

THÍCH NHẬT QUANG

# VƯỜN THIÊN



## LỜI ĐẦU

Vườn Thiên tươi mát, hương thiên ngát thơm. Khấp sơn khê cỏ nội, nụ thiên kết đóa tung gió tung hương.

Trong đó, quá trình vun vén không phút giây vắng thiếu, luôn chuyển hóa, nhồi thành. Đây có thể nói là suối nguồn, là sức sống, là những thăng hoa bất tận. Bát ngát. Trào tuôn. Ai đến chỗ này ? Biết tỏ cùng ai? Thừa, cũng gió núi mây ngàn, trăng thanh nắng gội, bao la muôn thuở.

Ô hay, gã cùng đồ nhúc nhích trong bước chân khập khểnh của mình. Quái lạ, bởi đâu ta lại thấy, lại nghe và nhập cuộc ? Để rồi lãng khách chôn vùi trong chốn bụi bặm, rong rêu. Ấy đấy một thoáng ngộ mê, trong vô hình mà hiện thành muôn sự.

Tuy thế,

Lửa tam muội một phen thấp lên, đất trời tiêu tan, cháy rụi. Hồn nhiên, một sức sống vỡ bờ vượt thoát tất cả, cũng không còn thăm cỏ, bờ ao, gì gì. Từ đó, bùng dậy thơm ngát vườn thiên, cõi diệu huyền kỳ ngộ một trời riêng. Nơi đây, cũng không phải việc gì khác đâu. Cùm hoa trước gió, áng mây giữa trời, trong vô vàn tĩnh lặng, không chứng từ mà dào dạt vô biên.

Xin mời chư pháp lữ ghé qua Vườn Thiên, đóa hoa thiên ngát hương, mặc tình thưởng thức.

Thiền Viện Thường Chiếu

**THÍCH NHẬT QUANG**



## BIỂU TƯỢNG HOA SEN TRONG ĐẠO PHẬT

Trong buổi sinh hoạt này chúng tôi sẽ nói về biểu tượng hoa sen trong Phật giáo. Đây là hình ảnh không những thường được nhắc đến trong đạo Phật mà luôn được dân tộc Việt Nam ca ngợi với một đức tính cao đẹp. Nói tới hoa sen là nói đến sự tinh khiết giữa chốn bùn lầy. Cho nên hoa sen trong Phật giáo tượng trưng cho sự vươn lên, giác ngộ giải thoát ngay tại cõi đời ô trược.

Như tất cả chúng ta đều biết hoa sen mọc lên từ bùn lầy, từ rác rưởi nhơ nhớp. Hoa sen vượt khỏi bùn, nhú lên mặt nước, vươn mình lên cao, để cuối cùng tỏa ngát hương thơm. Những giai đoạn này rất gần gũi với quá trình tu hành của huynh đệ chúng ta.

Nếu không có bùn lầy, không có những chất bẩn nuôi dưỡng thì hoa sen không sống được. Loài hoa này không thể trồng trên đất khô cằn, cũng không thể trồng trên đất sạch sẽ, mà nó được nảy mầm ra hoa từ chỗ bùn lầy nước đọng. Một khi nụ đã tròn hoa đã nở thì mùi hương không gì sánh nổi. Đó là điểm đặc biệt của hoa sen và chính vì thế nó được chọn làm biểu tượng cho đời sống của những người xuất gia tu đạo.

Cũng vậy, chúng ta không thể rời cuộc sống này để tìm đạo lý giác ngộ giải thoát. Ngay nơi đời sống ồn ào nhơ nhiễm, nếu chúng ta biết tu, biết gạt bỏ để vươn lên thì ta sẽ thoát khỏi mọi đau khổ uế trược. Từ chỗ nhơ nhiễm, chúng ta phát huy được đặc tính cao khiết quý báu nhất của mình, ta sẽ sống an lạc ngay tại chốn ô trược. Được vậy, còn gì quý bằng!

Đôi khi ta nghĩ rằng phải có những nhân tố, những điều kiện đặc biệt ta tu mới thành đạo, mới được giác ngộ giải thoát. Đâu ngờ rằng tất cả mọi người đều có thể thực hiện trọn vẹn tinh thần giác ngộ giải thoát ngay đây, không đợi lúc nào hay hoàn cảnh nào khác. Đó là tinh thần tích cực của người tu Phật. Giống như hoa sen từ bùn vọt lên và nở ngát hương.

Chúng ta đều biết mọi vật trên thế gian này luôn đổi thay nhanh chóng, không có sự vật nào tồn tại mãi mãi. Không ai có thể chặn đứng luật chi phối của vô thường. Tuy nhiên đức Phật dạy trong cái sanh diệt ấy, có một cái luôn an ổn không dao động, không thay đổi, không sanh diệt, đó là tinh túy sẵn có nơi mỗi chúng sanh. Ta tu thiền cốt để phát huy cái tinh túy ấy.

Sự tu tập của mình là làm sao nhận và sống được với cái tinh túy sẵn có ấy. Đời này ta không than van, không trốn chạy, không sợ sệt đối với bất cứ một hiện tượng nào. Bởi vì tất cả mọi thứ đều đổi thay nhanh chóng, không có hiện tượng nào tồn tại lâu dài được. Nói một cách dễ hiểu, tất cả sự vật đều giả tạm, không thật. Nhưng nếu chỉ biết chùng đó thôi, sự tu sẽ không thể tiến lên được. Cho nên nhiều người đã hiểu lầm đạo Phật bi quan, vì thấy tất cả đều thay đổi, không thật, không có gì tồn tại để mình nắm bắt, gầy dựng. Trái lại do nhận biết rõ như vậy, người tu Phật càng phấn đấu nhiều hơn, sao cho trong khoảng thời gian ngắn, ta có thể nhận ra chất tinh túy quý báu của mình, để sống tự tại giữa cảnh nhơ nhiễm khổ đau của cuộc đời.

Vì vậy người tu Phật là vượt cả hai trường phái bi quan buông xuôi hoặc lạc quan thụ hưởng. Người tu Phật không bao giờ bi quan trước những sự đổi thay, chột còn chột mắt của thân này; cũng không nghĩ đến sự thụ hưởng một cách mù quáng cho cá nhân mình. Người tu biết nuôi dưỡng phát huy trí tuệ, làm chủ được mình, không bị vấp đục bởi những sự kiện chung quanh. Điều này rất khó. Chư Phật thị hiện ra nơi đời cũng chỉ một việc này, nói thẳng cho chúng ta biết “tất cả chúng sanh đều có Phật tánh”. Tùy theo hoàn cảnh, điều kiện và đối tượng, đức Phật chỉ ra như vậy. Chúng ta đủ duyên hiểu và nhận được tánh thật của mình thì chấm dứt mọi đau khổ. Những quan niệm bi quan hay lạc quan không còn nữa, bởi khi ấy ta đã giải thoát, không còn vướng bên này kẹt bên kia.

Thân này có giới hạn, mọi thứ chung quanh đều đổi thay, chúng ta phấn đấu khắc phục những khiếm khuyết của mình để thành tựu mục đích tối thượng là nhận ra chính mình. Muốn thế mỗi hành giả phải thường độc hành thường độc bộ, nghĩa là đi một mình, không ỷ lại hay trông chờ vào ai. Cho nên chúng ta cần nắm thật vững điều này để tăng tiến công phu trong từng giai đoạn. Có nỗ lực, có tăng tiến thì công phu mới thành tựu. Tánh giác bất sanh bất diệt hiện tiền rồi thì không gì có thể lay động được hành giả nữa. Đó là người đáng quý trọng nhất giữa cuộc đời này.

Trên đường tu hành chúng ta nên gần gũi những con người này, không nên lẩn quẩn loanh quanh với các thú vui giả tạm của thế gian. Không nên để thì giờ vào các việc ăn uống ngủ nghỉ thường tình. Có nhiều khi chỉ vì một chút khoái khẩu mà chúng ta để chết hết bao nhiêu thì giờ quý báu. Cho nên ngày xưa đức Thế Tôn không có việc nhúm

lửa nấu ăn. Các ngài khát thực, trước là gieo duyên với chúng sanh, sau dần thời gian vào việc nỗ lực hành thiền.

Nghiệm lại cả đời chúng ta lo cho cái ăn cái mặc, lo trăm ngàn thứ cũng chỉ vì tâm thân tứ đại hư ảo này, làm sao yên tĩnh tu hành được. Luôn luôn lúc nào cũng tính toán sắp xếp việc trăm năm, trong khi đó không biết mình sống chết lúc nào. Cho nên người tham muốn tích lũy nhiều thì khổ nhiều. Chưa có muốn cho có đã là cực, có rồi muốn còn mãi cực hơn chút nữa. Giữ không được mất đi thì đau khổ chảy thành nước mắt. Vì thế Phật dạy chúng ta phải tu để thức tỉnh, buông bỏ cái si mê lầm lạc này.

Bây giờ ta tu như thế nào? Nhiều người nói thân tôi bệnh hoạn, gia đình tôi nghèo khó hoặc căn tánh tôi chậm lụt nên rất tự ti mặc cảm. Bởi những mặc cảm đó nên không tu được. Họ mong ước đời sau sanh vào chỗ giàu sang, trí tuệ thông minh mới tu được. Quan niệm như vậy là sai lầm. Bởi trong đạo Phật, tất cả chúng sanh đều bình đẳng trên tánh giác. Vua tu cũng được mà dân tu cũng được, nam tu cũng được mà nữ tu cũng được. Quan trọng là phát huy được tánh giác bất sanh bất diệt của mình, đó là gốc. Còn tất cả các hình thức hiện có đây chỉ là nghiệp quả sanh diệt, nó không thật. Ta có thể chuyển đổi được.

Nhiều người than trời không hiểu sao tôi khổ thế này? Bởi trước mình đã gây tạo thì bây giờ phải chịu. Chỉ biết phát huy sự tu hành ngay trong hoàn cảnh này thì mới chuyển đổi được các nghiệp cũ. Nhờ nắm vững lý nghiệp báo mà: Thứ nhất chúng ta không sợ sệt nhất nhúa, thứ hai chấp nhận hiện cảnh không than oán, thứ ba quyết tâm không tạo nghiệp nữa. Giá trị có ngay trong lúc chúng ta đang sống giữa cảnh đời bất như ý này. Cho nên Phật dạy muốn biết được thành quả ngày mai thì hãy nhìn việc làm ngay bây giờ. Hôm nay ta công phu hơi hợt, không dốc lực mà muốn thành Phật thì không thể có chuyện đó. Nghiệp của mình cởi ra, lầm của mình bỏ đi, si mê của mình đập nát, phát huy trí tuệ sẵn có nơi mình thì nhất định thành Phật tức thì.

Phật là gì? Là giác. Cái giác đó không phải ai ban cho ta, mỗi người đều có tánh giác. Hiểu rõ như vậy nên bỏ được mê lầm thì phát huy được tánh Phật của chính mình. Chúng ta có thể làm Phật bất cứ lúc nào ở đâu, giữa chợ, ngoài đường. Đôi khi ngay trong cuộc giằng co với nhau, mà ta chợt tỉnh thì chất Phật hiện tiền. Tu hành như thế mới là tích cực. Cho nên ngay giữa cuộc đời ứ trước này mà ta thoát ra, không phải chạy

tìm nơi nào khác. Vì thế nhà Phật dùng hình ảnh hoa sen để nói lên sự an lạc giải thoát được thực hiện ngay giữa lòng thế gian đầy đau khổ này.

Người yếu đuối trốn đời vào chùa tu không nổi, qua một thời gian sẽ chạy mất. Chỉ người nào gan dạ thấy được lẽ thực và dám làm dám chịu mới có bản lĩnh tu hành. Như muốn cho hoa sen tốt ta phải vô phân, tước bỏ lá hư, chăm chút lá cọng gốc rễ từ trong bùn tanh, chứ không thể thấp nhang lạy chậu hoa được. Tất cả những việc đó tựu trung chúng ta có thể lấy làm kim chỉ nam cho việc tu hành của mình. Tu hành mà trốn tránh cuộc đời, xa lìa thế nhân, bịt tai bịt mắt thì dù có trải qua trăm ngàn đời ở trong rừng sâu núi thẳm cũng chẳng mộng thấy chút an vui, nói gì đến giác ngộ giải thoát! Cho nên người tu phải gan dạ, phải nhìn lại chính mình và chiến thắng lấy mình.

Ngày nay hiểu đạo rồi, chúng ta không cho phép mình chạy theo các thứ hư giả nữa. Thường tỉnh giác trong mọi việc làm, chuyên tâm phát triển công phu để tuệ giác phát sanh. Đó là chúng ta nhắm thẳng mục đích cứu kính giác ngộ giải thoát. Những lúc ăn ngon, ta chỉ biết cái ngon mà quên tu là mất tỉnh giác. Những lúc ngủ say chỉ biết chìm trong giấc ngủ, quên tu là mất tỉnh giác. Những lúc họp mặt huynh đệ đông đủ vui vẻ, bàn tán việc này việc nọ, quên tu là mất tỉnh giác... Trong các hoàn cảnh như thế, Phật dạy ta phải chần chừ rồi bỏ ngay, thường tự nhắc nhở mình thức tỉnh gắng tu, nếu không sẽ rơi vào lưới ma thôi.

Rõ ràng việc tu hành từ nơi chúng ta. Ví dụ ngày nay mình bị người ta khinh dễ hay bệnh tật liên miên thì biết đây là hậu quả do chính mình gây ra đời trước. Trong kinh Thập Thiện Phật nói rõ ràng, ngày trước mình giết người, sát hại sinh mạng chúng sinh thì ngày nay bệnh tật, chết yếu. Đâu phải tự nhiên bệnh tật máng vô cho mình hay tự nhiên người ta khinh khi mình. Tất cả đều có nguyên nhân quả báo. Cho nên cũng đồng thời trong một hoàn cảnh như nhau mà có người tươi tắn, khỏe mạnh ăn uống gì cũng ngon, bạn bè đông vui; có người ưu sầu ủ dột, ăn ngủ khó khăn, không ai thích gần gũi... Đó là phước báo riêng của mỗi người mà ra. Biết rõ như vậy chúng ta an tâm tu hành theo phước nghiệp đã tạo của mình.

An tâm bằng cách nào? Ví dụ hết gạo mình cũng an tâm, bị người ta khinh khi mình cũng an tâm. Ta biết tất cả đều có nhân quả, không phải tự nhiên khốn đốn khổ sở đến với mình. Nấu cơm mà không chuyên tâm, không chụm lửa, hoặc quên châm nước

thì nhất định nòi cơm hư. Cho nên tu là sửa bỏ. Những gì xấu, những gì làm trở ngại mình bỏ đi, đó là công đức tu hành. Tu là vậy, chứ không phải đi chùa tụng kinh, lạy Phật cúng kiến cho nhiều. Phật tử giữ được những điều giới mình đã thọ là tu. Người đó nhất định sẽ được kết quả đúng như sở nguyện.

Nhiều người xem thường việc tu tập hằng ngày từ thân miệng ý của mình, nên ngay trong lúc tu có những gây cản không đã thông nổi. Vì thế cả đời loay hoay lẫn quẩn, không đi tới đâu hết. Ngay trong đời sống này, chúng ta cố gắng phát huy được tâm chân thật, để năng lực đó mỗi ngày mỗi tăng tiến. Không chờ đợi, không ỷ lại mà tự mình tâm tâm niệm niệm tỉnh giác. Chúng ta đừng bao giờ ỷ lại mình có thầy giỏi bạn tốt, thiện hữu tri thức luôn bên cạnh giúp đỡ. Phật pháp không phụ người có ý chí, không đãi người kém ý chí. Tất cả đều do nơi chúng ta định đoạt lấy. Tôi nêu lên điều này nhằm khích dương những người đồng chí đồng hạnh, có duyên cùng tu tập trong một đạo tràng, cùng sống với tinh thần giải thoát thanh tịnh của Phật.

Đức Phật đã nhận ra được tính chất vô thường của thế gian nên Ngài sớm tìm đường thoát tục. Là một ông hoàng với vợ đẹp con ngoan nhưng Thái tử Tất-đạt-đa dứt khoát buông bỏ để tìm đường giác ngộ cho mình và muôn loài. Tấm gương đó đến ngày nay vẫn còn sáng chói trong nhân loại. Chúng ta so với Thái tử có là gì đâu, vậy mà ta không thể buông bỏ được những linh kinh quanh mình. Người có bạc tỷ chưa chắc đã giữ được, trộm cướp nước lửa luôn chực chờ, còn mất lúc nào không biết. Chi bằng cơm rau đạm bạc mà lòng thanh thản nhẹ nhàng. Chúng ta nên sáng suốt một chút, sao cho cuộc sống an ổn tu hành là tốt nhất.

Tất cả vật chất gây dựng được như tiền bạc, địa vị, danh vọng hết lên rồi xuống, từ vua chúa đến hàng cùng đinh đều chìm nổi như nhau, có gì tồn tại mãi đâu. Dữ dằn như Tần Thủy Hoàng, Lê Long Đình... rồi cũng ra tro, ma quỷ nào sợ các ông! Trong kinh A-hàm kể câu chuyện đức Phật nói với người lượm được vàng đó là rắn độc, bỏ đi nhưng kẻ ấy không tin. Đến chùng người ta phát hiện vàng của triều đình bị mất, anh chàng bị bắt, chịu tù đầy khổ sở. Khi ấy nhớ đến lời Phật khuyên thì đã muộn rồi. Cho nên Phật bảo chúng sanh mê muội chấp giả cho là thật, quên mất cái chân thật sẵn có của mình, vì vậy đời đời kiếp kiếp trôi nổi khổ đau không có ngày cùng.

Làm sao phát huy được cái chân thật? Như tới giờ ăn thì ăn, tới giờ ngủ thì ngủ, bệnh uống thuốc, khỏe làm việc... đơn giản vậy thôi. Không đòi hỏi rắc rối, không đặt điều nọ kia, có gì ăn nấy, nằm đâu ngủ cũng được. Tâm rộng rang giản dị, không chất chứa thứ gì trong đó hết. Nỗ lực tu hành như vậy, bảo đảm dù chúng ta không muốn, tánh giác cũng hiện sờ sờ trước mắt. Khởi phải lạy xin với Phật cho con được giác ngộ giải thoát, thành Phật này Phật nọ. Cho nên lời khen tiếng chê có gì liên hệ đâu, quan trọng là tánh giác của chính mình. Phát huy nó ngay trong mọi việc sinh hoạt hằng ngày, đảm đương nổi thì an vui tự tại, đảm đương không nổi thì mất mình thôi.

Thái tử Tất Đạt Đa sau khi nghiệm kỹ những nỗi đau khổ của kiếp người, Ngài bỏ thành đi tu. Trước tiên Ngài tu khổ hạnh trong rừng già, ngày chỉ ăn một hạt đậu, một hạt mè, thân thể gầy còm suy kiệt đến độ chỉ còn da bọc xương, hai mắt sâu hút như hai đáy giếng. Qua đó chúng ta thấy quyết tâm tu hành của Ngài như thế nào rồi. Bởi quyết tâm như vậy nên sau khi từ bỏ khổ hạnh, dưới cội Tất-bát-la Ngài phát thệ nguyện: Nếu không tỏ ngộ đạo Bồ-đề, thì không rời khỏi tòa cỏ này. Nhờ quyết tâm ấy, đức Phật nhập đại định phát huy được tuệ giác, thành tựu đạo quả Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác.

Chúng ta ngày nay cũng phát nguyện nhưng không có ý chí lẫm liệt như đức Phật, thì làm sao nhận được tánh giác, làm sao sống được với ông chủ của mình, làm sao đừng bị động bởi tất cả cảnh duyên chung quanh? Chúng ta không dám kỳ vọng được như Phật, nhưng ta vẫn có thể nhận ra ông chủ của mình. Nghĩa là sao? Từ lâu nay ta làm mê nên bị sinh, bị tử đau khổ. Khi nhận ra được tánh giác, sống với ông chủ rồi thì giống như các Thiền sư xem việc sinh như đắp chăn đông, tử như cởi áo hạ, nhẹ nhàng thôi. Đối với sống chết ta không sợ cũng không thích, thân nhiên tự tại. Được vậy gọi là thấy đạo và sống đạo rồi đấy.

Hòa thượng cũng thường dạy, lâu nay chúng ta lầm nhận đồ giả cho là thật nên khổ. Như mình cất cái cốc định tu trọn đời nhưng mới hai ba năm, dông gió nổi lên nó sập đi. Thế là khổ. Lúc đó nếu ta bình thản thấy được lẽ thực của các pháp, không có gì tồn tại cả, ngay như thân mạng mình cũng không bền chắc, nói gì các thứ khác. Nhờ hiểu rõ như vậy, mình không buồn phiền đau khổ, vui vẻ dựng tạm cái cốc khác nương nấu tu hành. Đó là tinh thần giác ngộ giải thoát ngay trong cuộc đời này.



Trong kinh Pháp Hoa, Bồ-tát Thường Bất Khinh tuyên dương chất Phật của chúng sanh bằng cách gặp bất cứ ai, Ngài cũng chấp tay bái bái nói: Tôi không dám khinh các Ngài, vì các Ngài đều sẽ thành Phật. Chỉ thế thôi, không giảng đề tài nào, không tổ chức cúng kính gì cả. Đơn giản quá, tại sao chúng ta không học theo Ngài? Không dính mắc chuyện của ai, chuyên tâm phát huy tánh giác của mình bằng cách buông bỏ tất cả vọng tưởng. Chỉ một bề nhớ và sống lại với tánh giác của mình thì hay biết mấy. Vị nào nhớ như vậy, nói như vậy, làm như vậy thì một buổi sáng là một buổi Bát-nhã, một ngày qua là một ngày Bát-nhã. Chẳng phải tụng kinh tọa thiền suốt ngày suốt đêm mới gọi là tu. Thực hiện được việc đó chính là thật tu vậy. Làm sao chúng ta phấn phát thường xuyên như thế cho tới ngày viên mãn mới thôi.

Người chuyên tâm tu hành thì phải gác qua mọi chuyện của thế gian, ngay cả việc về thăm gia đình. Nói thế không có nghĩa tôi phủ nhận ân sâu nghĩa nặng của cha mẹ. Nhưng chúng ta đang là người xuất gia, phải lo việc hành trì giới hạnh trong đạo, ngày nào thành tựu được đạo nghiệp thì việc ân đền nghĩa trả không khó. Muốn thành tựu đạo nghiệp thì tất cả mọi việc khác phải xếp lại hết. Những gì trở ngại cho việc tu, chúng ta chặt đứt, quăng ném đi thì mới tiến được.

Tổ Qui Sơn dạy “Bỉ ký trọng phu ngã diệc nhĩ, bất ưng tự khinh nhi thối khuất”, nghĩa là kia trọng phu ta cũng như thế, không nên tự khinh mà lui sụt. Người xưa đã thực hiện được những điều gì thì ngày nay chúng ta cũng thế. Phật Tổ tu đến chỗ cứu kính viên mãn, chúng ta cũng có thể tu như thế. Nắm chắc như vậy, chúng ta mới phấn phát tiến tu, gác qua mọi chuyện tạp nhạp chung quanh. Cho nên công phu không đặc lực thì không thể thành tựu sở nguyện, phải đổ mồ hôi sôi nước mắt mới mong xong việc lớn. Ngài Hoàng Bá nói: Chẳng phải một phen xương thấm lạnh, hoa mai đâu dễ ngửi mùi hương. Người tu chúng ta cần phải biết điều này.

Người tu đối với ngũ dục phải thật cẩn trọng. Nó không thật nhưng muốn buông nó không dễ đâu. Phải có trí tuệ soi thấu, nhà thiền gọi là quán chiếu. Tinh thần quán chiếu phải mạnh mẽ xuyên suốt mới được. Như khi thấy một người đẹp, ta phải nhập vai bác sĩ giải phẫu liền. Xẻ thân ấy ra, để móng riêng, xương riêng, da riêng, thịt bày nhầy riêng, mỡ riêng... bây giờ tìm xem cái nào đẹp? Quán chiếu như vậy thì người đẹp tan

mất ngay. Phật bảo đó là dùng trí tuệ Bát-nhã quán chiếu ngũ uẩn giai không, vượt qua tất cả khổ ách.

Sau khi giác ngộ, Thế Tôn đã nói câu này: Trước tâm ta buông lung, chạy theo ái dục lạc. Nay ta chánh chế ngự, như câu móc điều voi (Pháp Cú). Ngài thừa nhận trước kia Ngài cũng lầm mê như bao nhiêu người, cũng ở trong ngũ dục nên có gia đình, vợ là Da Du Đà La, con trai là La Hầu La. Đức Phật không phải là bậc thần thánh nào đến đây. Ngài là một con người bình thường có cha có mẹ, cũng ham sống sợ chết như tất cả mọi người. Nhưng khi đã thức tỉnh những nỗi đau khổ của kiếp người, Ngài nhất quyết từ bỏ ngũ dục, tìm cách thoát ra nên quyết tâm tìm đạo giải thoát. Giống như người giữ voi, dùng móc sắt trị voi dữ.

Móc sắt đó là gì? Với người tu thiền đó là trí tuệ để tỉnh giác, chứ không gì khác hơn. Nếu không tỉnh, không giác thì bị vô minh mê mờ dẫn đi trong ngũ dục, để rồi làm nô lệ cho nó, bị nó sai khiến khổ sở không cùng. Con voi rất dữ dằn mà người ta dùng móc sắt điều phục được, thì ngũ dục cũng thế. Tâm buông lung điên đảo vọng tưởng dữ dằn cỡ nào, nhưng nếu có chiếc grom trí tuệ vung lên thì nó phải nép mình thôi.

Nhà thiền thường mượn hình ảnh chăn trâu, để nói lên từng giai đoạn điều phục con trâu hoang của mình. Chúng ta là mục đồng đang chăn trâu, muốn chăn được trâu thì phải làm sao? Thứ nhất không được ham chơi. Không thể lừa trâu bỏ đó rồi đi mất, nó sẽ ăn hết lúa mạ của người. Thứ hai phải nắm dây thật chắc, tay cầm roi dẫn trâu đi ăn. Trâu vừa quờ quạng là quất liền. Nếu không có dây vàm không có roi trong tay, làm sao kéo trâu lại được. Như ngồi thiền ngủ gục hoặc vọng tưởng điên đảo, thì phải làm cách nào? Phải ăn bê ăn gậy, dững mãnh ngồi ngay thẳng lên, răn quờ điếm chỉ tận mặt ma giải đãi, ma hôn trần, ma loạn tưởng, khiến chúng phải rút lui. Người xưa nói, tự nghiêm khắc với mình khoan dung với người là yếu thuật tiên đạo.

Trở lại gương hạnh của đức Phật và pháp tu của Ngài, chúng ta thấy biểu tượng hoa sen nói lên sự giác ngộ giải thoát có được ngay nơi cuộc sống này. Nhờ thế chúng ta mới có thể vươn lên thành tựu được công phu tu hành của mình. Đã nói, chúng ta không hèn, không ỷ lại, phải tu tập ngay từ những bức xúc trong đời thường. Tự khắc tự tỉnh thì công phu sẽ tới nơi tới chốn. Người tu hành quan trọng nhất là phải có trí tuệ. Có trí tuệ

mới tỉnh giác điều phục vọng tưởng. Sau khi đã giác ngộ đức Phật cũng dùng hình ảnh hoa sen để dạy chúng ta:

Như giữa đồng rác nhớp,  
Quăng bỏ bên cạnh đường,  
Chỗ ấy hoa sen nở,  
Thơm sạch đẹp lòng người.  
Cũng vậy giữa quần sanh,  
Uế nhiễm, mù, phàm tục,  
Đệ tử bậc chánh giác,  
Sáng ngời với trí tuệ.

Như giữa đồng rác nhớp, quăng bỏ bên cạnh đường tức là rác rưởi bỏ bên vệ đường, bên hẻm hỏ không ai thèm để ý tới. Chỗ ấy hoa sen nở, thơm sạch đẹp lòng người, từ những chỗ rác rưởi đó, hoa sen mọc lên, vượt khỏi bùn lầy và nở hoa thơm ngát. Đó là giai đoạn mình chiến thắng ngũ dục, thành tựu công phu viên mãn.

Cũng vậy giữa quần sanh, uế nhiễm, mù, phàm tục, đệ tử bậc chánh giác, sáng ngời với trí tuệ. Đức Phật nói cũng vậy, giữa quần sanh tức trong cuộc đời như nhớp phàm tục này, đệ tử bậc chánh giác là hàng Thích tử, phải sáng ngời bằng trí tuệ của mình. Bởi vì trong đạo Phật trí tuệ là gốc. Trí tuệ sáng ngời mới không lầm mê, mới vươn lên được. Nên người thiếu trí tuệ thì phải công phu như thế nào để trí tuệ được tròn đầy. Thật ra trí tuệ này chúng ta đã có sẵn nhưng mình quên, quay lưng với nó, thành có mà như không. Bây giờ ta chịu khó nhớ lại, đừng quay lưng với nó nữa, nhận và sống lại với cái chân thật của chính mình, không để các thứ khác xen vô, đó là người biết nhận lại báu vật của mình. Phát huy được trí tuệ rồi, không phải ngược xuôi lẩn quẩn ở chỗ phàm tục mờ tối nữa. Đó là lời dạy của đức Phật sau khi Ngài đã giác ngộ giải thoát.

Hình ảnh hoa sen mọc lên từ bùn lầy, vượt khỏi bùn lầy, nở hoa thơm ngát, nhằm chỉ cho chúng ta con đường đi đến giác ngộ giải thoát phải được thực hiện ngay nơi cõi đời như nhiệm này. Vì vậy không bắt buộc phải ở chùa mới tu được, người tại gia cũng tu được, với điều kiện phải có sức tinh mạnh. Bài kệ trên là bài kinh đặc biệt độc đáo để chúng ta thành tựu đạo quả ngay nơi đời sống này. Tất cả chúng ta nên tâm niệm bài kinh này dù ở bất cứ hoàn cảnh nào.

Đối với các Thiền sư, hoa sen không phải mọc từ bùn lầy mà ở trong lò lửa. Như ngài Đạo Huệ nói:

Sắc thân cùng diệu thể,  
Chẳng hợp chẳng chia ly,  
Nếu người cần phân biệt,  
Trong lò một cành hoa.

Thân tứ đại, các hiện tượng, hoàn cảnh bên ngoài, Thiền sư nói như lò lửa, còn tánh giác có trong thân này là hoa sen. Người đầy đủ trí tuệ hằng sống với tánh giác của mình, không lệ thuộc thân tạm, cảnh huyễn. Đó là ý nghĩa một cành hoa trong lò lửa.

Thiền sư Ngô Ấn thì dạy thế này:

Diệu tánh rỗng không chẳng thể vin,  
Rỗng không tâm ngộ việc dễ tin,  
Tươi nhuận sắc ngọc trong núi cháy,  
Lò lửa hoa sen nở thật xinh.

Ngài thấy ngay nơi thân tứ đại có tánh giác bất sanh bất diệt đó, cũng như trong lò lửa hoa sen đang nở thật xinh. Người tu phải khéo nhận ra được chỗ này thì vượt khỏi trần lao, sống như Phật sống, không còn đau khổ làm than nữa. Muốn thế phải ngộ được chỗ “diệu tánh rỗng không”, không còn chấp kẹt vào bất cứ một thứ gì. Được vậy chúng ta tha hồ thưởng thức sắc ngọc trong núi cháy.

Buổi nói chuyện hôm nay tôi mượn biểu tượng hoa sen để nêu lên đức tính của bậc giác ngộ giải thoát không tách rời khỏi thế gian, nhưng vượt lên trên thế gian, tỏa hương sắc tròn đầy. Người tu chúng ta cũng thế, không thể tìm cứu kính Niết-bàn ở đâu xa, mà ngay nơi căn trần này, chúng ta giác ngộ lấy. Tự khắc tự tỉnh, thường dùng trí tuệ chiếu soi là yếu tố căn bản nhất trong công phu tu hành của chúng ta. Được vậy, lo gì Phật đạo không thành.

Cầu chúc tất cả chúng ta đều là những đóa sen tươi thắm, điểm tô cho cõi nhân gian hương thơm tinh khiết của đạo giác ngộ giải thoát.

Thiền đào tạo những con người hùng dũng. Phát minh và sáng tạo chính là cốt lõi của đạo giác ngộ giải thoát.

(Thiền Tông Việt Nam)



## LẬP TRƯỜNG CỦA NGƯỜI TU

Hôm nay chúng tôi muốn nêu lên một vài điều cần thiết cho việc tu học, trong đó quan trọng nhất là lập trường của chúng ta.

Thứ nhất là phát huy trí tuệ chân thật và nuôi dưỡng giữ gìn trí tuệ ấy. Bởi khi phát huy được trí tuệ chân thật rồi, tất cả những hình ảnh, bóng dáng chung quanh không làm ảnh hưởng tới việc tu học của chúng ta. Hiện nay tuy chúng ta phát tâm tu học nhưng lắm khi cũng còn những điều bất ổn khiến ta phải chùn chân trên bước đường tu đạo. Vì vậy để giữ vững công phu, chư tổ dạy chúng ta phải phát huy cho được trí tuệ chân thật của mình.

Trí tuệ chân thật ấy là gì? Làm sao phát huy và sống được với trí tuệ chân thật hằng hữu của mình? Đây là vấn đề quan trọng của người tu chúng ta. Theo chúng tôi, muốn phát huy được trí tuệ chân thật thì ngay trong sinh hoạt hằng ngày, chúng ta phải sống theo lời người xưa dạy: “Nghiêm túc, chân thật với mình với người. Nghiêm túc không có nghĩa là trốn mắt, gồng mình, mà lúc nào ta cũng tự ý thức phải tu học, làm việc đúng như pháp Phật dạy, không vì lý do gì chệnh mảng công phu của mình. Việc tu học là tự nguyện, không do sự ép buộc của người khác. Một khi đã nhận thức như vậy thì khó khăn vất vả gì chúng ta cũng vượt qua được.

Điều này đôi khi được thể hiện qua những nét nhỏ nhỏ trong sinh hoạt hằng ngày của mình. Như vừa rồi trong dịp Tết Nguyên đán, một số anh em miền xa như Quảng Nam, Quảng Ngãi, thân nhân nhớ mong nên gởi thơ hoặc điện thoại xin cho mấy anh em về quê ăn Tết. Vừa được tin khoảng hai mươi mấy Tết, là thời gian vừa vặn mua vé tàu về. Trong số ấy có hai anh em cùng tu tại Thiền viện này. Lúc đầu người anh lên trình lá thơ của mẹ, xin thầy dạy cho. Tôi cười hỏi: “Con có muốn về ăn Tết không?” Vị ấy không dám nói. Tôi gọi chú em lên hỏi, nếu hai anh em thông nhất thì tôi hoan hỷ. Chú em thưa: “Bạch thầy việc ấy không dính dáng gì tới con hết. Bây giờ con đã tu, con ở đây ăn Tết với thầy, với Thiền viện, chứ con không nghĩ gì khác”. Lời nói của chú em làm người anh cụt hứng, thế là cả hai anh em rút lui. Được như vậy quả thật không phải dễ dàng đâu, bởi nếu bên trong không có niềm vui, không có công phu thì việc tu học rất dễ bị dao động, nhất là đối với tình cảm gia đình.

Lúc tôi còn nhỏ, được thầy cho về quê ăn Tết thì thích lắm, có khi quên ngủ nữa. Nhưng về nhà vui với cha mẹ, anh chị em được vài ngày trở lại chùa, tự nhiên tôi thấy mệt mỏi, nặng nhọc, cứ lười biếng chệnh mảng ra. Trong lòng rã rượi, buồn buồn không biết nhớ nhung cái gì, mà cứ dàu dàu như vậy. Phải đến năm ba ngày sau mới trở lại sinh hoạt bình thường của tăng chúng. Đó là gì? Là thất thoát công phu. Bởi đa số chúng ta đã quen theo lối mòn cũ, quyến luyến tình cảm gia đình, cho nên việc tu học là một sinh hoạt mới mẻ. Vì vậy khi gặp lại duyên cũ chúng ta dễ xuôi thuận theo, còn đời sống xuất gia chưa thuần thục nên khó bắt nhịp hơn.

Cho nên đã xuất gia tu học rồi thì phải khẳng định lập trường của mình. Lập trường ấy phải có ý chí và nghị lực bên trong hỗ trợ mới đứng vững được. Ngoài ra Thầy bạn, thiện hữu tri thức là những tiếp sức bên ngoài nhưng cũng rất cần thiết cho việc tu học của chúng ta. Đó là trợ duyên chung quanh để hun đúc, để tạo cho chúng ta cơ hội tu học tăng tiến.

Đức Phật trước khi xuất gia là một ông Hoàng sống trong cung vàng điện ngọc, nhưng khi đã vượt thành xuất gia, Ngài vào rừng tu khổ hạnh, không bao giờ có một niệm nhớ về Hoàng cung, chỉ một bề khăn thiết tu tập, như vậy mới đi đến đích được. Còn chúng ta bây giờ quá đa đoan, đeo mang đủ thứ linh kinh thành ra để xao lãng việc tu. Cho nên muốn sống với trí tuệ chân thật thì phải nghiêm túc, là vì vậy.

Thứ hai phải chân thật với mình với người, trước nhất là với mình. Tại sao? Vì đôi nhau là đánh mất niềm tin của nhau. Nếu ta tự dối mình chính là ta đánh mất niềm tin của chính mình luôn vậy. Đã thế thì làm sao có cơ hội trở lại với mình được. Ví dụ mình nói thương người nào đó, thì nhất định người bạn đó có cái gì tương đồng với mình, mới có sự cảm thông thương yêu. Nếu người đó hoàn toàn khác, hoàn toàn quay lưng với mình thì thương khó lắm. Chỉ trừ từ bi vô điều kiện của Phật mới thương được. Vì vậy nói thương người mà thật ra trong đó có bóng dáng, có đường nét của mình. Như vậy ta thương ta chứ không phải thương người ấy đâu. Cho nên nói thương ai là ta đã dối mình và dối người rồi.

Phật dạy chúng ta phải thương mình chân thật, nghĩa là sao? Tức ta biết mình đã bị đau khổ, bị luân hồi sinh tử nhiều lắm rồi, bây giờ không nỡ để cho mình trôi lăn nữa. Do đó ta thương mình, phấn đấu giải quyết cho xong việc sống chết, trôi giạt từ bao đời.

Muốn thế không thể tự dối gạt mình mãi. Bây giờ có duyên lành gặp Phật gặp pháp, gặp thầy gặp bạn, có điều kiện dừng lại không bị trôi giạt nữa, đó chính là nhìn thấy rõ nguyên nhân nào làm cho ta đau khổ trong vòng luân hồi sanh tử. Từ đó có cách giải quyết cho mình.

Nhìn thấy sự đổi thay vô thường nơi muôn sự muôn vật, chúng ta thức tỉnh không còn đắm mê theo thế gian nữa. Một đứa con hiếu thảo thương cha kính mẹ vô cùng, nhưng đến lúc cha mẹ già bệnh rồi chết cũng không thay thế được, thật là bất lực. Chúng ta cứ lầy lắt qua ngày, lo chuyện này chuyện nọ, mà quên lo cho mình. Ngày đêm hai mươi bốn tiếng đồng hồ, phải làm sao có thời gian thương mình, lo cho mình. Đó là quay về tu học để nhận ra được cái gì thật của mình. Như vậy mới đúng là thương mình, rồi sau đó giúp cho mọi người cùng thức tỉnh như ta, tức là thương người.

Như Phật tử đã Quy y Tam Bảo phát nguyện giữ năm giới. Nghiệm lại cho kỹ trong năm điều giới đó, điều nào mình cũng lam nham hết. Ví dụ giới không được nói dối, ta cũng đâu giữ được hoàn toàn, có khi cũng nói dối. Các giới khác cũng vậy. Phật vì lòng từ bi chế giới chỉ dạy cho chúng ta thọ trì tu tập, sửa đổi nghiệp tập, phát huy tánh sáng suốt của mình. Cho nên nói một cách dứt khoát, chúng ta đã thọ giới thì phải cố gắng giữ cho kỳ được. Như thế mới gọi là biết thương mình.

Trong kinh A Hàm có kể câu chuyện hai thầy Tỳ-kheo trên đường về hầu Phật. Giữa chừng gặp mùa nắng hạn, không có nước uống, một vị dứt khoát thà chết chứ không dùng nước trong lỗ chân trâu, vì như vậy sẽ giết chết rất nhiều côn trùng trong ấy. Còn một vị nghĩ rằng ta uống tạm để duy trì mạng sống về gặp đức Phật. Quả nhiên sau đó chỉ còn một vị về đến chỗ đức Thế Tôn. Vừa thấy thầy Tỳ-kheo ấy đến, Phật hỏi:

- Vị Tỳ-kheo cùng đi với ông đâu?

- Bạch Thế Tôn, thầy ấy thà chết không chịu uống nước trong lỗ chân trâu, nên đã bỏ mạng giữa đường. Chỉ một mình con vì muốn được hầu cận bên cạnh Như Lai, phương tiện uống tạm chút nước trong lỗ chân trâu nên mới về được đến đây hầu Phật.

Nghe xong, Thế Tôn quở:

- Chỉ có Tỳ-kheo nào giữ gìn đúng giới luật Như Lai đã chế dù không có bên cạnh ta nhưng cũng như ở cạnh ta, còn vị nào không hành trì đúng giới luật Như Lai đã chế, dù ở cạnh ta nhưng cũng như cách xa ta.



Sau đó, Phật còn cho biết thầy Tỳ-kheo nhờ giữ giới, sau khi mắt đã được sanh lên cõi trời, tiếp tục tu hành chẳng bao lâu sẽ thành tựu Thánh quả. Qua câu chuyện này, chúng ta thấy rõ chủ ý của đức Phật, Ngài khẳng định chỉ người quyết chí giữ vững lập trường tu hành của mình mới thành công được đạo nghiệp. Thành ra không nói tu thiền, tu tịnh, xuất gia hay tại gia, nếu người nào quyết tâm, khẳng định việc làm của mình, cứ như vậy mà hành trì, nhất định lợi lạc thiết thực sẽ đến với người ấy. Có khẳng tâm thì việc tu học mới tăng tiến. Khi sống vui với Phật pháp rồi chúng ta càng vững tâm hơn nữa, lúc nào mình cũng có thể sử dụng được trí tuệ một cách chân thật, tự do tự tại. Cho nên có tu tập mới thấy hạnh phúc lớn lao miên viễn của người tu.

Trong nhà thiền thường dạy một khi chúng ta không bị ngoại cảnh bên ngoài và vọng tưởng bên trong kéo lôi, chúng ta không ngược xuôi theo tất cả những hiện tượng ấy thì trí tuệ sáng suốt chân thật sẽ hiện ra. Ví dụ như nghe người ta nói xấu mà mình vẫn bình tĩnh tự xét lại, xem ta có như vậy không, chứ không nổi nóng lên. Nhờ thế ta vẫn an nhiên, tươi tắn ứng phó mọi việc êm xuôi đâu vào đấy, đó không phải trí tuệ chân thật là gì? Không bao giờ người ta nói con trâu, mình thành con trâu liền, vì họ đâu phải phù thủy mà biến mình thành như thế. Nhưng nếu nghe một lời nói xấu mình nổi nóng lên, đỏ mặt tía tai, đập bàn đập ghế, hàm hét um sùm thì đó là hiện tượng ngã quý hay súc sanh rồi. Cho nên quan trọng là tỉnh nhớ kiểm lại mình, nhà thiền gọi là phản quan tự kỷ. Nếu ta có lỗi lầm thì sám hối, khắc phục, còn không có thì xem như người ta nói chơi thôi, không dính dáng gì hết. Nếu hằng ngày trong bất cứ sinh hoạt nào, chúng ta đều ý thức tu tập như vậy thì sẽ được bình an.

Điều thứ ba, người tu Phật phải thực hành được những gì mình đã học. Bởi pháp là kinh nghiệm của cổ nhân, kinh nghiệm của người khác, không thể nuôi sống mạng huệ mạng của chính mình. Học hiểu Phật pháp để tự biết cách khai triển lại tâm ta, cho nên trong nhà Phật quý ở chỗ thực hành. Nói được làm được gọi là ngôn hạnh tương ưng, đó mới đúng là tư cách của thiền tăng. Nếu thực hành được chúng ta sẽ tránh được những điều này: Một là không tranh, hai là không tham, ba là không cầu, bốn là không ích kỷ, năm là không tư lợi, sáu là không vọng ngữ.

Ở đây, chỉ giải thích đơn cử một vài điều thôi, như tranh tức là tranh cãi, tranh giành, tranh chấp, tranh đấu... Ví dụ ăn cơm chung một mâm bốn vị, ta thấy vị nào cũng

có thức ăn, riêng mình lại không có, trong đầu liền nổi lên tranh đấu. Tại sao mình như vậy mà không được như thế như thế, đủ thứ chuyện. Cho nên làm sao buông bỏ được sự đấu tranh, trừ đấu tranh để loại bỏ những thói hư tật xấu. Vì vậy khi hiểu Phật pháp, quan trọng ở phần hành.

Kể đến ta thể hiện tâm lòng tha thứ, buông xả, không tham cầu, không đấm trước. Điều này nói thì dễ nhưng làm khó lắm. Ví dụ như trời đang nóng bức, chúng ta mong muốn có được một luồng gió mát, đó là chiều theo sự đòi hỏi hưởng thụ của thân, chưa thể làm chủ được. Phật Tổ dạy rất giản dị, người tu thì nóng bức cũng được, lạnh lẽo cũng được, khó khăn cũng được mà sung sướng cũng được. Chúng ta đôi khi khó khăn lại tu được mà sung sướng tu không được, nóng bức tu được mà lạnh lẽo tu không được, hoặc lạnh lẽo tu được mà nóng bức lại bỏ chạy. Lúc nào cũng vậy, được cái này không được cái kia, vì vậy không bao giờ thành tựu được sở nguyện.

Không mong cầu thì không thất vọng, không chán nản, không đau khổ. Đó là lợi ích thiết thực trước mắt. Nhà lầu, xe hơi, tất cả mọi thứ cho đến thân này chỉ có trong một thời gian rồi tan mất hết. Ta có muốn ôm giữ nó cũng không giữ được, rõ ràng như vậy. Tranh danh đoạt lợi có được đến đâu, tới lúc tắt thở cũng phải buông xuôi. Không đợi đến chết, ngay bây giờ mà một dây thần kinh hay một mạch máu bị đứt mạch thì tất cả đều trở thành vô nghĩa. Khi đó chẳng những tấm thân này làm khổ mình mà còn khổ cho thiên hạ nữa. Hiểu như vậy thì ta sống bình an với những gì hiện có.

Cuối cùng là vọng ngữ, cái miệng của mình tội lỗi ghê lắm. Người biết tu Phật phải gìn giữ cái miệng của mình. Nói ngược nói xuôi, nói trên nói dưới, nói tốt nói xấu, nói để người ta sống chết... cũng từ cái miệng của mình. Cho nên Phật dạy tu cái miệng tức là tu cái ý. Do ý phóng túng chạy theo vọng tâm điên đảo mà mình có lời nói và hành động gây ra không biết bao nhiêu tội lỗi. Cho nên trong công phu tu hành, nếu không vì lợi ích cho người hoặc cứu người, nhất định không được vọng ngữ.

Chúng ta giữ không tranh, không tham, không tư lợi, không ích kỷ, không mong cầu, cuối cùng đừng vọng ngữ mà phải nói những điều chân thật. Những điều này giúp cho đời sống sinh hoạt, cho nếp tu học của mình luôn được bình an. Có khi vui ta nói một câu gì quá lời, sau đó thấy hổ thẹn, bứt rứt khó chịu lắm. Cho nên phải cẩn ngôn, giữ gìn cái miệng nói những điều chân thật. Điều này khó chứ không phải dễ. Chính chư Tổ ngày

xưa, áp dụng hành trì những điều này cũng phải trải qua những khó khăn. Cho nên các Ngài luôn khuyên nhắc chúng ta phải giữ vững lập trường, đầy đủ ý chí quyết tâm và chân thật, được vậy sẽ thành công. Tổ Hoàng Bá có làm một bài kệ thế này:

Trần lao quýnh thoát sự phi thường,  
Hệ bã thẳng đầu tổ nhất trường.  
Bất thị nhất phen hàn triệt cốt,  
Tranh đắc mai hoa phúc tỹ hương.

Tạm dịch:

Vượt khỏi trần lao việc chẳng thường,  
Đầu dây nắm chặt giữ lập trường.  
Chẳng phải một phen xương lạnh buốt,  
Hoa mai đâu dễ ngửi mùi hương.

Vượt khỏi trần lao việc chẳng thường, để nói sống được với trí tuệ chân thật, làm chủ được mình, không bị trần lao kéo lôi, đó là việc làm phi thường.

Đầu dây nắm vững giữ lập trường, người muốn như thế phải giữ vững lập trường, dù có gặp bất cứ trở ngại nào hay sự khuyến dụ nào cũng không lung lay, chỉ một đường thẳng tiến.

Chẳng phải một phen xương lạnh buốt, hoa mai đâu dễ ngửi mùi hương, nếu không có công phu lạnh thấu xương, không va chạm cọ xát với khó khăn, thử thách thì không thể ngửi được mùi thơm của hoa mai, tức không thể nhận ra được của báu nhà mình nếu không có ý chí và công phu thâm hậu.

Những lời đó vừa giản dị vừa chí thiết để nhắc nhở công phu tu hành của chúng ta. Bình nhật ta nghe Phật pháp, thấy dường như mình có hiểu, có hành trì, nhưng thật ra công phu của mình hời hợt lắm. Cũng thờ Phật, tụng kinh, ngồi thiền nhưng đụng chuyện là ta phiền não thói Bò-đề tâm ngay, vì không có quyết tâm, không có lập trường. Kết quả tu tập được thể hiện ở sự an vui giải thoát hay phiền não đau khổ ngay trong hiện đời, chứ không đợi đến bao giờ mới biết. Ví dụ hôm ấy ta ăn chay, nhưng có người đem món mặn thật ngon để gần, mời mình ăn. Ngay lúc ấy nếu ta không khởi một niệm nào, tâm không bị động bởi mùi vị mặn, tức biết mình đã giữ được lập trường. Chứ còn đang ăn chay, chợt nghe mùi vị hấp dẫn khác, tâm phóng nghĩ phải chi gấp được một miếng thì

thích biết mấy, chỉ khởi nghĩ như vậy là không được rồi. Cho nên đối với việc tu hành, có khi khó khăn vô vàn nhưng có khi cũng dễ dàng lắm, tùy ở mỗi người.

Điểm thứ tư, người tu phải có sự định tĩnh. Có định tĩnh, trí tuệ mới phát sinh, trí tuệ phát sinh mới phá tan được mê mờ tăm tối làm cho chúng ta đau khổ từ bao đời. Có bài kệ nói về sự định tĩnh như thế này:

Tánh định ma phục ngày ngày vui,  
Không sanh vọng tưởng chồn chồn yên,  
Tâm dừng niệm dứt giàu sang thật,  
Dục vọng trừ sạch thật phước điền.

Nếu người nào tâm tánh kiên định, chỉ chuyên một việc tu học, thì người này ngày nào cũng vui. Tại sao? Vì sống có chủ đích, cho nên không để tâm đến mọi thứ chung quanh, vì vậy phiền não không phát sinh. Ví dụ hôm nay quý vị đi chùa học pháp, thì chỉ đi chùa học pháp thôi, ai rủ rê đi đâu cũng không đi. Phần khởi hạ quyết tâm như vậy thì việc tu ngày càng tăng tiến tốt đẹp. Nhờ thế những vọng tưởng dần dần lắng yên, vừa có dấy niệm mình biết là vọng. Nếu tâm không kiên định, không tỉnh sáng làm sao nhận biết vọng tưởng mà buông được. Vừa có niệm ta liền chao đảo thì sẽ bị nó kéo đi tức khắc, cho nên dễ duôi, xem thường, ngó qua ngó lại là đã mất mình.

Người khắc phục được vọng tưởng của mình là người giàu sang nhất, phúc lạc nhất vì sống trọn vẹn với kho báu nhà mình. Ở đây không yêu cầu ta thành Phật thành Tổ gì cả, chỉ làm sao định tâm, từng bước công phu thấy thực, làm thực thì sẽ an lạc ngay hiện đời. Hôm nay chưa được thì ngày mai, đời này chưa rồi thì đời sau, nhất định không ngán, không lui sụt.

Có một Thiên sư trong khoảng thời gian tu hành, Ngài bị bệnh nặng nên việc tu gặp trở ngại. Cuối cùng nhờ các huynh đệ thay đồ sạch sẽ, Ngài ngồi dậy thắp hương thắm nguyện khẩn thiết, con pháp danh... phát nguyện quyết tâm tu hành, nếu nghiệp tập nhiều đời khiến phải chết, đọa vào địa ngục, con cũng nhất định không quên tu. Sau khi đọa địa ngục rồi, con sẽ sớm gặp lại Tam bảo tiếp tục tu hành, khi nào thành Phật mới thôi. Lạ thay! Khi ngài khăng tâm như vậy mồ hôi xuất hạn, từ đó bệnh tình thuyên giảm cho đến hết hẳn. Ngài nỗ lực công phu hơn nữa, cuối cùng ngộ đạo, thành tựu được sở

nguyện của mình. Rõ ràng sức mạnh tinh thần là nhân tố quan trọng quyết định cho việc tiến đạo của chúng ta.

Vì vậy mong rằng tất cả người tu chúng ta phải nuôi dưỡng sức mạnh tinh thần, lập trường kiên định để tâm không dao động, không lui sụt. Có định tâm thì trí tuệ chân thật mới hiển bày. Trí tuệ chân thật đã hiển bày thì việc ngộ đạo và sống đạo không khó.



## ĐỪNG BỎ QUÊN CHÍNH MÌNH

Buổi nói chuyện đạo lý hôm nay tôi muốn chỉ thẳng tâm chân thật của chúng ta. Bởi vì từ lâu ta bỏ quên hoặc không dám nhận tâm này nên chạy loanh quanh bên ngoài. Hôm nay thử một lần, chúng ta nhận lại báu vật của mình xem sao. Tuy nhiên làm thế nào để nhận? Đây là một vấn đề.

Trong nhà thiền có câu chuyện này. Một thiền tăng đến hỏi Thiền sư Thạch Cự: “Thế nào là hạt châu trong tay của Địa Tạng?” Ngài Thạch Cự trả lời: “Trong tay ông lại có không?” Thiền tăng thưa: “Con chẳng hội”. Ngài Thạch Cự nói thêm một câu nữa: “Chớ dối gạt đại chúng!” Câu chuyện chừng đó thôi, làm sao chúng ta nhận được hạt châu của mình ?

Như chúng ta đã biết, Bồ-tát Địa Tạng một tay cầm hạt châu, một tay cầm tích trượng. Tích trượng để dọn tan cửa ngục, hạt châu để soi sáng chốn u minh tăm tối, từ ánh sáng đó chúng sanh thấy được con đường của mình. Đây là vấn đề các bậc thiện hữu tri thức muốn chỉ cho chúng ta, mỗi người đều có sẵn hạt châu không phân biệt sang hèn. Tức chúng sanh đều có Phật tánh như nhau, đều có trí tuệ sáng suốt, đều là Phật sẽ thành.

Ngài Thạch Cự trả lời mục đích chỉ cho thiền tăng “cái sẵn có”, nhưng vị tăng bảo chẳng hội. Ngài Thạch Cự nói thêm “Chớ dối gạt đại chúng!” Bởi vì vị tăng có mà không dám nhận nên nói dối gạt. Có bài kệ như thế này:

Bất thức tự gia bảo,  
Tùy tha nhậm ngoại trần,  
Nhật trung đào ảnh chất,  
Cảnh lý thất đầu nhân.

Tạm dịch:

Chẳng biết báu nhà mình,  
Bỏ nhà chạy kiếm đâu,  
Trón bóng giữa trời nắng,  
Soi gương chột mắt đầu.

Báu vật của mình đã có từ lâu nhưng chúng ta không dám nhận, bỏ quên nó, rồi chạy tìm lăng xăng ở bên ngoài. Điều này giống như người muốn trốn bóng của mình

mà chạy giữa trời nắng. Người này có sáng suốt không, trốn được bóng của mình không? Chắc là không được.

Trong kinh Lăng Nghiêm kể chuyện chàng Diễn Nhã Đạt Đa hằng ngày dùng gương soi mặt. Mỗi lần soi như vậy, chàng thấy đầu mặt của mình trong gương rất đẹp và chàng cho đó là đầu mặt thực của mình. Bỗng khi để gương xuống, không còn thấy đầu mặt đâu nữa, chàng liền hoảng hốt chạy la “Tôi mất đầu rồi!” Đức Phật đã tạm mượn hình ảnh chàng Diễn Nhã Đạt Đa để chỉ người không nhận ra cái chân thật của chính mình, mà quen nhận những thứ hư giả ở bên ngoài là mình. Đến lúc nó mất đi thì tướng mình cũng mất luôn nên chạy sang quàng. Đây cũng chính là hình ảnh của chúng ta, bao nhiêu đời kiếp rồi ta đã từng chạy sang như vậy, vì chưa nhận được báu vật của chính mình.

Mục đích của các bậc thiện hữu tri thức ra đời là nhằm chỉ cho chúng ta cái sẵn có đó. Nếu chúng ta không có sẵn thì các ngài không cách gì chỉ cho chúng ta được hết. Nên nhà thiên cũng có câu “người có sẵn ruộng lúa ta cho thức ăn, người không có sẵn ruộng lúa ta không cho thức ăn”. Nghĩa là mỗi chúng ta đều có sẵn Phật tánh hay bản lai diện mục, nhưng nhiều đời kiếp bỏ quên không chịu nhận lại, nên các ngài chịu khó chịu cực đạo đi khắp các nẻo luân hồi để gần gũi, nhắc nhở, chỉ bảo khiến chúng ta nhận lại của báu nhà mình.

Đọc lại sử đức Phật Thích Ca, chúng ta thấy Ngài đã trải qua vô lượng vô biên kiếp ở trong vòng luân hồi sanh tử để chỉ dẫn, dìu dắt chúng sanh nhận ra cái sẵn có đó. Nhận được rồi thì sống an ổn, giàu có hạnh phúc, không còn ngược xuôi lang thang khổ sở nữa.

Chúng ta đủ duyên được nghe nói đến “cái đó” nhưng chưa có cơ hội nào để nhận lại. Vậy “cái đó” là gì? Như bây giờ tôi đang nói, toàn thể quý vị có nghe không? Nghe. Như vậy là quý vị có “cái đó” rồi, nếu không có làm sao nghe được. Tức cái hay thấy, hay nghe rõ ràng thường biết của mình, cái này bất sinh bất diệt. Còn thân hữu hạn, mọi hoàn cảnh tiện nghi đều thuộc pháp sanh diệt, giả tạm. Như Thiên viện Thường Chiếu được thành hình, được gây dựng trong khoảng thời gian chúng ta có mặt ở đây, nhưng mai sau nó sẽ thay đổi khác đi, chúng ta không có mặt nên cũng không biết ra sao. Trong khi cái chân thật của mình luôn gắn bó với chúng ta, đời đời bất sinh bất diệt, không bao giờ thay

đổi. Tức cái thấy, cái nghe, cái biết của mình luôn hiện hữu bên ta. Chỉ cần khéo léo dùng ngược xuôi, lảng xảng theo bên ngoài thì sống được với “cái đó” dễ dàng, chứ không khó.

Phẩm Tựa kinh Pháp Hoa đức Phật nói mục đích ra đời của mười phương chư Phật là nhằm chỉ cho chúng sanh thấy, biết, nhận, sống được với “cái đó” tức là Phật tri kiến của mình. Chúng ta có sáu căn mắt tai mũi lưỡi thân và ý. Sáu cửa này tiếp xúc với các trần cảnh bên ngoài. Nếu khi tiếp xúc mà ta ngược xuôi ra ngoài thì quên mất cái chân thật của chính mình. Còn khi ta tiếp xúc thấy nghe rõ ràng nhưng không phân biệt, không lảng xảng, không sử dụng ý thức, là sống được với cái chân thật của chính mình.

Nói tu là một cách nói, tức sửa lại những gì lâu nay mình làm, mình quên thì bây giờ không làm, không quên nữa mà phải nhận lại cái ta đã có sẵn. Đây là gốc tu hành chư Phật Tổ đã dạy chúng ta từ xưa đến nay, và phái thiền Việt Nam thời Trần, đã lấy tinh thần “phản quan tự kỷ bỏn phận sự” làm kim chỉ nam cho Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử của Phật giáo nước ta. Các Ngài khuyên người tu đạo đừng chạy ra nữa, bởi vì càng chạy ra thì càng mất mình.

Người ngồi yên bình thản, lặng lẽ soi lại mình, không lo ra nữa tức là tu thiền. Vì vậy các bậc tôn túc tạo phương tiện lập thiền viện giúp hành giả có điều kiện ổn định tu hành. Chữ “viện” là khuôn viên, ta cứ tưởng tượng như cái lồng, ngăn cản không cho mình phóng ra ngoài. Sở dĩ đóng khung như thế là vì chúng ta quen ngược xuôi quá, bây giờ phải nhốt lại bằng qui chế, thời khóa tu học như vậy như kia, may ra không chế dần dần tâm khí vượn của mình.

Chúng ta cũng thông minh đáo để nhưng chỉ biết chuyện thiên hạ thôi, còn cái thật của mình thì không nhận không biết. Trong nhà thiền, các Thiền sư thường nói cái chân thật ấy giống như lỗ mũi nằm ngay trước mắt mà mình không bao giờ thấy. Hình ảnh chàng Diễn Nhã Đạt Đa tiêu biểu cho sự mê lầm đó nên phát sinh cuồng loạn. Chúng ta cũng vậy, mãi ngược xuôi trong sáu nẻo luân hồi, khi làm người, khi làm thú, lúc ở địa ngục, lúc trên trần gian, nhiều kiếp trôi giạt không trở về được nguồn cội của chính mình.

Bây giờ muốn sống lại được với cái chân thật của mình không phải chuyện đơn giản. Như Bồ-tát Thường Bất Khinh trong kinh Pháp Hoa không bao giờ thắng tòa thuyết pháp, Ngài cũng ít y hậu trang nghiêm trên điện đài long trọng, chỉ ăn mặc bình thường nhưng mỗi khi gặp bất cứ ai, ngài bái bái nói: “Tôi không dám khinh các ngài, vì các ngài



đều sẽ thành Phật”. Chỉ thế thôi. Người sáng suốt nghe câu ấy nhận ra liền không ngược xuôi nữa. Người không sáng suốt nghe câu ấy, chê bai ông tăng này ngu muội, tại sao dám thọ ký cho ta như thế? Có kẻ rầy la, dùng đá gạch quăng ném hoặc đánh đuổi đi, cho là ông tăng khùng, đâu biết Ngài hành hạnh Bồ-tát.

Chúng ta xét lại xem, bài pháp ấy quý báu như thế nào. Ngài nhắc cho mình nhớ lại một điều rất quan trọng “tất cả chúng sanh đều là Phật sẽ thành”. Đây là chặt đứt mọi thứ mê lầm khiến chúng ta rong ruổi ngược xuôi bên ngoài cho nên quên mất gốc Phật của mình. Bây giờ định tâm nhớ lại, đừng chạy theo những thứ hư giả bên ngoài nữa thì ngay đó nhận lại của báu nhà mình. Vậy mà chúng ta không biết, thật đáng thương xót biết bao !

Bồ-tát chỉ thẳng tất cả chúng sanh đều có khả năng thành Phật, có sẵn bản lai diện mục, có trí tuệ đức tướng của Như Lai, không ai thiếu cả. Cả cuộc đời Ngài chỉ chuyên nói một bài pháp ấy thôi. Người có chủng duyên thì từ bài pháp đó nhận ra được Phật tánh của mình. Phương cách hướng dẫn và thuyết pháp như Bồ-tát Thường Bất Khinh cho thấy Ngài quả thực là con người đã thể nhập hoàn toàn với Phật tri kiến, mới hay chỉ thẳng như vậy. Tuy nhiên người căn cơ chưa đủ thì không dám nhận. Bởi không dám nhận nên họ có thái độ sai lầm, nhưng Bồ-tát vì lòng từ bi sẵn sàng chấp nhận tất cả, cốt làm sao chỉ cho mọi người thấy được cái chân thật ấy mà thôi. Đó chính là đại hạnh đại nguyện của các Ngài sau khi đã được thức tỉnh giác ngộ vậy.

Nói “cái đó” sẵn nơi mình nhưng nó ở đâu ta không biết. Tuy nhiên vừa chạm đến là ta liền thấy, nghe, hiểu, biết rất rõ ràng. Cho nên trong kinh Lăng Nghiêm bảy lần đức Thế Tôn gạn hỏi ngài A Nan tâm ở đâu và cả bảy lần A Nan chỉ tâm đều sai cả. Ngài A Nan còn như vậy chúng ta không biết cũng đúng thôi. Bởi ta còn lầm nhận cái thật và giả như Ngài A Nan lầm nhận tánh thấy tánh nghe với sắc trần và thính trần thì không thể nào thấu tỏ được tâm. Tâm này không ở trong, không ở ngoài cũng không ở chặng giữa, không ở tất cả chỗ nơi vì nó không có hình tướng, nhưng đã biết đã nhận rồi thì ở đâu cũng có. Ví như da thịt của chúng ta đụng ở đâu ta cũng biết đau, chúng tỏ cái biết ở khắp hết.

Từ các giác quan như mắt nhìn thấy các sự vật, các hiện tượng chúng ta biết rất rõ ràng, tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi... cũng như vậy. Cái biết đó thông suốt và mẫn tuệ vô

cùng. Đức Phật đã từng nói, một khi phát minh được trí tuệ như thật rồi, thì mọi hiện tượng trong vũ trụ đều thấy biết rõ ràng. Cho nên Ngài nhìn thấy tam thiên đại thiên thế giới như trái táo trong lòng bàn tay, thấy rõ sự thành, trụ, hoại, không của nó.

Chúng ta ngồi thiền mới thấy con khi lăng xăng của mình thật không dễ điều phục chút nào. Cho nên người đẹp hết tất cả các loạn tướng, nhận ra và sống với cái biết của chính mình, thật công phu chứ không phải chuyện đơn giản. Ngồi thiền khơi khơi không tỉnh táo, không siêng năng liên tục thì ngủ liền. Hoặc ngồi nhớ chuyện năm trên năm dưới, có khi dựng lại cả cuộc đời của mình, của người, ngồi như vậy khác gì coi video, buông ra rồi đầu óc càng thêm bần thần. Ngồi thiền như vậy chẳng những không có lợi ích gì, mà còn thêm hại nữa.

Nếu chúng ta không tỉnh sáng, hằng biết có cái chân thật hiện tiền thì sự mê muội, loạn tướng ràng rịt mình liên tục. Hằng ngày chúng ta thường sống với tâm lăng xăng rồi loạn ấy nên đang ăn cơm nghĩ chuyện này chuyện nọ làm bữa cơm không ngon, nuốt không trôi. Đến giờ ngủ cũng thế, tâm cứ tính toán lo toan thành ra ngủ không được. Ngay cả khi nghe pháp cũng thế, ngồi ở giảng đường mà để tâm ở nhà, cuối cùng không biết ông thầy nói gì. Như vậy làm sao tu, làm sao an ổn được.

Cho nên muốn định được phải là người gan dạ, làm việc gì một việc thôi. Định tĩnh chưa có thì trí tuệ chân thật chưa hiện tiền. Trí tuệ chân thật chưa hiện tiền thì những vọng niệm lăng xăng, những cuồng vọng điên đảo không bao giờ dứt được. Đó là lý do tại sao Phật tử nghe pháp hoài, học hoài mà vọng tưởng không hết. Chỉ khi nào có định, trí tuệ mới hiện tiền, vọng tưởng si mê mới hết được.

Nói tới đây, tôi nhớ thời gian chúng tôi còn học ở Phật học đường Vĩnh Bình, có một người bạn ở chùa Vạn Thọ gần sông nên thường rủ anh em tắm sông. Dòng sông ấy nước đục và dơ lấm. Nhìn xuống thấy đủ thứ trôi lù lù, nhưng không hiểu sao chúng tôi vẫn nhảy xuống tắm, ngộ vậy! Dưới nước có con gì do bạn câu hợp lại thành, nó đang bơi nhưng mình đánh cái rầm xuống nước là nó tan hết ngay. Khi để yên, chúng tôi lại thấy nó bơi bơi đầy trên mặt nước, rất ghê. Bây giờ ngồi tu, mới thấy vọng tưởng của mình cũng y như con này, khi tỉnh nó tan ra, lúc hơi gục đầu nó hợp lại và dẫn mình đi. Những con đó không là gì hết, do bạn nhờ hợp lại thành nhưng nếu ta không đập tan thì nó tạo thành dề, trôi đầy sông nhìn rất dơ.

Vọng tưởng cũng như thế. Nó không thật, nhưng khi hợp lại thì dẫn ta trôi dạt rong rêu, đập tan một lần rồi không đập nữa thì nó bu lại ngay. Chỉ khi nào ta biết nó không thực, biết nó là vọng mới buông nó được. Dù cho trăm nghìn vọng tưởng, nó cũng chỉ là những cuồng vọng bên ngoài, không can hệ gì đến cái biết của mình. Thấu tỏ như vậy mới là người sống được với cái biết chân thật. Sống được với cái biết chân thật, mới có thể phát huy được trí tuệ chân thật của mình.

Chúng ta ai cũng sợ chết, đó là một vọng tưởng lớn lao nhất trong đời người. Không thoát khỏi cái chết, thì bây giờ chúng ta làm sao phát huy được cái không chết của mình. Thường các thiền tăng hành cước học đạo là nhằm giải quyết vấn đề sinh tử, không còn vấn đề nào khác hơn. Chúng ta cũng thế, hiện tại con người đang sống đầy ảo giác đầy cuồng vọng, cho nên họ rất sợ chết. Có khi Phật tử chúng ta ban ngày thì niệm Phật, tụng kinh đủ cả, nhưng tử thần ập đến liền đi cầu thầy bùa thầy pháp. Như thế dù biết định lực trí lực ta không có để đối diện với tử thần.

Các vị Thiền sư nói thế này “chết như cởi áo hạ”, mùa hạ nóng bức cởi được cái áo như nặng trĩu ra thì thích biết mấy. Chết đối với các Ngài là một sự ra đi tự tại. Có được thế là vì các Ngài đã chọn được hướng đi, đã làm chủ, giải quyết được vấn đề sanh tử rồi nên muốn đi đâu thì đi, không bị ai dẫn dắt, không bị nghiệp lực nào xui đẩy nữa. Vì vậy ngay trong lúc tu hành hiện tại đây chúng ta phải nhận ra và sống được với “cái đó” là điều tối quan trọng nhất.

Thân này là thân bại hoại, dù có mạnh khỏe, trẻ đẹp, trí tuệ gì cũng là thân bại hoại thôi. Ngay như thân Phật trang nghiêm với ba mươi hai tướng tốt tám mươi vẻ đẹp, công đức vô lượng vô biên, nhưng đến tám mươi năm cũng phải hoại. Huống là thân chúng ta, vừa sanh ra năm ba tuổi là bị sốt xuất huyết rồi ban hạch đủ thứ, lớn lên kẻ yếu gan, người suy thận, tim hồi hộp... làm sao bảo đảm nó còn mất được bao lâu. Có người ăn cơm xong uống trà, xỉa răng rồi đi, con cháu khóc tức tưởi. Có người bệnh thôi là bệnh, thuốc men chạy ngược chạy xuôi, thầy đông thầy tây vẫn không hết bệnh, mà cũng không chết. Rõ ràng chúng ta không tự tại, không làm chủ được thân này. Như vậy để thấy cuộc đời quả là tạm bợ không có gì trường cửu để mình phải nắm giữ cả. Cho nên chết là chuyện bình thường, vậy có gì chúng ta phải sợ !

Hơn ai hết, Phật tử là những người học đạo và hiểu đạo thì đối với cái chết phải có sự chuẩn bị. Chuẩn bị lực để đối đầu với sự kiện đó một cách chủ động, không quyền luyến, mê muội gì cả. Nếu không như thế đôi khi mình chọn làm thân sau tẻ hơn thân này nữa thì khốn. Cho nên chúng ta phải chuẩn bị đủ lực, đủ sáng suốt để thọ thân sau đầy đủ phúc đức trí tuệ hơn thân này, đó là tu tiến. Việc ấy khó chứ không phải dễ đâu. Chính Phật đã nói, bỏ thân người tìm lại thân khác khó như rùa mù gặp bông cây mục giữa biển, trăm năm mới nổi lên một lần. Tại sao như vậy? Bởi vì dòng vọng tưởng cuồng loạn của mình vô cùng vô tận, nên nó cũng dẫn dắt mình vô cùng vô tận trong các loài.

Nói đến đây tôi nhớ câu chuyện này. Một vị thầy tu lâu năm, giới hạnh rất tinh nghiêm. Sau đó thầy bị bệnh uống thuốc hoài không hết. Một hôm chúng đệ tử mời ông thầy thuốc chẩn mạch rất nổi tiếng đến chữa trị cho thầy. Bắt mạch xong, thầy thuốc nói thật nếu sư chịu ăn mặn thì bệnh mới khỏi. Vị thầy cương quyết không chịu và căn dặn đệ tử không được làm theo ông thầy thuốc. Đến lúc bệnh tình quá nặng, thầy ngất xỉu. Chúng đệ tử thương quá nên buộc lòng lén làm theo lời thầy thuốc đã chỉ bảo. Họ nấu nướng thật tinh vi khiến cho sư phụ không nhận ra. Thầy uống vào thấy mạnh, vui vẻ hỏi đệ tử: “Hôm rày tụi con cho thầy uống thuốc gì vậy?” Trong số đệ tử, có một người thật thà bạch với thầy: “Con xin sám hối thầy, lúc thấy thầy bệnh quá nên tụi con nghe lời thầy thuốc nấu cháo gà cho thầy ăn”. Nghe thế, ông thầy nổi sân lên, sân quá đến mức đứt hơi chết luôn. Chết trong cơn sân như vậy nên phải đọa vào loài quỷ. Từ đó cứ đêm đến người ta nghe tiếng la hét rồi hình bóng thầy hiện ra, thiên hạ khiếp không ai dám đi chùa nữa.

Một hôm có vị tăng đi ngang, lỡ đường vào chùa xin nghỉ lại. Phật tử nghe vậy liền cản, khuyên thầy không nên ở đây. Vị tăng hỏi duyên do và được biết mọi sự tình, thầy bình tĩnh vào trong chùa quét dọn và cương quyết ở lại. Giữa đêm nghe ồn ào rồi có tiếng la hét, vị tăng ngồi nghiêm chỉnh nói lớn: “Đã là người tu hành mà không chịu tỉnh giác, lại chấp nhận kiếp quỷ đói như vậy sao?” Nghe câu nói này tiếng la hét im ngay. Vị tăng nói tiếp: “Ông là người tu hành mà không làm chủ được mình khi đối duyên xúc cảnh, gặp chút việc nhỏ đã không dừng được sự nóng giận, sân hận của mình đến đối phải sinh vào trong loài quỷ, đến bây giờ vẫn chưa chịu tỉnh!” Nghe câu này, quỷ kia quỳ

xuống đánh lễ: “Hôm nay con gặp được thầy, nhờ thầy khai thị con thoát khỏi kiếp quỷ”. Từ đó về sau ngôi chùa mới yên tĩnh trở lại như xưa.

Câu chuyện cho chúng ta thấy nếu mình nổi sân hoặc nổi tham nổi si trong lúc lâm chung thì cận tử nghiệp đó sẽ dẫn mình đi thọ sanh trong các đường dữ. Như vậy muốn chuẩn bị phút giây đó tốt đẹp, ngay bây giờ chúng ta phải tập làm chủ lấy mình, đừng để tới lúc đó khởi lên những niệm tâm bậy, thì hậu quả sẽ ghê gớm lắm.

Trở lại vấn đề chỉ thẳng tâm chân thật của chúng ta. Như tôi đã kể Bồ tát Thường Bất Khinh là một vị thầy đã chỉ thẳng cho chúng ta: “Tôi không dám khinh các ngài vì các ngài đều sẽ thành Phật”, song ít ai dám nhận điều này. Giống như câu chuyện họ Hòa hiến ngọc cho vua Sở. Hồi xưa ông Biện Hòa có được hạt ngọc quý ở Kinh Sơn, ông dâng cho vua Sở đầu tiên là Sở Lệ Vương. Nhà vua cho gọi người đến xem ngọc, họ không nhận ra nên bảo đó là đá. Nhà vua nổi giận chặt chân Biện Hòa rồi đuổi đi. Đợi đến Sở Võ Vương lên ngôi, họ Hòa lại dâng ngọc nữa. Cũng như lần trước thợ xem ngọc bảo đây là đá nên chàng họ Hòa bị chặt luôn chân thứ hai. Lần trước khổ đau một, lần này khổ đau hai. Đã mất hết hai chân mà hạt ngọc vẫn chưa có người chủ nhận lại.

Đến Sở Văn Vương lên ngôi, Biện Hòa thu hết sức tàn, tìm cách dâng ngọc lần nữa. Giống như hai lần trước, ngọc biến thành đá. Bảy giờ anh chàng họ Hòa nằm lăn ra khóc vật vã năm bảy ngày, đến nước mắt chảy thành máu. Mọi người thấy vậy hỏi nguyên do có phải anh mất hai chân mà khóc chẳng, anh bảo tôi mất hai chân đã là đau khổ nhưng vẫn không đau khổ bằng ngọc thật mà người ta cho là đá. Sự kiện ấy khiến Sở Văn Vương cho người xem kỹ lại thì mới hay đó là viên ngọc quý hiếm nhất trên đời. Bảy giờ nhà vua trọng thưởng cho Biện Hòa và đặt tên viên ngọc bích đó là hòn ngọc họ Hòa.

Một việc làm của thế gian muốn người ta tin nhận còn phải trải qua những công phu khó khăn như vậy, huống gì chỉ ra cái chân thật xuất thế gian cho mọi người nhận lại, có thể đơn giản được sao? Từ chuyện xưa chúng ta rút ra một kinh nghiệm trong việc tu hành của mình. Chỗ tu là sửa, xưa nay chúng ta quen chạy ra bên ngoài, bây giờ đừng lại đừng ngược xuôi nữa thì nhận lại mặt mày thật của mình dễ dàng thôi.

Chúng ta thử ngồi lại kiểm điểm, tỉnh táo sáng suốt, làm chủ đừng dính với các trần cảnh, đừng chạy lãng xăng với những bóng dáng bên ngoài, tự nhiên sẽ sống thật với

chính mình. Đức Phật đã nói chúng sanh vì ngược xuôi trong luân hồi sanh tử vô lượng vô biên kiếp khổ đau. Bây giờ chỉ cần dừng lại, dừng như thế nữa thì đau khổ sẽ chấm dứt, gọi là bội trần hiệp giác vậy. Còn ngược lại là bội giác hiệp trần. Chũ bội là trái lại, quay lưng, tức quay lưng với tánh giác chạy theo trần lao cũng giống như nhà vua có ngọc thật mà không nhận ra nên làm khổ cho mình cho người.

Chúng ta đã khẳng định đường lối tu hành của mình thì phải quyết liệt, gắng gổ, đừng bao giờ xao lãng ngược xuôi nữa. Bởi vì vọng tưởng điên đảo dẫn dắt ta đi trong luân hồi sanh tử từ bao đời. Bây giờ không chấp nhận, không chạy theo nó nữa, để trở về với cái chân thật lặng lẽ của chính mình. Đó là tu, cứ như thế cho đến một lúc cơ duyên đầy đủ mình nhận ra: A một tiếng mình đây rồi. Đây chính là giây phút ta nhận ra được hòn ngọc quý đeo trong chéo áo từ bấy lâu nay.

Có một thiền tăng dụng công tu hành đã lâu nhưng chưa nhận ra cái thật của mình. Hôm ấy, nhân đi ngựa qua cầu gỗ, ngựa đạp lên miếng gỗ mục, quăng thầy té nhào xuống cầu. Ngay lúc đó Ngài liền đại ngộ và làm bài kệ:

Ngã hữu minh châu nhất khả,  
Cửu bị trần lao quan tảo,  
Kim triêu trần tận quang sinh,  
Chiếu phá sơn hà vạn đóa.

Tạm dịch:

Ta có một hạt minh châu,  
Lâu rồi bụi bặm vùi sâu,  
Nay đây bụi sạch sáng tỏ,  
Khắp hết sông ngòi soi thấu.

Tức là vị tăng nhận ra hạt ngọc của mình trong lúc té ngã. Có những trường hợp ngộ đạo rất kỳ đặc, biết đâu hôm nào chúng ta đi xe cúp té nhào, bỗng nhiên mình cũng ngộ đạo! Như câu chuyện của ngài Hương Nghiêm Trí Nhàn. Ngài là đệ tử Tổ Bá Trượng, rất thông minh. Khi Bá Trượng tịch rồi, ngài đến chỗ Qui Sơn tức Sư huynh của mình. Ngài Qui Sơn thấy Hương Nghiêm đến bèn hỏi:

- Ta nghe nói ông thông minh lắm, ở chỗ Tiên sư hỏi một đáp mười, hỏi mười đáp trăm... Bây giờ ông thử nói cho ta nghe một câu trước khi cha mẹ sanh xem?

Ngài bí, không biết mở miệng làm sao nên về lục hết sách vở ngữ lục, kinh điển đã học mấy chục năm trời ra xem, tìm không ra câu trả lời. Cuối cùng ngài tới đánh lễ Qui Sơn cầu nói phá. Tổ Qui Sơn nói:

- Ta nói cho ông nghe thì dễ rồi, nhưng sau này ông sẽ chửi ta.

Ngài buồn bã tự trách cả đời làm tăng không xong nên muốn tìm chỗ vắng vẻ nương náu, làm ông thầy cơm cháo sống qua ngày, không mong gì chuyện tham thiền học đạo nữa. Thế là Ngài tìm đến chỗ Quốc sư Huệ Trung ngày xưa trên núi Bạch Nhài cất một am nhỏ, mỗi ngày cuốc đất trồng khoai, tu hành thường vậy thôi. Hôm đó Ngài cũng cuốc đất như thường lệ, bỗng một hòn đá văng lên trúng bụi trúc kêu một tiếng “tách”, ngay khi ấy Ngài đại ngộ liền hướng về tổ Qui Sơn đánh lễ thưa: “Nếu ngày xưa Hòa thượng vì con nói phá thì không có chuyện hôm nay”.

Một vị té ngựa ngộ đạo, một vị nghe tiếng hòn sỏi chạm vào bụi trúc ngộ đạo. Thế là đạo lý gì? Lâu rồi chúng ta có của quý mà không chịu nhận, để nó bị chôn vùi trong bụi bặm. Nhân té ngựa trên cầu gỗ hay nghe tiếng hòn sỏi chạm vào bụi trúc liền nhận ra mình vốn sẵn có tánh thấy tánh nghe từ lâu rồi. Thế là nhận ra được hạt châu, mới biết nó vô giá, sáng tỏa cùng khắp hết. Mỗi chúng ta đều có hạt ngọc đó, nhưng không biết làm sao nhận.

Thiền sư Thọ ở Hưng Giáo, khi bữa củi, cây củi tét ra, Ngài ngộ đạo liền đọc bài kệ:

Phát lạc phi tha vật,  
Tung hoành bất thị trần,  
Sơn hà cập đại địa,  
Toàn lộ pháp vương thân.

Tạm dịch:

Bữa tét không vật khác,  
Dọc ngang chẳng phải trần,  
Núi sông và đại địa,  
Toàn bày pháp vương thân.

Bữa tét không vật khác, bữa tét củi ra không thấy có gì khác, bởi không cái gì khác nên mới nhận lại cái của chính mình, nếu thấy khác thì nguy rồi. Dọc ngang chẳng phải

trần, cái đó dọc ngang tự tại, không phải trần cảnh bên ngoài. Khi nhận ra rồi thì núi sông toàn cảnh đại địa đều là pháp thân của chính mình, tức là sống lại với cái bất sanh bất diệt muôn thuở của mình.

Qua những câu chuyện trên, có thể nói đạo luôn hiện hữu bên ta trong mọi vận động thi vi, chứ không ở đâu xa. Tuy nhiên chỉ những vị đại thiên sư mới có kỹ thuật hay kỹ năng tuyệt hảo chỉ ra như thế, còn thường thường như chúng ta nói với nhau nghe vậy thôi, chứ chưa được như các Ngài vì bản thân mình chưa thân chứng chỗ cứu kính ấy. Muốn được như người xưa, chúng ta phải chuyên cần tỉnh giác, chỗ này chỉ có thể thôi, chứ không thuyết giảng gì được hết. Ngộ đạo có từ sự tỉnh giác thường biết, sáng soi liên tục trong mọi sinh hoạt mọi lúc. Cho nên chúng ta phải thường xuyên nuôi dưỡng ý chí, không dễ duôi, không xem thường, công phu miên mật như vậy mới mong nhận lại hòn ngọc vô giá của chính mình.

Tóm lại, với cách thức tu hành của chúng ta, nhất là tu thiên, cốt là để và nhận ra và sống được với cái chân thật đó. Một Thiên sư đã nói “cái đó” ở trong thai là thân, trong mắt là thấy, trong tai là nghe, trong mũi là ngửi, trong lưỡi là đàm luận, thu lại chỉ trong hạt bụi, bày ra thì khắp hà sa. Người hiểu cho đó là Phật tánh, người không hiểu nói là tinh hồn. Nghĩa là nhận ra nó thì có diệu dụng đầy đủ nơi mắt tai mũi lưỡi thân ý, nơi nơi chồn chồn lúc nào nó cũng hiện tiền. Quan trọng là nơi mỗi chúng ta có khéo nhận ra được hay không thôi.

Vậy qua buổi nói chuyện hôm nay, mong rằng tất cả chúng ta đều nhận lại được “cái đó”, và như thế mình sẽ được an ổn giàu sang mãi mãi, không còn mất ăn mất ngủ nữa, ai nấy đều mạnh khỏe, an vui giữa cuộc đời đời thay vô thường.





## HOAN HỖ TU TẬP

Hôm nay tết Nguyên đán, là ngày lễ truyền thống của dân tộc ta, đồng thời cũng là ngày kỷ niệm đức Phật tương lai đại hỷ đại xả Di Lạc Tôn. Vì vậy chúng ta cùng ôn lại một vài nét đặc biệt của Ngài để qua đó ta có những bài học, những kinh nghiệm tu tiên.

Duyên lành lớn nhất của tất cả huynh đệ chúng ta là gặp được Tam Bảo. Chúng ta có thầy tổ, thiện hữu, có lý tưởng và nhất là có đường hướng tu tập. Nếu quyết tâm và đầy đủ ý chí nhất định chúng ta tu sẽ có kết quả, được hưởng pháp vị an lạc sâu xa của Phật pháp. Như chúng ta đã biết đức Phật Di Lạc tượng trưng cho niềm hoan hỷ to lớn, từ những niềm vui đó, Ngài đem lại lợi ích an vui cho chúng sanh. Vì vậy chúng ta học ở Ngài phương pháp tu hành buông xả, gắng gỏi hành trì để tâm tư cởi mở như ý. Có thể mới không bị ngã gục trước mọi cảnh duyên.

Khó khăn lớn nhất của chúng ta là thường quên đại nguyện, thiếu ý chí, do đó cảnh duyên chung quanh dễ lôi kéo. Người có ý chí, vững tâm tu hành thì những trở ngại chính là duyên thù thắng cho việc thực hiện hoài bão tu tập của mình. Có người tuổi sáu bảy mươi hoặc có khi lên đến tám chín mươi, kinh nghiệm sống trải dày dặn vô cùng nhưng vẫn bị phiền não cuốn trôi. Đó là vì quên mình, quên đại nguyện nên bị phiền não dẫn dắt thôi.

Hôm nay điều trước nhất tôi muốn nói, là chúng ta làm thế nào để hoan hỷ tu tập? Có khi trọn ngày hoặc đôi ba ngày ta không nói gì, niềm vui tắt ngúm hàng tháng trường hay nhiều hơn thế nữa. Niềm vui đã không có thì bao nhiêu họa hoạn, bất như ý xảy đến khiến cho mình muộn phiền lại thêm muộn phiền. Vậy chúng ta phải làm sao để niềm vui đừng mất. Có một niềm vui không bị bất cứ một cảnh duyên nào khuấy lấp. Phật dạy chúng ta phát triển niềm vui này bằng công phu tu hành, bằng sự quyết tâm, bằng cả sinh mạng của mình đối với pháp tu. Ta phải tự khắc tự hứa tu hành bao giờ bằng Phật mới vừa lòng con. Nói như thế không có nghĩa chúng ta quá ôm đồm hay nói quá cao, mà nói như thế để ta cố gắng vươn lên, thực hiện cho bằng được hoài bão lớn nhất trong đời tu của mình. Đó là giác ngộ giải thoát.

Muốn thực hiện được điều ấy, trước nhất chúng ta phải có niềm vui, phải hoan hỷ. Từ niềm vui, từ sự hoan hỷ đó chúng ta mới có thể tha thứ và buông bỏ tất cả. Chưa có

niềm vui, chưa hoan hỷ thì ta khó mở rộng lòng mình, nói gì tới buông bỏ. Phải hiểu mọi vui buồn thương ghét không có gì quan trọng cả, chỉ có giác ngộ giải thoát mới là chỗ nhắm đến duy nhất mà thôi. Đó là điều chúng ta luôn luôn ghi nhớ thì mới có thể giữ vững đại nguyện. Có hoan hỷ, có niềm vui rồi thì chúng ta mới nói đến vô ngã vị tha. Đây chính là niềm vui thật sự. Thấy rõ như thế, chứng thực như thế mới có được nét hoan hỷ như đức Phật Di Lặc.

Hình ảnh nổi bật nhất nơi Ngài chính là nụ cười đại hoan hỷ. Một nụ cười bao la thương yêu tất cả chúng sinh, không còn vướng mắc bất cứ điều gì. Chúng ta học hạnh Ngài, thì phải buông xả cho được đại hoan hỷ như Ngài. Huynh đệ nào còn có nét quạo quọ là chưa thực tập công phu tu tập của mình. Công phu ấy không phải là cái gì trên trời trên mây, mà từ những việc bình thường, huynh đệ gặp gỡ nhau, lúc ăn mặc ngủ nghỉ tiếp xúc làm việc... tất cả các hành xử, chúng ta không tính toán hơn thua được mất, tâm thư thái tỉnh giác, sẵn sàng tha thứ cho người, nhắc nhở mình luôn luôn quay lại xét nét chính ta.

Đã là người tu thì tối kỵ là tâm ganh ghét. Bởi có tâm ganh ghét thì không thể nào tha thứ buông xả cho ai. Không buông xả được thì làm sao sống an vui hoan hỷ đây? Phật bảo chúng sanh sống với tâm chân thật độ lượng, đừng sống với thức tình vọng tưởng. Thân này đã không thật, cái mình cho là tâm suy nghĩ hiểu biết cũng không thật, nó là bóng dáng của thức tình vọng tưởng. Thế thì có gì để chúng ta ganh ghét đố kỵ nhau. Nếu sống với tâm thật, chúng ta không có buồn giận thương ghét, sợ sệt ham thích. Thường ngày chúng ta sống với tâm vọng tưởng cho nên chột vầy chột khác, chột vui chột buồn. Cái đó không phải tâm ta. Đã không phải tâm mình thì chớ tin, chớ nghe theo nó, nếu tin tưởng nó nhất định nó sẽ dẫn ta đi tới chỗ không tốt. Các vị A-la-hán sau khi chứng quả vô sanh rồi thường nói: “Khi chưa chứng Thánh, các ông chớ tin tâm mình”. Bởi vì tin tâm vọng tưởng giống như nuôi giữ rắn độc trong nhà hay nói cách khác như nuôi ong tay áo nuôi khỉ dòm nhà, nguy hại đến lúc nào không biết. Bao giờ thật sự yên, thực sự hoan hỷ chúng ta mới tin tâm chân thật ấy chính là mình.

Có buông bỏ tâm ganh ghét chúng ta mới hành được vô ngã vị tha. Tâm này không bỏ thì tâm chân thật không thể nào hiện bày. Thành ra muốn chuyển hóa, thì phải tổng khứ các thứ cù cặn ra hết, thay vào đó những thứ tốt. Chúng ta nhớ chiếc y ca sa

mình đắp mang hình thức những đám ruộng. Ruộng ở đây là ruộng phước điền, ruộng công đức, ruộng tu hành, ruộng định tuệ giải thoát, chứ không phải ruộng cỏ gai, ruộng hôi xấu phiền não. Cho nên tu tập là sửa đổi, ngày xưa mình tham sân tật đố, chứa nhóm bao nhiêu thứ phiền não, thì bây giờ thay vào đó là từ bi hỷ xả. Ngày xưa ta lêu lổng ham chơi thì bây giờ chuyển đổi thành tụng kinh ngồi thiền, thay một giờ si mê bằng một giờ thánh thiện giải thoát. Thay dần dần như thế miếng ruộng của mình trở thành tốt đẹp, những thứ cỏ gai xấu xa bị nhổ bỏ hết, bấy giờ ruộng công đức ra hoa kết quả, tốt tươi xinh đẹp biết bao.

Điều thứ hai là chúng ta phải trị được những thứ loạn động của mình. Tâm còn loạn động giống như nuôi khỉ trong nhà, nuôi ong tay áo. Bình thường thấy như thành thoi an nhiên lắm nhưng có duyên gì không tốt thì ta rối loạn lên, mất hết tự chủ. Phật dạy đối với tất cả những sự kiện đó không xem quan trọng, mà phải phát huy định lực để dẹp tan tâm rối loạn. Lấy giới học để trị các tâm xấu, lấy định học để khẳng định ông chủ của mình, lấy tuệ học để soi thấu tất cả muôn pháp, không còn lầm lẫn thật giả nữa. Ai phát huy được ba học này thì đến được bờ giải thoát, gọi là thành tựu tam vô lậu học.

Công phu tu hành được như thế nhất định ta có niềm vui, có cuộc sống vô ngã vị tha. Trong tất cả mọi sinh hoạt, thấy nghe rõ ràng nhận định thấu đáo, không bị các duyên trói buộc ngăn ngại. Người tu hành mà thấy nghe không chuẩn, nhận định không đúng thì hồng đi đạo hạnh của mình, cho nên người tu phải rất dè dặt chỗ này. Thà là không nói, còn nói thì phải phát xuất từ sự tỉnh táo sáng suốt mới không tạo nghiệp. Tu hành cần phải như vậy.

Điều thứ ba là biết vận dụng trí tuệ quán chiếu, thấy được thực chất của các pháp. Nếu chúng ta thiếu sự quán chiếu thì việc tu sẽ không đi tới đâu hoặc dễ rơi vào tà kiến. Chúng ta vận dụng được trí quán rồi sẽ thấy bình an vô cùng, niềm bình an đó không thể nào diễn tả hết được. Khi có được sự quán chiếu, đầy đủ tinh lực ta thấy rõ ràng mọi sự kiện chung quanh một cách như thật, không còn lầm lẫn nữa, nên ta không có phiền não, không bị khổ đau.

Có một vị thầy nổi tiếng từ bi hiền lành, cả vùng ai cũng quý kính. Trong làng, có anh Phật tử đó mến mộ, bỏ nhà đến chùa phát nguyện đời đời kết duyên với thầy, xin được thừa sự, gần gũi tu học theo thầy. Được một hai năm, anh bắt gặp thầy nổi quạo.

Lần đầu chỉ quạo trên nét mặt, lần sau thấy thầy bực bội la lớn tiếng. Thế là vị thầy từ bi không còn trong lòng anh nữa, anh chẳng muốn làm gì dưới sự sắp xếp của thầy. Nói thẳng với thầy thì không dám, nên anh hay cự nự với mấy huynh đệ, nhất là vị phân công cho anh mỗi ngày quét sân. Anh tự nghĩ, mình vô đây để tu chứ đâu phải để quét sân, lại còn gặp phải ông thầy chẳng ra gì nên phiền não lắm. Lần lần những thứ cù cặn bên trong phát tiết ra ngoài, nó mọc nhánh mọc sừng, ra gai ra rễ cuối cùng chịu hết nổi, anh ta cuốn gói đi. Đi đâu cũng không có chỗ hoàn bị, nơi thiếu cái này, nơi thiếu cái kia... đủ chuyện trên đời. Anh chợt nhớ tới thầy và tự nghĩ đầu sao ông cũng là thầy mình, thôi quay về sám hối với thầy.

Vị thầy thấy anh quay về, hỏi:

- Hồi đó ông đi âm thầm không nói với tôi một tiếng, sao bây giờ lại quay về ?

Anh thưa:

- Bạch thầy bây giờ con hiểu ra rồi, con xin sám hối thầy, thầy hoan hỷ tha thứ cho con.

Ông thầy bình thản gật đầu, gương mặt hoan hỷ như không có chuyện gì. Chùng đó anh mới thấy thầy mình quả thật đáng quý, đã hành hạnh của Bồ-tát Di Lặc, nên mới có thể tha thứ dễ dàng cho một người đệ tử đã có lỗi như anh. Từ thầy, anh học được hạnh vô ngã vị tha. Thế là nhờ tâm hoan hỷ độ lượng của thầy, anh đã được chuyển hóa, bỏ đi thói cao ngạo của mình, dốc lòng tu học rất tinh tấn.

Cho nên công phu tu hành ở giai đoạn thứ ba này là luôn hoan hỷ vận dụng trí tuệ quán chiếu để có được cái thấy thật sâu sắc. Nếu chúng ta đã thành Phật, Bồ-tát thì khỏi nói tu hành. Vì còn hụi hảnh chưa hoàn bị nên ta còn học còn tu, còn quán chiếu. Nhờ có phiền não khi vậy khi khác, nên ta mới thức tỉnh, biết soi lại mình nhận ra cái gì thật cái gì giả, vì vậy phiền não đối với người tu là cơ hội để tiến đạo.

Sử dụng quán chiếu tức là dùng trí dụng để tu. Từ tánh giác sáng suốt trùm khắp phát sinh trí dụng hay chiếu soi các đối tượng chung quanh đời sống chúng ta. Đối với chúng ta, thân thông là sử dụng được trí tuệ của mình, phát huy được trí dụng phá tan vô minh, chứ không phải bay lên trời lên mây để trốn nghiệp, trốn phiền não. Cho nên nói tu thiền cần phải quán chiếu để thấy rõ. Chữ quán là quán xét, chữ chiếu là soi rọi, quán chiếu là quán xét soi rọi cho tới nơi tới chốn thật tánh của các pháp..

Giai đoạn thứ tư là vượt đối đãi, không nghĩ thiện không nghĩ ác, tự tại vô ngại, tức là giải thoát vậy. Ở đây nói giải thoát nghĩa là không vin theo, không dính mắc. Ví dụ người thấy mùi của thức ăn, biết đó là mùi vị ngang chừng đó thôi, đừng nghĩ món đó làm cho ai ăn, mình có không. Nếu khởi nghĩ như thế, mà mình không có phần thì sẽ phiền não ngay. Do không nghĩ, không vọng tưởng trên mùi vị, nên không có phiền não, không tạo nghiệp. Người mùi thơm biết rõ mùi thơm, vậy thôi, đó là sống với tánh giác rồi.

Tánh giác của chúng ta không bị hạn cuộc nơi các trần, cũng không thể dùng suy nghĩ phân biệt mà chia chẻ được. Tánh giác là sự sáng suốt trùm khắp mà không dính vào đâu hết. Người sống được với cái tánh giác không mắc kẹt nên không cần tháo gỡ gì cả. Chúng ta vì tập nhiễm vô minh phiền não lâu đời nên bây giờ tháo gỡ là tháo gỡ tập nhiễm, chứ không đụng gì đến tánh giác. Bao giờ tập nhiễm hết, tự nhiên tánh giác hiện bày tròn đầy. Nói tu hành là giai đoạn chưa xong việc, chứ đã xong việc thì vượt ngoài hai bên, không có pháp để tu và cũng không có người hay tu.

Nói thế để chúng ta thấy tất cả sự kiện chung quanh không có gì thật hết, không thật mà mê thì đi trong luân hồi sanh tử không có ngày cùng. Cho nên biết phước nghiệp không thật, không có tướng mà có sức mạnh vô kể. Chỉ có trí tuệ mới có thể đối trị được chúng. Vì vậy muốn đến được chỗ rốt ráo viên mãn, chúng ta phải tạm mượn phương tiện tu hành. Một lúc nào đó ngồi thiền, ta chợt nhớ ra “À!” một tiếng rồi cười vang, thế là tất cả được mở tung, mới biết mọi việc xưa nay ta cố công theo đuổi chỉ là chùm sương khói mà thôi.

Sự vật vô thường, con người luôn thay đổi, nếu không tìm lại được chính mình thì ngàn đời muôn kiếp chúng ta trôi dạt trong sanh tử khổ đau. Dù khoa học có lên đến tận mây xanh, con người vẫn minh tiến bộ đến thay trời làm mưa làm gió, nhưng rồi tất cả cũng không thoát khỏi định luật thành trụ hoại không hay sinh lão bệnh tử. Như vậy cội gốc đau khổ của con người vẫn còn. Chỉ cái không sanh diệt là an vui vĩnh cửu, vậy tại sao chúng ta cố gắng mà không chịu nhìn nhận, lại nỡ lòng xưa đi, để phải chịu bao nhiêu kiếp tăm tối.

Thành ra giai đoạn thứ tư là vượt khỏi sự đối đãi sanh diệt của thế gian, sống vô ngã vị tha trong tánh giác sẵn có của mình. Chừng ấy tâm ta luôn hoan hỷ vì không còn phiền não, có thể nói hoàn toàn thanh tịnh. Cho nên trên đường tu, chúng ta dè dặt cẩn

thận đối với tất cả cảnh duyên, tất cả pháp tu đừng nắm giữ gì cả. Còn nắm là còn khổ, không thể giải thoát được. Phật dạy không phải chỉ tu những pháp tà mới gọi là ngoại đạo, người tu chánh đạo mà cố chấp vẫn gọi là ngoại đạo như thường. Bởi vì pháp của Phật chỉ là phương tiện đưa chúng ta đến bờ chân thật, không phải cứu kính. Trong những bản kinh lớn như kinh Lăng Già, kinh Hoa Nghiêm, kinh Thủ Lăng Nghiêm Phật đều dạy, ai chưa buông được thì đó là tà ma ngoại đạo, chứ không phải đệ tử Như Lai.

Trong kinh Pháp Hoa đối với những vị đại đệ tử đã chứng quả vô sanh, Phật thường nói đây chỉ là hóa thành, không phải Bảo Sở, các ông cần phải tiến lên, không nên an lòng cho mình đã đủ. Khi Phật nói điều đó 500 Tỳ-kheo tăng thượng mạn, đứng dậy bỏ đi, đức Phật im lặng không nói một lời, vì biết niềm tin của những vị này chưa đủ, nên cố giữ lại cũng không lợi ích gì.

Kiểm lại việc tu hành của chúng ta ngày nay xem có rơi vào trường hợp đó không? Thường ta hay tự tôn hoặc tự ti, nghĩa là cho mình đã tuyệt vời hơn hết hoặc luôn nghĩ mình không thể thành tựu Vô thượng Bồ-đề. Cả hai trường hợp này đều là bệnh, làm chướng ngại việc tiến đạo của chúng ta. Hóa thành dù có an vui vẫn là không thật, không nên dừng lại ở đó, phải khắc tinh tiến lên. Trong nhà thiền có câu “Đầu sào trăm trượng cần tiến bước”, nghĩa là tới chỗ cao vời ấy cần phải vọt lên nữa mới được.

Cuối cùng tôi muốn nhắc nhở tinh thần gắng gỏi phấn chấn cho tất cả huynh đệ chúng ta. Không nên có thái độ mù mờ ù lì một chỗ mà phải phấn chấn lên. Hòa thượng thường dạy huynh đệ chúng ta đang leo lên núi, chưa tới nơi thì không có quyền đứng lại, đứng lại rất nguy hiểm. Một thì ngừng một tí, rồi tiếp tục bước lên, chùng nào tới đỉnh tha hồ ngồi hóng mát bốn phương trời, thấy khắp mười phương mới biết ta đã toàn tánh mạng. Còn bây giờ trong lúc đang tu, không để cho một niệm tạp xen vào làm trở ngại bước tiến của mình. Hoặc như hình ảnh đường xa gánh nặng, trời trưa nắng gắt. Muốn mau đến nơi, chỉ có việc thầy hét đồ đạc trong gánh ra, dù ngọc ngà trân bảo cũng không thể bảo toàn tánh mạng khi sức đã kiệt. Người khôn sáng muốn đi tới nơi phải biết rõ điều này.

Chúng ta còn gánh nhiều thứ lắm, nào là sư phụ của tôi, sư anh, sư chị, sư em... đủ thứ lý do để ta biện luận rằng đây là những người mình cần phải thương mến đùm bọc nhau tu hành. Thật ra ta đang gánh đó chứ, dù sắp ngã gục giữa đường vẫn không muốn

bỏ, như vậy thì biết bao giờ tới nơi ! Cha mẹ, anh em, Thầy tổ, bạn hữu cũng không thể thay được sanh lão bệnh tử cho nhau đâu, đừng bận bịu chuyện ấy chi cho mất công. Mỗi người tự lo cho mình là đã thành tựu cho nhau. Cho nên hành giả tu thiền phải dững mãnh như chúa tể sơn lâm, rống một tiếng là cây cỏ rạp sát, muôn thú vỡ hồn mất vía. Được thế mới mong đảm đang việc lớn.

Hôm nay kỷ niệm ngày Phật Di Lặc đản sanh, chúng ta học theo gương hạnh của Ngài, luôn từ bi hoan hỷ tha thứ tất cả. Tu Phật là phải thực hiện được tinh thần vô ngã vị tha. Bằng trí dụng của mình, chúng ta thường xuyên chiếu soi lại chính mình để phá tan mọi mê lầm tăm tối, nhận lại trọn vẹn mặt mắt thật xưa nay của ta. Thực hiện trọn vẹn như vậy là thể hiện niềm vui vô ngã vị tha, và đỉnh cao của công phu chính là sự giác ngộ giải thoát.

Chúc toàn thể đại chúng hưởng được một mùa Xuân Di Lặc bằng chính tâm hoan hỷ tràn đầy của chính mình.



# TỰ PHẤN ĐÁU ĐỂ HƯỞNG ĐƯỢC MÙA XUÂN MIÊN VIỄN

Hôm nay là rằm tháng giêng, còn trong những ngày đầu xuân, chúng tôi muốn nói đến tinh thần phấn đấu để hưởng được một mùa xuân miên viễn nơi mỗi chúng ta. Trong đạo, xuân không phải chỉ có hoa mai, hoa đào, mà xuân là niềm vui tươi hạnh phúc trong nội tâm chúng ta. Cho nên hưởng xuân là hưởng được sự an lạc miên viễn nơi chính mình.

Đó là vấn đề đòi hỏi ở sự quyết tâm của mỗi người. Bởi vì nếu không có quyết tâm thì nhất định việc làm nào cũng không có kết quả như nguyện. Trước khi quyết tâm chúng ta phải có một cái nhìn thật chín chắn, thật thấu suốt, để sự quyết tâm đó dẫn tới kết quả tốt. Một khi quyết tâm rồi dứt khoát không có con đường thứ hai để ta lựa chọn. Nói đến quyết tâm là nói đến một năng lực rất lớn lao, chứ không phải là chuyện đơn thuần. Bởi trong lòng ta còn một chút xê lệch, thì không gọi là quyết tâm. Nếu thế việc làm của mình khó đạt được kết quả mong muốn.

Đối với đời người, tuổi tác và thời gian là sự chi phối lớn lao nhất. Không ai có thể bắt thời gian dừng lại được, kể cả Phật, Bồ-tát, chư hiền thánh từ ngàn xưa. Thế thì nhất định chúng ta bị chi phối, loay hoay trong vòng đời thay đổi. Nhìn thấy như vậy để chúng ta kịp chuẩn bị cho mình, không để thời gian kéo dài lê thê, ngược xuôi bởi những sự việc chung quanh. Trước mắt ta chuyên tâm chú mục vào việc chính là làm chủ được, đừng được những vọng niệm quay cuồng trong lòng mình. Để khi già bệnh kéo đến, ta không ngán sợ.

Sự thật trong chúng ta hiện nay, một số lớn còn sợ già, sợ bệnh, sợ chết. Do chưa làm chủ được nên việc sanh tử luôn là nỗi khổ lớn của con người. Ai cũng muốn có kiến thức, muốn làm lợi ích cho mình cho người, chứ có ai muốn buông xuôi cuộc đời như dòng thác đổ. Bởi vậy cả đời mỗi người tự theo đuổi ý thích của mình, nhưng rồi cuối cùng cũng ra đi với hai bàn tay trắng và một cái nghiệp không tròn vào đâu được. Đó là lý do khiến chúng ta nghĩ đến chuyện giải thoát sanh tử, làm sao để thoát khỏi vòng khổ đau luân quần ấy đây?

Chúng ta quyết tâm tu cũng nhằm mục đích ấy. Cho nên mình bỏ hết tất cả những thứ gì bên ngoài tìm đến với đạo, thì phải chuyên tâm vào chánh lý của Phật, sống nếp



hài hòa bình an trong đạo. Hành trì công phu với tâm dũng mãnh và hoan hỷ như vậy mới mong đạt được chút an vui. Nếu khởi tâm khác thì nguyện ban đầu bị thoái chuyển, việc tu tập khó có thể đến nơi đến chốn. Chư Tổ thường quở trách người không có quyết tâm tu là thả trôi đời mình một cách vô ích.

Chúng ta không nỡ để cho đời mình trôi sông vô ích, thì phải nỗ lực. Một con người với nghi dung tốt đẹp mà thả trôi đời mình xuôi theo dòng nước như chiếc lá úa, bèo dạt thì thật là nhẫn tâm. Ta đâu nỡ như vậy, cho nên phải quyết tâm tu tiến để không tự cô phụ, không tự vùi lấp chính mình. Có khi nào huynh đệ thấy sự tu hành của mình đình đốn không tiến được, trong lòng chưa hóa giải được những nỗi bức xúc khó khăn, thì lòng mình nghe u buồn khó tả. Đó là trạng thái thoái tâm Bồ-đề, nếu không gặp duyên tốt trợ giúp ta phấn chấn lên, thì rất dễ tuột dốc luôn. Ngay lúc ấy nếu ta kịp thời tỉnh giác thì những phiền muộn ấy sẽ được hóa giải hết.

Mùa xuân đối với tất cả mọi người, nhất là tuổi trẻ có vô vàn vui thú, nhưng nếu không tỉnh giác ta sẽ bị động, bị hụt hẫng, có khi bị bức xúc. Thế thì mùa xuân đâu còn vui tươi nữa. Mọi người chúc nhau mùa xuân hạnh phúc, mùa xuân vui tươi, mùa xuân như ý mà thật lòng chính bản thân mỗi người chưa từng hưởng được trọn vẹn những mùa xuân như thế. Rõ ràng những lời chúc đó không có giá trị thật. Cái hụt hẫng phát sinh từ đó.

Chúng ta đang sống giữa cõi đời này, không thể cắt đứt hoàn toàn mọi quan hệ với con người, với xã hội. Nhưng trong những sự liên hệ đó, làm sao giữ được mình mới là điều đáng nói. Nghĩa là nếu chúng ta không ổn định được tâm mình thì không hưởng được mùa xuân hạnh phúc. Thành ra chúng ta phải cư xử như thế nào để ổn định, để tiêu dung những bức xúc trong lòng. Những thứ đó vắng rồi thì tự nhiên mùa xuân an lạc hiển hiện thôi, ta khởi căn chúc.

Ở đây tôi muốn nói mùa xuân thật sự với người tu là lòng bình yên. Bao giờ lòng bình yên, thì giờ nào phút nào cũng là xuân. Quý cô Viên Chiếu có viết lời nhạc thế này: "... Cho dù là trăm năm có khi nào mà không xuân". Ta ngồi thiền tốt, lao động tốt, tu tập tốt, không bệnh tật gì, không quấy phá ai, nghĩa là mọi thứ đều ổn hết thì cho dù trăm năm có khi nào mà không xuân. Ngược lại là chúng ta tự đánh mất mùa xuân, đồng thời gây trở ngại cho huynh đệ của mình không hưởng được một mùa xuân trọn vẹn nữa.

Chúng ta phải có con mắt trí tuệ quán chiếu ngũ uẩn và tất cả cảnh giới ta đang sống đều là không thật, chỉ do duyên hợp tạm có vậy thôi. Nó còn mất không có gì quan trọng, ta luôn có một mùa xuân miên viễn không bao giờ đổi thay bên mình. Nhờ trí tuệ ấy chúng ta tiếp duyên xúc cảnh không bị vướng mắc, nên không bị khổ lụy buộc ràng. Cho nên tuệ giác như thật là mục đích lớn nhất mà người tu chúng ta phải đạt được. Trí tuệ này không dành riêng cho ai, mọi người đều sẵn có. Chỉ khéo phát huy được thì diệu dụng như hằng sa, không khéo phát huy thì luống chịu kiếp u tối vậy thôi. Không luận người già kẻ trẻ, học nhiều học ít, miễn hành sâu trí tuệ Bát-nhã, thấy được thực chất mọi vấn đề thì tâm yên ngay. Nói tới đây tôi nhớ lại câu chuyện này:

Có đoàn hát nọ chuyên môn trình diễn những màn ma quái, cho nên quần áo mặt mày của họ cũng ma quái. Sau khi trình diễn ở một vùng đó thu được nhiều kết quả, họ lại dọn đi nơi khác. Trên đường phải qua một khoảng rừng có nhiều ma quái, các bô lão khuyên đoàn dừng đi. Họ không tin nên không thay đổi quyết định. Đi tới khuya mệt mỏi, ở trong rừng lạnh lẽo, họ dậy đốt lửa rồi cùng nhắc nhau đây là khu rừng ma quái, ai yếu bóng vía coi chừng bị ma ộp. Anh này dặn anh kia, mọi người cố gắng bảo vệ cho đoàn đi đến nơi đến chốn. Một trong những diễn viên đó lạnh quá mới mở thùng, lấy áo quần biểu diễn mặc vào cho ấm. Bấy giờ có người chợt mở mắt ra, thấy ma quái hiện hình anh la hoảng, mọi người mở mắt cũng đều thấy thế nên tất cả tốc chạy. Càng chạy, bóng ma quái kia càng đuổi theo, bởi chính anh chàng mặc đồ ma quái kia cũng sợ hết hồn hết vía. Chạy thực mạng cho tới trời sáng, bấy giờ bộ đồ ma quái rách bươm hết, lôi ra ông bạn đáng yêu của đoàn, mọi người mới vỡ lẽ.

Câu chuyện ấy có vẻ tiêu lâm nhưng nó cho chúng ta một kinh nghiệm rất thích đáng trong đời tu hành của mình. Quả thực ma với Phật không có biên cương. Chánh tà cũng thế, không có biên cương, chỉ cần lệch một chút là tà ma ngoại đạo xen vô, dừng lại nhìn cho thật kỹ thật thấu đáo thì Phật hiện nguyên hình. Như vậy ngay trong chúng ta có ma có Phật, có xấu có tốt, có thiện có ác, chỉ tùy nơi mình dứt khoát khước từ thì nó lui, còn tưởng tượng viển vông thì chúng sẽ làm khổ ta suốt đời.

Trở lại vấn đề tu hành, chúng ta phải nhìn thấu suốt, chúng ta phải có chánh lý và luôn luôn làm chủ. Có chủ động mới không bị động, không bị ma phiến não ma ngũ dục nhất. Thành ra điều không thể thiếu của người Phật tử là tinh táo sáng suốt. Nếu không

như thế, vừa hở ra chuyện gì là giật mình, hốt hoảng, la sáng lên khiến cho mọi người cũng bất an bất ổn theo mình. Ma quái ở trong lòng mình, chứ có thật đâu. Tất cả đều do ta tưởng tượng vẽ vời nên. Nếu có con mắt trí tuệ chúng ta sẽ không bao giờ nhìn lầm lẫn như vậy, do đó không bị ma mị nào nhát cả.

Điều kiện tiên quyết của người tu thiền là phải sống được với tánh giác của mình. Tánh giác là gì? Hằng ngày trong cuộc sống, chúng ta mở mắt nhìn thấy muôn vật, không có gì ngoài tánh giác cả. Đi chợ, nấu cơm, tụng kinh ngồi thiền, trăm công ngàn việc, không lúc nào rời tánh giác hết. Như vậy tánh giác ở đâu? Nói ở đâu đã là sai rồi, vì tuy tánh giác không thiếu vắng bao giờ, nhưng nó không có hình tướng chỗ nơi, không thể dùng mắt thấy tai nghe, chỉ trực nhận trực biết thôi. Tuy không chỉ ra được nhưng nó trùm khắp. Như khi ta nhức đầu, đau bụng hoặc đụng đến bất cứ nơi nào trên thân ta cũng biết. Đó là biểu hiện của tánh giác.

Nếu chúng ta bình yên, không hốt hoảng đối với tất cả các sự kiện, thì tánh giác được phát huy. Không hốt hoảng là thế này, như bất thần có người chửi mình, nếu ta hốt hoảng chửi lại thì tánh giác không bao giờ hiện ra, bởi vì lúc đó phiền não vây kín, tánh giác làm sao hiện bày được. Chỉ khi nào chúng ta bình tĩnh, thấy không có gì quan trọng, không thành vấn đề, mình có cái gì quý giá vô vàn, không ai động tới được, như vậy có gì phải tức phải giận. Hiểu như vậy, là quay về sống với tánh giác của mình. Một khi sống được với tánh giác rồi thì ta giàu có sang trọng, không thiếu thứ gì nữa, không phải ngược xuôi làm kẻ cùng tử nữa.

Phật bảo người sống được với tánh giác thì hết luân hồi sinh tử. Dù hàng xuất gia hay tại gia, dù ở nơi thiền môn thanh vắng hay sống giữa phố thị phồn hoa, nếu nhận ra và sống được với tánh giác thì người ấy chấm dứt luân hồi sinh tử. Điều này không phải không làm được, bởi như tôi đã nói, tánh giác trùm khắp, không thiếu vắng bao giờ. Nếu người khéo nhận, ngay nơi các vận động thi vi hay sự tiếp xúc giữa căn trần, thì sẽ phát hiện ra tánh giác ấy. Ví dụ chúng ta thấy màu xanh màu đỏ ngoài kia rồi lao theo nó, thì bị các màu đó kéo đi, ta không chủ động được mình, nên không thấy sự hiện diện của chính mình. Càng lao ra bên ngoài, càng biết nhiều bên ngoài thì càng mất chủ động, càng xa tánh giác. Chỉ khi thấy màu xanh màu đỏ, ta biết rõ mình đang thấy như thế,

không để tâm trên các màu sắc, lúc đó ta sẽ trực nhận sự hiện hữu thường xuyên của mình qua tánh thấy. Giản dị như vậy thôi.

Thêm một ví dụ nữa, như trong ngôi nhà có sáu cửa, cửa lớn cửa nhỏ, cửa trước cửa sau v.v... Giữa nhà có một bóng đèn đang thấp sáng, từ sáu cửa ánh sáng phát ra bên ngoài. Nếu chúng ta lao theo các vật bên ngoài, thì quên đi ánh sáng phát ra từ bóng đèn. Trong kinh Lăng Nghiêm gọi ánh sáng này là Viên Trạng Thường Tính. Sáu cửa dụ cho sáu căn, ánh sáng bóng đèn dụ cho trí tuệ chân thật phát ra từ tánh giác. Nếu chúng ta để sáu căn rong ruổi theo trần cảnh, nhất định sẽ quên đi tánh giác, vì vậy không sử dụng được trí tuệ chân thật của mình. Cho nên tu là phản quan tự kỷ, quay lại nhận ra Viên Trạng Thường Tính bất sinh bất diệt của mình. Có thể mới không ngược xuôi chạy theo vọng tưởng, lầm mê vướng mắc tất cả cảnh duyên.

Trong đạo thường so sánh hình ảnh con chó và sư tử. Bầy chó một khi được liêng cho cục xương, nó nhào ra giành cục xương, có khi phải cắn lộn đến đổ máu. Còn sư tử thì khác, ai liêng xương, nó đớp ngay người liêng chứ không giành cục xương. Người tu, nhất là tu thiền phải như con sư tử. Chỉ tập trung vào một việc lớn, ngoài ra tất cả đều không có gì quan trọng, gác qua một bên hết để không phí sức, không tổn hao tâm lực. Bao giờ nhận và sống được với tánh thật của mình thì mới tự do tự tại, không bị câu thúc bởi bất cứ thứ gì khác. Đó là tinh thần phải có của hành giả tu thiền.

Song ngày nay, người tu thường thì một nắng mười mưa, cho nên kết quả khiêm nhường lắm. Thực hành công phu không liên tục là một trở lực lớn lao nhất cho việc thành đạo. Dù chúng ta có hiểu biết, có thông minh đến đâu mà công phu bị gián đoạn thì cũng chẳng ra làm sao. Ví dụ một ngày mười hai tiếng đồng hồ, từ sáu giờ sáng tới sáu giờ chiều, chúng ta kiểm lại xem bao nhiêu lần mình sân giận, buồn bực, bao nhiêu lần mình sống mà như chết. Cho nên tu là tự kiểm lại mình để thấy những khiếm khuyết, những tổn thất mình đã gây ra làm nhiễu loạn chính mình. Nếu trong mười hai giờ, chúng ta mất đi năm giờ, tức là năm giờ ngược xuôi trôi lăn trong sanh tử. Bây giờ phải phấn đấu sửa lại cho số giờ ấy giảm xuống. Giảm tới khi nào ta không mất tự chủ trong tất cả thời, tất cả chỗ là xong việc. Ngày xưa ngài Triệu Châu trong suốt mười hai giờ, chỉ trừ hai thời cơm cháo, ngoài ra không có tạp niệm, tức Ngài tỉnh giác liên tục, sống với tánh giác liên tục. Tu như thế mới làm Tổ được chứ.

Chúng ta tu tập là phải can đảm, anh dũng nhận ra những sai trái của mình, để khắc phục vượt qua, vươn lên. Có thể mới mong xé toạc lớp bản ngã phủ che tánh giác ngời sáng bên trong. Trên đời này, không ai tốt trọn vẹn, chỉ biết nhận và sửa đổi lỗi lầm là đáng quý. Đừng thấy mình không trọn vẹn rồi buông xuôi, lờ xấu cho xấu luôn. Như vậy là tự chìm mình xuống bùn sâu, không có ngày cất đầu lên được, làm sao nhận lại tánh giác đây? Nếu không nói làm chủ được hoàn toàn, cũng có những phút giây mình làm chủ chứ. Niệm ban đầu mất mình thôi bỏ qua, ta làm chủ niệm thứ hai, thứ ba vẫn được kia mà. Tại sao mất mình một phút mà lại kéo dài thành cả đời. Như vậy có phải quá đáng không?

Ví dụ bất thần nghe ai chửi, ta muốn nổi tức lên, nhưng liền sau đó mình dừng lại. À! Mình tu rồi, chỉ nhận ông Phật thôi, nhận lời chửi kia làm gì. Đó là niệm thứ hai tỉnh giác, đã tỉnh giác rồi thì đâu còn sân giận nữa. Cho nên chỉ mất mình một chút thôi, niệm thứ hai thứ ba là sự tỉnh giác, đó là Phật Bồ-tát hiện tiền. Tiến trình tu tập trải qua như vậy, không thể mới vào mà giác ngộ hoàn toàn được, phải phần giác trước tức giác ngộ từng phần, rồi sau mới giác ngộ hoàn toàn.

Tinh thần giải thoát trong nhà Phật là thế nào? Chữ “giải” là cởi ra mở ra, buông ra hết. Chữ “thoát” là trót lọt, không còn dính mắc một chút gì cả. Giải thoát tức là cởi bỏ tất cả, không còn dính mắc bất cứ thứ gì nữa. Chúng ta sống trong cuộc đời này, nếu không có tinh thần giải thoát thì vướng mắc nhiều lắm. Từ việc nhỏ cho tới việc lớn, đâu đâu cũng có thể trói chặt mình. Cho nên không giải thoát được, chúng ta sẽ đau khổ dài dài.

Nói đến đây, tôi nhớ lại câu chuyện cũ. Có một đại sư tu hành rất chân chính, được đông đảo Tăng Ni và Phật tử quy ngưỡng. Trong số đệ tử thân cận với Ngài, có hai vị nổi bật. Một vị giỏi về giao tế và thuyết giảng, có uy tín với Phật tử bên ngoài. Một vị giỏi về giới luật trang nghiêm, có uy tín với tăng chúng trong chùa. Khi đại sư già, lâm trọng bệnh sắp tịch, vấn đề kế thừa được đặt ra. Trong lòng vị đệ tử giỏi về giao thiệp thuyết giảng muốn chùa phải là cơ sở hoằng pháp lợi sinh, cho Phật tử có điểm nương tựa tu học. Điều này không sai. Nhưng trong lòng vị giỏi về giới đức thì muốn đạo tràng của thầy mình phải là nơi phát huy việc tu học cho chư tăng được trang nghiêm thanh tịnh. Việc này khiến đại sư khó xử. Cuối cùng để dung hòa, đại sư gọi cả hai vị vào và dạy:

- Một ngôi đại già lam, người chấp một bên không thể đảm đương nổi. Các con, một giỏi mặt ngoài, một giỏi mặt trong. Như vậy cả hai đều thiếu một mặt, chưa ai có thể thay ta gìn giữ ngôi già lam được. Cho nên chú chuyên về thuyết giảng giao thiệp cần phải nỗ lực công phu tu tập cho đạo lực thật vững. Chú giỏi về giới đức cũng cần phải phát huy chiều rộng thì công đức mới viên mãn. Được vậy, ta nhắm mắt không cần phải lo về chuyện này nữa.

Trở lại đời sống tu hành, chúng ta lúc nào cũng có những bất ổn. Nó xuất phát từ trong lòng mình chứ không phải ở đâu đem tới. Cho nên người biết điều hòa, sắp xếp luôn ở thế tỉnh giác, làm chủ được thì người đó giải thoát. Còn một vấn đề nhỏ nào, dù là vấn đề Phật pháp cũng làm não loạn tâm ta. Bên trong có mở được, chặt đứt, tháo tung những rối rắm thì bên ngoài mới hiện tượng giải thoát. Việc này đòi hỏi chúng ta phải kiên trì trong công phu lắm mới được. Bởi từ nhiều đời tập khí huân tập quá sâu dày, không thể một sớm một chiều ta có thể gột rửa sạch hết.

Trong kinh A Hàm Phật đã dùng các từ tâm cấu, tâm trược, tâm kết, tâm si, tâm não... để diễn tả các thứ si mê tăm tối của chúng ta nhiều vô số. Vì vậy để đối trị những thứ ấy phải dùng đến tâm tuệ, tâm giải thoát, tâm chánh tri, tâm chánh kiến, tâm giác ngộ... Từ nơi mình ta tháo gỡ lấy, mới có thể giải thoát được. Tổ Qui Sơn nói: “Đường trước mờ mờ, chưa biết về đâu?”, nếu không giải thoát được, quả thực đường trước mờ mờ không biết về đâu, nghiệp thức mê mang không giải quyết được. Cho nên nhiệm vụ khẩn thiết của chúng ta là phải giải thoát khỏi sanh tử.

Muốn thế, từng bước chúng ta tập buông bỏ. Đầu tiên là thân này, dù ta cố giữ dung dưỡng bao nhiêu, rồi nó cũng phụ bạc mình thôi. Tài sản, danh vị, quyền chức, mình có cất trong tủ khóa năm bảy lớp, nó cũng phụ bạc mình thôi. Ví dụ mình có chung trà gia bảo rất quý, của ông nội để lại cho bố, bố để lại cho mình nên ta có bồn phận phải gìn giữ nó, không được làm mất làm bể. Nhưng bất thần, một hôm thằng cháu nội của mình nó lấy được và liệng một cái “rồn”. Thế là chẳng lẽ ba bốn đời ông cố, ông nội, cha nó tiêu hết. Thằng nhỏ không biết, chung trà cũng không nói chi, tại sao ta phiền não? Chẳng qua tại mình cố chấp thôi, chứ chung trà nó có nói nó quý đâu. Cho nên nhìn đúng bản chất của các pháp thì ta sống thoải mái tự tại, còn cố chấp thì ta đau khổ trong mê lầm không có ngày cùng. Đó là ý nghĩa rõ ràng nhất của sự giải thoát và trói buộc.

Cho nên tu hành không luận xuất gia hay tại gia, người biết buông xả là giải thoát. Người chưa buông xả thì bị trói buộc. Còn chấp vào phước đức còn thêm rối rắm. Ví dụ các vị tu có nhiều phước được sanh lên trời, hưởng dục lạc ở thiên giới. Hưởng hết phước rớt xuống địa ngục chịu nhiều khổ sở. Bởi khi có phước lo hưởng, quên tu nên tạo nghiệp, vì vậy sau phải thọ quả báo. Nên đừng nghĩ rằng phước nhiều dễ tu, không có phước cũng không tu được, chỉ biết phước nghiệp không thật, không chấp vào đó, lo vun bồi trí tuệ mới gọi là người biết tu.

Thấy được chỗ chân thật rồi thì đóa hoa chân thường, mùa xuân miên viễn sẽ tự tròn đầy trong ta. Cuộc sống thay đổi bên ngoài, bốn mùa luân lưu không ảnh hưởng gì đến mùa xuân trong lòng chúng ta nữa. Thành ra chúng ta cố gắng làm sao thực hiện sự tỉnh giác là tự ổn định mình, không thể đổ thừa hoàn cảnh, thời gian, mà chính bản thân mình phải tự ổn định. Ổn định rồi công việc của ta mới an toàn, nguy hiểm nhất là tâm vô minh, nếu mình bất ổn thì không đương đầu nổi nó đâu. Vô minh là không sáng, nếu để vô minh làm chủ thì nhất định nó sẽ dẫn chúng ta đi trong luân hồi sinh tử, không cần phải nói dài dòng. Cho nên chạy theo vô minh thì ngàn đời muôn kiếp sống trong tăm tối, tạo nghiệp luân hồi sanh tử, không giải thoát được. Đó là điều người tu chúng ta cần phải biết.

Vì vậy muốn giải thoát, muốn an vui mãi mãi chúng ta phải có cái nhìn thấu suốt mới mong thấy chân trời tịnh thanh hài hòa tươi tắn. Rõ ràng huynh đệ nào có công phu, sắp đặt mọi việc đều ổn thì gương mặt không bao giờ buồn phiền. Còn kiêu ở trong nhà mà trời mưa dột, mặt mày ủ ê nhăn nhó thì trời có đang xuân cũng héo xài nữa, nói gì đến vui tươi hạnh phúc.

Hôm nay nhân còn ngày xuân, chúng tôi muốn nói đến mùa xuân miên viễn ở nơi mỗi chúng ta. Làm sao lúc nào mình cũng tận hưởng mùa xuân, chứ không chỉ chúc suông thôi. Mùa xuân chân thật trong lòng đã mở ra, sẽ không còn nữa những khí tiết bất thường làm ta nổi mưa gió trái mùa, gieo sự bất an bất ổn cho mình và mọi người chung quanh. Đó chính là mùa xuân miên viễn chân thật trong lòng của chúng ta.

Mong rằng với tâm niệm tu hành sẵn có nơi mỗi chúng ta, huynh đệ cố gắng lúc nào cũng xoay trở lại mình, bên trong nội tâm vững vàng, bên ngoài không vương mắc

mọi cảnh duyên. Được vậy, nhất định chúng ta sẽ hưởng một mùa xuân bất diệt, hạnh phúc tràn đầy mà không phải lệ thuộc vào tiết trời và dòng đời vốn luôn đổi thay nữa.





## TỰ TRAU DÒI

Hôm nay chúng tôi sẽ nói về việc sửa đổi những khuyết điểm để tiến tu. Nếu chúng ta không có cách gì, không tinh táo sáng suốt, không trau dồi đạo lực để tự làm chủ, thì nói tu chỉ là nói cho vui thôi, chứ không giải quyết được vấn đề gì.

Vấn đề cần quan tâm của người tu chúng ta là làm sao diệt được tham dục? Diệt là một cách nói, chứ ta đâu dùng gươm giáo gì để diệt. Ở đây, trước tiên ta phải nhận ra mối nguy hại của tham dục, bởi có nhận thức chính chắn như vậy, ta mới quyết tâm dẹp bỏ nó. Với người tu Phật, tỉnh giác là một yếu tố, một sức mạnh đứng hàng đầu trong việc thực hành công phu.

Dục là gì? Là những dấy niệm ham muốn. Con người có rất nhiều ham muốn, nhưng có thể chung qui lại trong năm thứ: tham tài, tham sắc, tham danh, tham thực, tham thù. Khi những ham muốn ấy khởi lên, ta không làm chủ, không dùng được thì sẽ kéo theo bao nhiêu nghiệp. Tuy biết vậy, nhưng trị được những niệm tham dục này cay đắng lắm. Nó không giống thứ gì mà dường như rất trơn, rất mềm, nắm không được, bắt không được. Thế mà suốt ngày suốt đêm, nó kéo lôi ta ngược xuôi rong ruổi tận đâu đâu, nhiều khi thân ở đây mà mình ở đâu ta cũng không biết.

Phật dạy người nhận thức chín chắn, thấy đúng lẽ thật các pháp gọi là kiến đế. Khi thấy được lẽ thực rồi, tự nhiên những lăng xăng ngược xuôi dừng lại. Cho nên chúng ta ngồi thiền, tụng kinh, nghiên cứu, làm tất cả các Phật sự, tưng trung nhắm đến việc kiện toàn trí giác của mình. Làm một việc gì ta biết trước kết quả như thế như thế, mình sẽ yên lòng làm đến nơi đến chốn, làm một cách sâu sắc. Ngược lại, làm việc gì mơ hồ, không thể đoán định được kết quả, ta không có niềm tin để làm, cho nên không tận lực.

Người xưa nói làm việc gì phải biết hậu quả của nó. Đó là một nhận định xuất phát từ kinh nghiệm mà ra. Vì vậy người xưa luôn có thái độ dè dặt trong mọi việc từ nhỏ đến lớn nên các Ngài ít bị thất bại. Còn chúng ta ngày nay không biết gan dạ hay liều lĩnh, có những việc hết sức nguy hiểm nhưng cứ lao tới, dùng một cái lỗ đầu sứt trán, chùng đó la hoảng kêu cầu Bồ-tát Quan Âm cứu con. Cứu sao kịp !

Chúng ta học giáo lý Phật, học hiểu rồi thể nghiệm sâu sắc, kể đến tu tập sửa đổi cho tới khi nào đạt được an lạc mới thôi. Ở đây tôi dùng từ quán tưởng, chiêm nghiệm.

Phải thực sự sống, thật sự nhận thức mọi sự việc một cách chín chắn, như vậy tâm nguyện mới không lay chuyển. Đức Thế Tôn khi sắp vào Niết-bàn, Ngài bảo các đệ tử, có gì còn nghi, chưa hiểu, chưa áp dụng được, nên hỏi ngay. Đừng để khi Ngài nhập Niết-bàn rồi tự hối không kịp. Đức Phật nhắc nhở mấy lần như vậy, nhưng quý thầy đều thưa: Chúng con đối với giáo pháp của Như Lai niềm tin rất vững chắc, không còn lay chuyển nữa. Đó là tinh thần tu học của đệ tử Phật.

Ngày nay chúng ta cũng phải như vậy, học hiểu Phật pháp, có nhận định sâu sắc, chiêm nghiệm quán chiếu và cuối cùng tu tập, hành trì liên tục trong niềm tin vững chắc cho đến chừng nào bằng Phật mới thôi. Ai có ý chí, có quyết tâm, có công phu tu tập như vậy nhất định vị đó ngay trong đời này được an lạc giải thoát, chứ không đợi đến khi nào cả.

Trong khi tu, chúng ta phải chuyên tâm thu thúc các giác quan của mình khi tiếp xúc với cảnh duyên bên ngoài. Bởi việc làm chủ được chính mình là từ các giác quan. Cho nên trong kinh Lăng Nghiêm, chư Phật dạy trăm luân sanh tử cũng từ sáu căn, mà giải thoát Niết-bàn cũng từ sáu căn của chúng ta. Đây là vấn đề thông thường mà rất cay đắng. Bởi con người quen rong ruổi theo cảnh duyên bên ngoài, bây giờ muốn dừng lại phải có một lực mạnh hơn quán tính cũ mới được. Vấn đề là ở chỗ đó. Muốn như vậy chúng ta phải thực hành quán chiếu liên tục. Ham tu và biết tu chưa đủ, mà phải siêng năng tinh tấn không ngừng, mới đủ sức mạnh thắng lướt nghiệp tập cũ. Thế gian có câu “ngựa quen đường xưa” là vậy.

Khi các giác quan tiếp xúc với các trần, ta phải thông minh mẫn tuệ tỉnh giác ngay niệm ban đầu thì mới làm chủ được, đừng để ý thức nhảy vô phân biệt, thì tránh không khỏi chạy theo các cảnh duyên. Trong bài sám hối của chúng ta có nói đến điều này “Mũi quen ngửi mùi hương, tai thích nghe điệu nhạc”. Ta thường có nhiều lý lẽ, để biện bạch cho mình, nào là con còn yếu đuối nên mắt ưa xem huyễn cảnh, tai thích tiếng du dương, mũi ưa mùi thơm tho, lưỡi dẹt thêu lẩm chuyện... Con vẫn biết chứ, nhưng xin cho con tu từ từ !

Thành thử trong tinh thần tu học, làm sao ta tỉnh giác từng phút từng giây, không để các giác quan vương mắc các hiện tượng bên ngoài, được vậy ta mới đủ năng lực để thắng lướt sức lôi kéo của ngoại cảnh và nhất là của các tập nghiệp. Trong nhà thiền có từ

“Tâm cảnh như như”, tức tâm mình và các cảnh, mỗi thứ ở vị trí của nó, không dính líu nhau, không lôi kéo nhau, thường lặng lẽ. Khi ấy, nhìn thì nhìn, thấy thì thấy, nghe thì nghe, nói thì nói, mọi sinh hoạt bình thường an ổn. Mục đích chúng ta tu làm sao để được tâm cảnh như như.

Để thực hành sự tỉnh giác, chúng ta bắt đầu từ các niệm. Vừa có niệm nào khởi lên, ta liền biết nó không thật, không theo, tự nhiên nó lặng ngay. Tuy nhiên, các niệm cũng thông minh lắm, có khi mình tưởng nhận ra nó, hóa ra bị nó kéo đi hồi nào không hay, sự tỉnh thì té ra đã theo vọng tưởng hết một đoạn khá dài. Cho nên trong công phu, đòi hỏi chúng ta phải tế nhị, nhanh nhẹn một chút.

Một điều thông thường đối với người tu nữa là điều hòa được thân tâm mình và hoàn cảnh chung quanh. Chư Tổ thường nói, người tại gia bị gia duyên ràng buộc như gông cùm, nhà cửa vợ con danh vọng tiền tài đủ thứ chuyện, nếu trong một ngày một đêm không tỉnh được phút nào thì suốt đời suốt kiếp phải lao đao lận đận vì bấy nhiêu chuyện ấy thôi. Bởi vậy những vị đã sống trải, đã kinh nghiệm đều nói đó là gông cùm. Đối với những gông cùm đó chúng ta phải làm sao? Người sáng không bao giờ gây tạo thêm nữa. Bởi vậy khi đã tu, vừa có một niệm dấy khởi, biết nó là vọng bỏ đi. Đó là cách cắt đứt sáng suốt nhất.

Người mới tập tu rất cần gần gũi các bậc thiện hữu tri thức. Thế gian thường nói “gần mực thì đen gần đèn thì sáng”, câu này bình dị nhưng rất hữu lý. Chúng ta gần gũi thiện hữu tri thức để làm gì? Để nghe học những điều tốt, noi gương đức hạnh của các Ngài. Vì mình chưa phải là thánh hiền, cần có sự hỗ trợ của bạn hữu tốt. Nếu chúng ta thiếu tỉnh táo hoặc thường gặp nghịch duyên, thì thiện hữu tri thức là chiếc phao cứu mình qua những khúc quanh hiểm nguy. Cho nên việc trau dồi của bản thân cũng cần phải có những tấm gương và sự tiếp sức hoặc trực tiếp hoặc gián tiếp của bạn hữu nữa.

Hồi xưa tôi có quen một vị khoảng năm mươi tuổi ngoài, gia đình khá giả, con cái đều có sự nghiệp, cho nên ông bắt đầu hưởng nhàn. Mỗi sáng ông đạp xe tà tà ra quán uống cà phê, đọc báo. Lúc đầu có một mình, sau dần dần thêm mấy người bạn nữa, rồi mỗi ngày bạn bè của ông mỗi đông. Họ rủ rê ông hết quán này sang quán khác, lúc đầu ông đi chừng nửa tiếng hoặc một tiếng đồng hồ thì về, dần dần tới trưa, rồi tới chiều. Mấy đứa con ở nhà cứ nghĩ ba đi uống cà phê với mấy ông bạn cho vui tuổi già, nên không

thèm để ý. Nào ngờ, thời gian sau ông có gia đình khác, nên đi luôn không còn trở về với mấy đứa con nữa. Cả nhà hoảng lên thì sự việc đã rồi.

Câu chuyện cho chúng ta thấy những mối quan hệ không có sự chọn lựa sáng suốt thì dễ đi đến chỗ sa ngã, hư người. Khi ta đã buông xuôi, chạy theo cảnh duyên bên ngoài rồi thì khó mà dừng được. Vì vậy Phật nói chúng sanh trôi giạt trong luân hồi từ vô lượng kiếp đến nay vẫn chưa tỉnh. Ngài cũng chìm nổi trong thăng trầm bĩ cực như chúng ta, nhưng đức Phật đã thức tỉnh, từ bỏ tất cả, phát tâm tu tập dững mãnh, cuối cùng thành tựu giác ngộ giải thoát, được an vui vĩnh viễn. Do đó nhìn lại chúng sanh còn đau khổ trong biển sanh tử, chư Phật phát đại bi tâm rộng độ tất cả không biết chán mỏi.

Muốn trừ bỏ các khổ, trước cần phải biết gốc của nó là gì? Phật dạy, chính vô minh khát ái là gốc của sự đau khổ, đưa đến sự trói buộc không có lối thoát. Thương và ghét đều thuộc gốc ái, ưa thích đưa đến tâm luyến ái; không bằng lòng, không toại nguyện đưa đến tâm ghét bỏ. Đã là người tu chúng ta cần phải phấn đấu vượt qua tăng và ái, tức thương và ghét. Hai thứ này giống như cái gông kèm luôn kẹp cổ chúng ta.

Kiểm lại trong mọi sinh hoạt, đối với các cảnh duyên không khi nào ta bình thản được. Thường thì hoặc thích cái này, không thích cái kia. Thích tức là ái, mà ái là có vấn đề, cho nên nửa đêm mới có chuyện dám xách đục đẽo đi cạy nhà cạy cửa thiên hạ. Chỉ khi sử dụng quán chiếu, có tỉnh táo chúng ta mới làm chủ được phần nào, không bị bên này kéo hoặc bên kia lôi. Nếu không đủ năng lực quán chiếu soi xét tỉnh táo, khi đối duyên xúc cảnh, ta thấy buồn bực, thế là niệm tăng khởi lên. Cho nên không biết kiểm nghiệm, không có sự tu tập niệm thân thì tăng ái luôn kéo lôi chúng ta loanh quanh lẩn quẩn trong vòng luân hồi, không biết chừng nào mới dừng được.

Trong cuộc đời này nhiều nhân duyên ta không sao biết được. Có những việc mình không thích mà nó tới hoài, Phật gọi là oán tăng hội khổ. Có những việc mình ưa thích, những người mình thương mến nhưng cứ phải xa cách, cho nên con người đã đổ biết bao nhiêu nước mắt cho nỗi buồn thương nhớ nhung, Phật gọi là ái biệt ly khổ. Vì vậy người muốn cầu giải thoát thì phải nắm vững những cội gốc đau khổ ấy để cắt đứt nó đi. Tu hành là buông bỏ, thanh tịnh, trang nghiêm, giải thoát. Những từ ấy chúng ta thuộc hết nhưng nào có được gì đâu. Nếu năm sáu mươi tuổi, ngồi lại cứ nhớ chuyện quá khứ, những hào quang rực rỡ của tiền tài danh vọng, những tình cảm đau thương hoặc nồng

thấm. Thế là tâm trạng dao động, đi đứng ngồi nằm cảm thấy bất ổn, muốn ngủ ngủ không được, muốn ăn ăn không ngon. Đó là sự kiện hiện thực trong cuộc đời chúng sanh.

Trong nhà thiền, các Tổ sư thường nói đói ăn, mệt nghỉ. Nhưng chúng ta không phải đói liền ăn được, mệt liền nghỉ được, luôn luôn có sự kiện, có vấn đề mắc mứu, ràng buộc, đan kết nhau làm cho mình ăn không ngon ngủ không được. Cho nên ta thấy ai cũng thế, thời thanh xuân thì còn tươi tắn một chút nhưng qua thời ấy rồi ai cũng cằn cõi nhăn nheo. Nếu không thế, có lẽ chúng ta đã trẻ mãi. Nhưng người đời lầm mê, không chịu đối diện với sự thật bao giờ, cứ tham chấp trong sự đổi thay vô thường, để rồi phải chịu đau khổ mãi.

Những bậc tu hành thời xưa khi nhận định chính xác, thấy được lẽ thực rồi các Ngài có thể quên thân quên cảnh, xả bỏ thân mạng không chút luyến tiếc. Như câu chuyện của Tổ Sư Tử. Một hôm vua Kế Tân hỏi Tổ:

- Trẫm nghe Hòa thượng nói tứ đại vốn không, năm uẩn không thật, vậy Ngài có thể cho Trẫm mượn cái đầu được chăng?

Tổ bảo:

- Năm uẩn đã không, sá gì cái đầu.

Nói xong, Tổ ngược lên cho vua Kế Tân chặt đầu. Một dòng máu trắng phún vọt lên sau khi lưỡi gươm lướt ngang, vua Kế Tân rút gươm, rụng rời quỳ dưới chân Tổ.

Chúng ta bây giờ thì sao, miệng cũng nói “không” rõ ràng, mà đụng tới là đã chạy mất rồi. Bởi do chấp ngã từ nhiều đời nên ta chưa thể buông bỏ được thân hư giả này. Phải trải qua một thời gian tu tập quán chiếu lâu dài mới có được sức mạnh làm chủ mình và xem nhẹ chiếc thân tứ đại vốn không này. Đối với chúng ta, đừng nói tới thân mạng này, bất cứ vật gì, nhất là vật kỷ niệm hoặc món đồ ta ưa thích, ai đụng tới thì biết liền. Thế gian thường hay nói “làm gì thì làm, miễn đừng đụng đến ông bà cha mẹ tôi thôi” cũng không ngoài ý này.

Cho nên việc tu hành học hiểu Phật pháp của người thời nay còn rất nhiều vướng mắc. Những vướng mắc đó đòi hỏi chúng ta phải có công phu. Vì vậy người tu luôn trau dồi, siêng năng mới có thể gột rửa hay lột sạch các lớp chấp chặt từ nhiều đời. Chúng ta tập quán chiếu trong những trường hợp bình thường. Nói nghĩ làm đều phải tỉnh giác, chánh niệm, xoay lại mình không nghĩ chuyện người, không chạy theo cảnh duyên bên

ngoài. Giờ nào ra việc đó, ví dụ giờ này là giờ ngồi thiền thì chỉ ngồi thiền, không vì lý do gì khác mà trái bỏ. Sống niệm thân trong mười hai tiếng đúng theo thanh quy, không để tạp loạn. Đây gọi là người biết việc bổn phận của mình. Công phu miên mật như vậy, sớm muộn gì cũng thành công.

Nếu chúng ta không có thời khóa biểu vững chắc cộng với sự kiên tâm thì ngày qua ngày, ta chỉ lãng xãng ngược xuôi như tất cả mọi người, rồi thì các duyên ràng buộc, tắng ái lầy lùng trọn không có ngày an lạc giải thoát. Tu như vậy thật uổng phí một đời. Nên chúng ta không thể thả lỏng buông lơi, mặc tình được tới đâu hay tới đó, phải nỗ lực dũng mãnh mới được, không nên xem thường việc bổn phận của mình. Không khéo chuyện mang lông đội sừng, trả nợ đàn na tín thí chẳng phải là trò đùa. Vì vậy chư tổ xưa thường nhắc nhở sách tấn chúng ta, mỗi ngày hãy tự sờ lên đầu, để nhớ mình là người tu, thọ nhận bốn ân không thể lờ là được.

Thường chúng ta hay bị bệnh phóng túng, tức là buông lung chạy theo các cảnh duyên, không lo thúc liễm thân tâm tu hành. Phóng túng sẽ dẫn tâm hướng đến tất cả pháp bất thiện, tạo nghiệp không thể lường hết được. Là người tu, chúng ta phải dè dặt đối với tất cả các dấy niệm, tức là ngăn ngừa tâm phóng túng. Thành ra người tu phải có trí tuệ sáng suốt, không buông lung mới có cơ hội thấy rõ tâm mình.

Theo đường lối tu thiền của Hòa thượng Viện trưởng, giai đoạn đầu là biết tất cả dấy niệm, biết tất cả các pháp bên ngoài không thật, không theo. Các pháp đã là duyên hợp không thật, thì ta đừng ôm đồm gom hết về mình, thấy nó ra cho bớt nặng. Ta không thấy ra, trước sau gì nó cũng mất, bởi bản chất của nó là vô thường, không có gì tồn tại mãi. Cứ ôm giữ, chắt chứa cố thủ thì làm sao giải thoát được.

Nhị Tổ Huệ Khả trước hiệu là Thần Quang, tu hành rất khí khái phi thường. Nghe danh tổ Bồ Đề Đạt Ma từ Ấn Độ sang, chín năm ngồi nhìn vách núi, không tiếp xúc với ai hết nên Ngài tìm đến. Đứng ngoài tuyết suốt đêm vẫn chưa được Tổ chỉ dạy, Ngài chặt một cánh tay dâng lên cầu pháp an tâm. Những hình ảnh phi thường đó phải được xuất phát từ một ý chí cầu đạo mãnh liệt lắm mới được. Cuối cùng được Tổ chấp nhận chỉ dạy, Ngài bạch:

- Bạch Hòa thượng, tâm con không an, xin Hòa thượng dạy con pháp an tâm.

Tổ bảo:

- Đem tâm ra ta an cho.

Ngài sừng sốt tìm lại tâm mình, tìm xuất mô hôi hột không thấy tâm ở đâu. Bấy giờ Ngài thưa:

- Bạch Hòa thượng, con tìm tâm không được.

Tổ liền hạ một câu:

- Ta đã an tâm cho ngươi rồi.

Ngay câu này, ngài Huệ Khả liền có chỗ vào.

Như vậy tâm không an đó là gì? Chẳng qua là vọng tưởng, pháp trần, những ảo ảnh lăng xăng mà chúng ta quen gọi là tôi, của tôi. Bởi ôm giữ nó, chấp cho là mình nên chúng ta nhận định không chính xác, không thấy được thực chất của nó là hư ảo. Tổ biết ngài Huệ Khả cũng vậy, nên bảo tìm được tâm không an thì Tổ sẽ an tâm cho. Khi tìm lại không thấy vì nó có thật đâu mà thấy. Đợi đến lúc ấy, Tổ chỉ cần nói “Ta đã an tâm cho ngươi rồi” là xong. Bởi ta chấp tâm bất an đó nên buồn vui bất thường, tâm trạng thay đổi như ảo hóa. Khi tỉnh táo tìm lại thì không nắm bắt được, chứng tỏ nó không có thật, nên tâm tự an. Vì vậy Tổ bảo “ta đã an tâm cho ngươi rồi”. Ngài không dạy phải ngồi thiền, tụng kinh... Chỉ cần thấy được lẽ thực thì các vọng tưởng không còn gạt ta được nữa.

Đó là pháp tu hành thẳng tắt mà hiện nay chúng ta đang tu tập vậy. Nếu trong tất cả mọi thời chúng ta đều tỉnh táo sáng suốt, không dấy niệm theo cảnh duyên thì chúng ta làm chủ được. Người làm chủ được là đi một bước căn bản nhất trong việc công phu tu tập. Bởi khi làm chủ được chúng ta mới định tĩnh, có định tĩnh tuệ giác mới phát sinh. Tuệ giác đã có thì tự nhiên ta có cái nhìn chính chắn, sâu sắc. Từ đó ngoại duyên càng không làm gì được mình nữa, tức mức độ làm chủ của mình ngày càng vững hơn. Tu tập phải trải qua từng bước áp dụng như vậy, mới không chế và chiết phục dần tâm vọng động không thật.

Thật ra, trong sinh hoạt thường ngày chúng ta bị động bởi nhiều thứ, chứ không phải là một thứ. Ăn mặc ngủ nghỉ, tiếp xúc quan hệ... lúc nào cũng bị động. Nghĩa là chúng ta chưa buông được thứ nào hết. Cho nên phải từng bước buông bỏ mọi thứ kiến chấp, cố chấp, để nội lực an định, tâm trí sáng suốt vững vàng ta mới có thể thắng lướt được các cảnh duyên bên ngoài và vọng tưởng bên trong. Vì vậy vấn đề gần gũi thiện hữu tri thức hỗ trợ cho việc trau dồi nội lực tu hành là điều hết sức cần thiết. Bởi tâm

chúng ta có khuynh hướng buông lung, phóng túng nên cần phải có móc sắt, dây vàm mới kéo nó lại nổi.

Trong cung cách tu học của chúng ta, có nhiều căn bệnh mình không nhận ra, làm cản trở bước công phu không ít. Một trong những căn bệnh đó là hoài nghi. Có người đôi khi chưa chắc đã tin tưởng hoàn toàn lời Phật dạy, nên lời của thầy bạn làm sao tin được. Bệnh này từ đâu mà có? Từ chỗ không nhận, không hưởng được niềm vui lợi lạc nào hết. Ví dụ có người bảo được vào Thiền viện tu tập là sướng, nhưng cũng có thầy đến đây ở chừng ba bốn ngày là chạy thôi. Bởi những vị này thấy kiêu tu, học, lao động hoài như thế không có gì vui hết, công phu không tăng tiến thì làm sao ở được. Vậy muốn trị hoài nghi, chúng ta phải tu tập như thế nào để có được niềm tin an lạc. Lạc là nguồn vui của người hành trì thiền pháp, có được nguồn vui đó, hành giả mới phấn khởi và tu tiến, tất cả mọi nghi ngờ chấm dứt.

Chỉ người có công phu sâu sắc, được những lợi lạc trong việc tu học mới giữ vững cương lĩnh tu học của mình và đồng thời giáo hóa mọi người đạt được kết quả tốt. Hòa thượng Vạn Đức, Phó Pháp Chủ Giáo Hội Phật giáo Việt Nam bây giờ rất cương lĩnh trong việc này. Khi Phật tử hoặc Tăng Ni về đánh lễ, Ngài rất ít nói trừ lúc Tăng Ni cầu chỉ dạy pháp yếu, Ngài mới nói. Và khi đã nói thì không bao giờ những gì ngoài Phật pháp. Tôi nhớ ngày xưa có lần tôi được Hòa thượng chỉ dạy, tôi cũng trình bày chỗ hiểu của mình. Nhận thấy đệ tử đã lệch ngoài ý của thầy muốn dạy, Ngài ngừng lại ngang đó, không nói thêm gì cả. Chúng tôi giật mình tự tìm ra khuyết điểm của mình, chấn chỉnh lại, Ngài mới dạy tiếp. Đó là điểm đặc biệt của Hòa thượng trong việc giáo hóa đệ tử.

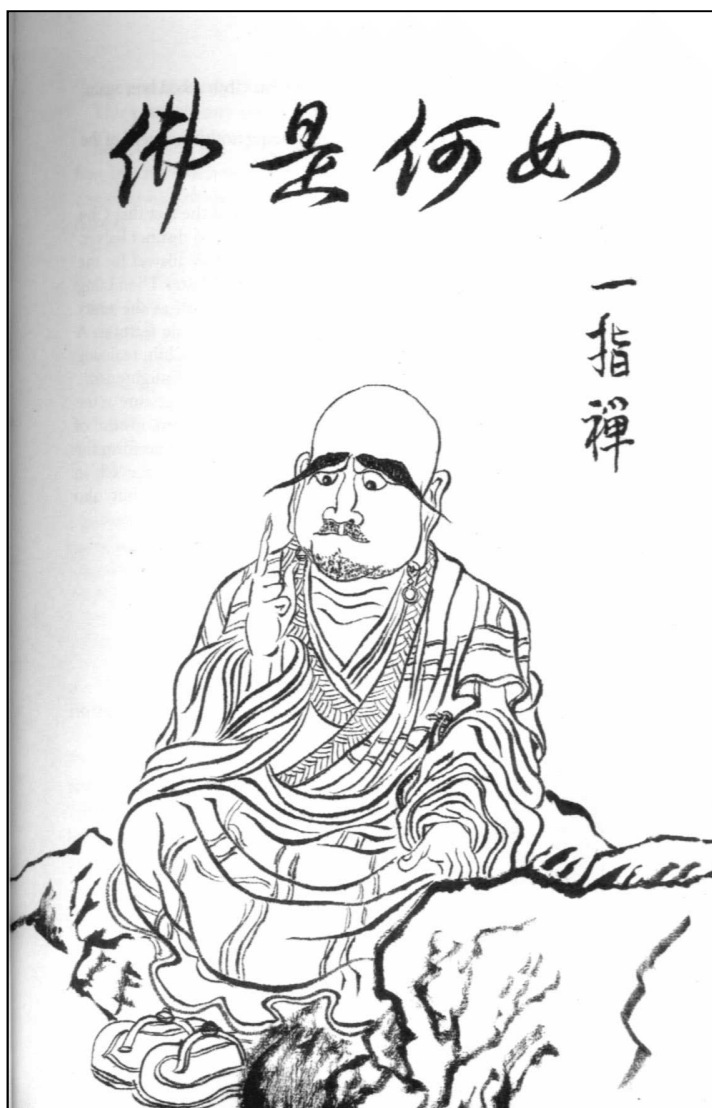
Cho nên người thể nghiệm được thiền duyệt, hoan hỷ tăng tiến trong mọi sinh hoạt của mình. Người ấy có một nội tâm an định vững vàng, kiểm soát được mọi trạng thái dao động của tâm khi ngoại duyên biến chuyển. Nhờ thể chế ngự phóng túng, dứt các hoài nghi, vững niềm tin đối với chánh pháp. Công phu liên tục như thế, người này càng lúc càng hưởng được giá trị thiết thực trong Phật pháp, qua sự tiếp cận giữa bản thân với cuộc sống tu học đời thường. Từ đó vị ấy luôn có cái nhìn đúng như thật, không còn lăm lăm giữa thực hư nữa, cho nên không bị nó lôi kéo dẫn đi.

Có trí tuệ thì vô minh tan loãng, cho nên vọng niệm dấy khởi bên trong, những cảnh duyên bên ngoài, không còn làm gì được ta nữa, luân hồi sinh tử chấm dứt ngang



đây. Chúng ta biết rồi thì trong sự tu học của mình, phải có chiều sâu, thẳng vào nội tâm, đừng chạy lòng vòng theo các hình thức bên ngoài, chỉ mất công và mất thì giờ thôi, trọn không được lợi lạc bao nhiêu. Luôn luôn vươn lên trong thuận cảnh cũng như nghịch duyên. Phải biết ngay chỗ cùng cực khổ đau, ta thức tỉnh thì đó là con đường sống. Đó chính là tinh thần trau dồi tu tập của người con Phật chúng ta.

Để kết thúc buổi nói chuyện hôm nay, chúng tôi xin được nhắc lại, trong sinh hoạt tu học hằng ngày, chúng ta luôn luôn trau dồi ý chí, nghị lực. Gần gũi thiện hữu tri thức nhưng cũng đừng mong tất cả đều thuận lợi dễ dàng, mà lúc nào cũng phải sẵn sàng đương đầu, vượt qua mọi thử thách. Quan trọng là sự mãnh tinh một cách liên tục trong tất cả thời, tất cả chỗ. Được vậy, nhất định chúng ta sẽ thành công trong sự nghiệp tu hành của mình. Đó là giác ngộ giải thoát.



# ĐỊNH HƯỚNG TUỆ GIÁC QUA SỰ TU TẬP CỦA CHÚNG TA

Hôm nay kỷ niệm ngày đản sinh lần thứ 2543 của đức Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật. Giờ này trên khắp năm châu, những người con Phật đang cúi đầu dưới đài sen, thành kính dâng lòng mình lên đức Thế Tôn với lời tự khắc tự hứa “Chúng con nguyện đời đời noi theo sự giáo hóa của đức Phật tu hành để được giác ngộ như Ngài”.

Vì vậy đề tài chúng ta sẽ nhắc đến ở đây là định hướng tuệ giác của người con Phật. Tuệ giác ấy được thể hiện qua năm loại nhãn quan: Nhục nhãn, Thiên nhãn, Tuệ nhãn, Pháp nhãn, Phật nhãn. Năm loại nhãn quan này là diệu dụng của tánh giác, tùy trình độ tu tập của mỗi người mà năng lực có được khác nhau.

Sau khi thành đạo rồi, đức Phật thốt lên lời này “Lạ thay, tất cả chúng sanh đều có đức tướng trí tuệ của Như Lai, nhưng vì sao ngu mê đánh mất đi, để bị trôi lăn trong luân hồi sinh tử không có ngày cùng”. Đây là lời nói đầu tiên dưới cội Bồ-đề sau khi đức Phật thành tựu quả vị chánh giác. Các Thiên sư cũng luôn nhắc nhở chúng ta đừng bao giờ bỏ quên tánh giác. Người tu phải sáng suốt, tinh táo, buông bỏ tất cả những niệm tưởng lăng xăng để nhận lại tánh giác của chính mình. Nhận được tánh giác rồi tức đầy đủ trí tuệ đức tướng như Phật, Bồ-tát, người ấy sẽ không bao giờ bị trôi dạt trong vòng luân hồi sinh tử nữa.

Trước tiên nói về “Nhục nhãn”, tức đôi mắt bằng máu thịt của chúng ta. Thế gian dùng con mắt này để nhìn ngắm lựa chọn theo tâm phân biệt của họ. Cho nên khả năng của Nhục nhãn rất hạn chế và không chính xác. Nó tùy thuộc vào ý thức phân biệt và nhãn căn tốt hay xấu của mỗi người. Tuy nhiên, đối với người đã nhận ra và sống được với tánh giác, dù đang ở giữa cuộc đời này nhưng có đôi mắt sáng, không còn làm tất cả cảnh duyên chung quanh nữa. Một chữ lầm này mà chúng sanh đã tạo bao nhiêu nghiệp nhân bất hảo, để phải chịu nhiều đau khổ trong luân hồi sinh tử. Vậy hiệu năng đầu tiên của người tu Phật là có đôi mắt trí tuệ không làm tất cả hiện tượng chung quanh.

Người Phật tử Việt Nam, trong giờ phút thiêng liêng này cũng chí thành đối trước Thế Tôn, tự nguyện rằng “Chúng con không bỏ quên, không làm mê nữa, nguyện xin hồi đầu tỉnh giác nhận ra cái thật của mình để được thể nhập tánh giác. Chúng con nguyện

dùng trí tuệ nhận biết rõ đâu là thật, đâu là giả để cuộc sống an lạc. Từ đây cho tới ngày hoàn toàn giác ngộ thành Phật, nhất định chúng con không bị lui sụt nữa”. Đó là giai đoạn thứ nhất.

Thứ hai là “Thiên nhãn” tức đôi mắt chư thiên. Đôi mắt này nhìn tinh tế thấu suốt hơn Nhục nhãn. Hiệu năng của nó đặc biệt hơn, nghĩa là chúng ta hằng sống với tánh giác, không chạy theo pháp trần, không bị cuốn lôi bởi bất cứ cảnh duyên nào thì đôi mắt tuệ của chúng ta sẽ thấu suốt hơn, có thể biết quá khứ vị lai, biết được những gì đã qua và sẽ đến của tất cả chúng sanh. Nói thế không có nghĩa là dùng Thiên nhãn để bói toán kiết hung, xem quá khứ vị lai mà chúng ta phải hiểu hiệu năng của Thiên nhãn như vậy với người tu hành đúng pháp.

Sở dĩ chúng sanh bị luân hồi sanh tử không có ngày cùng là vì quên tánh giác, bỏ quên trí tuệ đức tướng của mình. Bây giờ thức tỉnh luôn luôn hằng giác thì các duyên trần bên ngoài không thể phủ lấp tánh giác nữa. Nói cụ thể người có công phu tu hành đến giai đoạn thứ hai này thì định tĩnh và có trí tuệ thông suốt tất cả. Đừng nghĩ rằng chỉ có các bậc Bồ-tát, các bậc Thánh mới được như vậy, tất cả chúng ta đều được như vậy, với điều kiện ta y như lời Phật dạy, hành trì và thể nhập được tánh giác của chính mình. Vì vậy người có công phu đến đây thì không còn lui sụt nữa, nên gọi là bậc bất thoái chuyển.

Thứ ba là Tuệ nhãn, tức con mắt trí tuệ thấu đáo, thấy được lẽ thật của muôn pháp. Đến đây công phu tu hành thâm sâu chắc thực hơn nữa. Người tu nếu nhận định đúng, công phu mỗi ngày mỗi tăng tiến thì nhất định sẽ có Tuệ nhãn. Trong quá trình tu tập, không ít hành giả bị thoái chuyển bởi những nghiệp tập của mình. Cho nên người chiến thắng được mình, làm chủ được mình dứt bỏ những thói quen tật xấu, những chủng tử đã huân tập từ nhiều đời xứng đáng gọi là người đại bản lĩnh, là bậc trượng phu. Có tu mới thấy nhẹ nhàng, an vui vì nhìn tất cả mọi sự mọi vật bằng con mắt trí tuệ thì đâu còn phiền não nữa.

Nếu người tu chưa điều phục được vọng tưởng, còn bị động thì còn phiền não nên rất dễ thoái chuyển. Điều này hiện thực trong cuộc đời, trong từng tâm niệm và cả trong lúc chúng ta hành trì pháp Phật. Bởi vì chạy theo vọng tưởng thì không phút giây nào ta hài lòng với người với cảnh, đôi khi với ngay cả chính mình. Chỉ người tu Phật, nhận được cái gốc của mình, làm chủ rồi mới thoải mái tự tại trước mọi cảnh duyên biến đổi.

Do đó tất cả động cơ tạo nghiệp đều dừng. Dừng nghiệp tức là chấm dứt dòng sanh tử. Đây là một vấn đề hết sức quan trọng, bởi vì ta học hiểu nhãn đến rất thích thú pháp Phật dạy, nhưng khi hành trì mới thấy cay đắng, không phải dễ.

Phật chỉ những chỗ ách yếu nhất trong việc tu hành không ngoài tâm ta mà có, nhưng nếu chúng ta chưa thực hiện được, chỉ hiểu suông, nghe suông thôi thì không có lợi lạc gì. Do đó người hành trì đến giai đoạn này phải là người thật sự bình ổn, nhờ con mắt trí tuệ định hướng cho việc tiến đạo không còn thoái chuyển nữa. Thật ra việc tu đạo khó khăn lắm, có những người đi được một phần ba đường thì thoái chuyển, có những người được nửa đường thì thoái chuyển, có những người đã hơn nửa đường vẫn bị thoái chuyển. Vì sao? Vì chưa nhận được cái thực của chính mình nên chưa đủ lòng tin. Cho nên chỗ này rất quan trọng.

Chúng ta phải làm sao bước từng bước vững vàng, tiến được đến chỗ chân thật bình ổn rồi hãy nói đoạn đường mình đã đi qua. Nghĩa là khi ta đủ lực, bình tĩnh sáng suốt, không còn vướng mắc một tí gì trong lòng, mới biết chỗ bình thường nhật dụng của mình không sai lạc, chùng đó mới dám nói với người. Phần nhiều kẻ chưa tu được đến nơi hay võ ngực xưng tên, chứng tỏ ta đã được như thế, nhưng khi tiếp duyên xúc cảnh không làm chủ được, nên khổ vẫn hoàn khổ. Được ít tướng nhiều, đó là bệnh chung của đa số người mới học đạo. Thành ra giai đoạn thứ ba của người tu hành là đạt được trí tuệ bất thoái, có định hướng rõ ràng cho việc tu tập đến ngày giác ngộ viên mãn. Những dây mơ rễ má chung quanh không làm gì được người này nữa, tạm gọi là có chút tin vui. Tuy nhiên đoạn đường còn lại thành tựu sớm hay muộn tùy thuộc vào sự nỗ lực của mỗi người.

Trong kinh kể lại, có một Bà-la-môn đến hỏi đức Phật:

- Trong giáo pháp của Thế Tôn, nếu áp dụng tu hành thì tất cả mọi người đều được thành tựu hay có người thành tựu, có người không thành tựu?

Phật trả lời:

- Có người thành tựu, có người không thành tựu.
- Bạch đức Thế Tôn, tại sao như thế?

Phật nói:

- Người nào nghe pháp của ta quyết tâm hành trì liên tục, không thoái chuyển thì người đó chắc chắn sẽ được thành tựu. Còn người nghe rồi hẹn mai hẹn một, không chịu hành trì thì dù nghe bao nhiêu lần, được những pháp yếu đặc biệt gì, vẫn không bao giờ thành tựu.

Cho nên chủ yếu là việc thực hành. Chúng ta không ỷ lại hay trông chờ vào ai, mà tự mình phải hạ quyết tâm. Thành Phật hay không là do mình, còn pháp yếu tất cả chúng ta đều đủ duyên học hiểu nhiều rồi. Nếu bị ngoại duyên ràng buộc, làm trở ngại công phu hằng ngày của chúng ta thì dù có học hiểu bao nhiêu, kết quả vẫn không được gì. Phải biết tất cả lời dạy của đức Phật là do chính Ngài thân chứng, tự thể nghiệm, tự thành tựu, sau đó Ngài mới đem ra chỉ dạy lại chúng ta. Vì vậy đó là sự thật được thể nghiệm một cách triệt để, thể thì chúng ta nghe mà không thể nghiệm được thì làm sao biết được lợi lạc thiết thực của pháp. Tuệ nhãn từ công phu tu hành mà có. Cho nên hành giả đến đây là do kết quả tu tập của mình, chứ không phải từ bên ngoài mà được.

Phật tử chúng ta nói về hiểu thì đã hiểu, nhưng nói về hành thì còn lảng xãng lắm. Cho nên hiểu mà không sâu sắc, hành mà không hưởng được kết quả thiết thực trong Phật pháp. Đã thế thì sẽ ngược xuôi trên ngôn cú, hình thức, hiện tượng bên ngoài, chưa thể nhập vào nội tại tâm chân thật của mình. Như thế chưa gọi là hiểu đạo thấy đạo. Phải một phen gắn bó, thấy tốt, không thoái chuyển nữa thì thân này và tất cả cảnh duyên bên ngoài chẳng còn giá trị gì nữa, vì ta đã nhận được cái chân thật cao quý gấp trăm vạn lần.

Thứ tư là Pháp nhãn tức con mắt pháp. Con mắt này giúp các bậc tu hành tiếp thu chánh pháp rõ ràng và giáo hóa chúng sanh thành tựu. Sau khi hành giả đã đến chỗ không thoái chuyển, tu hành có đạo lực, thâm thấu Phật pháp rồi thì việc trước mắt là làm lợi lạc tất cả chúng sanh. Tạo phương tiện hướng dẫn giáo hóa hoằng pháp lợi sinh làm sao cho tất cả chúng sanh đều được an lạc. Đó là lòng từ bi phát sinh từ trí tuệ. Đến giai đoạn này con mắt pháp muốn lợi lạc chúng sanh hiện bày. Vì vậy người tu đúng chánh pháp, càng tu càng mở rộng lòng mình ra, càng tu càng hiền, càng thương người. Cho nên ta đã bình an thì sử dụng được tất cả pháp một cách lợi lạc, chan rải lòng từ bi đến với tất cả chúng sanh mà không hề thấy mệt mỏi. Đây là giai đoạn được con mắt pháp. Hành giả đến được chỗ này có thể nói công phu đã rất thâm hậu vậy.

Cuối cùng là Phật nhãn. Phật nhãn là con mắt hoàn toàn sáng suốt, trùm khắp, gồm thu và vượt qua bốn loại mắt trên. Có thể nói từ thiền định được giác ngộ giải thoát và đầy đủ con mắt này. Đây là con mắt của Phật, của những bậc đã tự giác, giác tha, giác hạnh viên mãn, có trí tuệ và từ bi tròn đầy. Ở đây tôi trở lại vấn đề thiền định một chút. Người lắng sâu trong thiền định là người bất động đối với các pháp và thấu suốt được tất cả các pháp. Đến giai đoạn này dùng con mắt tuệ giác chiếu soi trùm khắp, không ngăn ngại không bờ mé.

Tuy hiện thời chúng ta chưa đạt đến chỗ này, nhưng trong công phu tu hành ta có thể nghiệm thấy sự thông sáng mở ra từng chút từng chút trong quá trình tu tập của mình. Bao giờ chúng ta không bị vướng mắc bởi bất cứ thứ gì, yên lắng hoàn toàn, thì con mắt này hiển hiện rõ ràng sáng suốt trùm khắp. Sở dĩ chúng ta chưa có Phật nhãn là vì cảnh duyên còn làm trở ngại. Nếu tâm chúng ta dứt hết các vọng lự, thường thấy biết rõ ràng nhưng không khởi phân biệt, an trụ nơi cái linh tri chân thật thường hằng thì con mắt Phật ngay đó chứ không đâu khác.

Chỗ này Hòa thượng Viện trưởng thường ví dụ như gương sáng đặt ở trước mặt, hết bóng này đến bóng kia hiện ở trong gương, nhưng khi tất cả hiện tượng đó qua rồi thì gương sáng vẫn là gương sáng. Gương không có tâm lưu giữ bóng, bóng cũng không có ý để hình ở trong gương. Cả hai đều vô tâm, chỉ tùy duyên ứng hiện, không lưu lại dấu vết. Đó chính là chỗ tâm cảnh nhất như, trong sáng nhi nhiên. Chỗ này các Thiền sư đã mượn hình ảnh con nhạn bay qua đầm nước, bóng nhạn in trên mặt đầm. Con nhạn không có tâm lưu bóng trong đầm, đầm nước cũng không có ý giữ bóng nhạn. Con nhạn bay qua thì cứ bay qua, đầm nước trong vẫn đầm nước trong. Nói theo triết học thì chủ thể khách thể, mỗi thứ ở vào vị trí của mình, không cái nào xâm lấn cái nào hết. Khách thể không xâm lấn chủ thể, chủ thể cũng không có ý đồ xâm lấn khách thể. Trong nhà thiền nói đây là chỗ tâm cảnh nhất như vậy.

Cho nên người đã làm chủ, đầy đủ trí tuệ thì thể hiện tròn đầy tính chất như như bất động của mình đối với các pháp. Chỗ này thấy được liền thấy, rất nhanh rất giản dị. Không thấy được thì thôi, tuyệt đối không thể lấy tâm tìm cầu suy nghĩ mà lãnh hội được. Người được như vậy có thể gọi là Thiền sư, tự tại đối với các pháp. Đến khi công đức

tròn đủ, lợi mình lợi người đã xong thì gọi là Phật. Cho nên được con mắt này là Phật nhãn, hoàn toàn sáng suốt không còn mê lầm tối tăm nữa.

Từ Nhục nhãn cho đến cuối cùng là Phật nhãn trải qua một quá trình tu tập tăng tiến, chứ không thể bỗng dưng mà có được. Người tu thiền phải thực sự nếm trải mới có các định hướng tuệ giác như đã nêu. Tuy nói lớp lang từ mắt thứ nhất cho tới mắt thứ năm, nhưng không nhất thiết phải như vậy. Người nào nhận và sống được với tánh giác liền có Tuệ nhãn ngay. Hoặc người đã nhiều đời sâu trồng chủng duyên Phật một nghe ngàn ngộ, ngay đó liền mở toang Phật nhãn, thể nhập pháp thân giác ngộ giải thoát, và rộng độ vô lượng chúng sanh. Chúng ta không thể quyết đoán được điều này. Tùy theo mức độ công phu, chúng ta có được những năng lực thuộc Nhục nhãn, thuộc Thiên nhãn, thuộc Tuệ nhãn, thuộc Pháp nhãn hay thuộc Phật nhãn.

Thêm một điều nữa, chúng ta cũng không thể nhìn hình thức bên ngoài mà kết luận về mức độ tu chứng của mỗi người. Không luận người già hay người trẻ, trí thức hay bình dân mà chỉ chú trọng trên tánh linh. Người nào công phu có hiệu năng thì được lợi lạc an ổn. Người nào công phu không có hiệu năng thì còn bị vướng mắc khổ đau. Người thành tựu được các pháp thì niềm tin rất kiên cố. Sở dĩ ta chưa tin là vì mình chưa nhận được chỗ thấu đáo, chưa phát huy được trí tuệ Bát-nhã.

Các nhà Nho xưa thường nói: “Sáng nghe đạo chiều chết cũng vui”. Lời nói này thể hiện niềm tin vững vàng. Còn chúng ta học đạo mấy mươi năm mà vẫn sợ chết nghĩa là sao? Vì chưa vững niềm tin. Tin cái gì? Phật nói thân này hư giả mà mình chưa tin chắc. Phật nói chúng sanh có tánh giác bất sanh bất diệt mình cũng chưa tin chắc vì chưa nhận ra. Bối tu mà không vững niềm tin nên kết quả không rõ rệt, không được lợi lạc thiết thực bao nhiêu.

Đức Thế Tôn là một con người như bao nhiêu con người bình thường khác, có cha mẹ, có thân tộc. Nhưng khi chứng kiến già bệnh chết thống khổ của kiếp người không một ai thoát ra được, Ngài trần trở khoắc khoải. Sau khi có vợ con, Ngài vẫn cảm thấy nỗi khổ luôn đeo đẳng trong thân phận con người. Đẳng sau lớp son phấn lụa là, hiện nguyên hình nhơ nhớp của chiếc thân này với mồ hôi, đàm dãi... không còn gì đẹp đẽ nữa. Chứng thực như vậy nên cuối cùng Ngài quyết định tìm đường giải thoát. Từ nỗi

trần trở đó và với một ý chí tuyệt vời, đức Phật đã đạt được sở nguyện của mình bằng thiền định và trí tuệ, Ngài hoàn toàn giác ngộ giải thoát và thành Phật.

Tấm gương của đấng Giáo chủ đang sáng soi đó, tại sao chúng ta không nghĩ mình cũng có thể tu tập và được giác ngộ giải thoát như Ngài. Bao giờ thấy rõ như vậy ta mới vững niềm tin nơi khả năng của mình. Niềm tin trong đạo là niềm tin chánh pháp, niềm tin làm chủ được mình. Được vậy rồi dù hiện tại thân nghiệp báo của chúng ta không tốt, mình cũng tin rằng ta có thể thành Phật. Cho nên không ai là không tu được.

Điểm quan trọng nữa là yếu tố siêng năng. Tinh tấn có một sức mạnh, một năng lực rất phi thường. Như đức Phật suốt sáu năm khổ hạnh trong rừng, không một niệm giải đãi. Cho đến thân thể chỉ còn da bọc xương, Ngài vẫn không hề thôi chuyển trên con đường tìm đạo giác ngộ. Công phu tu hành nếu không có sự tinh tấn làm chất xúc tác thì khó có thể đạt được mục đích cứu kính. Vì vậy chúng ta phải siêng năng tu hành liên tục, chùng nào bằng Phật mới vừa lòng con.

Việc tu hành chính là sự tỉnh thức ngay nơi những sinh hoạt bình thường. Cho nên chư Tổ thường nhắc “Hãy nhìn dưới gót chân mà đi”. Từng bước đi ta niệm thân, ý thức hơi thở ra vô rõ ràng, không để pháp trần lôi dẫn. Cứ công phu liên tục như vậy, nhất định chúng ta sẽ tiến tới cùng. Phần nhiều chúng ta cũng có quyết tâm, nhưng trong điều kiện thường thôi. Nếu gặp trường hợp khó khăn ta rất dễ bị lung lay, vì vậy trên bước đường tu tập khó đạt được mục đích cuối cùng. Chúng ta phải có sự khẩn thiết, mỗi đêm dâng hương lễ Phật thành tâm nguyện cho con được đầy đủ tinh lực, siêng năng liên tục mới mong việc tu có kết quả như ý.

Với người tu thiền, phải tâm tâm niệm niệm, khẳng định liên tục thì mới thành công. Cho nên Hòa thượng thường nhắc đến ý chí, tâm trường viễn và tâm kiên cố là những điều kiện thiết yếu giúp hành giả đạt được giác ngộ viên mãn. Người ta thường nói không có thành công nào mà không đánh đổi bằng mồ hôi nước mắt, huống gì việc tu hành thành Phật mà muốn dễ dãi được sao?

Chữ “niệm” là nhớ chớ không có gì lạ. Thường chúng ta không nhớ hoặc nhớ rồi lại quên. Cho nên công phu không đạt được kết quả bao nhiêu. Trước Phật dâng hương thì nhớ, nhưng lạy Phật xong rồi trở ra làm việc thì quên. Quên tánh giác của mình mà lại nhớ chuyện khác. Nhớ thương nhớ giận, nhớ ăn nhớ mặc, nhớ tốt nhớ xấu, nhớ thành nhớ



bại, nhớ đủ thứ chuyện trên đời thì làm sao nhớ Phật được. Cho nên công phu đời đời chúng ta phải có sự chú tâm, nhớ một việc duy nhất thôi. Nhớ tánh giác, nhớ Phật chứ không nhớ cái gì khác. Chỉ nhớ một việc ấy thì dù có gặp trở ngại, ta cũng tập trung được định lực để vượt qua.

Như từ đây muốn về thành phố Hồ Chí Minh, phải qua những đoạn đường gồ ghề hoặc bằng phẳng, chung quanh có phố thị, hoa quả, cảnh trí mỗi đoạn mỗi khác. Nếu chúng ta muốn về tới thành phố trót lọt, thì dù đoạn đường như thế nào ta cũng cứ đi, không để tâm nhìn ngắm, không la cà nơi này chôn nọ. Khăng tâm như vậy, đầy đủ ý chí nghị lực như vậy nhất định ta sẽ về được tới nơi. Bằng ngược lại, chẳng những không đến nơi an toàn mà giữa đường có khi bị tai nạn vấp khốn, không thể lường trước được. Những thứ mờ mịt đó đây giống như vọng tưởng điên đảo của chúng ta. Chúng chợt hiện chợt mất, nếu ta buông cái này bắt cái kia thì biết chừng nào mới an lạc. Cho nên cần phải chú tâm, phải khăng định thì việc tu mới thành công.

Điểm cần lưu ý nữa là định lực phải tập trung thống nhất. Ví dụ các vị tu Tịnh Độ, niệm Phật chuyên nhất không xen tạp mới được Phật tiếp đón về thế giới Cực Lạc. Nếu không như thế, nay tu pháp này mai tu pháp nọ thì đắc lực đến đâu cũng không có kết quả. Người tu thiền cũng vậy chỉ một đường thẳng tắt, làm sao định tâm nhận ra và sống được với tánh giác, làm sao cho trí tuệ trùm khắp. Giả dụ như chúng ta đang tu như thế, có ai rủ rê tu pháp khác linh thiêng màu nhiệm lắm, ta vẫn thản nhiên, không để ý không lung lay gì cả. Tập trung như vậy, trước sau như một mới mong thành công.

Điểm sau cùng là tuệ lực. Tuệ lực là gì? Tức là sức mạnh của trí tuệ siêu việt tối thượng, vượt qua tất cả mọi vô minh ám chướng, sáng soi thấu suốt thực tướng muôn pháp. Nói tóm lại trong công phu tu hành, bắt đầu từ con mắt thường ta thấy được định hướng tu hành, thấy được đường đi và nắm vững tất cả sự kiện rồi, thì quyết tâm hạ thủ công phu. Trí tuệ sẽ phát triển dần theo một chiều hướng nhất định, cho đến lúc tuệ giác tròn đầy, ta có đủ nắm thứ mắt như trên là công phu đã thành tựu viên mãn. Muốn thế, chúng ta phải có niềm tin vững chắc, siêng năng liên tục, đầy đủ ý chí nghị lực, phát tâm kiên cố trường viễn. Hội đủ các điều kiện như thế, việc tu chắc chắn thành công.

Chúng tôi nêu lên vài điểm cần thiết để bổ sung cho định hướng tu hành của người con Phật nhân ngày kỷ niệm đức Giáo chủ ra đời. Từ những điểm này, kinh qua quá trình

tu tập của mỗi người, chúng tôi tin rằng tất cả chúng ta đều sẽ được giác ngộ giải thoát. Tuy nhiên tùy nơi mỗi hành giả mà kết quả sự tu mau chậm đúng sai khác nhau. Điều này giống như câu trả lời của Phật cho vị Bà-la-môn ở trên. Người học pháp khéo bảo trì công phu liên tục thì được giác ngộ giải thoát. Còn hiểu mà không áp dụng thì trọn đời chẳng được lợi lạc gì.

Hôm nay nhân ngày kỷ niệm đức Phật đản sanh, chúng ta nguyện đem hết công phu tu tập của mình làm pháp dâng lên cúng dường đức Thế Tôn. Đó là phương pháp cúng dường cao đẹp nhất, đầy đủ công đức nhất và có ý nghĩa nhất của người con Phật chúng ta.

Kính mong toàn thể đại chúng được khai mở tuệ giác, như pháp mà cúng dường mười phương chư Phật, để gọi là một chút đền đáp tứ trọng ân.



## TU TẠO ĐỨC TƯỚNG TỬ BA NGHIỆP

Hôm trước tôi đã nói về phát tâm Bồ-đề có ba hạng, nhưng cuối cùng chỉ quy về tâm Bồ-đề của Phật. Hôm nay tôi sẽ nói tiếp nguyên nhân nào phải phát tâm như vậy.

Theo tinh thần kinh Ưu Bà Tắc giới, Phật khuyến khích người Phật tử tại gia tu hành để thành Phật, chứ không có mục đích nào khác. Tâm Bồ-đề Phật là tâm Bồ-đề siêu vượt hơn tất cả các loại tâm Bồ-đề. Phật tử có thể đặt vấn đề tại sao tâm Bồ-đề là tâm giác mà còn có thấp cao? Thưa vì đây là giai đoạn tu nhân, căn cứ vào giai đoạn này mà triển khai cho đến rốt ráo là tâm Bồ-đề của Phật, nên trên trình tự thì có thấp có cao, song chỗ cứu kính siêu vượt không còn cao thấp nữa.

Kinh Ưu Bà Tắc dạy muốn tu tâm Bồ-đề Phật phải tu ba mươi hai tướng. Ba mươi hai tướng thì quá nhiều, ở đây tôi chỉ đơn cử một vài điểm để chúng ta dễ nắm chú ý mà tu thôi. Có thể nói ba mươi hai tướng là thành quả của tâm từ bi. Tâm này Phật tử chúng ta ai cũng có, hoặc nhiều hoặc ít. Như thấy một sự cố gì hoặc cảnh khổ đau chung quanh các bạn hữu, mình có lòng trắc ẩn, thương tội nghiệp và tìm cách giúp đỡ. Đó là cánh cửa đầu tiên của tâm từ bi. Đã có được tâm đó, nếu đủ duyên phát triển lòng tốt ấy tức là chúng ta dần dần khai mở tâm từ bi. Tuy nhiên, cũng có người khởi lòng thương nhưng không phát triển lòng thương ấy thành hiện thực, nên tâm từ bi bị tắt lịm từ phút ban đầu, do đó họ không có cơ hội gây dựng được Bồ-đề tâm của mình.

Bây giờ chúng ta tu tức là tạo cơ hội sao cho tâm từ phát triển, không để nó tắt lịm. Tùy nghi, tùy hoàn cảnh, chúng ta cố gắng như thế nào để lòng thương người thương vật một cách bình đẳng có điều kiện phát triển. Ta nói Phật tâm, chân tâm hay Bồ-đề tâm là tấm lòng của mình đối với anh với chị, với tất cả mọi người chung quanh phải chân thành đồng đẳng. Hướng tu hành theo Phật đạo là như vậy. Muốn thế phải có trí tuệ, hằng quán chiếu, hằng thức tỉnh. Tỉnh để làm gì? Tỉnh để thấy đâu là thật đâu là giả, đâu là việc nên làm, đâu là cái không cần thiết bỏ đi, thì việc thương người giúp người mới không phạm phải sai lầm. Bởi vì chúng ta chưa phải là bậc đã toàn tỉnh toàn giác, mà còn khi tỉnh khi mê, nên phải thức tỉnh ta mới có được sự vững vàng của định và tuệ. Có định tuệ rồi thì việc tu học mới chân chính, có thành quả tốt đẹp.

Ở đây muốn nói thành quả tâm Bồ-đề là thành quả tu tập từ tâm từ bi. Nghĩa là từ tâm từ bi mà tu hành, kiên cố bền chí như thế sẽ thành tựu được giác tâm hay tâm Bồ-đề Phật. Ta thực hiện tâm từ bi ngay trong cuộc sống này trong từng phút từng giây, từng tâm niệm. Khi công đức đã được đầy đủ tâm từ phát triển dần thành từ vô lượng tâm, bi vô lượng tâm... nhất định chúng ta sẽ đạt được tâm Bồ-đề của Phật.

Như tôi đã từng nói, không phải đợi đến lúc ngồi thiền, tụng kinh, lễ Phật mới là tu, mà bao giờ cũng có thể tu được hết. Muốn vậy chúng ta phải tỉnh, tỉnh là khoa đầu tiên để áp dụng thành tựu công phu tu hành của mỗi người. Người thường tỉnh thường giác thì sự tu hết sức nhẹ nhàng giản dị mà công đức vô lượng vô biên. Giả dụ có người cru mang một sự việc trong lòng, năm ba năm chưa giải quyết được. Một hôm gặp được vị tăng tu tập giác tâm có kết quả đáng kể, qua trao đổi một vài lời, vị tăng đánh đúng điểm ách yếu của người kia, nên giúp họ cởi mở được những gì lâu nay nặng nề trong lòng, nhờ thế họ nhẹ nhàng vui vẻ. Đó là sự đả thông từ chính công phu tu tập của hành giả, công phu giản dị mà kết quả cao thì sự chỉ dạy cũng giản dị và kết quả cũng cao. Việc này rất có ý nghĩa đối với người tu đạo.

Nhiều vị tu hành thấy nhẹ nhàng đơn giản như không ra gì nhưng thành quả rất lớn nên chỉ một câu nói thôi, các vị có thể giúp cho người ta thoát khổ. Từ một ý niệm tốt, ta biết nuôi dưỡng hình thành thì sẽ tạo được những công đức lành rất lớn lao. Vì vậy chúng ta đừng bao giờ xem thường những ý niệm thiện của mình dù thật nhỏ.

Tất cả chúng ta hiện sống đây, thường cho tâm mình là những ý niệm lăng xăng như khi vượn chuyền cành. Nhà thiền gọi đó là vọng tưởng, chứ không phải tâm thật của ta. Chúng không thật, do bóng dáng của các trần tồn đọng lại trong tâm ta thôi. Nhưng vì si mê chúng ta cho nó là thật, lấy đó làm sự sống nên rồi khổ. Ví dụ như ta đang mang thân này nhưng lại không làm chủ được nó. Vì đây là thành quả của những nhân tố mình đã gây dựng trong lúc không tỉnh sáng nên bây giờ phải gánh hậu quả như thế. Vậy mà ta cũng còn mê lầm, chấp nó là thật, là của mình, rồi vì bảo vệ nuôi dưỡng nó mà phải tạo không biết bao nhiêu nghiệp mới nữa. Cứ thế, con người lăn quẩn mãi trong vòng trầm luân sanh tử.

Ngày nay biết rõ như vậy, những nợ nần gì đối với thân này, chúng ta vui vẻ trả, không luyến tiếc đả trước nó nữa, trả hết nợ mình sẽ khỏe. Người con Phật thì phải có

cái nhìn đúng như Phật dạy. Chúng ta giải quyết tất cả những nợ nần cũ một cách đầy tinh thần trách nhiệm, hết sức gan dạ. Đó là thái độ bản lĩnh của người chân chánh tu hành theo Bồ-tát hạnh vậy.

Chúng ta nghe nói Bồ-tát hạnh hay Bồ-tát đạo thì nghĩ rằng đó là cái gì lớn lao mình không thể làm được. Không phải đâu. Bồ-tát là gì? Bồ-tát là giác hữu tình, là một chúng sanh giác ngộ. Nếu bây giờ chúng ta sống bằng tâm giác, không gây nhân tãm tối nữa là sống với hạnh Bồ-tát. Tu hạnh Bồ-tát là hướng tu thành Phật. Thường ta không dám nghĩ mình tu hạnh Bồ-tát, vì nó lớn lao quá đi. Thật ra, tất cả những thành quả lớn lao đều bắt đầu từ những sự cón con mà ra. Việc tu cũng vậy, hành Bồ-tát đạo là làm tất cả các công việc tầm thường nhất trong cuộc đời bằng một tâm tinh sáng. Thế thôi.

Từ những tâm niệm tầm thường mà chúng ta biết sửa đổi để thăng tiến, từ những ngôn ngữ bình thường mà chúng ta phấn đấu tu tập, đó là hướng đi đến con đường Phật đạo. Đừng nghĩ đến thời gian, nơi chốn mà phải phát đại nguyện bao giờ tất cả chúng sanh hết khổ, ta mới thành Phật. Phải có một từ tâm mãnh liệt như vậy mới có thể tiến trên con đường Phật đạo được.

Có khi nào chúng ta thấp hươg lạy Phật với nguyện lực như thế chưa? Chắc là không dám rồi, ta sợ lắm. Không biết mình tu ra sao mà nói nghe dữ dội quá. Có nguyện thì nguyện nhỏ như vậy thôi: Nguyện cho con mạnh giỏi, cầu gì được nấy, gia đình bà con hết bệnh hết khổ. Vì nguyện bé quá nên không gõ cửa tâm Bồ-đề được, thành ra càng tu càng chẳng đi đến đâu. Bây giờ chúng ta phải mở rộng lòng ra, xem tất cả mọi người đều là huyết thống, ruột thịt của mình. Đó là chúng ta biết chuyển hướng tu hành, chuyển tâm nguyện của mình theo hướng Bồ-tát đạo để rồi tiến lên Phật đạo.

Một ngày chúng ta giác ngộ được bao nhiêu phút bao nhiêu giây, thì mình là Bồ-tát bấy nhiêu đó thời gian. Chúng ta đừng sợ càng tu càng thấy vọng tưởng. Càng thấy vọng tưởng là càng biết mình có giác. Nhờ giác mới biết vọng tưởng, vọng tưởng nhiều thì giác nhiều, mà giác nhiều là Bồ-tát nhiều Phật nhiều, như vậy là ta tu đúng rồi, sao lại sợ! Biết thế ta càng phấn chấn tăng tiến hơn, đừng để lui sụt thì thật uống.

Phật đạo là con đường không thể tính bằng thời gian. Cứ liên tục tỉnh giác, liên tục sống trong niệm hiện tiền. Người sống được với niệm hiện tiền như vậy, không bị ngoại cảnh chung quanh kéo lôi, trói buộc, đó là người sống được với tánh giác của mình, là

sống thiền. Nhiều vị cho rằng thiền định là phải ngồi chết cứng năm ba tiếng đồng hồ, hoặc phải nói năng khác người, hoàn toàn không phải như vậy. Mà ngay trong cuộc sống này luôn luôn tỉnh giác, sửa từ tâm niệm, từ ngôn ngữ, từ hành động của mình sao cho hợp với lẽ đạo.

Người thật tâm tu thiền phải gan dạ, bền chí. Hòa thượng Viện trưởng thường dạy chúng ta phải phát tâm trường viễn và kiên cố thì việc tu mới thành công. Ví dụ sinh hoạt của chư tăng trong Thiền viện, cứ sáng mai đi cuốc đất, làm cỏ, quét sân, tưới cây, nấu cơm. Rồi thì tụng kinh ngồi thiền, học pháp... Bữa nay như vậy, ngày mai như vậy, năm nào tháng nào cũng cứ như thế. Cho nên người không có ý chí dễ nản lắm, sao thấy cứ chùng ải việc, tầm thường quá có gì là hay đâu? Mà vừa nản thì lui sụt tức khắc.

Vì vậy người tu thiền phải có tâm kiên cố trường viễn mới mong thực hiện được chí nguyện của mình. Không thể bữa nay thích mình ngồi thiền từ đầu đêm cho tới giữa đêm, không muốn ngủ. Nhưng ngày mai mệt mình ngủ tít mắt, không biết lúc này là giữa đêm hay đầu đêm. Tu một đêm, ngủ hai ba đêm trừ lại, thì thôi ở nhà ngủ sướng hơn thoải mái hơn. Cho nên ngay những việc bình thường mà ta làm liên tục, kiên trì, không có niệm chán nản thì mới mong thành công. Giá trị của sự thành công là ở chỗ đó, chứ không phải làm gì lập dị khác người mà gọi là hay.

Trăm phước trang nghiêm cho Bồ-đề tâm thành tựu toàn bị cũng từ những việc làm công đức, từ tất cả công phu tu hành mà có được. Nhìn lại cuộc sống mọi thứ đều mong manh, đều qua nhanh, chúng ta nữ nào để đời cũng qua nhanh như vậy sao? Cho nên phải tranh thủ với thời gian, thân này không hẹn, việc gì làm được ngày hôm nay, chúng ta quyết tâm làm, không hẹn mai hẹn một. Ví dụ nhỏ thôi, như mỗi đêm đứng tám giờ, ta dâng hương cúng Phật. Việc làm này chỉ tốn năm mười phút thôi, nhưng nếu không có một chương trình nhất định, có khi chúng ta cũng không làm được. Như còn khoảng năm phút nữa tám giờ, mình chuẩn bị mặc áo tràng dâng hương cúng Phật, nhưng có người bạn tới nói chuyện làm ăn. Mình nghĩ phải lo việc này trước đã, sắp đặt đâu đó đàng hoàng rồi tu cũng được. Không ngờ người bạn ngồi lâu quá, thế là ta mất một buổi dâng hương. Mà duyên thì ngộ lắm, bữa nay mình bỏ thời khóa dâng hương cúng Phật để tiếp khách, thì ngày mai đúng giờ đó lại có khách nữa. Cứ như thế, một lần hai lần ba

lần... rồi cuối cùng: “Mấy đũa nhỏ! Bậy đốt nhang dùm cái, tao bận quá”. Lu bu cả đời từ những việc bình thường như vậy.

Cho nên ở Thiền viện có hiệu lệnh trống bồng chuông bồng hản hoi. Đến giờ đó phải đánh chuông, đánh bồng lên. Ví dụ nghe một hồi kiểng ba tiếng, thì tất cả mọi người từ Hòa thượng Đường đầu cho đến chú tiểu công quả cũng phải bật dậy, không ai được nằm ngủ nữa. Dù rã rượi muốn nằm cũng không được, phải ngồi dậy mở mắt, đi rửa mặt cho tỉnh táo, rồi theo chúng ngồi thiền hoặc đọc sách hay làm các công việc khác tùy theo nhiệm vụ của mỗi người ngày hôm ấy. Cho nên chuông trống đã đánh thì bất cứ chuyện gì cũng phải bỏ, khách khứa cũng lui, giờ nào việc ấy. Thanh quy trong tông lâm xưa nay là vậy. Nhờ thế chư Tăng mới có thể chuyên tâm tu hành, không mất thì giờ vì những chuyện tạp. Cái hay trong thiền gia không thể không kể đến những quy củ phép tắc này.

Người Phật tử nếu có thời khóa biểu rõ ràng như vậy thì cũng có thể sắp xếp việc tu tập của mình vững vàng. Nếu không như thế, quý vị dễ bị các duyên cuốn trôi, chạy theo công việc hết ngày này đến ngày khác, đâu còn giây phút nào để tu được nữa, công phu làm sao tiến được.

Lại nữa, muốn phát huy tâm Bồ-đề của Phật, chúng ta cần phải siêng tu ba nghiệp. Bởi vì ý nghĩ đúng thì thân làm đúng, miệng nói đúng. Ý nghĩ sai thì thân làm sai, miệng nói sai. Ba nghiệp đã không thanh tịnh thì tâm Bồ-đề bị che khuất mờ tối. Nếu chúng ta hằng sống trong tỉnh giác thì ý vừa nghĩ sai liền bỏ đi, đó là tu. Đừng đợi đến lúc đốt hương lễ Phật, ngồi thiền mới trị nó, như vậy là trễ rồi. Người thực hiện Bồ-tát đạo phải luôn mãnh tỉnh mới được.

Ý nghĩ dù không có hình dáng cụ thể nhưng nó chính là bộ tổng tham mưu, là gốc tạo tất cả nghiệp thiện ác. Nếu ta không làm chủ, không quán sát kịp thời thì ý niệm hình thành sẽ luôn qua các ngõ ngách ngôn ngữ, hành động để thực hiện các việc nó muốn. Vì vậy cái dấy niệm đầu tiên rất quan trọng. Người con Phật muốn thành tựu được Phật Bồ-đề tâm thì phải bắt đầu tu ngay từ những ý niệm của mình.

Trong kinh có nói: “Trăm phước trang nghiêm, tất cả tướng tốt, tất cả vẻ đẹp của chư Phật, chư Bồ-tát đều thành tựu từ ba nghiệp”. Ba nghiệp thanh tịnh thì đồng Phật vắng Tây phương. Thanh tịnh có nghĩa là lắng dịu, là trong sạch. Phải được thế mới có

thể về Tây phương. Thành ra trong nhà Phật thường có từ “tu tâm” là vậy. Tất cả công đức lành, tất cả phước tướng trang nghiêm đều từ tu tâm mà có.

Nhờ tu tâm ta giữ được cái miệng, làm chủ ngôn ngữ, đời đời không nói những lời ác độc. Nhờ thế sanh ra ở đâu, nói lời nào mọi người đều hoan hỷ lắng nghe, đều vâng theo. Như đức Phật thuyết pháp, Ngài nói ra lời gì tất cả chúng sanh đều được nghe khắp và đồng hưởng pháp lạc tùy theo căn cơ của mỗi người. Đó là do nhiều đời đức Phật đã tu tâm, nên thân khẩu đều thanh tịnh. Không bao giờ Ngài nói lời đâm thọc, lời dối gạt, lời vô nghĩa, lời ác độc, tích tụ lâu đời như thế nên Ngài thành tựu được các công đức. Do đó nói ra lời nào cũng đều là lời hay ý đẹp, khiến người nghe thấm nhuần giáo pháp như được uống nước cam lồ.

Chư Phật và Bồ-tát thành tựu công đức viên mãn từ ba nghiệp của mình. Chúng ta là đệ tử các Ngài, muốn thành tựu được Phật Bồ-đề tâm cũng phải tu tập như thế. Ai cũng có ba nghiệp nên ai cũng có thể tu được cả. Chúng ta là những người đang tu, có tu chứ không phải là không tu, nhưng chưa được kết quả viên mãn vì công phu chưa đặc lực. Ví dụ lúc trước, ta chưa hề biết Phật pháp là gì, cũng chưa có ý niệm đi chùa, nghe pháp, phát tâm quy y Tam Bảo... Khi đó người bạn láng giềng gợi ý thấy hay, nên ta bắt đầu hướng về Tam Bảo. Từ lúc đó, trong suy nghĩ, hành động của mình bắt đầu có sự thay đổi chuyển hóa. Như ngày xưa mình không ngán ai hết, người ta nói một mình trả lời lại hai ba, để chứng tỏ ta khôn ngoan, bản lĩnh hơn người. Nhưng khi biết đi chùa, học đạo ta không như thế nữa. Ta hiền lành, ít nói, nhẫn nhịn hơn bởi vì mình biết những lời nói đó sẽ tạo thành nghiệp, dẫn đến hậu quả xấu nên tránh bỏ, chứ không phải đi chùa nghe pháp rồi ta trở thành khiếp nhược yếu hèn.

Thành ra người nắm được luật nhân quả rồi sợ làm các việc ác lắm. Luôn kiểm tra lại từng ý nghĩ, hàng động của mình, đó là tu, là tỉnh giác, là làm chủ được ba nghiệp. Làm chủ là sao? Ví dụ ta nói thôi là nhất định thôi, không làm việc đó hoặc không nói lời đó. Chứ không phải nói thôi, nhưng gặp duyên thì không cưỡng lại được nên cứ làm bậy nói bậy. Muốn thế ta phải cầm sẵn con dao bén trí tuệ cắt đứt tất cả mọi thứ linh kinh, vướng mắc nhiều đời của mình. Xong rồi thẳng tiến vào đất Phật. Cho nên người có sức tự chủ là có chiếc chìa khóa để mở ra chân trời rộng thênh thang trước mắt.



Nếu trong hiện tại từng niệm ta làm chủ được, đừng bị nó kéo lôi thì đảm bảo cắt đứt được dòng luân hồi. Còn không làm chủ, không cắt được thì dù có nói tự tại đến đâu, cũng chỉ là lời rỗng thoi. Người tu thiền phải là người chủ động, làm việc gì biết việc ấy. Được vậy, dù quý vị đang bán buôn ngoài chợ hay nấu cơm trong bếp vẫn gọi là hành thiền như thường. Việc gì làm đứt khoát việc đó, nếu có vấn đề phát sinh ngoài chương trình tu tập của mình, ta nhất định cắt đứt, không thể lan man việc nọ xọ việc kia được, người không đứt khoát tu hành sẽ không tới đâu hết.

Hàng Bồ-tát tu tất cả công đức là vì muốn độ chúng sanh chứ không phải mong cầu lợi riêng cho mình. Nói hành hạnh Bồ-tát nghe lớn lao quá, nhưng thật ra với người biết tu thì có thể làm được không khó. Ví dụ trong giai đoạn đầu mới tập tu, ta nghĩ đến mình nhiều, muốn làm sao được yên, làm sao tu học Phật pháp, áp dụng lời Phật dạy dễ dàng, trong gia đình mọi người đều cùng một hướng tu tập. Đó là giai đoạn đầu tiên, kế tiếp ta mở rộng tâm mình ra. Mở rộng như thế nào? Bất cứ làm một việc gì không bao giờ nghĩ riêng cho mình. Điều này không khó khăn lắm nhưng nếu không tập, chúng ta sẽ không làm được. Khi nghĩ đến tất cả, vì tất cả, ta sẽ có nhiều sức mạnh hơn, đó chính là thiện tâm tăng trưởng, cứ thế tâm lớn dần dần và không nghĩ không nói mà ta đã hành Bồ-tát hạnh hồi nào không hay. Phật bảo tất cả chúng sanh đều có tánh Phật, đều có khả năng thành Phật, nên chúng ta hướng tâm rộng lớn như vậy là hướng về tâm Phật, nhất định sẽ thành Phật thôi.

Một vị tu hạnh Bồ-tát khi đi ngang qua một cây cầu được bình yên, cầu không lắc lư, không làm cho người đi chóng mặt, rơi té xuống sông, Bồ-tát này liền phát tâm gì? Tôi đi qua một cây cầu bình an, nguyện cho tất cả chúng sanh đều qua cầu được bình an như tôi. Từ đây cho đến ngày thành Phật tôi nguyện đưa những chúng sanh qua cầu đều được bình an. Đó là tâm hạnh Bồ-tát.

Như vậy trong cuộc đời chúng ta, khi đi xe, qua cầu, thấy người gặp nạn... đều phát nguyện cứu giúp, không phân biệt thân sơ. Hoặc ta bị va vấp khổ đau bởi những chướng duyên gì thì nguyện sẽ không để các chúng sanh khác gặp phải chướng duyên ấy, nguyện thay chúng sanh chịu mọi nỗi khổ để chúng sanh được an vui. Thương tất cả mọi người như thương bản thân mình, không gây nỗi hại cho ai. Nguyện đời đời kiếp kiếp

sống thanh tịnh, không gây tạo nghiệp nhân khổ đau và nguyện cho tất cả chúng sanh đều được như thế.

Như câu chuyện tiền thân của đức Phật khi còn tu hạnh Bồ-tát kể lại. Trong một tiền kiếp Ngài phải rơi xuống địa ngục vì tội bất hiếu. Vừa tới nơi, Ngài thấy tội nhân mang một vòng lửa quay trên đầu, lửa lớn đốt cháy hừng hực, tội nhân kêu la thảm thiết rất thống khổ, Ngài liền hỏi ngục tót: Người bị vòng lửa đốt mang tội gì? Đáp: Tội bất hiếu với cha mẹ. Ngài hỏi tiếp: Bao giờ mới hết bị lửa đốt? Đáp: Chừng nào trên nhân gian có kẻ bất hiếu khác tới thay thì tội nhân này mới thoát khỏi vòng lửa đó. Ngục tót vừa nói xong, vòng lửa liền bay chụp lên đầu Bồ-tát. Trong cơn thống khổ cùng cực ấy, Ngài liền phát đại nguyện: Ta nguyện thay tất cả chúng sanh mang vòng lửa này, nguyện tất cả chúng sanh không còn ai bất hiếu với cha mẹ nữa để không phải chịu cảnh khổ đau ghê gớm như vậy. Bồ-tát vừa phát đại nguyện xong, tự nhiên vòng lửa biến mất và Ngài được thoát khỏi địa ngục. Đó là do Ngài khai mở tâm địa rộng lớn, vì cứu khổ tất cả chúng sanh, mà Ngài hết tội và được an vui.

Người phát tâm tu như vậy dù nghèo giàu, khổ vui, được mất, hơn thua gì cũng chẳng dính dáng đến họ. Cái đáng quan tâm của hành giả bây giờ là chủ động khắc phục ba nghiệp cho được thanh tịnh. Còn điểm nào chưa khắc phục được thì phải khắc phục, điểm nào chưa làm chủ thì phấn đấu làm cho được. Nên trong nhà thiền nói thiền định của Thiền sư là thiền định đại lực lượng, thiền định đối duyên xúc cảnh hiện tiền bất động như như, chứ không phải đợi nhập thiền định mới làm chủ được. Cũng không thể đợi có sự kiềm chế của thiện hữu tri thức, thầy bạn ta mới tu, mà phải tự mình tỉnh giác, thường xuyên nỗ lực công phu bất cứ lúc nào, ở đâu. Nên nhớ tu cho mình, chứ không phải tu cho Phật, cho Thầy tổ.

Nói đến đây tôi nhớ câu chuyện hồi Phật còn tại thế. Hôm đó, Phật đi khất thực như thường lệ. Trên đường Như Lai thấy một thầy Tỳ-kheo đi khất thực một mình nhưng không thu thúc các căn. Phật không nói gì, im lặng đi thẳng. Thầy Tỳ-kheo kia vừa thấy bóng Phật, hoảng sợ liền chỉnh đốn oai nghi, đứng như pháp mà khất thực. Đến trưa về Tinh xá, sau khi rửa chân trải tọa cụ xong, Phật ngồi xuống nhìn khắp trong chư Tăng và hỏi:

- Sáng nay, ta thấy có một thầy Tỳ-kheo đi khát thực mà tâm ý phóng túng, không thu thúc các căn nhìn thật khó coi. Sau khi thấy ta, thầy ấy mới chấn chỉnh thân tâm đúng như pháp mà khát thực. Vậy trong đây, ai là thầy Tỳ-kheo ban sáng ta vừa nói?

Bấy giờ có một vị Tỳ-kheo bước ra, quỳ xuống thưa:

- Bạch Thế Tôn, chính con là Tỳ-kheo Thế Tôn vừa nói. Quả thật con đã không thu thúc các căn khi đi khát thực vì con nghĩ mình đi có một mình, chắc không ai thấy nên không cần thu thúc các căn. Đến khi gặp Thế Tôn, con hoảng sợ mới thúc liễm thân tâm đúng như pháp mà khát thực.

Phật bảo:

- Tốt lắm, ông đã dám nhận lỗi của mình là việc đáng khen. Nhưng nhớ từ đây về sau, dù đi một mình hay có nhiều người, Tỳ-kheo lúc nào cũng phải thu thúc các căn cho thanh tịnh, như vậy mới xứng đáng nhận của cúng dường, mới xứng đáng là đệ tử của Như Lai. Nếu không như thế, thánh đạo khó mong thành tựu được.

Nói xong, Phật nhìn một lượt khắp trong tăng chúng và dạy tiếp:

- Tất cả các thầy Tỳ-kheo cũng đều phải như thế, lúc nào, ở đâu, bất luận có người hay không người, luôn luôn thu thúc các căn, giữ chánh niệm. Tu tập như vậy mới thật là Sa-môn hành hạnh giải thoát.

Qua câu chuyện trên, chúng ta thấy từng phút tỉnh giác sửa đổi mọi lỗi lầm của mình, đó là nghĩa chính của chữ “Tu”. Như vậy trong chúng ta ai cũng tu được hết. Không luận xuất gia hay tại gia, không vương bởi bất cứ việc gì là tu được. Hãy mở rộng lòng ra, làm tất cả việc đều vì Phật đạo, hồi hướng cho tất cả chúng sanh đều thành Phật đạo. Thấy tất cả chúng sanh đều là thân thuộc huyết tộc của mình, nên không nỡ nói làm bất cứ việc gì dù rất nhỏ, gây khổ đau trở ngại cho bước tu tập của tất cả chúng sanh. Nếu trong lòng mình được như vậy thì con đường Bồ-tát đạo, Phật đạo chắc chắn không xa.

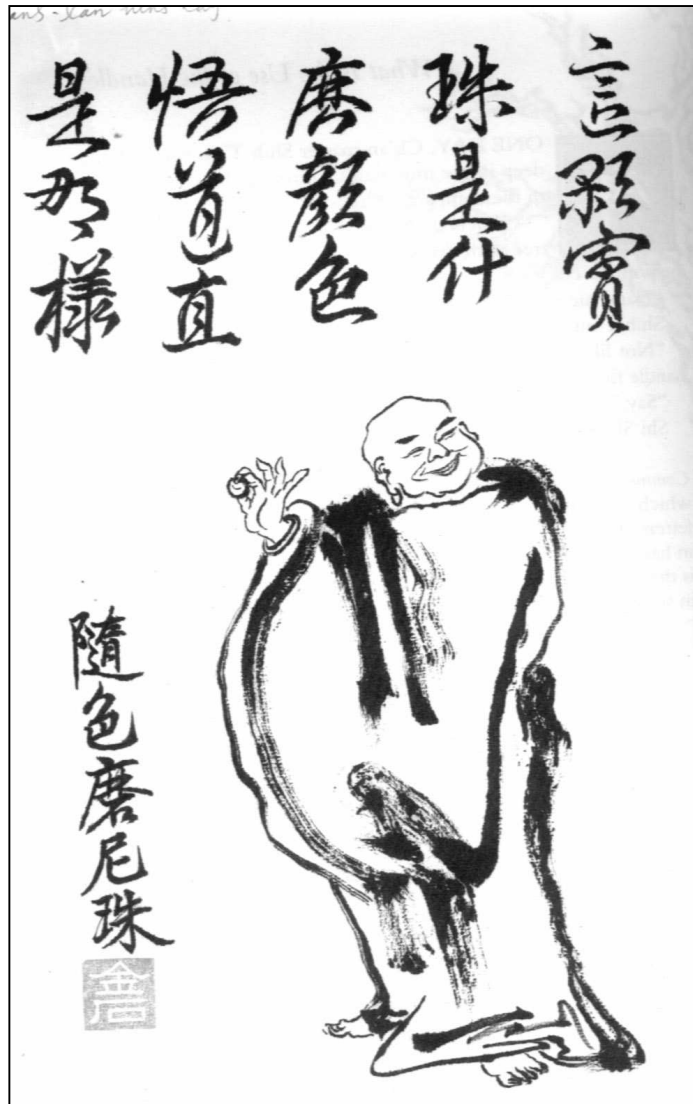
Trên đường tu tập, cái chướng lớn nhất là vô minh điên đảo. Do vô minh nên ta luôn bị mờ mịt, phiền não mê hoặc, xúc cảnh sanh tâm, gây tạo tội ác, chịu mọi khổ não. Dấy lên ý niệm si mê thì mình bị tăm tối che đậy, chướng ngại, mất đi sự tỉnh táo sáng suốt, gây tạo các nghiệp bất thiện. Xúc cảnh sanh tâm tức là khi gặp duyên mình không làm chủ được. Thấy sắc đẹp liền sanh tâm ưa thích muốn chiếm đoạt, thấy tiền của liền sanh tâm muốn lấy. Hoặc gặp cảnh sân liền nổi điên đảo miệng la hét, thân đập phá lung

tung... Thành ra người Phật tử tu là làm sao khi đối duyên xúc cảnh, giữ tâm định tĩnh, không để vô minh tăm tối che đậy làm rối trí loạn thần, hành động điên cuồng, tạo nghiệp đi trong ba đường dữ.

Việc này tuy hơi khó làm, nhưng nếu quyết tâm ta làm được chứ không phải không thể làm. Đừng bao giờ có ý niệm thua cuộc, phải gan dạ bởi vì mình là con Phật. Phật là giác, ta đã phát tâm tu theo hạnh giác ngộ của chư Phật, không nhiều thì ít ta cũng giống Phật chứ. Nếu chưa giác hoàn toàn, chưa làm Phật thì ta giác từng phần, làm Bồ-tát từng đoạn. Quan trọng là ở sự quyết tâm và lòng kiên trì bền bỉ

Để kết thúc buổi nói chuyện hôm nay, tôi mong mọi tất cả chúng ta lúc nào cũng thu thúc các giác quan của mình như lời Phật dạy, không để rong rui chạy theo các cảnh duyên bên ngoài. Thu thúc các căn mới có thể làm chủ được mình, ngược lại để các căn rong rui theo các trần thì đời đời lăn quẩn trong trầm luân sanh tử thôi. Con đường Phật đạo, phải bắt đầu từ sự tu tập căn bản ấy, không thể khác hơn được.

Chúc tất  
được sự nghiệp  
qua việc thu thúc  
chủ ba nghiệp



cả thành tựu  
tu hành của mình  
các căn và làm  
của mình.

## TU TỪNG TÂM NIỆM

Hôm nay đủ duyên quý Phật tử từ Rạch Giá, Hà Tiên được sự hướng dẫn của quý Thượng tọa về thăm Thiền viện. Hòa thượng Viện trưởng hiện đang ở Thiền viện Trúc Lâm nên chúng tôi xin phép được thay mặt Ngài có lời thăm hỏi sức khỏe quý Thượng tọa và toàn thể Phật tử.

Hồi chiều, một Ni cô trong đoàn có xin chúng tôi nói chuyện đạo lý, tôi đã hứa. Vậy giờ này, chúng ta cùng nhau trao đổi bàn bạc một vài điểm về giáo lý theo tinh thần của đạo Phật, để áp dụng vào đời sống tu tập của mình.

Thực ra nếu chúng ta không hiểu giáo lý Phật dạy thì sẽ không biết gì để tu. Nhưng hiểu mà không tu thì cũng không có tác dụng gì. Bởi vì bất cứ một lời dạy nào của Phật cũng đều phát xuất từ tâm giác ngộ giải thoát thanh tịnh của Ngài. Chúng ta học Ngài, nhưng nếu không tu, không áp dụng thì không làm sao biết được giá trị thiết thực của đạo hay nói đúng hơn là không làm sao được giải thoát cả.

Chủ trương của đạo Phật là phải tu, tu để được thanh tịnh, được giải thoát, được đầy đủ trí tuệ. Một khi đầy đủ trí tuệ rồi thì cái thấy cái nhìn của chúng ta không còn lầm đối với các pháp nữa. Ta không còn kẹt trên hình thức bên ngoài, mà thấy bằng sự hiểu biết thực, bằng kinh nghiệm của chính mình. Muốn được như vậy nhất định chúng ta phải tu sau khi đã học hiểu đạo lý.

Trong phạm vi buổi nói chuyện hôm nay chúng tôi muốn nhắc nhở quý Phật tử làm sao chúng ta phải tu trong từng tâm niệm của mình. Từ sáng tới chiều, nghiệm lại ta chỉ sống với niệm vọng động chạy ngược chạy xuôi, nó kéo lôi mình đi ngút ngàn, đến nỗi ta không biết mình là gì. Có khi cả ngày làm việc mà mình không biết mình đang làm gì, mình là ai. Cả ngày như vậy, cả tuần như vậy, cả tháng như vậy, cả năm như vậy và có khi cả đời như vậy. Cứ mở mắt ra làm việc, ăn nghỉ, trao đổi tiếp xúc mà cuối cùng không biết mình là gì, đang làm gì. Như vậy thì thật là tội nghiệp cho mình quá.

Vì vậy Phật dạy phải luôn kiểm soát thân tâm đang làm gì, phải biết mình là ai, đó là tu. Nhờ ý thức rõ nơi mỗi việc làm, nên ta sửa đổi những việc không hay không đúng thành hay thành đúng. Nên dù còn ở hình thức tại gia, quý vị cũng đang tu, chứ không đợi xuất gia mới gọi là tu. Đức Phật ngày xưa cũng đã tuyên dương công hạnh và kết quả

tu tập của nhiều đệ tử tại gia, chứ không riêng gì hàng xuất gia. Ai tu cũng đều hưởng được pháp lạc cả, còn không tu thì dù ở một bên Phật, hay thân cận các Thánh đệ tử của Phật, thì vẫn không được chút ích lợi gì.

Khi chúng ta bỏ những cái dở xấu, làm chủ được mình thì sẽ được an lạc, giải thoát ngay trong hiện tại, Niết-bàn có tức thì, chứ không đợi chừng nào cả. Ta tu trong từng tâm niệm thì sẽ được Niết-bàn trong từng tâm niệm. Giải thoát nhiều hay ít tùy theo công phu tu hành của mỗi người. Chúng ta đang ngồi chơi, đang tiếp khách, đang ăn cơm, đang làm việc... tâm niệm dấy khởi điều gì ta đều ý thức được, tức là ta có tỉnh giác, có trí tuệ, có sức mạnh, nên mới làm chủ mới kiểm tra được những niệm đó. Khi kiểm soát được các niệm ta mới biết mình đang làm gì, điều đó đúng hay sai, như vậy nhất định ta sẽ không bao giờ làm bậy. Cách tu này rất thiết thực. Chỉ khi không biết ta mới làm bừa làm bậy, chứ biết rồi thì sợ lắm. Sợ là sợ hậu quả đau khổ mình phải chuốc lấy nếu ta làm ác.

Sống tỉnh thức, biết mình biết việc tức là sống sáng suốt. Người sáng suốt không bao giờ bị những thứ tăm tối kéo lôi dẫn dắt đi vào đường xấu. Cũng giống như trong điện Phật này, chúng ta nhìn thấy nhau rõ ràng là nhờ có mắt sáng và ánh sáng mặt trời. Ta thấy đây là nhà, kia là người ta, nọ là cảnh trí, tất cả đều hiện rõ ràng. Nhưng khi không có ánh sáng, thì mọi thứ đều tối đen. Bây giờ muốn sáng cũng không có gì khó khăn, ta chỉ cần mở công tắc đèn. Đèn sáng thì bóng tối lui ngay. Khi có ánh sáng rồi ta tìm xem cái tối ở đâu? Tìm không thấy, chúng tỏ nó không thật.

Việc tu cũng vậy, nếu ta tỉnh táo sáng suốt thì mọi thứ tăm tối si mê tan hết. Nên nhớ phải tỉnh sáng đàng hoàng, chứ xiu xiu nửa tỉnh nửa mê cũng không được. Cho nên nhiều hồi phiền não, chúng ta không tự nhận thấy đó là cái dở của mình để trừ bỏ, mà đổ thừa tại thế này thế kia, tại bạn bè, tại hoàn cảnh... đủ thứ chuyện. Đổ thừa như vậy tức không nhận mình sai. Do không thấy được kẻ giặc ở trong nhà cho nên ta nuôi dưỡng nó, vì vậy càng tu càng thấy phiền não, chứ không giải thoát chút nào.

Chủ trương của đạo Phật là phải nhìn thẳng sự thật, phải can đảm mạnh mẽ, chứ không đổ thừa. Nghiệp là do mình làm mình tạo, nhất định nó sẽ đưa đến hậu quả tương ứng, rõ ràng như vậy. Như khi sáng quý vị từ Rạch Giá có ý định đi Đồng Nai rồi Vũng Tàu. Nếu đã quyết định đi và theo đúng tuyến đường như thế, giờ này quý vị có mặt ở đây

là điều hiển nhiên. Nhưng nếu vị nào xiu xiu ễnh ễnh lên xe rồi bước xuống thì bây giờ không có mặt ở đây. Rõ ràng làm thế nào thì kết quả thế ấy. Sự tu hành của chúng ta cũng vậy. Người Phật tử sáng suốt quyết định tu hành rồi thì gác tất cả mọi chuyện qua một bên, quyết tâm tu hành, không vì lý do gì ta thay đổi ý hướng của mình. Được như vậy tôi tin chắc quý vị không bao giờ thối chuyển đạo tâm cả.

Bởi tất cả đều từ tâm niệm, từ hành động của mình gây tạo ra mà có các hậu quả tương ứng, nếu không gây tạo thì không có hậu quả tương ứng. Ví dụ các Phật tử là những người tốt, không gây nghiệp nhân xấu thì hiện đời sống yên ổn, không sợ bị tù bị đày, không sợ mất quyền công dân, không sợ khổ đời này cũng như những đời sau. Còn nếu gây nhân xấu thì lúc nào cũng lo âu hồi hộp có người bắt bớ, nã hại mình. Vì vậy hiện đời sống không yên ổn mà đời sau cũng sẽ chịu quả khổ.

Luật nhân quả trong nhà Phật rất bình đẳng rõ ràng. Ta chửi người thì người chửi lại ta, ta đánh người thì người đánh lại ta. Hai bên đánh nhau thì phải có nhân vật thứ ba đưa cả hai vào bót. Tốt xấu gì không biết, hễ đánh nhau là phải đứng trước vành móng ngựa chờ tòa phán xét, vừa chịu thương tích vừa xấu hổ. Cho nên người Phật tử, khi mở miệng nói lời gì phải làm chủ được lời nói của mình, dứt khoát không bao giờ mình nói dối, nói đâm thọc hoặc nói lời ác độc. Nếu kiểm soát được như thế thì làm gì có những chuyện rắc rối như vừa kể. Đó là kết quả thiết thực trước mắt của sự tu.

Ngoài việc không nghĩ ác, không nói ác, không làm ác, người Phật tử còn phải nuôi dưỡng tâm niệm lành. Như làm việc phúc thiện, tu tạo các công đức, khuyến khích mọi người cùng giúp những người khó khổ... Những tâm niệm xấu thì xin buông hết cho. Buông nó như thấy một khối nặng mình đã đeo mang quá mệt rồi, bây giờ bỏ được thấy nhẹ nhàng thanh thoi vô cùng. Đó là điểm thứ nhất, luôn kiểm soát từng tâm niệm của mình.

Điểm thứ hai là biết rõ nhân quả tương ứng. Trên thế gian này, không có sự việc gì mà không có nguyên nhân cả. Ví dụ ở đồng quê vào mùa nắng hạn, chỉ cần một đóm lửa nhỏ hoặc một tàn thuốc là có thể cháy hàng mấy héc-ta đất. Cháy hết cỏ thì cháy tới cây trồng, chưa kể là có thể cháy tới nhà cửa chung quanh, thiệt hại không thể lường. Nếu người biết được hậu quả ghê gớm ấy thì sẽ không để tình trạng đáng tiếc đó xảy ra. Bởi ta

chỉ phòng ngừa trước khi lửa bén thôi, chứ nó đã phát cháy rồi, lại gặp gió nữa thì vô phương dập tắt.

Cũng vậy chúng ta kiểm lại từng tâm niệm từng hành động của mình, sẽ thấy chỉ một dấy niệm nhỏ một hành động nhỏ ta không dừng được, thì dẫn tới vô số chuyện rắc rối về sau. Nhất là khi hành động ấy đã trở thành thói quen thì nó cũng như đám lửa cháy lan, gây ra tai họa rất lớn, khó có thể kiểm hãm nổi. Chỉ có nước cháy rụi hết thì ngọn lửa mới tắt. Những gì đã trở thành thói quen tức thành nghiệp rồi thì rất khó bỏ. Cho nên ở bước đầu nếu chúng ta chịu tu chịu bỏ thì dễ lắm, đừng để trở thành nghiệp mới tu thì gian nan mà kết quả chẳng được bao nhiêu. Ví dụ như những Phật tử nam, hồi chưa biết hút thuốc, chưa quen uống rượu thì đối với điều thuốc đầu tiên, chung rượu đầu tiên dù là chung rượu lễ cũng rất khó đưa vô miệng. Một lần nghe nó cay đắng, hai lần vẫn còn đắng cay, nhưng qua lần thứ ba thứ tư lại thấy nó hơi ngọt. Từ ngọt qua ngon, qua ghiền chẳng bao xa, thế là vị ấy mang nghiệp rượu vào thân lúc nào không hay, bây giờ muốn bỏ thật khó khăn vô cùng.

Nói thế không có nghĩa là không bỏ được, nhưng muốn bỏ đòi hỏi phải có ý chí, có quyết tâm mạnh mẽ lắm mới được. Việc tu hành cũng thế. Nếu ngay từ đầu chúng ta biết tu, đừng huân các thứ chủng tử xấu thì việc tịnh hóa thân tâm rất dễ dàng. Nhưng kết thành nghiệp rồi, việc tu đòi hỏi nhiều nỗ lực mới được. Khi kiểm tra tâm niệm mình, thấy cái nào cần bỏ thì bỏ tức khắc, phải mạnh dạn, dứt khoát, không trù trù lẩn lẩn gì cả. Đừng để ý niệm biến thành hành động thì hậu quả là điều không thể tránh khỏi. Được thế sẽ không xảy ra hậu quả đáng tiếc về sau. Tu như vậy ít phí sức mà kết quả lại nhiều, nên gọi là người khéo tu, biết tu.

Thật tình trong hoàn cảnh, trong cuộc sống hiện tại, chúng ta dễ bị phân tâm vì vấn đề mưu sinh lắm. Lý tưởng thì tốt, quyết tâm thì có, nhưng hoàn cảnh là một ngoại duyên lớn ảnh hưởng đến sự tu tập của Phật tử. Vì vậy, nếu không khéo tu trong từng tâm niệm thì sẽ không có cơ hội nào để quý vị gạn lọc được thân tâm cả. Cho nên chúng ta phải cố gắng, học hiểu Phật pháp rồi, từng bước áp dụng vào đời sống của mình. Luôn kiểm soát thân tâm, nắm vững luật nhân quả để một hành động, một đường hướng trong cuộc sống phù hợp với chánh pháp, đó là Phật tử biết tu.



Thêm một điều nữa, trong lúc tu hành chúng ta phải kịp thời phát giác những điểm dở, đồng thời sáng suốt thấy được những điểm hay của mình. Để từ đó ta khắc phục điểm dở, vun bồi nuôi dưỡng điểm hay, sao cho mỗi ngày ta mỗi hoàn thiện được chính mình. Bởi con người không ai hoàn toàn dở mà cũng không ai hoàn toàn hay. Có khi từ tám giờ tới mười giờ sáng, ta thật hay, thật đàng hoàng. Nhưng đến mười một giờ, bỗng gặp chuyện gì đó, ta nổi sùng la hét toáng lên, rồi từ đó dở dài dài cho tới ba bốn giờ chiều. Nếu cứ để tâm ôm ấp phiền hận như vậy thì cái dở nhiều quá, nó sẽ lấn át hết phần hay của ta hồi sáng rồi. Cho nên tôi nói phải kịp thời phát giác là vậy. Cái gì hay thì ta mới nuôi dưỡng, làm cho nó tăng trưởng, còn cái gì dở thì bỏ đi, nuôi nó làm chi cho khổ. Đây chính là tinh thần Phật dạy tu theo Tứ chánh cần.

Người học đạo sở dĩ sáng suốt là do biết buông bỏ những thứ tầm tối, để tâm được trong sáng thanh tịnh. Cho nên có bài kệ thế này:

Người thật tâm học đạo,  
Sẽ thấy rõ được đạo,  
Như người cầm đuốc sáng,  
Đi trong chỗ tối tăm.

Tâm sáng thì việc sáng, tâm tối thì việc cũng tối. Lẽ thực như thế. Bóng dáng sáu trần là vọng tưởng, không phải tâm ta, thể mà mình sống với nó nên điên đảo quay cuồng cả đời. Người học đạo như kẻ cầm đuốc sáng vào nhà tối, bóng tối tự tan mất. Không có được cây đuốc trong tay thì không thể phá tan bóng tối, cũng thế không có ngọn đèn trí tuệ chiếu soi thì ta mãi mãi đi trong vô minh tăm tối.

Cho nên chủ yếu là làm sao giữ tâm mình rỗng rang sáng suốt, nghĩa là tay ta luôn cầm ngọn đèn trí tuệ mới không bị sa hầm lọt hố. Bài kệ còn đoạn sau thế này:

Đi trong chỗ tối tăm,  
Bóng tối sẽ tự diệt,  
Sáng suốt luôn hiện tiền.

Nghĩa là người cầm đuốc sáng vào trong nhà tối, bóng tối biến mất nên nhà được sáng. Nên nói đi trong chỗ tối tăm bóng tối tự diệt, ánh sáng sẽ hiện tiền.

Nhận được lý này rồi,  
Trong tâm không còn mê,

Lúc nào cũng sáng suốt,  
Đấy chính là chân tâm.

Nhận biết như vậy rồi trong tâm hết mê, lúc nào cũng sáng suốt rõ ràng. Người sống được như vậy là người sống với chân tâm. Sống với chân tâm chính là sống thiên vậy.

Có một lần đức Phật cùng Tôn giả A Nan trên đường giáo hóa trở về, ngang qua chỗ làm nhang. Phật bảo ngài A Nan đến đó lượm một ít áo nhang cho Ngài. A Nan vâng lời đem về một ít áo nhang dâng Phật. Thế Tôn cảm lên hỏi:

- Người nghe mùi áo nhang này như thế nào?

Ngài A Nan thưa:

- Bạch Thế Tôn! Đây là loại nhang thơm, nên áo nhang cũng thơm.

Hai thầy trò đi tiếp một đoạn đường nữa, đến chỗ người ta bán mắm, bán cá. Phật bảo A Nan vào xin một ít bao gói mắm cho Ngài. Tôn giả A Nan cũng vâng lời, đem ra trình Phật mấy bao gói mắm. Phật hỏi:

- A Nan! Ông nghe mùi cái bao này như thế nào?

Ngài A Nan thưa:

- Bạch Thế Tôn! Vì bao này gói mắm nên nó hôi tanh như mùi mắm.

Sau đó Phật kết luận:

- Cũng vậy A Nan, nếu người không giữ được tâm mình, để nhiễm các thói hư tật xấu giống như những bao gói mắm, hôi tanh không thể chịu được. Trái lại, nếu người biết tu tâm, gần gũi những bậc tu hành chân chánh, sáng suốt, sinh hoạt đúng tinh thần đạo lý, giống như những áo nhang gói hương thơm, cũng được ảnh hưởng mùi thơm ấy.

Qua hai hình ảnh trên Phật dạy chúng ta một bài học về giữ tâm thật hay, thật sâu sắc. Thực ra trên đời này không ai là Phật sống hay thánh hiền hết. Tất cả đều là chúng sinh với nhau, không người nào thập toàn. Nhưng nếu chúng ta biết học cái hay của người, gạt bỏ cái dở của mình thì dần dần ta sẽ loại bỏ hết những cái dở, nuôi dưỡng thêm những cái hay. Đó chính là từng bước chuyển dở thành hay, chuyển phàm thành thánh vậy.

Những gì hôi tanh như cá như mắm thì xin đừng đem vào nhà. Tham sân phiền não đã gây biết bao khổ não cho ta, ôm giữ, nuôi dưỡng nó làm gì, có khác nào rước họa

vào thân. Còn những gì thơm tho tươi tốt, làm cho mọi người hoan hỷ vui vẻ, sao ta lại không gần gũi nuôi dưỡng. Từ bi hỷ xả là những đức tướng trang nghiêm tốt đẹp, là hương thơm đức hạnh, sao ta không vun bồi cho ngày càng tươi tốt. Phật dạy thật chí thiết, chỉ vì chúng sanh quá ngu mê nên suốt đời phải chịu đau khổ mãi.

Ta thường nghe nói ba nghiệp tham, sân, si dẫn mình đi trong đường khổ. Bây giờ nếu biết tu, ta phải nhớ những gì thuộc về tham thì đừng để vào tâm của mình. Sân si cũng thế. Vì nếu để trong tâm, chẳng những nó làm hại mình mà còn hại cả những người chung quanh nữa. Trong cuộc sống tương giao này, tất cả đều không thật, nó chỉ tồn tại trong một giới hạn tương đối thôi. Chúng ta khéo dùng thì cuộc sống tạm yên ổn, không khéo dùng thì cõi giả mà ta thấy khổ thật. Nghĩa là cũng ba nghiệp nhưng nó như nhiệm thì nguy hại cho thân tâm. Nếu ba nghiệp trong sạch thì thanh tịnh giải thoát.

Trái với sân là từ bi, tức lòng thương rộng lớn. Nuôi dưỡng lòng thương rộng lớn thì tự nhiên sân hận giảm đi. Trái với tham là không tham, mở rộng lòng tha thứ, dung hòa vui vẻ, không keo xén tiếc lẫn thì người người đều an vui thái bình, không ai xâm lấn của ai, không ai hà hiếp ai. Trái với si mê là sáng suốt không lầm lẫn. Người có trí sáng, làm việc gì biết trước hậu quả của nó, nên ít phạm sai lầm làm khổ mình khổ người. Khi đã hiểu rõ như vậy, chúng ta tự lựa chọn con đường nào tốt thì đi, không ai ép buộc ta cả.

Là Phật tử đã quy y Tam Bảo, biết tu theo sự hướng dẫn của Tăng Ni, tức quý vị đã đi theo con đường chân chánh, vậy trước nhất phải tin tưởng vào Phật pháp. Đạo Phật là đạo giác ngộ, người tu theo đạo Phật là người muốn được giác ngộ giải thoát. Tôi tin rằng dù hiện tại quý vị đang bận rộn nhưng một thời gian không lâu, quý vị sẽ có nhiều duyên tốt hơn nhờ gần gũi quý Thượng tọa, được sự hướng dẫn của quý Ngài, Phật tử sắp xếp cuộc sống của mình sao cho phù hợp với việc tu tập. Như vậy chắc chắn ngày càng tốt đẹp, ngày càng gần gũi với đạo hơn.

Người biết hướng về Phật pháp luôn có niềm tin vững chắc. Vì nếu niềm tin không vững, chúng ta sẽ áp dụng được Phật pháp vào đời sống tu tập của mình. Kinh nghiệm bản thân cho chúng tôi thấy như vậy. Cho nên trước nhất ta nên gây dựng niềm tin đối với Phật pháp. Tin chắc lời Phật dạy không sai, nếu ta tu đúng thì nhất định hết khổ, nhất định giải thoát. Sờ dĩ chúng ta tu mà còn khổ là vì tu chưa đúng, chứ không phải lời Phật dạy sai.

Phật tử đã quy y Tam Bảo cố gắng giữ gìn những điều giới mình đã lãnh thọ. Trong cuộc sống này, chúng ta còn dở lắm, dễ bị lôi cuốn theo các duyên không hay, vì vậy giữ giới là một phương pháp hữu hiệu nhất để ngăn ngừa tội lỗi, ngăn ngừa việc làm xấu, dẫn đến quả khổ trong hiện đời cũng như đời sau. Luôn thương yêu nhắc nhở nhau tu hành trong đạo tình chân thành. Đối với sự thành công của bạn hữu, ta luôn tùy hỷ, học hỏi và phấn đấu vươn lên, chứ không ganh ghét đố kỵ. Cho nên tùy hỷ có công đức rất lớn. Nếu chưa được như bạn phải tự thấy hổ thẹn, cố gắng tu tập như bạn. Từng bước tu tập như thế, nhất định quý vị sẽ đạt được an lạc ngay hiện đời.

Tóm lại, người con Phật phải sáng suốt thường tự xét nét từng tâm niệm của mình, tin sâu nhân quả, siêng tu ba nghiệp. Luôn nhớ chúng ta có duyên mới được gặp Phật pháp, gặp gỡ nhau trong một đạo tràng nên thương yêu giúp đỡ, sách tấn nhau tu hành, sống giản dị khiêm cung, giữ gìn giới luật, không để trái phạm. Đó chính là mẫu người Phật tử đáng quý đáng kính nhất.

Chúc tất cả quý vị cùng hưởng vui niềm chánh pháp trong ánh hào quang của Phật.



## VUI TU

Buổi sinh hoạt đạo lý hôm nay, chúng tôi sẽ nói về những niềm vui của người tu. Trong quá trình tu hành, có những lợi lạc, phần khởi như thế nào đều tùy theo công phu của từng người. Và chắc chắn rằng không có quá trình tu hành nào không có những niềm vui, những kết quả lợi lạc thiết thực.

Riêng về tu thiền, nếu nắm vững phương pháp, đường lối và sắp đặt thời gian hợp lý thì việc thực tập tu thiền sẽ giúp cho thân tâm chúng ta được nhiều an lạc. Ngược lại, nếu thực hành không đúng, chẳng những không thấy an vui mà đôi khi còn sinh bệnh tật phiền não nữa. Vì vậy khi chọn pháp môn tu thiền, chúng ta cần nắm vững đường lối, cách thức và luôn gìn giữ minh sư, để tránh trường hợp sai lạc trong lúc dụng công.

Hôm nay chúng tôi nói về những niềm vui trong lúc tu tập để chúng ta cùng chia sẻ, cùng phần khởi với những bước tiến bộ chung, từ đó huynh đệ sẽ có niềm tin và hăng hái hơn lên trong việc tu tập. Như ta đã biết nghiệp tập của chúng sanh thì nhiều lắm, những thói quen những chủng tử gây tạo từ nhiều đời, khi tu tâm yên lắng một chút thì nó hiện ra. Nếu không có cách hóa giải, tiêu dung thì ta sẽ thấy hoảng sợ và không dám tu nữa. Cho nên có một số vị bảo tu nhiều đồ nghiệp là vậy.

Vậy chúng ta tu tập như thế nào để có niềm vui, niềm tin đối với pháp tu? Trước nhất, ta phải định tâm đối với tất cả những cảnh duyên ồn ào. Đây là điều hầu hết Phật tử phải đối diện, không chạy trốn đi đâu được. Làm sao để định tâm? Vấn đề là ở chỗ đó. Nghiệm kỹ ta sẽ thấy muốn định tâm trước mọi cảnh duyên, chúng ta phải tỉnh giác. Nhờ tỉnh giác ta mới sáng suốt để ổn định các sự kiện chung quanh. Nhưng nói định tỉnh, nói sáng suốt thì phải làm sao, đây cũng là một vấn đề.

Ai không muốn sáng suốt, tỉnh giác nhưng những thứ làm mê ở đâu không biết, nó cứ quấy nhiễu mình. Cho nên Phật dạy phải biết được sào huyệt của giấc mới có thể đánh tan chúng. Bình thường chúng ta mắc kẹt ở chỗ nào, đắm nhiễm thứ gì thì ngay nơi đó phẳng tìm kẻ giấc đã quấy nhiễu mình. Trong các kinh đều nói, các căn của chúng ta là nơi phát sinh phiền não mà cũng là gốc của muôn pháp lành. Vậy phải ngay nơi sáu căn mà tu. Ngoài ra trên tinh thần tu tập, chúng ta phải luôn phần khởi nỗ lực mới có thể hóa giải được phiền não, những bất an bất ổn trong tâm.

Như chúng tôi đã từng nói, hiểu Phật pháp thì nhất định ta hiểu rồi, nhưng hành được hay không mới là điều đáng nói. Liên tục hành trì một cách bền bỉ đúng pháp, không phải là chuyện dễ. Bản thân chúng tôi vẫn còn gặp trở ngại và nhiều khuyết điểm chưa được khắc phục, nên cũng cần phải nỗ lực phấn đấu nhiều lắm. Nhiều huynh đệ rất ham tu nhưng khi gặp trở ngại lại không bền lòng, không vững tâm nên dễ thoái thất. Nhiều vị hơi xem thường tập khí, xem thường sự duyên chung quanh, nên cuối cùng bị chúng xỏ mũi dẫn đi không hay.

Chúng ta biết rõ ràng thân này là giả, tâm duyên các cảnh không thật, vô thường sanh diệt. Biết như vậy nhưng khi đối diện với chúng mới thấy thật sự mình chưa làm chủ được. Cho nên thân tâm giả mà phiền não dường như không giả, vì vậy mới có buồn, có giận, có chảy nước mắt dài dài. Tôi có một người huynh đệ thường hay tự ti mặc cảm vì hoàn cảnh gia đình nghèo đói, mặc dù anh ta học rất giỏi, có bằng cấp cao. Lòng tự ti mặc cảm ấy giống như cái chày sắt, nên mỗi khi làm việc hoặc tiếp xúc với ai, nó cứ nện xuống đầu anh khiến anh cảm thấy dường như mọi người khinh khi xem thường mình. Cho nên cuối cùng anh rất đau khổ, phiền muộn suốt trong cuộc sống đầy danh vọng địa vị của mình.

Với người như thế, tôi nghĩ chỉ có tu mới gột rửa được hết những mặc cảm sai lầm đó thôi. Trong một lần gặp gỡ nói chuyện, tôi hỏi anh mặc cảm như thế để làm gì, được gì thì anh bảo không biết. Rõ ràng tất cả chỉ là mộng mà ta lại chìm trong đó để khóc để cười, thật tội! Cứ lao theo mặc cảm đen tối để tâm bất an là điều không thể hiểu nổi của chúng sanh. Anh ta nói tôi biết mình tự gây dựng phiền não cho mình, nhưng bỏ không được. Nó là kỷ niệm, là dấu ấn sâu sắc trong cuộc đời của tôi. Thế thì anh cứ ôm lấy để mà khổ chứ còn biết làm sao hơn!

Nếu chúng ta cũng như anh bạn ấy thì Phật pháp thật khó áp dụng. Không cởi mở, không có cái nhìn thông thoáng đối với hoàn cảnh của mình và mọi người thì không sao xả bỏ những định kiến sai lầm của mình. Học Phật pháp, hiểu Phật pháp, nói Phật pháp, viết Phật pháp thành văn, nhưng không hóa giải được phiền não trong lòng mình thì tất cả các việc kia cũng chẳng dính dáng gì. Con người một khi đã chấp chặt thì khó bỏ khó quên, những gì làm cho họ đau lòng đôi khi được ghi nhớ sâu đậm hơn là những việc tốt đẹp. Vì vậy mà chúng sanh lăn đi lộn lại vay trả, trả vay mãi không thôi. Nhà Phật gọi đó

là hoặc loạn, chữ “hoặc” tức mê lầm không sáng, chữ “loạn” tức lằng xằng điên đảo. Do hoặc loạn mà tâm rối ren, bất an nên không định tĩnh không thấy được lẽ thật.

Tu hành mà cứ khổ hoài thì không tu được, thụ hưởng cũng không tu được, phải vui mới tu được. Cho nên người tu được là người bao dung, độ lượng, biết thương yêu và tha thứ. Những gì đáng bỏ thì bỏ đi, chỉ giữ tâm trong sạch bình an thôi. Thế gian cho rằng bỏ hết không còn gì là mất tất cả, nhưng với người tu trong lòng lọc sạch tất cả phiền não cù cặn thì an lạc tràn đầy. Điều này nếu vị nào có sự phấn đấu trong tu tập sẽ thấy rất rõ. Ví dụ như bữa nay mình thấy trong người khó chịu, muốn bệnh nên tăng giờ ngồi thiền thêm nửa tiếng, dù chân đau ta cũng không xả. Cố gắng như vậy, một chút xuất hạn mồ hôi tự nhiên nghe nhẹ trong người, hết cảm. Nhờ thế ta cảm thấy vui vẻ và niềm vui đối với pháp môn vững chắc hơn. Đó là kết quả từ sự nỗ lực phấn đấu của ta vậy.

Từ những kinh nghiệm đó, chúng ta có phương pháp để đối trị phiền não một cách cụ thể. Nếu ta chỉ khó với người, mà không khó với mình, thì không thể tự điều phục, tự chiến thắng mình nổi. Như ngồi thiền khoảng một tiếng rưỡi mình thấy đau chân quá, nên mới một tiếng liền tìm lý do gì đó để xả sớm. Tu như thế làm sao khắc phục được những vọng tưởng điên đảo, những phiền não thâm căn cố đế của mình. Cho nên Lục Tổ dạy thường tự xét lỗi mình, đừng dòm dõi lỗi người để tập trung quay lại mình, nghiêm chỉnh đối với mình mới thành tựu đạo nghiệp được.

Nếu bản thân mình không chịu yên thì không ai có thể giúp chúng ta yên được. Ta nguyện cầu Phật, Bồ-tát gia hộ cho con được bình yên mà ta không tự bình yên thì Phật Bồ-tát không gia hộ được. Các Ngài chỉ gia hộ bằng cách dạy bảo cho mình cách thức tu tập để tự bình yên. Chúng ta không thực hành, không làm theo sự hướng dẫn đó thì không bao giờ bình yên được. Với người tu thiền điều kiện trước nhất là phải yên định. Có yên định mới khắc phục được những tư tưởng ồn ào, lằng xằng làm cho tâm ta giao động nhọc nhằn. Đó là điều thứ nhất.

Điều thứ hai, khi ta đã được yên định rồi phải nghĩ tới huynh đệ đồng tu, đồng viên giúp đỡ bạn hữu cùng được an lạc như mình. Niềm vui càng lớn, càng tăng trưởng chừng nào thì càng quý càng hay chừng nấy. Quên đi những riêng tư của mình, bỏ lại việc

cá nhân, tập trung hướng dẫn mọi người cùng được yên vui, giải thoát là những việc làm của người con Phật.

Ví như ta đến vùng sông nước, được đi trên cây cầu bình an liền ước mong mọi người đến đây cũng được đi trên cây cầu an toàn thế này, không phải lội qua chỗ sinh lầy như nhóp dưới sông. Đây chính là chân tinh thần vô ngã vị tha trong giáo lý Phật đà. Chúng ta có pháp tu, cũng muốn những người chung quanh có pháp tu, ta được vui vẻ cũng mong ước mọi người cùng vui vẻ. Vì vậy chư vị Bồ-tát luôn tích cực đi vào cuộc đời làm lợi lạc cho tất cả chúng sinh, không hề chán mỏi. Đó là điểm thứ hai.

Trong đời sống của chúng ta, nếu kẹt ở chỗ bất an bất ổn thì sẽ mắc mứu dài dài. Nếu trụ chỗ vui vẻ an lạc thì tâm ta phấn khởi cởi mở. Như trong gia đình một vài người thì ít sinh sự, nhưng khoảng chín mười người trở lên là bắt đầu có vấn đề dài dài. Buổi sáng sớm vừa mới ăn xong, mà có ai khơi mở cái cù cặn là rối rắm, tối tắm y như trời chiều nắng gắt, ai cũng cảm thấy bức dọc vô cùng. Nhưng nếu mở trúng chỗ an ổn lợi lạc thì mọi người cùng vui vẻ hết, đó mới đúng là bình minh tươi sáng mát mẻ.

Việc tu hành cũng vậy, nếu mình khéo một chút thì bản thân được an vui tiến bộ và mọi người cũng thế. Còn ta tu mà cứ nhấn nhó ủ rũ hoài thì huynh đệ chung quanh sợ lắm. Như Phật tử đi chùa, làm những việc phúc lợi, được quý thầy hướng dẫn tu tập, về nhà phần chần đối xử với mọi người vui vẻ tốt đẹp, tự nhiên tất cả mọi người trong gia đình đều thích, đều chịu nghe theo mình. Chứ đi chùa về mà quạo quọ, hét la người này đến mắng người kia, thì dù có nói Phật trời gì người ta cũng chạy tuốt. Cho nên việc tiếp cận trong đời sống rất quan trọng, nó thể hiện lực tu bên trong của mỗi người.

Người ta bảo “ăn cơm có canh, tu hành có bạn”, câu ấy thông thường thôi nhưng nói lên được tầm thiết thực của sự hỗ trợ, động viên của thiện hữu tri thức. Do đó khi chúng ta quyết tâm chọn hướng tu hành rồi thì phải khéo léo trong cách hành xử với mọi người. Được vậy đạo tràng của chúng ta mỗi ngày mỗi vui, mỗi tăng tiến, mỗi đông đảo. Nếu sự khéo léo động viên của chúng ta có kết quả, những người chung quanh cảm thông và cùng tu hành tức Phật pháp thịnh hành. Không luận đạo tràng nào, tổ chức đã lâu năm hay còn mới mẻ, nếu các thành viên trong đó tu hành được lợi lạc thì đạo tràng ấy xem như thành công tốt đẹp.



Đó là tôi muốn nói những việc làm đem lại niềm vui cho nhiều người, tạo sự phấn khởi chung đối với việc tu hành, nhất là trong mối quan hệ tương giao hằng ngày. Bởi vì không phải lúc nào Phật tử cũng lo tu tập riêng được, mà còn các việc xã hội, những quan hệ chung quanh đời sống, nếu người khéo léo thì chẳng những bản thân tu được mà còn hỗ trợ cho bạn bè cùng tu.

Một khi đã có niềm vui trong sự tu thì chúng ta sẽ là người chiến thắng. Chiến thắng cái gì? Chiến thắng tất cả những hấp lực lôi cuốn của ngũ dục, chiến thắng những bất an bất ổn trong lòng mình. Với người có tâm tu hành, phải có lực dụng mới chiến thắng được, bởi việc tu thật ra khó lắm. Ví dụ ta vừa thoáng nghe một câu không hay về mình là buồn giận liền, vì đạo lực yếu nên ta dễ bị cảnh duyên sai sử.

Thế nên trong nhà thiền dạy vừa dấy niệm liền buông, nhưng ta đâu chịu buông ngay, phải buồn phiền mệt mỏi lắm rồi mới chịu buông. Tai nghe tới tên mình, mắt thấy ai chỉ chỗ về hướng mình là có vấn đề, tự nhiên như vậy. Cho nên ý thức phân biệt hiểu biết càng khôn ngoan chừng nào thì đối với việc tu hành càng trở ngại chừng đó. Nếu chúng ta không tĩnh tâm thì không thể dẹp tan, không thể chiến thắng các thứ chướng ngại ấy. Bởi vì mắt thấy, tai nghe theo vọng tưởng của mình chứ không phải thấy nghe đúng sự thật nên phiền não phát sinh. Chiến thắng nghĩa là chúng ta thấy nghe đúng như thật, do đó không bị vọng tưởng lay chuyển, không mắc mưu bởi những hiện tượng chung quanh. Có khi người ta không nói về mình, không chỉ đến mình mà ta đã tưởng tượng trước, rồi tự sinh sự, tự buồn phiền. Cho nên Phật dạy chiến thắng mình là chiến công oanh liệt nhất.

Khi chiến thắng được mình, làm chủ được mình rồi thì chúng ta có lập trường kiên định, không phải là người dễ nghe dễ tin. Tức chúng ta không nghe theo các thế lực bên ngoài, không tin thần quyền, mặc khải mà chỉ tin nơi chính mình. Nghe việc gì, thấy việc gì có liên quan đến mình cũng không vội dao động. Đó là ta đã có sức mạnh, có trí tuệ, không bồng bột sôi nổi như hồi còn mê lầm nông cuồng. Lúc ấy nhờ sự định tĩnh, không chạy theo ngoại duyên, chúng ta giải quyết mọi việc thật sáng suốt, nhanh nhẹn hợp tình hợp lý. Đó chính là người sử dụng được năng lực trực giác của chính mình.

Phật dạy trên thế gian này, những gì có hình tướng đều không thật, vậy ta chạy theo để làm gì? Một sự nghiệp gầy dựng ba bốn mươi năm, chỉ một cơn nổi giận, một cái

hòn lòng thôi có thể làm tiêu tan tất cả. Điều này ai cũng có cảm nhận hết. Với con người cũng vậy, ngày nay anh thương mến tôi nhưng ngày mai anh cũng có thể ghét bỏ tôi, chuyện ấy rất bình thường. Bởi Phật đã nói tâm ta vốn bất thường, cho nên sự thay đổi là điều không bao giờ đổi thay. Nếu không nắm vững nguyên tắc này của cuộc đời, chúng ta sẽ mất ăn mất ngủ vì những chuyện “bình thường” ấy.

Nói đến đây, tôi nhớ lại một hình ảnh của mình lúc nhỏ. Năm đó tôi là tăng sinh sống chung với mấy chục huynh đệ trong một già lam. Tôi được sắp nằm gần một thầy hơi khó tánh. Hôm ấy, không hiểu sao tôi lại để nhằm ca nước của mình qua đôn của thầy ấy. Ăn cơm xong, về liêu thấy ca nước, thầy lớn tiếng hỏi: “Ai để ca nước trên đầu đôn của tôi?” Lúc đó tôi giật mình nhận ra cái ca để nhằm, tôi vừa mở miệng định xin lỗi thì vèo một cái, ca nước bay lên đầu, mặt mày tôi ướt sũng. Ngớ người ra, tôi đứng chết trân, cố gắng lắm một lúc sau tôi mới nói được: “Tôi để nhằm chứ không cố ý, thầy hoan hỷ cho”. Nói xong, tôi ra ngoài.

Buổi chiều đó vào đại học văn khoa, nghe thầy giảng những bài thơ của Huy Cận. Bình thường với tôi vị thầy này là giảng sư hấp dẫn nhất, nhưng hôm đó trong đầu tôi không vô được một chữ, tự nhiên tôi thấy hôm nay ông thầy giảng không có duyên chút nào. Tối về lại nằm kể người huynh đệ vừa tạt ca nước lạnh vào mặt mình, tôi không sao ngủ được. Nằm đó cứ âm ừ âm ực, hôm sau cáo bệnh tôi xin phép đi vài hôm. Về chùa gặp lại huynh đệ nhỏ nói chuyện vui chơi, tự nhiên thấy nguôi ngoai. Mấy hôm sau bình tĩnh lại, tôi thấy mình dở quá, tu hành bao nhiêu năm mà không làm chủ được, có một ca nước thôi mà trôi khỏi trường đến mấy ngày. Nghĩ vậy, tôi hổ thẹn xách gói trở về. Hôm ấy tôi còn mua một ký kẹo chia cho anh em mỗi người ngậm một viên cho vui.

Sau này, mỗi lần nhớ tới người huynh đệ nằm cạnh đôn ngày xưa, tôi luôn tri ân như một vị nghịch hạnh Bồ-tát, đã giúp tôi thức tỉnh trước những cảnh trái ý nghịch lòng. Có vậy, ta mới biết đạo lực mình tới đâu để mà tiến lên chứ. Qua lần ấy, tôi suy nghĩ thật ra có vào trong rừng tu, mình cũng không thể tránh khỏi những thử thách, những trở ngại. Chủ yếu là tâm ta có tỉnh giác hay không thôi. Nếu bị bản ngã vây phủ thì dù sống trên trời ta vẫn phiền não như thường. Cuộc đời là một trường va chạm, những tổn thất, những sự kiện, những hình ảnh đều có giá trị đối với người biết tu.

Người luôn xét nét lại mình là người khôn ngoan nhất trong cuộc đời này. Biết ta dở nhưng không bỏ cuộc, vươn lên đi tới, đó là thái độ của bậc trượng phu. Thấy được lẽ thực cũng từ mình, mà quờ quạng trong đêm tối ảo hóa cũng tự mình thôi. Cho nên Phật mới dạy chiến thắng được mình là chiến thắng tất cả. Vừa rồi có một vị đến đây xin tu, hỏi ra mới biết phiền não ở nhà nên muốn vô chùa. Nói chuyện chơi một hồi tôi bảo: “Thôi, đạo hữu ơi! Tu trong lúc tâm không yên không được đâu. Đạo hữu về xem lại tình hình trong nhà, tìm hiểu đã thông đi, chừng nào bình yên thực sự thì vào đây tu với anh em. Bây giờ chưa được”. Đạo hữu ấy nghe lời về, rồi sau đó im ru, chẳng biết có còn muốn tu nữa không? Nhưng dù gì miễn vị ấy bình yên là tốt.

Phật nói người làm chủ được mình là người giàu sang muôn hộ. Trong kinh Pháp Hoa, Phật kể chuyện người cùng tử bỏ nhà đi tha phương từ nhỏ. Trên đường khổ sở đói khát vô tình anh lưu lạc về đến chốn cũ, nhưng không nhận ra được nhà mình cũng chẳng biết cha già nên lại bỏ chạy. Ông Trưởng giả tìm đủ mọi cách để đem con về và giả dạng người hốt phen để được gần gũi anh. Lâu ngày quen dần và bắt đầu có sự cảm thông, ông mới nói thật với anh: “Ta là cha con, tất cả sự nghiệp gia sản trong nhà này đều là của con. Con hãy nhận lấy và giữ gìn vì cha đã già, cha chỉ mong có mỗi ngày này”. Tin đây là sự thật, chàng cùng tử bấy giờ trở thành Trưởng giả giàu sang vô kể.

Phật bảo chúng ta cũng vậy, có của báu mà không biết, lang thang trong luân hồi sanh tử nhiều đời nhiều kiếp, luống chịu biết bao thăng trầm. Bây giờ nếu chịu quày đầu nhận lại thì kho báu sẵn đủ, giàu sang khôn kể. Tại sao chúng ta còn chần chừ chưa chịu nhận lại kho báu nhà mình. Được gặp Phật pháp, có điều kiện trao đổi tu tập mà chúng ta không cố gắng nhận ra tánh Phật của chính mình thì thật không còn biết nói sao hơn! Phật dạy tất cả chúng sanh đều có tri kiến Phật nên đều có thể thành Phật. Chúng ta biết mình có khả năng thành Phật, vậy tại sao không sống lại với Phật tánh của mình, để không còn đau khổ trong trăm luân sanh tử nữa. Đó là điều mê lầm đáng thương nhất của chúng sanh.

Chúng ta tu tập thế này là đang trong giai đoạn lần hồi làm quen với ông Trưởng giả, để từ đó nhận lại gốc gác của chính mình. Vậy trước nhất là phải tự ổn, tự yên đối với tất cả các cảnh duyên bên ngoài. Chư Phật, Bồ tát chỉ cho mình những phương pháp thực hành để ta tự làm chủ mình. Sau đó phát huy, động viên cho tất cả huynh đệ đồng

chí đồng hạnh đều được như thế. Muốn thế, từng bước chúng ta buông bỏ vọng tưởng, cố chấp, tự ti mặc cảm để chiến thắng lấy mình. Chúng ta biết rõ lẽ thực của các pháp không là gì hết, do duyên hợp tạm có, vì thế chúng hư giả. Thân này cũng vậy, chỉ một hơi thở ra không hít vào là kể như không còn nữa, nên ta không chạy theo nó, không sợ mất nó, không sợ xấu sợ khổ nữa. Đó là giải thoát rồi.

Người phát huy được tuệ giác của mình, trước nhất là hết khổ, sau đó mới nói đến các khả năng lợi ích mọi người. Tuy nhiên hiểu và nói thì dễ nhưng thực hành rất khó, chúng ta phải cố gắng nhiều, cần tu tập có phương pháp, gần gũi thầy bạn lành, tạo hòa khí để vui tu. Ta làm chủ được, thấy được thực chất các vấn đề rồi thì tâm an ổn, cuộc sống an nhàn thanh thoi, không phải trăn trở mất ăn mất ngủ vì những chuyện không đâu. Đó là lợi ích thiết thực của sự tu hành.

Người tu chúng ta nếu thiếu đạo lực, thiếu sự tu tập, công phu không liên tục thì không khi nào làm chủ được mình, không khi nào bình ổn vui sống, gặp sự cố gì cũng hoảng sợ giao động. Tu như vậy có khác gì người không tu, cho nên chúng ta phải quyết tâm, tự sách tấn nhắc mình nỗ lực. Ở trong pháp Phật, chuyên cần siêng năng vui vẻ, không khởi niệm lười mỏi, được vậy con đường giác ngộ giải thoát nhất định không xa. Khi nào tâm ta bình thản trước mọi thay đổi mà vẫn đầy đủ lòng từ, thương yêu mọi người, đó là ta đã thành tựu đạo giác ngộ.

Người xuất gia hành trì Phật pháp được lợi lạc như thế, người tại gia cư sĩ hành trì Phật pháp cũng được lợi lạc như thế. Chủ yếu tất cả chúng ta nhận được tâm là chủ, hằng sống với tánh giác của mình, thì dù là ở đây hay đi cõi nào, ta cũng an vui giải thoát. Bởi vì bấy giờ ta là ông Trưởng giả giàu có vô tận, chứ không phải là gã cùng tử lang thang nghèo khổ nữa, thì muốn gì mà không được.

Chúc tất cả đều nhận lại được kho báu nhà mình, để huynh đệ cùng chung hưởng niềm vui bất diệt có trong mỗi chúng ta.



# MỤC LỤC

❖ Lời Đầu Sách.

1. Biểu Tượng Hoa Sen Trong Đạo Phật.
2. Lập Trường Của Người Tu.
3. Đừng Bỏ Quên Chính Mình.
4. Hoan Hỷ Tu Tập.
5. Tự Phấn Đấu Để Hưởng Được Mùa Xuân Miên Viễn.
6. Tự Trau Dồi.
7. Định Hướng Tuệ Giác Qua Sự Tu Tập Của Chúng Ta.
8. Tu Tạo Đức Tướng Từ Ba Nghiệp.
9. Tu Từng Tâm Niệm.
10. Vui Tu.

