẵn, nhưng vì quên nên bị các thứ lăng xăng bên ngoài kéo lôi, thành thử không nhận được. Hòa thượng Viên trường có kể một câu chuyện như thế này. Có anh chàng nợ để trong nhà hai lọ mực. Một lọ trắng một lọ đen. Khi đi ra anh phết một vệt đen lên má bên phải, khi đi vào anh phết một vệt trắng lên má bên trái. Anh cứ làm như thế. Sau một thời gian bộ mặt thật của anh không còn. Bản thân anh cũng quên luôn bộ mặt thật của mình và nhận bộ mặt nửa trắng nửa đen ấy là mặt mình.

Một hôm gặp người bạn cũ, người ấy khuyên: “Mặt thật của anh đâu phải như vậy”. Người ấy bảo anh lấy nước rửa sạch vệt đen, vệt trắng trên mặt đi. Một thời gian chùi rửa thì bộ mặt thật xưa nay của anh hiện bày rõ ràng. Từ đó anh không còn lầm nhận gương mặt nửa trắng nửa đen là của mình nữa. Anh vui vẻ, sinh hoạt bình thường với chính khuôn mặt thật của mình.

Chúng ta cũng vậy. Mặt mắt thật của mình không phải thiện hay ác, tốt hay xấu, nam hay nữ v.v... mà tất cả chỉ là những thứ tô vẽ bên ngoài, không thật. Bây giờ chúng ta cũng phải như anh chàng kia, nghe được sự chỉ dẫn của bậc thiện tri thức, bình tĩnh nhận định cụ thể, rồi rửa sạch các thứ lem luốc ấy đi thì mặt mắt thật của mình sẽ được bày hiện. Trắng đen là tượng trưng có các tâm niệm phải quấy, tốt xấu, thị phi bỉ thử... Gột sạch hết những thứ đó thì tánh giác hiện tiền, chớ tìm kiếm ở đâu xa.

Những hiện tướng nam nữ, sướng khổ... là những thứ chúng ta mới lấp vào, mới tô vẽ thêm trong đoạn đường lang thang xa quê. Con người thật của mình không phải những thứ đó. Con người ấy không hình không tướng, không được không mất, không tên để gọi không lời để nói, rỗng rang sáng suốt. Muốn sống được với con người ấy thì chúng ta phải lọc bỏ những nghiệp tập, nhân duyên chướng ngại, phiền não lăng xăng, vọng tưởng

điên đảo... Tất cả những thứ đó phải loại đi thì chúng ta mới biết được và sống được với chính mình.

Muốn loại bỏ những thứ đó không có cái gì khác ngoài định tuệ. Vì sao ? Vì chúng rất xảo nguy, trăm mưu ngàn kế để lừa dối chúng ta. Cho nên phải là con người sáng suốt mới có thể trị được nó. Niệm tưởng lăng xăng, điên đảo nhiều vô kể, nếu không có trí tuệ tỉnh giác và định lực thì chúng ta khó có thể nhận diện được chúng. Không nhận diện được chúng thì không thể diệt chúng.

Như người rửa mặt, rửa sạch các vết nhơ thì mặt thật hiện tiền. Tất cả chúng ta đang làm công việc như thế. Cố gắng ! Những gì còn cộm, còn tồn đọng thì phải rửa. Chúng ta tụng kinh lễ Phật, làm tất cả các việc công đức... mà tâm vừa khởi nghĩ dù là nghĩ thiện cũng phải rửa ngay. Chẳng hạn, quý vị đi chùa hai mươi năm, học đạo nghe pháp hai mươi năm, mỗi lần đốt nhang lễ Phật tụng kinh, mình nhớ đã hai mươi năm rồi, ngon lành ! Thưa quý vị, nó đã cộm lên đó phải rửa ngay. Cái cộm này không những gây trở ngại cho bản thân mình mà còn lấn cấn đến người mới đi chùa nữa.

- Chị đi chùa bao lâu rồi ?

- Tôi mới đi lần đầu.

- Trời ơi! Tôi đi mấy chục năm nay, chưa nhằm nhò gì.

Cứ cộm lên như thế, chướng ngại như thế, thì làm sao cái chân thật hiện ra được. Nên bất cứ thứ gì, dù là công phu học đạo tu hành, khi chúng hiện lên, chúng ta đều phải bỏ. Chúng sẽ làm mất thì giờ và đánh lạc hướng sự tu tập của chúng ta. Tổ Lâm Tế dạy “phùng Phật sát Phật, phùng ma sát ma” tức “gặp Phật giết Phật, gặp ma giết ma” là thế. Giữ thứ gì, nuôi thứ gì cũng thành cộm thành chướng. Chướng thì thành phiền não và khiến chúng ta khó nhận được bộ mặt thật của mình.

Lại nữa, muốn dẹp phiền não thì không thể thiếu sự siêng năng. Siêng năng như thế nào ? Phật dạy: “Bồ-tát muốn thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, muốn độ thoát chúng sinh thì thường phải siêng năng, một lòng không phóng dật giống như bưng bát dầu đầy đi giữa đại chúng mà không được làm đổ. Nhờ hiện tiền nhất tâm không phóng dật nên được lợi ích lớn...”.

Hình ảnh thứ nhất là người bưng đĩa dầu đầy đi qua đám đông đang biểu diễn những trò vui ồn náo. Người đó bưng làm sao, đi làm sao để đĩa dầu không chệnh

lệch ,không suy suyễn giọt nào khi ngang qua đám đông. Điều này đòi hỏi người bung dầu, mắt không được nhìn ngang liếc dọc, tâm không được tán loạn. Chúng ta cũng vậy, phải tu như thế nào, làm chủ như thế nào để không bị suy suyễn gì đi qua những đoạn đường như vậy. Hành trì liên tục, chăm chút không lơ là thì chúng ta mới bình an. Đối với những sự kiện khó khăn, chúng ta bình thản, đừng bị động, đừng vướng mắc, thì được bình yên. Như vậy gọi là siêng năng tu tập.

“Ví như giòng nước có thể làm vỡ đá lớn, tâm không phóng dật cũng như vậy. Chuyên tu khéo léo thường hành không bỏ thì có thể phá các núi kiết sử phiền não”. Đây là kết quả của người hành trì siêng năng liên tục. Hình ảnh giòng nước chảy mạnh có thể làm mòn những khối đá lớn, được dụ cho người có công phu siêng năng cũng vậy. Người này có thể đả phá, đốn bỏ, bật gốc tất cả các kiết sử. Kiết sử chính là phiền não, là những kết đọng. Lúc đầu chúng chỉ nhỏ thôi, nhưng một khi đủ lực thì nó quấy phá nhiễu loạn làm ta không được chút phút giây yên ổn.

Ngày xưa đức Thế Tôn đã khuyên chúng ta cố gắng gìn giữ tâm như người giữ bờ cản nước. Muốn giữ bờ cản bảo đảm an toàn không bị nước tràn, không bị phá vỡ thì dù với một lỗ một nhỏ xíu, chúng ta cũng phải quan sát, cũng phải trám kín. Còn nếu chúng ta buông lung, xem thường những lỗ một đó ngay từ đầu, thì nó sẽ khoét dần khoét dần và không lâu bờ cản ấy sẽ sập, nước nguồn sẽ tràn. Người tu trị tâm cũng vậy. Phải trị ngay từ những thứ thông thường và nhỏ nhất.

Cho nên lúc nào chúng ta cũng phải nghiệm lại mình. Trong tâm dấy lên một niệm gì xấu thì phải bỏ ngay. Có vậy mới là người khéo, người trí, người biết giữ bờ cản. Tụng kinh, ngồi thiền mà phiền não vẫn còn, thì chúng ta phải xét lại xem có phải mình thật sự siêng năng chưa ? Nếu tâm niệm chưa buông bỏ được các thứ phiền não thì dù cho có hành đạo cực khổ cách mấy cũng chỉ là hình thức luống song thôi, không có lợi ích gì. Người biết áp dụng Phật pháp trong từng tâm niệm thì sẽ thấy việc tu ngày càng phần khởi, càng tích cực hơn. Từ đó an lạc sẽ đến với mình, chắc chắn không nghi.

Tôi xin mượn câu chuyện sau đây để kết thúc buổi nói chuyện hôm nay. Có một vị tiểu Tỳ-kheo, đang lúc ngồi thiền trong rừng vắng, nhưng lại khởi niệm buông lung, lười nhác không siêng năng. Vị thần rừng biết được tâm trạng giải đãi của thầy, ông liền nhập

vào một tử thi, rồi hiện đến nói với thầy: “Tiểu Tỳ-kheo ! Ở trong rừng vì sao sanh giải đãi ? Ngày ta đến nếu thầy không sợ, đêm ta sẽ đến như vậy”.

Vị Tỳ-kheo thấy hình thù đó sợ lắm, nhưng sợ thì sợ mà thầy nghĩ thế này: “Nếu mười hai giờ hay một giờ, mình ngủ chắc không sao”. Bởi vì khoảng đó ma không nhắc đến trong lời hăm dọa, thành thầy cứ ngủ. Không ngờ vị thần lại hiện ra, lần này với một hình thù quái gở dữ dằn hơn. Một con ma mười đầu, miệng đầy nanh vuốt tuôn ra lửa lớn, nắm thầy lại nói: “Ông là người tu hành sao ông không bỏ niệm giải đãi, không chịu gắng gỏi tu hành”. Lần này thì thầy sợ thật, thầy không dám ngủ nữa. Và ngay trong giai đoạn công phu đó, thầy thành tựu được định tuệ, chứng quả ngay trong hiện đời.

Thưa quý vị, chắc ít khi nào chúng ta có được một vị thần thương mình như vậy. Và cũng ít khi nào mình gặp được một ông ma ông quỷ dữ dằn hiện ra một lúc mười đầu sáu tay, nanh vuốt dữ dằn, nắm mình lại mà nhắc mình tu hành. Hiếm lắm ! Những tâm niệm tỉnh giác quán chiếu, những tâm niệm phẩn chấn tu hành, không phải là mình không có. Có, nhưng tại mình không muốn nuôi dưỡng thành ra cũng như không, do đó ma lười biếng chen vào làm gián đoạn công phu của chúng ta.

Như trong giờ ngồi thiền mình muốn ngã ra ngủ, hoặc giờ tụng kinh mà muốn bỏ đi chơi, mình vẫn biết làm như vậy là sai, là quấy, nhưng vẫn cứ làm. Thành ra tu hoài mà không hết phiền não. Đó là tại ai ? Vậy xin quý vị nhớ nuôi dưỡng những niệm thiện, phát huy tinh thần tỉnh sáng thường xuyên liên tục. Có thể mới mong thắng được tâm buông lung phóng túng của mình. Khi tâm niệm buông lung nó vừa dấy lên, lập tức chúng ta phải triệt tiêu ngay, đừng để nó phát triển lớn, gây thành phiền não khó trị.

Chúng ta gìn giữ niệm thanh tịnh tốt đẹp, gắng công tu hành thì sẽ được Tam bảo hộ trì. Cũng như nhờ pháp lực của Thầy Tổ, huynh đệ chúng ta được an lạc, đoạn sạch phiền não, tăng tiến tu học, làm chủ được mình. Từ đó ta bình an với những hiện tượng rối rắm, vượt qua mọi phiền não trở ngại. Chúng ta nỗ lực công phu và giữ vững công phu ấy, chắc chắn mặt mắt thật của mình sẽ hiện ra và chúng ta được hằng sống với nó. Đó là điều quý báu nhất mà tất cả người con Phật hằng mong muốn. Xin chúc toàn thể quý vị đủ trí lực dũng lực vượt qua mọi trở ngại, mọi phiền não để luôn tăng tiến trong bước đường tu tập của mình.



KHÔNG HÍ LUẬN

Hôm nay chúng ta bàn về đề tài hí luận. Hí luận là những lời nói không có ý nghĩa, không có sự thực, những lời nói làm rối loạn đạo tâm. Vì vậy, hí luận gây tác hại không ít cho việc tu hành của người Phật tử chúng ta.

Tác hại thứ nhất, hí luận làm chúng ta mất chánh định. Đã là những lời nói làm loạn tâm thì chắc chắn không thể có định. Không định thì trí tuệ vắng mặt. Trí tuệ vắng mặt thì ta làm bậy và kết quả là khổ.

Tác hại thứ hai, hí luận làm chúng ta xao động mất yên ổn. Nói việc này nghĩ việc kia, lăng xăng theo bên ngoài. Mất yên ổn tức là không được tịch diệt, đây là một khuyết điểm lớn của người tu hành. Vì tịch diệt là vui, người tu chúng ta ai cũng muốn đạt được niềm vui trong quá trình tu học. Niềm vui này xuất phát từ việc khắc phục những điểm dở, những lăng xăng trong tâm của mình.

Tác hại thứ ba, hí luận làm chúng ta không được tự tại. Thường khi nói nhiều chúng ta sẽ nói những điều không hay, hoặc không kiểm soát được lời nói của mình. Chưa kể những lúc vì tham sân si mà mình nói thì mất tự chủ hoàn toàn. Mất tự chủ thì không thể tự tại. Nên chúng ta phải cẩn trọng đối với hí luận.

Sau đây chúng ta sẽ bàn qua từng vấn đề một.

Trước nhất nói về lỗi loạn tâm. Ai cũng biết, tất cả người tu chúng ta không kể là tu theo pháp môn nào, tất cả phương tiện hành trì của mỗi tông đều nhằm để nhiếp tâm. Như tông Tịnh độ, niệm sáu chữ Nam Mô A Di Đà Phật chủ yếu là để nhiếp tâm loạn động của mình. Nhiếp nghĩa là gom lại, nắm lại cho được thống nhất. Nhiếp tâm là gom tâm lăng xăng, lộn xộn, nghĩ việc nọ việc kia của mình lại một chỗ. Ai niệm Phật được nhiếp tâm, thì chắc chắn người ấy được Phật rước, tùy theo công phu của mỗi người mà có các cảnh giới khác nhau.

Nếu Phật tử tu thiền, theo đường lối của Hoà thượng Viện trưởng dạy, đừng lý sự tới những công việc lăng xăng bên ngoài, buông bỏ vọng tưởng. Bản thân cần phải định tĩnh, sáng suốt. Muốn đạt đến trạng thái định tĩnh sáng suốt này, chúng ta phải sắp đặt công việc hài hòa với việc tu tập của mình. Làm thế nào để từng giờ từng phút, chúng ta có thể giải quyết mọi công việc mà vẫn làm chủ được. Làm chủ được mình rồi, chúng ta sẽ tỉnh sáng, sẽ tự tại được đối với các pháp. Ngay khi ấy là có thiền định.

Việc hí luận làm chúng ta bị loạn tâm, dù tu pháp môn nào mà tâm loạn, không làm chủ được mình, cứ ngược xuôi theo những lăng xăng bên ngoài, tức là chưa tu đúng lời Phật dạy. Những lời nói bình thường đã là không thực, hà huống những lời nói đem lại sự buồn bực, chia lìa, vô ích. Là Phật tử chúng ta phải chấm dứt những lời nói như thế. Chúng ta tu ngay từ trong ý nghĩ của mình thì sẽ không dẫn tới lời nói sai quấy. Vừa dấy nghĩ, chúng ta phải kiểm soát ngay xem ý nghĩ này đúng chưa. Nếu nó phát sinh từ tham sân si thì dừng lại đừng nói thành lời. Nếu thắng được, đừng được, mọi ý nghĩ tạp nhạp thì chúng ta không hí luận, dần dần chúng ta sẽ sống gần với tâm an ổn.

Người Phật tử khi tiếp xúc nên nói lời thành thật và nói những lời có nghĩa. Làm sao lời nói của mình đem lại sự vui tươi an lạc và đoàn kết cho mọi người. Việc gì không cần thiết không nên nói. Các thiền sư dạy phải giữ miệng mình như cây quạt mùa đông, mới có chút phần tương ứng. Chúng ta thì ngược lại, ai cũng thích nói. Cái gì cũng nói được, chuyện không đáng nói cũng nói, chuyện của ai đâu chẳng dính dáng đến mình, cũng nói. Nói để mất thời giờ, nói để loạn tâm, nói không suy nghĩ, nói để lãnh hậu quả tai hại... Nói như vậy là tạo khẩu nghiệp không tốt.

Tụng kinh niệm Phật chưa phải là tu. Thuyết pháp giảng kinh chưa phải là tu. Chỉ vì người xưa thấy chúng ta thích hí luận, nên lập bày các phương tiện như tụng kinh, niệm Phật, đọc sách v.v... để dừng bớt cái miệng của mình. Bước đầu trong việc tu hành là cốt làm sao đừng được hí luận, đừng được tâm loạn. Tâm không loạn là tâm sáng suốt, tâm sáng suốt là đúng với tâm Phật.

Phật là giác, chúng ta là con Phật thì chúng ta phải giác, chưa giác hoàn toàn như Phật thì cũng phải giác được ít phần. Phật từ bi thì mình phải từ bi, Phật không dính mắc thì mình đừng dính mắc, Phật là người hỷ xả thì mình cũng là người không cố chấp. Như vậy mới đúng nghĩa con Phật. Trong việc tu hành, không cần tìm ở đâu khó khăn, mà chỉ cần biết cách tu là đủ. Bây giờ Phật tử đi chùa cũng được, ở nhà cũng được, làm bất cứ việc gì cũng vậy, chủ yếu là tỉnh táo, sáng suốt, đừng để loạn tâm. Chẳng hạn, sinh hoạt mỗi ngày là nấu cơm, đi chợ, quét nhà, ngủ nghỉ, tụng kinh v.v... thì cố gắng làm y như vậy, đừng để những thứ tạp nhạp xen vào làm rối loạn chương trình của mình. Nếu có việc đột xuất phải quán chiếu ngay để giải quyết. Người được như vậy, nhất định sẽ tu tiến.

Chủ yếu của việc tu là phải đều đặn và liên tục, không thể tu một ngày mà thành Phật ngay. Vì nghiệp tập của chúng ta nhiều đời tăm tối, ràng rịt. Bây giờ muốn gỡ phải gỡ dần từng chút. Hôm nay tật nóng nảy của mình lóe lên như lửa nháng. Biết vậy, ngày mai lỡ nó lóe lên nữa, mình kềm hãm lại ít hơn. Cứ vậy, lần lần mình dập tắt nó hoàn toàn. Lúc nào cũng công phu như vậy, thì nghiệp tập ngày càng mỏng. Muốn nghiên cứu Phật Pháp cũng vậy, mỗi ngày dành một thời giờ hay nửa giờ đọc sách Phật, đều đặn liên tục như thế, trí tuệ sẽ mở sáng dần. Khi phát huy được trí tuệ, bớt dần tập nghiệp thì chúng ta có thể thực hiện được trọn vẹn đạo lý, đạt đến chỗ như ý trong việc tu học của mình.

Tác hại thứ hai của hí luận là mình không hưởng được niềm vui tịch diệt. Tất cả các pháp môn Phật dạy là những pháp Ngài thể nghiệm bằng cuộc đời của mình. Ngài đã thực hiện, đã sống trải, đã đạt được và chỉ lại cho chúng ta. Bây giờ chúng ta muốn được như Ngài thì cũng phải theo trình tự đó mà đi. Trước tiên phải dừng lao xao lộn xộn, phải sáng suốt nhiếp tâm, thì mới lần vào được chỗ an vui vĩnh viễn. Con đường của Phật đi là đời sống độc hành, Những thứ vui ồn ào bên ngoài không thể đưa đến tịch diệt, giải thoát. Càng chạy theo thú vui của thế gian, chúng ta càng mệt mỏi, càng vướng mắc khổ lụy. Chúng ta phải khéo léo tránh đi, phải mạnh dạn sáng suốt làm chủ, như vậy mới đạt được trí tuệ, không bị pháp trần mê hoặc. Việc tu hành phải do tự mình giải quyết, không ai thay thế được. Nếu chúng ta không quyết tâm thì không nhất tâm. Mà không nhất tâm thì không định tĩnh, không nuôi dưỡng được sự sáng suốt, làm sao có ngày thành tựu quả vị Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác.

Người tu phải gan dạ chịu đựng. Gan dạ bỏ tất cả những gì cần bỏ. Chịu đựng được tất cả những gì khó khăn. Làm được như vậy, nghĩa là mình có thể vượt qua và chiến thắng những chướng duyên. Đó là niềm vui phần chấn trong sự tu hành. Nếu tu hành không có niềm vui, không có tịnh lạc, không có sự phần chấn thì nhất định mình sẽ bỏ cuộc. Vì đâu phải khi nào việc tu cũng xuôi chèo mát mái. Có lúc thăng lúc trầm, cho nên niềm vui riêng của việc tu hành là điều không thể thiếu. Nó là sức sống trong nhà thiền, là tuệ mạng của người Phật tử. Tuy chỉ là niềm vui đơn giản, nhưng nó tạo sự phần chấn hứng thú cho chúng ta. Chẳng hạn có những điều Hòa thượng giảng, nghe thì nghe, chép thì chép, nhưng hiểu thì mình còn... khiêm nhường, không chịu hiểu. Rồi bất thần

hôm nào đó, mình nè chậu kiểng lũi vô, đầu tóe lửa, mắt đỏ sao nhưng mà... bung ra. Đơn giản. Bình dị. Đó chính là niềm vui tạo sự hứng thú trong việc tu hành.

Tác hại thứ ba của hí luận là mình không làm chủ được mình. Người mà như cái máy, đụng đến là nhảy, ấn tới là bung thì định tĩnh chỗ nào ? Đây là điều phải lưu ý! Phật dạy mình phải định tĩnh. Từ định tĩnh phát sinh trí tuệ. Định tuệ rất quan trọng, không thể thiếu trong đạo Phật. Như ở đây Hòa thượng dạy, trong đi đứng nằm ngồi, vừa có niệm dấy khởi, biết đó là vọng, buông đi. Biết tức là tuệ. Biết và buông được, không bị kéo lôi tức có định. Cho nên ngay khi mình biết vọng tức là định tuệ hiện tiền. Định tuệ hiện tiền thì không có gì xâm phạm được mình. Thẳng tắt đơn giản, nhưng nó đòi hỏi lúc nào mình cũng phải tỉnh, phải sáng suốt. Hễ biết được thì phát huy trí tuệ, buông được thì định hiện tiền.

Tất cả cảnh giới đều là ảo hóa không thật, chỉ tùy tâm hiện. Một khi tâm thanh tịnh thì tùy trạng thái tâm mà các cảnh giới hiện ra. Chúng ta không nên quan tâm, không nên chạy theo và nhất là không nên đắm trước những cảnh giới ấy. Nếu chạy theo thì bị ma dẫn rơi vào đường tà.

Đôi khi tu một thời gian, bỗng nhiên mình phát lòng từ. Thấy cảnh khổ của thế gian mình thương, thấy người tạo ác mình buồn, rồi khóc thôi là khóc, đòi cứu người này, cứu người kia... Đó là do công dồn ép khiến như thế. Nhưng bức xúc quá thì mất bình thường. Những hiện cảnh khổ đau trên cuộc đời này không thật và chính tâm từ của mình cũng không thật. Chúng ta khóc thì làm được gì ? Phật nói, ngài chỉ là bậc đạo sư, là người dẫn đường, đi hay không tùy mỗi người, nghiệp tập của ai thì tự người ấy giải quyết. Chúng ta nên lo giải quyết cái nghiệp của mình, lo thương mình. Cái già, cái bệnh chưa giải quyết, chưa làm chủ được. Rồi chết đến chưa biết đi về đâu, mà nói thương người này người kia thì thêm phiền phức. Trí tuệ đặc sệt như dầu hắc, thì thương để làm gì ? Lòng từ bi cần phải đi đôi với trí tuệ thì mới không trở thành hệ lụy.

Tóm lại, chúng ta phải làm chủ được hí luận. Không làm chủ được bệnh này thì không tự tại. Không tự tại thì không giải thoát. Khi tự tại rồi chúng ta không còn sợ luân hồi sanh tử. Khi đã làm chủ được thân tâm, làm chủ được sinh mệnh của mình, thì tất cả những cái gọi là già - bệnh - chết - luân hồi - sanh tử - khổ não... chỉ là trò đùa. Người tu Phật làm thế nào tập trung được năng lực để làm chủ, nhất tâm đừng hí luận, để có được

niềm vui tịch lạc. Có được niềm vui này rồi thì xem như mình không bao giờ thoái chuyển trên đường tu hành. Phật nói người dứt được hí luận, được nhất tâm thì có thể đạt được đạo giải thoát. Đây là điều chắc chắn. Người đã có trí tuệ, có niềm vui với chánh pháp rồi thì tu tập tăng tiến, không làm chạy theo các duyên bên ngoài, thẳng tắt một đường, người này đạt đến chỗ cứu kính không khó. Ngược lại, người buông xuôi bỏ mặc cho ý nghĩ hành động lời nói buông lung, không làm chủ được thì con đường dẫn đến tự tại giải thoát còn xa vời lắm. Ngày xưa các Thiên sư không nói nhiều. Thường các Ngài ở trong núi hoặc những chỗ xa xôi, ai cần thì tìm đến hỏi. Các Ngài thường trả lời bằng hành động, vì lời nói không đủ sức mạnh để cho người nhận đúng vấn đề. Chỉ có những hành động, những biểu tượng may ra giúp người hỏi nhận được yếu lý. Nói nhiều đôi lúc sẽ làm cho người ta trượt dài trên ngôn ngữ, mất tác dụng.

Tôi kể câu chuyện này để minh chứng điều đó. Một Thiên sư nọ có người cháu cũng là đệ tử rất hiểu Phật pháp và có đạo đức. Nhân có việc, vị Thiên sư phải đi xa. Sau thời gian khá lâu, Ngài trở về quê hương thì được tin đệ tử mê một người đẹp, tiêu tan sự sản, bỏ hết đạo lý Phật pháp. Ngài vẫn bình thản, không nói một lời nào về việc này. Hôm đó, Ngài ghé thăm cháu. Thấy nhà cửa ngổn ngang bừa bãi, người cháu vẫn cứ ca hát ăn chơi suốt đêm. Sớm hôm sau, Ngài từ biệt cháu với một lời đơn giản “Chú đi”. Sửa soạn giày xong, nhưng tay run Thiên sư không buộc được giày, phải nhờ đến cháu. Đợi cháu buộc giày xong, Ngài nói: “Cháu thấy không, chú đã già, tay run không còn cột giày được nữa. Trong cuộc đời này ai rồi cũng vậy, cũng già và cũng chết”. Nói xong ông lặng lẽ ra đi.

Bài thuyết pháp ngắn gọn nhưng đầy chân tình đã cảm hóa được người cháu quay về. Hai hôm sau tất cả những cuộc vui được dẹp bỏ.

Chúng ta thấy Ngài không hề sử dụng ngôn từ nhiều, cũng không hề nóng giận, không hề la rầy. Sử dụng ngôn từ nhiều, có khi người ta hiểu sai ý mình, người xưa nói giáo đa thành oán là vậy. La mắng nóng giận có khi đẩy người ta vào hố sâu tội lỗi, đã không có lợi ích mà còn tai hại nữa. Cho nên Thiên sư giáo hóa bằng cách gợi ý cho chúng ta tự thoát ra, trong nhà thiền gọi là nhổ đinh tháo chốt. Công việc của Thiên sư chỉ có thể, nghĩa là mở cửa để đó, ai muốn thì ra, không thì thôi.

Giờ tôi nói đến phần giải thoát của người tu. Phần này có hai mặt, một là giải thoát

tương đối, hai là giải thoát tuyệt đối. Ở mặt giải thoát tương đối chúng ta vẫn phải còn công phu. Nghĩa là phải có sự tu hành, ngăn ngừa các điều xấu, bỏ hí luận, cố gắng phát huy trí tuệ, làm chủ được mình và luôn luôn đem đạo lý phổ vào trong đời sống. Người biết tu thì trong hoàn cảnh nào cũng tu được. Hoàn cảnh càng khó khăn, càng bất như ý chừng nào, mình tu được thì càng mau thành công chừng nấy. Như đức Phật Thích Ca Mâu Ni, Ngài tinh tấn được trong hoàn cảnh khó khăn nên Ngài thành Phật trước ngài Di Lặc.

Chúng ta thường hay than thời này tu khó lắm! Nhưng nếu theo lời Phật dạy thì rõ ràng “khó” là những phương thuốc, những kinh nghiệm quý báu giúp mình tiến nhanh, nếu mình biết tu và chịu tu. Còn cho là khó rồi bỏ qua, buông xuôi, sợ sệt thì biết đến bao giờ mới tu được? Người Phật tử chân chính phải quyết tâm, bình tĩnh, gan dạ. Chúng ta là tác nhân của hoàn cảnh hiện tại này, chạy trốn sao được. Tự thân, tự miệng, tự ý mình huân tập phát ra tạo thành. Vì vậy, chúng ta phải gan dạ chấp nhận và tự giải quyết lấy.

Nhiều khi chúng ta cũng biết nợ thì phải trả, nhưng con nợ đòi gắt, đòi không đúng lúc. Nhè lúc mình thiếu lại đến đòi, thì có khi trả mà mình nổi cáu, nổi khùng lên cự lại với họ. Giờ phải cố gắng nguyện với lòng, với Tam bảo, những gì mình đã gây tạo thì xin sẵn sàng trả hết, vui vẻ hồn nhiên mà trả, để được nhẹ nhàng, thanh thoi. Có trả hết thì mới thanh tịnh, giải thoát. Chớ còn giữ lại, còn vướng mắc tâm tối với người thì còn vướng nợ. Mà còn vướng nợ thì làm sao buông tay thanh thản được.

Thứ hai, nói về giải thoát tuyệt đối. Đây là phần công phu đã hoàn bị. Qua quá trình tu hành, trí tuệ chúng ta phát triển tròn đầy. Lúc này nói tu nhưng thật ra chúng ta sống bình thường. Ngài Lâm Tế bảo, tùy thời mặc áo ăn cơm, việc đến không chấp nhận, không sợ sệt làm mê bởi bất cứ cảnh gì, sống hoàn toàn với chính mình. Đó là giai đoạn tối hậu của người tu. Một khi có đầy đủ đạo lực, tâm trong sáng rồi thì ta sẽ đạt được chỗ này. Nói đạt là một cách nói, trong nhà thiền tối kỵ nói đạt nói chứng. Song thật tình không phải là không có. Có nhưng vượt ngoài ngôn thuyết hình tướng nên không thể dùng lời lẽ diễn đạt được. Một khi công phu, đạo lực đầy đủ thì tự nhiên ta thâm nhận thôi.

Muốn đạt được giải thoát tuyệt đối, chúng ta không thể ngồi đó mong cầu, mà phải phát huy việc tu hành ở phần giải thoát tương đối. Mau hay chậm, được hay không là do

nơi sự phấn đấu của chúng ta. Người xưa nói cây mọc trên gò sỏi, hoặc ở nơi khô cằn mới có giá trị, mới là loại gỗ quý. Vì vậy chúng ta đừng sợ hoàn cảnh khó khăn. Chính hoàn cảnh khó khăn là thước đo việc tu hành của mình. Một khi đã có quyết tâm thì hoàn cảnh nào, khó khăn nào mình cũng chuyển được. Không chuyển được liền thì từ từ rồi cũng chuyển được. Đây là chỗ lý thú trong kinh nghiệm tu hành. Người quyết tâm ở lãnh vực nào thì sẽ thành công trong lãnh vực đó. Có vậy chúng sanh mới chuyển phàm thành thánh, chuyển giải thoát tương đối thành giải thoát tuyệt đối.

Mạng người không có gì bảo đảm già chết gần kề, chúng ta phải lo sắp đặt việc tu hành của mình cho ổn định. Cố gắng khắc tinh, tu ngay từ gốc. Tụng kinh không thể ngộ đạo, ngồi thiền suông cũng chưa chắc được gì. Chính yếu là phải phát huy được cái gốc bên trong. Đó là tâm. Ngày mai chẳng có gì bảo đảm, thời khắc qua rồi chẳng lấy lại được. Phải nhìn thẳng vấn đề, nhìn cho thủng cái thân giả dối này, sinh ra lớn lên rồi già chết, chỉ vậy thôi. Có gì để chạy theo, để vướng mắc ? Đã chạy theo, đã vướng mắc rồi thì sinh sợ hãi. Mắt thân này chụp thân khác, trầm luân trong sanh tử không biết đến bao giờ. Nếu tỉnh ngộ được lẽ này, buông bỏ những thứ không thật, chuyên tâm thiền định để phát sinh trí tuệ, sống trở lại được với tâm chân thật chẳng sanh diệt, thì còn gì an vui bằng.

Điểm cuối cùng tôi muốn nhắc đến là bạn hữu. Trong việc tu hành ngoài tự thân chúng ta ra, còn có kinh điển, thầy tổ và bạn hữu hỗ trợ thêm. Bạn hữu là những người mình có thể gần gũi tương trợ khi gặp khó khăn. Bởi khi tu, có lúc mình cũng nản lòng, xoay chuyên, bạn hữu là người rất cần trong những lúc này. Nếu chúng ta gần gũi được những người bạn có năng lực, mạnh mẽ, trí tuệ thì khi mình lui sụt, họ sẽ nhắc nhở để mình tiến lên.

Ngược lại, trong số bạn hữu của mình, người nào yếu đuối thì chúng ta cũng thương yêu trong sáng suốt, tìm phương tiện nâng đỡ nhắc nhở họ cùng tiến. Nhà thiền có câu chuyện này. Trong pháp hội của một Thiền sư nọ, chẳng may có một đệ tử bị bệnh tham, gặp cái gì anh cũng lượm bỏ túi. Chuyện được phát giác và trình lên Sư phụ. Nhưng dường như ông thầy không quan tâm. Trong chúng rất bực mình và quyết tâm làm dữ. Họ đồng lòng với nhau nếu thầy không đuổi vị này đi thì pháp hội sẽ giải tán. Thiền sư nghe rồi liền họp tăng chúng lại nói: “Thôi thì các vị đã vững vàng, ai nấy đều đã

trưởng thành, có khả năng làm được mọi việc. Quý vị có thể đi đây đi đó được. Còn người đệ tử này bệnh hoạn đầy đây, cần phải được chăm sóc nhiều lắm, nếu thầy không cứu nó thì ai cứu nó?”. Nghe đến đó, mọi người không dám nói gì nữa và vị đệ tử tham lam kia tự động bỏ cái tật xấu xa của mình.

Chúng ta cũng nên học gương này. Đã có duyên gặp được Phật pháp, có duyên trong cùng pháp hội thì chúng ta phải thông cảm, tương trợ, giúp đỡ lẫn nhau trong những lúc cần thiết. Giúp huynh đệ tu được cũng có nghĩa là tự giúp mình thăng tiến.

Xin chúc tất cả quý vị thành công.



NHÂN QUẢ HIỆN TẠI

Hôm nay là mùa an cư. Theo lời Phật dạy mùa an cư là thời gian chư tăng ni phải cấm túc, ở yên một chỗ nỗ lực tu học trong ba tháng mùa mưa. Vì ở Ấn Độ, mùa mưa là mùa cây cỏ sinh trưởng và côn trùng phát triển. Phật vì lòng từ bi, sợ chư tăng đi lại dẫm lên côn trùng, cây cỏ làm tổn thương sinh mạng của chúng sinh, nên cấm chư Tỳ-kheo không được đi lại trong mùa mưa.

Mùa an cư kết hạ bắt đầu từ rằm tháng tư cho đến rằm tháng bảy. Riêng Thiền viện Thường Chiếu cũng như các Chiếu Ni là nơi chuyên tu, nên tháng nào, ngày nào cũng là ngày kết giới an cư của chư Tăng Ni. Ngoại trừ những duyên sự đặc biệt như cha mẹ qua đời, Thầy Tổ bệnh hoạn, hay những công việc hành chánh v.v... mới được ra ngoài. Còn thì tất cả đều ở yên trong viện, lo tu học theo chương trình của Hòa thượng Viện trưởng đã ấn định.

Theo truyền thống, cuối mùa an cư là ngày tự tứ, ngày Phật hoan hỷ, các Phật tử đều về chùa, sắm lễ cúng dường mười phương chư Phật cùng hiện tiền chư tăng. Bởi vì sau ba tháng an cư, chư tăng siêng năng tu tập, chứng được thiền định, phát huy được trí tuệ. Nhờ công đức tu hành đó, các ngài hướng tâm chú nguyện cho thân nhân của Phật tử được sanh về cõi lành. Với người hiện tiền thì luôn được sáng suốt, tin kính Tam bảo và lúc nào cũng tu tạo các công đức lành.

Quý Phật tử có học Phật pháp đã biết, không việc gì tự nhiên có quả mà không có nhân. Nhân tốt thì thành quả tốt. Nhân không tốt thì thành quả không tốt. Cho nên sách Nho cũng có nói “Dục tri tiên thế nhân, kim sanh thọ giả thị. Yếu tri lai thế quả, kim sanh tác giả thị”. Nghĩa là “Muốn biết nhân đời trước của mình thì hãy nhìn quả hiện tại. Muốn biết quả tương lai của mình thì cứ nhìn vào hành động hiện tại”.

Vì vậy, để chuẩn bị cho tương lai của mình, chúng ta phải tu ngay bây giờ. Tu có nghĩa là sửa. Muốn sửa thì phải kiểm nghiệm lại mình, phải tinh tảo sáng suốt. Tinh tảo sáng suốt để biết mình nghĩ, mình nói, đúng hay không đúng. Việc nào trái với đạo lý hoặc di hại đến mọi người chung quanh, thì mình không làm. Đó tu ngay nhân, sửa ngay gốc. Nhân tốt thì nhất định không bao giờ bị quả xấu. Chúng sanh thường sợ quả mà không lo tu nhân. Ai cũng cầu nguyện cho mình được sống lâu, giàu có, con cái học hành đỗ đạt, làm ăn phát tài... Nói chung, thứ gì mình cũng muốn tốt, nhưng nhân tốt thì lại

lười, không gầy dựng.

Như bây giờ chúng ta muốn được sống lâu. Trong kinh Phật dạy, người muốn sống lâu thì đừng sát sanh hại vật, đừng làm chúng sanh mất mạng sống, mất tuổi thọ, đau khổ v.v... Nhưng mình cứ sát hại, cứ giết chóc chúng sanh, rồi lại cầu nguyện cho mình được sống lâu, thì thật là mâu thuẫn. Chúng ta không cần cầu nguyện, chỉ cần tu ngay từ nhân. Nghĩa là không sát sanh sẽ được sống lâu, mạnh khỏe. Chẳng những không sát sanh mà còn phóng sanh, đó là cách tu chân chính.

Khi chúng ta đã hiểu và tin nhân quả một cách chắc thực thì không bao giờ sợ quả, mà chỉ sợ tác nhân do chính mình gây ra. Quả đến chúng ta phải biết, quả không tốt là vì nhân không tốt, không thể đổ thừa cho ai. Không đổ thừa tức là gan dạ, dám chịu trách nhiệm với những việc mình đã gây tạo từ trước. Nhân đó ta đã gây do ngu si, giờ quả đến ta sẵn sàng chấp nhận. Và ta cũng hứa với Phật rằng, từ đây về sau con không ngu si nữa, con không gây nhân như vậy nữa. Đó là tu. Tu nghĩa là sửa, là không đi theo lối cũ sai trái đã từng đi.

Con người không có ai gọi là hoàn toàn cả. Người tốt lắm cũng có ít phần khuyết. Vì vậy ngoài việc tu sửa nơi bản thân, mình cần phải có sự cảm thông, biết mở lòng tha thứ, đùm bọc và hỗ trợ mọi người trong cuộc sống. Có vậy thì các tương giao hàng ngày, trong mọi sinh hoạt mới có sự hài hòa dễ chịu.

Chẳng hạn có người bạn lỡ nói lời xúc phạm mình. Mình nghĩ rằng người đó hôm nay trong lòng có gì không yên nên mới nói như thế. Mình thông cảm, tha thứ thì không có vấn đề gì xảy ra. Tu là tu từ những việc nhỏ ấy. Ngược lại, bạn mình có gì bức xúc, lỡ lời, mình nổi nóng nói lại gấp hai gấp ba lần. Thử hỏi mình tu ở chỗ nào? Như vậy thành gây lộn rồi. Gây lộn mà không ra lẽ thì đến đánh lộn. Đánh lộn mà không phân thắng bại nữa, thì phải ra tòa. Quý vị thấy, vừa xấu hổ vừa hao tổn lại mất thì giờ và phiền phức.

Là một Phật tử xứng đáng, thì sống ở đâu, sự hiện diện của mình, của gia đình mình cũng là sự hiện diện của lòng tha thứ, của bao dung, của từ bi và trí tuệ. Vì vậy chúng ta thờ Phật là để nhớ đến những đức tánh của Ngài. Vì Ngài là thể hiện của lòng từ bi, nhẫn nhục, hỷ xả, thương người, cứu vật.

Như chuyện Quan Âm Thị Kính, sự nhẫn nhục của Ngài đã thành một năng lực. Nhẫn nhục ra sao? Ngài không làm bậy mà người ta nói Ngài làm bậy. Ngài chấp nhận

bị đòn, bị đánh, bị nhục nhã trước công đường chỉ vì việc tu hành. Vì nhiệt tâm tu hành mà nhẫn chịu tất cả. Chữ “nhẫn” là nhịn, thường người ta nói nhẫn nhục. Nhịn thì mình có sức mạnh, có năng lực, chứ không có gì gọi là nhục.

Nhưng có một số người lại không thờ Phật với tinh thần như vậy. Họ quan niệm rằng, mình làm ăn không khá, năm nào cũng bị trục trặc, nên năm nay ráng thỉnh tượng Quan Thế Âm về thờ. Nhờ Bồ-tát chứng minh, ban phước, mình cầu gì được nấy. Nếu chúng ta thờ Phật, thờ Bồ-tát như vậy thì dù cho Phật thật, Bồ-tát thật cũng chạy thôi.

Bồ-tát và Phật thương chúng sanh, thì chỉ dạy cho chúng sanh biết luật nhân quả. Muốn hết khổ phải sửa, phải tu. Bồ-tát và Phật cũng từng là người như chúng ta, nhưng do các Ngài biết sự lầm lỗi, biết con đường nào dẫn tới khổ đau, các Ngài dừng lại và quay về con đường sáng, từ đó các Ngài thực hiện từ bi, trí tuệ, giác ngộ, giải thoát.

Khi nhìn thấy hình tượng Bồ-tát Quan Thế Âm, chúng ta phải học được hạnh nhẫn của Ngài. Một chữ “Nhẫn” thôi mà chúng ta tu được là đã thành công lớn. Tụng kinh, ngồi thiền, đi chùa, làm tất cả các việc công đức cũng chỉ để hỗ trợ cho việc tu hành của mình. Mà việc tu hành chủ yếu vẫn là tự sửa mình. Sửa từ nơi tâm, đó mới là gốc. Tôi kể lại chuyện Mục Liên Thanh Đề ở đây để thấy tâm quan trọng thế nào, và tại sao chúng ta phải tu ngay ở tâm.

Tôn giả Mục Kiền Liên, sau khi thành đạo, biết mẹ mình hằng ngày gây nhân không tốt, chắc chắn sẽ bị quả không tốt. Do đó sau khi mẹ mất, Ngài dụng thần thông tìm mẹ cùng khắp, cuối cùng Ngài gặp mẹ ở dưới địa ngục, đang trong lớp nạ qui đói khổ chịu dầu sôi, lửa bỏng. Quá thương mẹ, Ngài đem bát cơm của mình dâng lên. Cơm vừa dâng liền bốc thành lửa. Vì tâm tham lam keo bần của bà mà bát cơm của một vị thánh cũng biến thành lửa, đốt cháy miệng bà. Chứng kiến cảnh đó, Ngài Mục Liên rất đau xót, liền về trình Phật, xin Đức Phật chỉ cho phương pháp để cứu mẹ.

Phật dạy phải dâng lễ cúng dường, nhờ công đức của mười phương các bậc hiền thánh trong ngày tự tứ, nguyện bà cởi bỏ được lòng keo xén. Khi nào lòng bà rộng rãi bao dung thì mới thoát được kiếp nạ qui. Theo sự hướng dẫn của Phật, Tôn giả Mục Kiền Liên chuẩn bị lễ cúng dường, thỉnh cầu sự chú nguyện của năm trăm vị A-la-hán. Quả thật nhờ sức chú nguyện này, mẹ Ngài cởi bỏ tâm keo xén, chuyển tâm hướng về Tam bảo. Cùng ngày ấy, tất cả loài qui đói đều được cứu rỗi, thoát khỏi kiếp khổ địa ngục và

ngạ quỉ. Lễ Vu Lan trở thành truyền thống báo hiếu kể từ đó.

Câu chuyện thứ hai. Tôn giả Xá Lợi Phất có một vị đệ tử bị nghiệp báo lạ lùng. Từ khi ông lọt lòng, gia đình đói khổ điêu đứng, không làm ăn gì được, phải dờ đi khắp nơi. Nhưng nơi nào có ông tới thì nơi đó cũng đói khổ lây. Khi đến một vùng ven biển, dân ở đây khám phá ra nguyên nhân của sự đói khổ này nên họ đuổi gia đình ông đi. Gia đình ông cũng không chịu nổi ông nữa. Cuối cùng họ bỏ ông. Trên đường lang thang phiêu bạt, ông gặp Tôn giả Xá Lợi Phất. Thấy hoàn cảnh khổ sở này, Tôn giả nhận ông làm đệ tử và cho xuất gia.

Khi được xuất gia, ông nỗ lực tu hành. Dù thiếu thốn hay đói khát ông cũng quyết tâm tu, không hề lơ là hay than thở. Vì biết đây là báo nghiệp mà chính mình đã gây tạo, bây giờ phải trả. Không có bữa nào ông được ăn no. Đi khát thực một mình không ai cho đã đành, mà đi chung với các thầy khác thì các thầy cũng bị ảnh hưởng lây. Một hôm, Tôn giả Xá Lợi Phất thấy duyên của ông sắp mãn, nghĩ đến vị đệ tử siêng năng tinh tấn mà lúc nào cũng chịu đói khát, Ngài thương quá mới nói: “Bữa nay con đi khát thực với Thầy”. Rồi hai thầy trò cùng đi.

Tới đâu, ngài Xá Lợi Phất cũng dùng uy đức của mình đứng án trước đê mà khát thực. Nhưng cuối cùng Tôn giả đành chịu, phải cho đệ tử về trước. Ngài khát thực xong, nhin ăn, vội đem về cho đệ tử. Thế nhưng, khi Tôn giả về đến nơi, người đệ tử đã kiệt sức, tay chân run rẩy, vừa đưa tay cầm lấy thì bát cơm đổ xuống, chỉ còn lại một ít. Sau khi dùng được chút cơm này của thầy, người đệ tử viên tịch.

Chuyện được trình lên đức Thế Tôn, Phật kể lại nguyên trước đây, vị đệ tử này đã cản ngăn không cho thí chủ cúng dường cho một bậc A La Hán. Ông đã chịu quả báo đói khổ ghê ghớm như vậy trong nhiều đời. Bây giờ tu, chứng La Hán rồi mà vẫn phải trả quả đã gây.

Chúng ta thấy nhân và quả như bóng với hình, không tách rời nhau. Hễ đã gây nhân thì chạy đâu cũng không thoát quả. Đến nỗi tu hành chân chính thành đạo quả rồi, mà cũng phải trả nghiệp đã gây. Cho nên chúng ta tu hành phải sáng suốt, lúc nào cũng tỉnh cũng tu ngay từ nhân, không gây nhân xấu. Phải nhớ, miệng nói những điều quấy, yù nghĩ bậy bạ, thân làm những điều lỗi lầm sẽ lãnh quả xấu rất nhiều.

Ở đời không ai được trọn vẹn là vì thế. Người có tiền của nhiều mà bệnh hoạn liên miên, ăn hưởng không được. Người sống lâu lại thiếu thốn... Những việc đó từ đâu ra ? Từ nhân làm mê, mình đã lỡ gây tạo những nghiệp không tốt, rồi đưa đến kết quả như vậy. Bây giờ ngang đây mình ráng tu ráng sửa. Tu bằng cách biết những lời nói xấu, những lời mắng nhiếc, chưởi rủa sẽ có hậu quả nghiêm trọng thì không nói. Người xưa nói, đem lời ác cho người giống như ngậm máu phun người, chỉ như miệng mình. Chúng ta kiểm điểm từ ý nghĩ, ngôn ngữ và hành động của mình, không cho nghĩ bậy thì sẽ không nói bậy, làm bậy.

Hiện tại chúng ta cố gắng chuyển nghiệp xấu thành nghiệp tốt. Như vậy là tu. Tu là sửa đổi, là chuyên hóa, là thăng hoa. Chứ không phải tu là đầu trọc, áo vàng, vải nâu. Đó chỉ là hình thức bên ngoài, là pháp nghi, là qui cách mà thôi. Chứ cái gốc thật sự chính là từ tâm của mình. Tâm quan trọng nhất, tâm là chủ tạo tác tất cả. Chuyển sửa, sắp đặt, ổn định, làm chủ được lòng mình thì gọi là tu.

Thường người ta hay nói, tánh tôi nóng lắm. Nói vậy không đúng, đó là tật chứ không phải tánh. Tánh thì thanh tịnh, bất sinh bất diệt, không có hình tướng, rỗng rang sáng suốt, trùm khắp. Còn tật là những thứ mình nhiễm từ gia đình, hoàn cảnh chung quanh và xã hội. Có nhiều người không phải xấu, nhưng ảnh hưởng hoàn cảnh xã hội, hoàn cảnh gia đình mà họ trở thành xấu. Thành ra, giận lên mà nói tánh tôi nóng lắm là sai rồi. Nói một cách chính chắn là tật của tôi nóng lắm.

Biết là tật thì chúng ta phải chữa bỏ. Một khi chưa bỏ được những thói hư tật xấu này thì mình còn khổ, bỏ được mới vui. Dù không đi chùa mà kiểm lại, từ sáng đến tối mình không để cho những thứ như nóng nảy, điên đảo, lăng xăng, tâm tối, tạp loạn dấy lên, chúng không dẫn mình đi ta bà thế giới. Như vậy là ngày đó mình có tu, có tỉnh, không tạo nhân xấu. Người biết tu là người không cống cao, không ngã mạn, không tìm lỗi người mà luôn luôn tự kiểm nghiệm lại mình. Người Phật tử hiểu đạo, biết tu thì cuộc sống nhẹ nhàng, thanh thản ngay trong hiện đời vì nắm vững được luật nhân quả và biết tâm là gốc của muôn pháp.

Thêm một điều nữa là, “đối với mình thì tự nghiêm, mà đối với người thì phải khoan dung, độ lượng”. Thường chúng ta hay làm ngược lại. Những gì xấu dở của mình thì mình bào chữa, tha thứ. Còn của người thì mình để ý xăm xoi, tìm vết gì mình cũng

thấy, giấu đâu mình cũng biết. Vậy thì mất công, mất thì giờ của mình chứ có ích gì ! Tổ Huệ Năng dạy nên thấy lỗi mình đừng nhìn lỗi người. Người tu là người quay nhìn lại mình, thấy dở thì bỏ, biết xấu thì loại. Chúng ta cố gắng giữ gìn tâm mình trong sạch là quý nhất. Đừng dóm ngó lỗi của người khác, chỉ tạo thêm nghiệp nhân không tốt.

Có một Phật tử, đến bạch với Thầy:

- Thưa Thầy, con có những tật xấu mà bỏ không được. Xin Thầy chỉ cho con cách nào bỏ nó, chứ mang hoài nặng nề quá.

Vị Thầy trả lời:- Con đem nó ra đây cho Thầy.

- Làm sao con đem ra được, nó bắt thường lắm, khi có khi không. Thầy biểu đem ra, con không đem được.

- Vậy nó đâu phải là thứ thật. Cái gì luôn luôn ở bên con, con cần đến thì có, đó mới là thứ thật, mới là của con. Còn thứ chợt có chợt không là đồ giả, có đâu mà bỏ. Nó không thật có mà khổ với nó là sao?

Nghe Thầy nói tật xấu “không phải thứ thật”, thì người đệ tử bỏ nó được một cách dễ dàng. Chúng ta cũng tưởng những thứ không thật này là thật, nên cho là bỏ không được. Khi hiểu chúng chỉ là những thứ hư giả, không phải tâm chân thật của mình, thì việc buông bỏ không còn là chuyện khó nữa, nếu mình quyết tâm.

Để kết thúc buổi nói chuyện hôm này, tôi kể thêm một câu chuyện nói về nhân quả và tầm quan trọng của tâm. Có một vị sư đi khát thực. Trên đường đi, sư gặp một người mua chó về làm thịt. Thấy con chó bị cột, cảm thương sư năn nỉ người chủ tha mạng cho nó bằng cách đổi bất cứ thứ gì mình đang có. Người chủ không chịu. Năn nỉ mãi không được, cuối cùng sư xin người chủ cho con chó ăn bát cơm của sư. Người chủ đồng ý. Vừa nhìn con chó ăn, sư vừa vuốt đầu nó chú nguyện:

- Con là chúng sanh do ngu mê nên lỡ tạo nghiệp đọa vào loài súc sanh, đã đói khổ lại còn bị người ta đưa đi làm thịt. Tất cả đều do nhân ngu mê con đã gây tạo trong quá khứ, ngày nay con phải trả quả. Thầy chú nguyện cho con, con trả hết nợ nần này, ráng nghe Phật pháp, được thân người hồi đầu phát tâm hướng về con đường thiện, tu hành.

Con chó ăn no và dường như nó cảm nhận được những lời chú nguyện của sư nên rất vui vẻ. Rồi thầy trò chia tay, con chó bị làm thịt. Nhưng nhờ nhận được lời chú nguyện của sư, nó được xả bỏ thân súc sanh và đầu thai làm con của ông trưởng giả. Thời

gian sau, sư đi khất thực ngang nhà ông trưởng giả, có một thằng bé chạy ra. Gặp sư nó rất mừng, nó lạy, nó cúng kính... Đó là do duyên sư đã gieo với thằng bé trước kia.

Cho nên biết nhân quả là gốc của đạo Phật, hiểu được nhân quả là hiểu được đạo Phật, áp dụng được nhân quả là áp dụng đúng đạo Phật. Người tu đạt đạo là người thấy được lẽ thật của nhân quả, thấy được lẽ thật của các pháp, tức là người không còn mê. Sở dĩ chúng ta khổ vì chúng ta còn mê. Mê cái gì ? Mê giả cho là thật. Rồi lo gây dựng cái không thật nên có rồi hoại, hoại thì khổ.

Mong rằng quý Phật tử nhận hiểu và thực hành được lý nhân quả, tin tâm mình một cách thấu đáo, để hiện đời cuộc sống được an vui và tương lai cũng an vui.



KHÔNG TÌM CẦU BÊN NGOÀI

Buổi sinh hoạt hôm nay chúng ta sẽ nói về vấn đề tu tâm, tức là tinh thần tu mà không tìm cầu bên ngoài. Đây là mục đích của thiền viện, làm sao để người tu bớt lãng xãng, không bị cảnh duyên bên ngoài lôi kéo và nhận lại được cái chân thật quý báu của mình.

Nói đến tinh thần tu tâm hay tinh thần không tìm cầu bên ngoài, Lục Tổ dạy:

Nếu người thật chân tu, không thấy lỗi thế gian. Nếu thấy người khác sai, lỗi mình đã đến bên. Người quấy ta đừng quấy, ta quấy tự có lỗi, chỉ bỏ tâm tà quấy, thì phá trừ phiền não.

Tuy Phật pháp có nhiều pháp môn, nhiều phương thức để người tu áp dụng, nhưng chủ yếu đều là phá trừ phiền não. An lạc bình an là điều mà ai cũng hằng mong mỗi khi dâng hương, lễ Phật, tụng kinh... Song khi đã tu thiền tức biết tu tâm thì chúng ta đều hiểu, an lạc hay không an lạc là tự do mình. Tự mình mà có, tự mình mà không, không thể cầu nguyện bên ngoài. Nên rồi, dù có nguyện cầu bao nhiêu mà chúng ta cứ gây ra những cái nhân không an lạc, thì không thể nào tìm thấy sự an lạc.

Vì vậy Tổ nói, người tu chân chánh là người đừng nhìn lỗi thế gian mà phải biết nhìn lại mình, xem mình còn những tật xấu nào, còn những sơ xuất gì thì cố gắng khắc phục sửa chữa. Bỏ được những thứ này tức là phá trừ phiền não.

Nếu thấy người khác sai, tức là ta đã hướng ra ngoài phê phán. Trong khi Phật nói những gì bên ngoài là không thật. Mình thấy cái không thật mà lại vận dụng vọng tưởng của mình để lý giải, để kết luận về những cái không thật đó, thì càng lý giải càng phân tích mình càng ngược xuôi điên đảo. Tu như vậy thì càng tu, tâm mình càng bất an phiền não. Vì vậy Tổ nói, lỗi mình đã đến bên.

Thành ra dù cho hằng đêm chúng ta siêng năng nguyện cầu bao nhiêu mà nguyên tắc gốc này không nắm vững, cứ lao ra, thì không có Phật thánh nào hộ trì cho mình được. Chỉ khi nào chúng ta không chạy ra bên ngoài, chịu quay về sửa trị những tật xấu của mình để không bị động bởi cảnh duyên bên ngoài thì chúng ta mới thật sự được an lạc bình an.

Với cách tu như vậy thì ai tu cũng được. Chỉ cần chúng ta chịu sắp đặt ổn định các sinh hoạt hàng ngày của mình. Làm việc gì cũng cố gắng kiểm điểm xem trong khi làm

mình có dấy khởi thêm gì không? Mình có lý giải phân tích gì trên những việc làm đó không? Nếu có thì buông đi! Ngoài ra những việc nào chúng ta phải xử lý thì cố gắng sắp đặt trôi tròn, còn không thì nên giảm thiểu. Vì lắm việc thì lắm phiền. Phiền này tự mình bày ra thì phải tự mình bỏ. Tu tâm là tu như vậy. Mọi thứ đều tự nơi chúng ta, mỗi niệm tự thấy bản tánh, tự tu, tự hành, tự thành Phật đạo.

Giờ tôi nói đến chữ nghiệp. Nghiệp là một năng lực được hình thành từ những thói quen của mình. Quen nói như vậy, quen làm như vậy và quen nghĩ như vậy. Nói đến nghiệp là nói đến một năng lực, một sức mạnh được kết tụ từ những hành động trong sinh hoạt đời thường của mình. Chính năng lực này là cái dẫn dắt đưa đẩy chúng ta đi thọ quả, đi tạo nghiệp, không những ngay bây giờ mà còn dài lâu về sau.

Xưa ngài Mahanam là một cư sĩ, đến hỏi Phật rằng : Bạch Thế Tôn, bình thường con giữ năm giới, thọ bát quan trai, tu thập thiện. Giả như con chết bất ngờ vì tai nạn, sau khi chết con sẽ đi về đâu?

Đức Phật trả lời: Có một cây mọc từ đất lên, thân và cành nghiêng về một bên, vậy khi cưa, thân ngã về bên nào?

Mahanam đáp: Cây sẽ ngã về bên nó đang nghiêng.

Phật dạy tiếp: Cũng vậy, bình thường ông hay làm điều lành, khi chết tuy bị khủng hoảng, nhưng nghiệp thiện tích lũy nhiều sẽ hướng ông đến chỗ lành.

Chúng ta phải làm sao duy trì sự tu hành của mình được liên tục. Nó phải được tích lũy để có thể chiến thắng và giải quyết được cận tử nghiệp của mình. Cận tử nghiệp là nghiệp ngay khi mình bỏ thân này. Nó quyết định việc thọ thân sau của mình. Giả như chúng ta là những người biết tu phước biết làm lành, nhưng do một bức xúc nào đó mà gây tạo một cái nhân không tốt, trúng vào khoảng thời gian giải tỏa thân tứ đại này, thì chúng ta sẽ bị đầu thai vào những cảnh giới không tốt.

Hoặc nếu chúng ta là những người không có sức chịu đựng giới, là người còn chấp thân nhiều, thì khi sắp chết, những niệm uất hận, phát sinh từ sự đau đớn nuối tiếc sẽ dấy lên. Đây là những loại niệm đẩy ta vào những đường như ngã quỷ, súc sanh và địa ngục. Nói chung, khi chết do một hoàn cảnh nào đó mà chúng ta bị những loại niệm như sân hận, uất ức, nuối tiếc v.v... chi phối thì chúng ta phải tái sinh trong ba đường dữ...

Như có một vị trụ trì tu hành giới luật rất nghiêm trang. Một hôm thầy bị một con bệnh ngặt nghèo, thầy thuốc khuyên phải ăn mặn mới trị khỏi. Giới luật nghiêm trang mà nghe đến việc ăn mặn thì thầy thà chết còn hơn. Nhưng Phật tử thì không đành lòng thấy thầy chết như vậy, nên lén làm đồ ăn mặn cho thầy. Thầy lành bệnh rồi ... Một hôm, thầy trò đang vui vẻ, đệ tử vui miệng nói thật cho thầy hay. Thầy nghe xong, uất lên mà chết. Chết trong tình trạng như vậy nên rồi thầy thành ... qui. Đêm nào cũng nghe tiếng la hét, lục lạo đồ đạc trong chùa... từ đó, không còn ai dám đến chùa nữa.

Cận tử nghiệp quan trọng như vậy, nên chúng ta phải làm sao để chuẩn bị cho nó ngay từ bây giờ. Những tâm niệm tham lam, sân hận, tật đố, hờn giận, tức tối... là những cái nhân đẩy ta vào đường xấu thì ta phải lập tức bỏ ngay. Gặp cảnh sân cố quán chiếu buông bỏ đừng sân, gặp cảnh tham gắng tỉnh táo sáng suốt đừng tham. Nghĩa là, đừng để chúng trở thành một thói quen, một năng lực dẫn dắt ta khi ta rời bỏ cõi đời. Thêm vào đó phải gắng tu tạo và tích lũy thêm nhiều công đức... Như vậy thì tại gia hay xuất gia gì tu cũng được mà lại vừa chuyển được nghiệp của mình.

Chuyển nghiệp là điều tất yếu trong đạo Phật, vì nghiệp không phải là cái gì cố định. Nếu nghiệp không thể chuyển thì chúng sanh không bao giờ tu hành thành Phật. Tuy nhiên, muốn chuyển được nghiệp thì chúng ta phải siêng năng liên tục, làm tất cả các việc công đức và làm sao luôn luôn tỉnh táo không gây thêm nghiệp nhân xấu. Nếu việc làm này được huân tập liên tục thì chúng ta sẽ chuyển được nghiệp của mình.

Như tô muối pha trong một bể nước lớn thì vị mặn sẽ loãng nhiều thay vì pha trong một cốc nước nhỏ. Nước ví như công đức, muối ví như những nghiệp tập xấu xa và cù cặn của ta. Nghĩa là, nếu công đức tu hành của ta ít ỏi quá mà nghiệp tập quá nhiều thì nghiệp không thể chuyển được. Còn chúng ta có qui y, học đạo, tu tập, phát huy được công đức sâu dày thì chúng ta sẽ chuyển được nghiệp của mình, mà đến phút lâm chung mình cũng được yên ổn. Phải nhớ qui y xong thì phải thực hành những điều đã qui y chứ không phải có được phái qui y là mình đã có phép của chư Phật vào được cõi Niết bàn.

Trong phần tu tâm, chúng ta cũng phải giữ giới luật. Người xuất gia thì có mấy trăm giới, còn Phật tử tại gia thì có năm giới. Nhưng giới luật chung cho cả Phật tử tại gia lẫn xuất gia vẫn là, tự tâm không quấy, tự tâm không xấu ác, không ganh ghét, không tham sân, không cướp hại... Đây chính là cái gốc tu hành của người con Phật. Dù tu lâu

hay mới tu gì chúng ta cũng phải gìn giữ, không những không cho những thứ như vậy phát sinh trong đời sống của mình, mà còn phải kiểm soát được chúng ngay khi chúng dấy khởi trong tâm.

Điểm kế tiếp là, đối với tất cả các cảnh duyên thiện ác tốt xấu làm sao giữ chúng ta vững được tâm chân thật của mình. Giữ được nghĩa là, tin chắc vào nhân quả. Hiểu rằng, những gì ta phải mang gánh ngày nay là do cái nhân ta đã gây ra trước đó, ta sẵn sàng lãnh lấy hậu quả vui vẻ chấp nhận trả, không yếu đuối cầu khẩn van xin, nương dựa vào những thế lực bên ngoài. Tin rằng, gây nhân tốt, tạo được công đức lành thì quả phúc tốt đẹp sẽ đến với ta. Hiểu được, tin được như vậy thì chúng ta sẽ bình yên đối với những cảnh duyên. Hiện tại dù khó khăn bao nhiêu mình cũng chấp nhận, vượt qua... từ đó định hướng đi cho mình.

Định hướng là thế này, những mặt nào chúng ta thấy mình còn yếu còn dỡ thì tập trung đầu tư cho mặt đó. Phần đạo đức gia đình còn yếu thì tập trung vào phần đạo đức. Phần kinh tế còn yếu thì tập trung vào phần kinh tế ... và nhớ, tập trung thực hiện dựa trên tinh thần nhân quả. Chẳng hạn, Phật dạy muốn được quả báo giàu sang thì phải mở lòng ra, cúng dường bố thí cho mọi người. Định hướng đầu tư của mình phải dựa trên những nguyên tắc như thế, chứ không phải đi tranh giành, cướp giựt của ai để làm giàu.

Tin và áp dụng nhân quả vào đời sống như vậy thì cuộc sống sẽ tốt đẹp biết bao! Như vậy là chúng ta đã gây dựng được cuộc sống an lạc, bớt đi những tranh chấp, bức xúc phiền não. Điều này đòi hỏi người tu phải có định lực. Định tức là lóng lạng, không bị động. Không động thì trí tuệ phát sinh. Có định lực có trí tuệ, ta mới đủ sức làm chủ các cảnh duyên, không bị chúng kéo lôi. Nói thiên, nói đạo, nói cao, nói thấp gì, hữu sự đối duyên trực tiếp mới biết mình hay hay dở. Khó lắm không phải dễ. Không giữ công phu cho được liên tục thì đối với cảnh thuận nghịch, có khi mình bị cuốn trôi mất hút.

Chúng ta tin Phật thì có tin, tu hành thì có tu, nhưng nghe đâu có Phật linh, Bồ tát hiện thì núi cao hiểm hóc bao nhiêu mình cũng gắng đi tới, rồi dựng đầu lay nẩy, một hòn đá bên đường cũng lay, một gốc cây bên đường cũng thấp nhang... điều này nói lên tinh thần yếu đuối của chúng ta. Chúng ta tu mà không vững niềm tin đối với Tam bảo, không tin nhân quả nên mới nương dựa vào những thế lực bên ngoài.

Hoặc có vị khi làm ăn khá giả thì thường về chùa. Mỗi lần về sắm đủ thứ phẩm vật. Nhưng đến khi tài chánh hơi suy thoái, sinh mặc cảm không đến chùa nữa. Đây là những chuyện thông thường thôi, nhưng có khi làm trở ngại việc tu hành của mình. Phải nhớ, đến chùa là để học pháp, để tu. Những gì còn cộm trong tâm thì phải loại ra, bỏ đi mà phát huy những cái tốt. Đó mới là việc chính, còn việc cúng dường, có thì tốt không thì thôi, đâu phải là việc bắt buộc. Nếu vì nó mà trong tâm phát sinh phiền não thì không nên. Chúng ta phải để ý loại bỏ những thứ như vậy để việc tu hành của mình không bị gián đoạn, công phu được tăng tiến.

Lục Tổ dạy tiếp, tự tâm không ngại thường dùng trí tuệ quán chiếu không tạo các ác và tu tạo các điều lành không vướng mắc, kính trên thương dưới, đùm bọc kẻ cô bản. Kính trên nhường dưới là đạo đức bình thường căn cốt của một con người. Tu tạo các điều lành, đùm bọc kẻ cô bản là những việc xã hội mà chúng ta vẫn thường làm. Nhưng ở đây Tổ dạy, làm mà không được vướng mắc!

Như ngài Pháp Đạt đến lễ Tổ, đầu không sát đất.

Tổ quở: Ông được sự nghiệp gì mà lễ đầu không tới đất?

Ngài đáp: Con tụng được mấy ngàn bộ Pháp Hoa.

Tổ nói: Ông tụng Pháp Hoa mà bị Pháp Hoa chuyển, chứ không chuyển được Pháp Hoa.

Tổ dạy chuyển Pháp Hoa bằng cách, tụng bao nhiêu cũng tốt nhưng phải nhận được yếu chỉ của kinh. Đó là nhận ra tri kiến Phật của mình. Nó là cái rỗng rang sáng suốt không tỳ vết, tụng niệm đếm bộ đếm số bên ngoài không nhận ra được. Không nhận được mà lấy đó làm sở đắc rồi sinh tâm ngã mạn, là đi ngược lại lời Phật dạy.

Chúng ta cũng vậy! phải nhớ, làm tất cả việc công đức là để trợ giúp cho việc tu hành của mình, giúp mình mở tâm, phá trừ phiền não. Vì vậy làm xong thì buông, không nên chất chứa trong tâm để rồi phiền não phát sinh.

Trong đời sống xã hội với những quan hệ tiếp cận ... những gì chúng ta phải đối diện thì cố gắng trôi tròn mà không để mất mình. Người tu là người phải an nhiên bình thản với tất cả những cảnh duyên. Nhiều khi những việc lớn lao thì mình đề phòng, chuẩn bị tinh thần kỹ càng, nhưng có khi một chuyện rất bình thường lại làm mình sôi sục tức tối. Giả như giữa đêm đang ngon giấc, bất thần ở đâu, một cú điện thoại gọi đến hỏi thăm

tên tuổi, sức khỏe của mình rồi nói toàn chuyện đầu đầu... thì có khi mình không làm chủ được, nổi bực và chưởi bậy.

Thêm một điểm nữa, tâm không vin theo các duyên, không nghĩ thiện, không nghĩ ác, tự tại vô ngại. Đây là kết quả của việc tu tâm trong quan hệ tương giao tiếp xúc hằng ngày của mình. Người biết tu thì bất cứ niệm nào dấy lên, dù niệm thiện chẳng thiện nữa cũng phải buông. Không nghĩ thiện, không nghĩ ác, tự tại vô ngại là năng lực tu hành bắt nguồn từ niềm tin vững chắc và sự tỉnh giác mạnh mẽ. Đây là chỗ người tu phải đến, còn những việc bên ngoài chỉ là việc phụ. Phật nói người tu là người phải thấp sáng ngọn tâm đăng, chứ không phải tu là để giàu có, để cất chùa cho thật đẹp. Nếu tu là để giàu sang, chùa đẹp thì Phật đã không từ bỏ ngại vàng để thấp sáng ngọn tâm đăng của mình.

Cuối cùng là, tự tâm không chìm trong các cảnh duyên thiện ác, nỗ lực nghiên cứu Phật pháp, làm sao cho sự hiểu biết của mình được mở rộng, thông được Phật lý và làm tất cả những việc lợi ích đối với chúng sanh tùy theo khả năng của mình. Muốn sự hiểu biết được mở rộng và thông được Phật lý thì ngoài việc học hiểu Phật pháp, chúng ta còn tu tập và áp dụng Phật pháp vào đời sống. Nghĩa là thể nghiệm được những gì mình học hiểu trên sách vở qua hành động hàng ngày.

Chỗ này Phật chia người tu thành bốn loại. Có người bề ngoài trông tu hành đạo mạo nhưng bên trong lại không được như vậy. Phật gọi người này là trong sống ngoài chín. Lại có người trông bên ngoài chẳng có vẻ gì tu hành nhưng bên trong lại đặt sệt tu hành. Phật gọi người này trong chín ngoài sống...

Như có một vị xuất gia ở miền quê, trong hoàn cảnh không được hanh thông. Bản thân của thầy không được học hành, nghiên cứu Phật pháp bao nhiêu. Nhưng thầy có một tíc duyên từ trước, nên khi đến với đạo thầy nắm được cương lĩnh để tu hành. Do hoàn cảnh, nên ai cúng gì thầy cứ tùy tục mà nhận. Được một thời gian thì mọi người tỏ ra khi dễ thầy, vì thấy thầy ăn nhiều thứ, chay mặn gì thầy cũng không từ chối, quanh năm luẩn quẩn đi đám, chẳng hề thấy thầy học hành hay làm gì khác. Nhưng ai nói gì thì nói, thầy vẫn sống như vậy, vẫn đi đám, đi cúng nhưng không vì tiền bạc, danh lợi, ăn uống...

Lúc tuổi về già, một hôm sau lần tụng kinh tại nhà một Phật tử, thầy nói đây là duyên cuối cùng của thầy, từ lâu thầy ở lẫn trong thế tục, hôm nay hóa duyên của thầy đã

hết. Những gì phải làm thầy đã làm, đã phát huy và hôm nay đã viên mãn. Nói xong thầy tươi tắn thị tịch.

Từ đời sống của thầy chúng ta rút được ít nhiều kinh nghiệm tu hành cho mình, dù thầy là thầy đấm nhưng không vì tiền bạc, thỉnh thoảng cũng ăn uống như những người khác nhưng không hề dính mắc. Thầy không có quan hệ tình cảm nào để đánh mất đi sự tự tại giải thoát. Nên cuối cùng thầy được tự tại an lạc, ra đi không vương mắc, không một vấn đề gì. Kết cuộc này cũng nói lên tinh thần tu hành của thầy, dù là trong cảnh duyên thiện ác lẫn lộn, thầy cũng không bị chìm đắm.

Cũng như Tuệ Trung Thượng Sĩ, một thiền sư dưới hình thức là một cư sĩ, khi sắp tịch thì tiếp hầu hạ tới khóc, ông mở mắt ngồi dậy quở, chuyện đời là như thế, có gì phải khóc, đừng có làm rộn! Nói xong ông bảo đem nước lại rửa mặt, dặn dò đôi câu rồi tịch.

Đó là những hình ảnh độc đáo của thiền Việt nam. Dù là hạng người nào, dưới hình thức nào, chúng ta cũng có thể tu được, có thể chuẩn bị cho cận tử nghiệp của mình được chu đáo, nếu chúng ta có quyết tâm và nắm vững được đường lối tu hành...



MỤC LỤC

❖ Lời Đầu Sách.

1. Thấy Được Lẽ Thật Để Tu.
2. Công Phu Tu Hành.
3. Trang Nghiêm Hạnh Nguyện.
4. Tịnh Tu Ba Nghiệp.
5. Những Phiền Nã Trờ Ngại Trên Bước Đường Tu Tập.
6. Không Hí Luận.
7. Nhân Quả Hiện Tại.
8. Không Tìm Cầu Bên Ngoài.

