

# Góp nhặt

*Thích Trí Siêu*  
France, 1997

## Phần I

01

### Khái Niệm Phật

Tức kia, khi nói đến Phật, tôi chỉ liên tưởng đến hình ảnh của Phật Thích Ca. Và mỗi khi tôi mong hay nguyện thành Phật thì tôi ao ước mình sẽ trở thành y hệt như Phật Thích Ca. Đến khi tôi theo học với các Lạt Ma Tây Tạng, họ dạy rằng các vị Lạt Ma cao cấp như Rinpoché, Tulku đều là Phật. Những lúc đó tôi thường âm ỉ trong lòng và nhiều lúc tôi cãi, nói rằng đức Phật có 32 tướng tốt, 80 vẻ đẹp, trái tai dài xuống cổ, tay dài tới gối, v.v.... Sao các vị Lama Rinpoché (Phật) kia hình tướng bình thường, chả có gì đặc sắc mà cứ gọi họ là Phật?

Cứ thế tôi tranh luận, cãi lý với các bạn đồng tu. Gyalwa Karmapa thứ 16, tổ của phái Kagyupa, trước khi mất đã ấn chứng rằng Lama Guendune Rinpoché là người chứng được trạng thái Dorjé Chang, tức chứng ngộ hay đạt được phật tánh và đệ tử của Lama Guendune thường gọi ngài là Phật (Boudhha). Đến khi tôi theo học với ngài ba năm thì hồi ời, tôi thấy ngài chả có gì là Phật theo kinh sách Đại thừa mà tôi đã học. Ngài cười giỡn như người thường và có nhiều câu hỏi ngài trả lời là ngài không biết. Đối với tôi, Phật là nhất thiết trí, cái gì cũng biết hết, nhất là thấy được những ý nghĩ trong đầu tôi (tha tâm thông), hay là thấy được những kiếp trước của tôi (tức mạng thông). Vậy mà khi tôi hỏi những việc đó, ngài bảo không biết, làm tôi chán nản thất vọng. Chỉ được một điều an ủi là ngài rất từ bi. Nhưng có một lần chúng tôi thấy ngài nổi cơn thịnh nộ, la hét dữ tợn. Lần đó tôi cũng hoang mang đặt câu hỏi, Rinpoché từ bi như vậy mà hãy còn sân, chắc ngài chỉ là bồ tát thôi chứ chưa hẳn là Phật.

Cứ thế mà tôi xét đoán, nghi ngờ ngài là Phật hay không là Phật. Mãi đến khi tôi rời ngài và ba năm sau tôi mới hiểu được và công nhận ngài là người đã giác ngộ.

Như tôi đã nói trong quyển 'Đạo Gì', Phật của mỗi người mỗi khác, mỗi người sẽ hình dung ông Phật của mình tùy theo phong tục tập quán, văn hóa truyền thống của mình. Nhưng chính những quan niệm hay khái niệm về Phật này sẽ khiến mình không bao giờ thấy được Phật. Vì ông Phật tự thân không bao giờ giống như ông Phật mà ý thức mình đã từng mơ tưởng.

Càng cố gắng giảng giải, nói Phật là thế này, thế nọ, là tánh giác, là chánh niệm hay là bất cứ cái gì đi nữa cũng không tránh khỏi đưa người vào sự mắc kẹt. Chỉ khi nào những khái niệm về Phật bị sụp đổ thì may ra lúc đó ta mới thấy được hay hiểu được Phật, và khi đó cái chữ Phật hay danh từ Phật không còn là vấn đề, gọi nó là gì cũng được. Tôi nhắc lại, khái niệm Phật cần phải sụp đổ, sụp đổ chứ không phải bỏ qua. Qua kinh nghiệm của tôi, chữ sụp đổ rất quan trọng, vì phải trải qua một lần gãy rụng, tôn sùng, bám víu, nâng niu cái lâu đài bằng sắt của mình cho đến khi chính mình trở thành tù nhân của lâu đài. Lúc đó bị rơi vào cơn khủng hoảng, ta vùng vẫy đập phá tìm cách thoát thân, nhưng những bức tường khái niệm kia do chính ta xây quá kiên cố, kiên cố để bảo đảm sự an toàn. Rồi nhờ một nhân duyên nào đó, một

hoàn cảnh nào đó, hay là trời xui đất khiến, cái lâu đài kia sụp đổ, ta thấy lại bầu trời tự do, bao la bát ngát. Bầu trời kia từ xưa đến nay vẫn thế, có bao giờ mất đi đâu. Tôi đã mãi mê tìm Phật trong những bộ luận như Đại Trí Độ luận, Trung Quán luận, vì tác giả là tổ Long Thọ, một vị tổ lớn, một Đại luận sư, nếu không học những bộ luận như vậy thì không xứng đáng là một thầy tu trí thức. Trong những bộ đại luận như thế, đức Phật thường được miêu tả một cách thần thánh hóa và lý tưởng hóa, đức Phật có những thần lực như thế này, như thế kia. Nhìn lại các thầy tu khác, tôi thấy chả có ai xứng đáng là Phật cả, và đương nhiên tâm ngã mạn của tôi nổi lên. Thật là nguy hiểm.

Trong Thiền tông, có một thiền sư nói: mỗi khi nói đến chữ Phật, ông ta phải đi xúc miệng ba lần. Quý vị có thấy ông ta vô lễ với Phật không? Hay vì ông ta là thiền sư nên muốn nói sao cũng được?

Quý vị có hiểu vị thiền sư này chăng? Nếu hiểu thì chả có gì đáng nói. Còn không thì đừng nên bắt chước ông ta và cũng đừng phán xét hay chỉ trích.

Một người giác ngộ tự tánh của mình, không nhất thiết phải có một tư cách gì đặc biệt, khác thường cả.

Một người giác ngộ rồi có thể trở thành một đạo sư, một tổ sư, hay một gã ăn mày, một người thợ mộc, một tướng lãnh vv... Việc làm của họ vượt ngoài những khuôn khổ cố định cứng nhắc của ý thức bình thường. Việc làm của họ có thể gọi là 'xứng tánh tác phật sự'. Một khi thuận theo tự tánh mà sống thì làm việc gì cũng là phật sự hết, ngay cả những việc mà ta quen gọi là bất tịnh như đánh răng, xúc miệng, đi tiêu, đi tiểu cũng đều là phật sự.

Một người giác ngộ rồi có thể đi đứng thông thả, chậm rãi, chánh niệm, nhưng cũng có thể chạy hùng hục, vội vàng, hấp tấp. Có người luôn mỉm cười từ bi, nhưng cũng có người cau có khó chịu. Lịch sử Thiền tông đã cho chúng ta thấy đủ loại tư cách khác nhau của các Thiền sư giác ngộ.

*Hỏi: Người mới tu có cần khái niệm không?*

Đáp: Người mới tu rất cần nương vào những khái niệm có sẵn của truyền thống để tiến bước. Và đến một lúc nào đó thì phải vượt qua tất cả những khái niệm. Điều này có vẻ mâu thuẫn nhưng cũng là lẽ đương nhiên. Thiền sư Lâm Tế có nói: 'Nếu ông không có gậy, ta sẽ cho ông một cây gậy. Nếu ông có gậy thì ta đoạt lấy của ông'. Khi bám víu vào một giáo lý, một khái niệm nào đó, cho nó là chân lý thì ta không thể thấy chân lý được nữa. Bởi vì không có một chân lý duy nhất mà có nhiều chân lý.

Thí dụ người tu Tịnh Độ thì cho giáo lý Tịnh Độ là hay nhất, đúng nhất. Nhưng không có giáo lý hay nhất và đúng nhất. Vì hay nhất, đúng nhất đối với Ai? Chỉ có giáo lý thích hợp với mình trong một thời gian và hoàn cảnh nào đó.

Giống như việc uống thuốc và đi ăn nhà hàng. Người bị nhức đầu uống thuốc Aspirine thì thấy dễ chịu rồi đi đâu cũng mang theo Aspirine trên mình, gặp ai cũng khoe là thuốc Aspirine tốt, uống vào dễ chịu, bớt đau ngay. Nhưng nếu gặp người đau bao tử mà đưa cho họ Aspirine thì hồng bét, vì Aspirine sẽ làm lở bao tử và làm họ đau hơn.

Đi ăn nhà hàng cũng vậy, người thích ăn món này, người thích ăn món kia. Ngay cả khi ăn cùng một món, người này bảo nên cho nhiều dấm vào mới ngon, nhưng đối với người khác thì phải cho nhiều ớt vào mới ngon. Vậy thế nào mới thật là ngon? Mà ngon là ngon đối với ai chứ? Chúng ta cần phải ý thức điều này và không nên bắt ép người khác phải theo ý mình.

Đối với các Đạo sư và quý thầy cũng vậy. Không có thầy nào hay nhất, giỏi nhất. Hay nhất, giỏi nhất là dựa trên tiêu chuẩn nào? Của ai?

Đức Dalai Lama, mỗi lần ghé qua Pháp, trong những buổi giảng công cộng, ngài đều nhấn mạnh: 'nền tảng của tất cả đạo giáo là tình thương và lòng vị tha, sự khoan dung và tôn trọng kẻ khác. Bao nhiêu chiến tranh trên thế giới đều bắt nguồn từ sự ích kỷ, cố chấp vào ý kiến của mình cho là đúng và muốn kẻ khác phải tuân theo.'

-ooOoo-

## 02 Bệnh

*Hỏi: Khi nói về bệnh, đa số đổ tại nghiệp, như vậy có nên chữa hay không?*

Đáp: Trước khi nói nên chữa hay không, ta phải xét lại nguyên nhân nào đã đưa đến bệnh. Nếu ta không giữ gìn sức khỏe, ăn chơi trác táng rồi bị bệnh, như thế có đổ tại nghiệp được không? Không tắm rửa sạch sẽ, bị sinh ghê, có đổ tại nghiệp được không? Ai cũng biết nếu tắm rửa sạch sẽ thì làm sao có ghê. Nhưng nếu tắm rửa đều đặn mà vẫn bị ghê thì lúc đó có thể đổ tại nghiệp được. Còn chính mình dí tay vào lửa cho cháy rồi đổ tại nghiệp thì đâu có được.

Sống phải biết vệ sinh, chữ vệ sinh có nghĩa là bảo vệ giữ gìn sự sống, phải hiểu thân của mình cũng như chiếc bè qua sông. Đang đi trên sông, nếu không cần biết là bè bắt đầu nứt, nước tràn vào rồi mà cứ mặc kệ làm ngơ thì nửa chừng sẽ phải chết chìm trước khi tới bờ.

Ở các tu-viện và chùa, quý thầy, cô, các ông cha, bà sơ thường bị bệnh rất nhiều vì thiếu hiểu biết về y-lý và sinh lý con người.

*Hỏi: Có nhiều thầy bệnh không chịu uống thuốc, nói rằng phải lo tu hành, đâu có thì giờ lo trị bệnh.*

Đáp: Nếu vậy thì tu chưa xong mà đã chết trước rồi. Trờ lại vấn đề qua sông, có nhiều người không biết lượng sức mình, cho rằng mình có thể bơi một mạch qua sông tới bờ bên kia. Nhưng bơi mới tới giữa dòng thì đuối sức, không bám víu vào đâu được, phải bị chết chìm, chết đuối.

Có người biết mình bơi không nổi, đi lấy một số cây kết lại thành bè để qua sông. Nhưng vì quá hấp tấp, làm vội vàng câu thả, giằng bè cột không chắc, ra đến giữa dòng thì giằng bè mục đứt, vỡ bè rồi cũng chết đuối.

Có người cẩn thận, biết suy tính, thấy con sông dài, biết phải cần làm một cái bè thật chắc với bao nhiêu gỗ, bao nhiêu giầy. Trong lúc anh này hãy còn cắm cọc kết bè thì hai người kia đã nhẩy xuống sông trước rồi. Nhìn qua thấy anh thứ ba tuy chậm, đi sau nhưng đến bờ kia an toàn. Còn hai anh kia tuy có vẻ tinh tấn, cương quyết nhưng không tới bến.

Người tu cũng vậy. Có nhiều người quá khích, muốn mau thành chánh quả, tu ngày tu đêm, thức khuya dậy sớm, quên ăn bỏ ngủ. Làm như thế chỉ hại thân mình, quả Phật đâu chưa thấy mà thấy phải vào nhà thương sớm, tự làm khổ mình và khổ lây những người xung quanh phải lo săn sóc cho mình.

Đức Phật có nói người tu cũng giống như người chơi đàn. Phải biết lên dây đàn cho đúng thì đàn mới kêu. Nếu lên dây căng quá thì sẽ đứt, mà chùn quá thì không lên tiếng.

*Hỏi: Có nhiều nơi tu chỉ ngũ có bốn, năm tiếng.*

Đáp: Nếu ngũ bốn, năm tiếng mà trong ngày chỉ ngồi thiền, đi kinh hành, không làm việc gì cần đến sức lực thì bốn, năm giờ có thể đủ. Nhưng nếu trong ngày phải làm bao nhiêu việc như người ngoài đời thì sẽ hao phí sinh lực, ốm o gầy mòn và chết sớm.

*Hỏi: Có người làm việc như người thường mà đêm chỉ ngủ có bốn, năm tiếng mà vẫn không sao?*

Đáp: Việc ngủ nghỉ không thể tổng quát hóa (généraliser) được. Thí dụ như bà Thatcher, cựu thủ tướng nước Anh, mỗi đêm chỉ ngủ bốn, năm tiếng mà vẫn làm việc không ai bì kịp.

Mỗi người là một tiểu vũ trụ, không ai giống ai. Mỗi người có một tạng riêng, có người béo, có người gầy, người cao, kẻ thấp. Tùy theo tạng người mà có người cần ăn nhiều, ăn ít, ngủ nhiều, ngủ ít. Con người đầu phải là cái máy, rô bô mà bất ai nấy phải ăn ngủ như nhau được.

Nếu cho rằng ngủ ít là tu giỏi thì bà Thatcher kia xứng đáng là người tu giỏi.

Theo Đông-Y thì con người có ba phần: tinh, khí, thần. Ăn uống không đủ, thiếu dinh dưỡng hoặc dâm dục quá độ thì hao tinh. Không vận động thể dục, thể thao hoặc làm việc quá sức, nói năng quá nhiều thì hao hơi tổn khí. Suy nghĩ, lo lắng quá nhiều, ngủ nghỉ không đủ thì hao thần.

Người tu mà ăn uống không đủ dinh dưỡng, lại không vận động thể dục thì tinh khí yếu, bởi vậy cần ngủ nhiều để bồi bổ lại thần. Nhưng nếu nay lại bắt ngủ ít hơn người thường nữa thì chỉ có nước đi vãn sanh sớm. Người nào tinh khí đầy đủ thì tự nhiên không cần ngủ nhiều mà vẫn khỏe như thường.

Phật pháp bất định pháp. Không thể nói Phật pháp nhất định là thế này hay thế kia được. Ở hoàn cảnh này, trong trường hợp này, đối với người căn cơ này thì phải nói pháp như thế này. Gặp trường hợp khác, với người căn cơ khác thì nói pháp theo cách khác.

*Hỏi: Con nghe nói người tu phải 'tam thường bất túc'?*

Đáp: Tôi không đồng ý. Câu 'tam thường bất túc' có nghĩa là ba việc: ăn, mặc, ngủ phải không đủ, luôn luôn thiếu. Trong kinh Bát Đại Nhân Giác có dạy 'thiếu dục tri túc', có nghĩa là nhờ ít ham muốn nên lúc nào cũng thấy dư đủ. Người tu nhờ có thiếu dục tri túc nên không ham ăn, ham mặc, ham ngủ, không tích trữ đồ ăn, không mua sắm nhiều quần áo, không ưa ngủ giường cao, nệm êm. Vì thế ba việc: ăn, mặc, ngủ không cần quá đầy đủ như người thường. Theo tôi câu 'tam thường bất túc' nên đổi lại là 'tam thường tri túc'.

*Hỏi: Nghe thầy nói không giống mấy thầy khác. Quý thầy đa số nói tu là phải khổ hạnh, không được lo vấn đề vật chất..*

Đáp: Khi tôi nói người tu cần phải ăn uống, ngủ nghỉ vừa đủ không có nghĩa là lo cho vật chất mà là lo cho chiếc bè đừng sớm hư hoại trước khi sang đến bờ bên kia. Cho tới bây giờ, khi nói đến chữ tu, người ta chỉ nghĩ tu là tu tâm mà thôi. Nhưng đối với tôi, tu là tu cả hai: tu thân lẫn tu tâm.

*Hỏi: Nhiều thầy chủ trương khi có bệnh không chịu chữa, chỉ lo niệm Phật cầu vãng sinh.*

Đáp: Đó là vì mấy thầy đó muốn chết. Người tu Tịnh Độ muốn vãng sinh cực lạc, họ nghĩ nếu chết sớm thì về cực lạc sớm.

*Hỏi: Có những trường hợp, người bệnh nặng gần chết, chỉ tâm niệm Phật một thời gian thì bỗng nhiên hết bệnh.*

Đáp: Bình thường con người chết là do mạng căn đã hết. Song le nếu người đó còn nhiều phước đức thì có thể kéo dài thêm mạng sống qua sự cầu nguyện, lễ bái. Nếu mạng căn hết mà phước đức cũng hết thì dù có cầu nguyện cách mấy đi nữa cũng không thể kéo dài thêm mạng sống.

*Hỏi: Vậy theo thầy, khi bệnh có nên chữa trị không hay là niệm Phật cầu vãng sinh?*

Đáp: Khi bệnh thập tử nhất sinh thì nên niệm Phật cầu vãng sinh, vì lúc đó mình hoàn toàn bất lực.

Nhưng khi mới bắt đầu bệnh thì phải lo chữa trị, không nên phó thác tại nghiệp. Lúc đó mạng sống hãy còn nằm trong tay mình, còn nước còn tát, phải làm hết sức mình. Nếu làm hết sức mà không tránh khỏi thì hãy đổ tại nghiệp.

Nếu bệnh mới phát mà không lo chữa trị để nó nặng thêm thì đó là do mình vô ý tạo nên chứ không nên đổ tại nghiệp. Nếu muốn nói tại nghiệp cũng được, nhưng là nghiệp vô minh không biết chữa trị sớm.

*Hỏi: Thầy nói như vậy có vẻ nghiêng về phần đời nhiều hơn?*

Đáp: Đời là gì? Đạo là gì?

Sống mà có trí huệ, mỗi hành động, suy nghĩ thuận theo ý trời (nếu nói theo bình dân) hoặc thuận theo tự tánh (hay phật tánh) được an lạc hạnh phúc thì đó là Đạo. Sống dưới hình thức Đạo, tu Đạo, lo cho Đạo mà không có từ bi trí huệ hay sự thương yêu hiểu biết, ba nghiệp thân, khẩu, ý bị thúc đẩy, điều khiển bởi dục vọng ích kỷ, làm khổ mình và người thì đó là Đời.

Đối với tôi, tụng kinh, niệm Phật, ngồi thiền chưa hẳn là Đạo, làm cơm nấu ăn, giặt giũ không hẳn là Đời.

Nhất thiết pháp giai thị Phật pháp. Đức Phật Thích Ca đâu phải chỉ là Phật vào những khi ngài ngồi thiền, thuyết pháp, còn những lúc ăn uống, ngủ nghỉ, tắm rửa thì ngài không còn là Phật nữa.

-ooOoo-

### 03

### Lại Tưởng Nữa

Thế giới mà chúng ta đang sống trong đó là một thế giới hiện tượng (monde manifesté), tức là sự vật ảnh hiện trước mặt ta và giác quan của ta cảm nhận được.

Trời mưa, trời nắng, mắt ta thấy được như vậy. Đây gọi là sự nhận biết của mắt, trong đạo Phật gọi là nhãn tướng (cakku-sanna). Tiếng khen, tiếng chê, tiếng nhạc, v.v... tai ta nghe thấy được. Đây gọi là sự nhận biết của tai, hay nhĩ tướng (sota-sanna).

Trong đạo Phật dạy lục căn (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý) tiếp xúc với lục trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) phát sinh ra lục thức. Đây gọi là bộ ba căn, trần, thức hay 18 giới. Có một điều quan trọng cần được nói đến mà ít ai để ý, đó là **tưởng**. Một lần trong quyển Vô Ngã tôi đã bàn đến chữ tưởng, ở đây xin nói nữa.

Tưởng là một uẩn (khandha) trong năm uẩn. Con người được cấu tạo bởi năm uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức). Con người đau khổ vì cái máy năm uẩn làm việc không chính xác.

Cái máy năm uẩn được đặt trong thế giới hiện tượng, sự tiếp xúc qua lại đầu tiên giữa hai cái là qua tưởng (uẩn). Tưởng, tiếng Pháp hay tiếng Anh dịch là perception, tức là sự nhận thức, nhận biết (thức là biết) qua giác quan, còn gọi cách khác là tri giác. Tưởng (uẩn) cũng giống

như cặp mắt kính ta đeo để nhìn sự vật. Nếu đeo mắt kính đỏ thì thấy cảnh vật toàn là màu đỏ, đeo mắt kính đen thì thấy cảnh vật màu đen, u tối ảm đạm.

Chúng ta đau khổ hay hạnh phúc đều do sự nhận thức của mình. Đối với sự vật, nếu ta nhận thức sai lầm thì khổ đau liền đến, nếu nhận thức đúng thì hết khổ. Vậy muốn chấm dứt khổ đau, ta phải biết sửa đổi cách nhận thức của mình, tức là sửa lại cách **tưởng** của mình, tập bỏ dần những cặp mắt kính màu để nhìn trực tiếp sự vật.

Trong ngôn ngữ thông dụng hằng ngày, chữ tưởng thường được hiểu là 'tưởng lầm'. Tôi **tưởng** hôm nay trời đẹp, hóa ra trời xấu. Tôi **tưởng** anh đến hôm qua, ai dè hôm nay anh mới tới. Tôi **tưởng** thực tế sự vật lại như thế khác. Tôi **tưởng** người ta như thế này, nhưng thực ra người ta như thế khác. Cứ thế tưởng được dùng theo nghĩa hiểu lầm, tưởng lầm. Như vậy vô tình nó cho thấy là sự nhận thức (tưởng) của ta thường là một sự nhận thức sai lầm. Ta cần ý thức rằng sự nhận thức (hay tưởng) của ta đã bị ảnh hưởng và điều kiện hóa rất nhiều bởi sự giáo dục trong gia đình, bởi văn hóa phong tục tập quán xã hội, bởi tín ngưỡng tôn giáo.

Từ sự nhận thức (tưởng) sai lầm, nó dẫn đến suy nghĩ (hành) sai lầm, rồi đánh giá, phán xét, phân biệt (thức) sai lầm. Từ những sự sai lầm như thế đương nhiên sẽ đưa đến khổ đau (khô thọ).

Một người tưởng rằng ai cũng ghét mình, rồi nghĩ rằng ai cũng nói xấu mình, rồi kết luận rằng người đời ác độc. Thử hỏi làm sao người này có thể vui sống hạnh phúc được?

Bình thường chúng ta hay dùng chung hai chữ nghĩ và tưởng, như nghĩ tưởng hoặc tưởng nghĩ, và nhiều lúc ta cho hai chữ giống nhau. Tưởng (perception) thuộc tưởng uẩn, còn nghĩ (penser) thuộc hành uẩn. Theo tiến trình bình thường thì tưởng trước rồi nghĩ sau. Thí dụ: anh A đang làm việc bận rộn, tôi đến hỏi anh ta vài câu làm anh nổi nóng, la mắng tôi. Tôi nghĩ nhận là anh A mắng tôi (đó là tưởng) và từ đó tôi nghĩ là anh A ghét tôi, giận tôi, v.v... rồi tôi buồn (khô) giận anh ta. Về nhà ăn uống không vô, cứ ôm ấp nghĩ rằng anh A ghét mình. Thật là khô!

Nhưng nếu tôi biết cách chuyển cái tưởng và cái nghĩ của tôi thì tôi sẽ hết khổ. Tôi ghi nhận (tưởng) là anh A có mắng tôi, nhưng tôi nghĩ rằng anh không ghét tôi, giận tôi, chỉ vì anh ta đang quá bận rộn mà tôi vô ý đến quấy nhiễu nên anh phát cáu, thế thôi. Qua chuyện, ngày hôm sau thế nào anh ta cũng trở lại bình thường. Nhờ nghĩ như vậy tôi sẽ không buồn giận anh A. Và như thế là không có khổ! Trên đây mới chỉ là chuyển cái nghĩ thôi.

Nếu ta đã học và hiểu được lý vô ngã thì ta chuyển ngay cái **tưởng** ban đầu. Tức là ghi nhận: anh A có nổi sùng lên, la mắng om tỏi, nhưng anh đâu có mắng tôi. Chỉ có một sự phát cáu mà thôi, không có ai chửi ai hết.

Chúng ta có thể nói đến phật tánh, chân tâm, bát nhã, tánh không, v.v... nhưng nếu ta không rõ về tưởng uẩn thì phật tánh, chân tâm kia cũng có thể là một loại vọng tưởng, tức là một sự nhận biết sai lầm.

Người tu thiền, học theo kinh tạng của thầy Thanh Từ hay dùng đến chữ vọng tưởng, khi ngồi thiền mà ý nghĩ khởi lên lôi kéo ta đi thì gọi đó là vọng tưởng. Vọng tưởng còn được hiểu là sự suy nghĩ lung tung không cho tâm vắng lặng. Nhưng vọng tưởng hay tưởng (đa số những cái tưởng của chúng ta thường mang tính chất sai lầm nên thêm chữ vọng cũng không sai) cần được ý thức để chuyển hóa ngay trong đời sống hằng ngày chứ không phải chỉ khi ngồi thiền yên lặng mới chú ý đến nó.

Tưởng đã làm chúng ta đau khổ nhiều rồi. Đừng đổ lỗi mãi cho vô minh, đừng đổ lỗi mãi cho phiền não. Vì ta tưởng lầm nên mới sinh phiền não. Con ếch ngồi đáy giếng nhìn lên trời, thấy

bầu trời chỉ bằng cái vung, rồi than sao trời nhỏ quá. Một tuần nay, ở sở nhiều việc anh A phải nán lại làm thêm nên về trễ. Ở nhà vợ anh chờ lâu nóng lòng, *tưởng* chồng mình đi với tình nhân, rồi buồn tủi ngói khóc.

Nếu bàn rộng ra thì tất cả những tư tưởng, ý nghĩ, quan niệm, khái niệm đều có thể gọi là tướng. Ta quan niệm rằng Phật là người như thế này, như thế nọ, đó chẳng qua là do ta đã đọc sách, xem kinh (tướng) nói về Phật rồi ta đúc kết một hình dáng ông Phật trong tâm ta (hành), và định ninh yên chí (thức) ông Phật đó là Phật thứ thiệt. Khi bị nạn, ta cầu cứu thì ngài sẽ hiện ra nguyên hình cứu vớt ta. Như bên đạo Chúa, nhiều người vẫn tin tưởng rằng thượng đế là một người hình dáng giống như chúa Giê-Su vẽ hoặc in trong sách vở.

Có một anh chàng nọ rất ngoan đạo, hằng đêm thường cầu nguyện thượng đế. Rồi một hôm vỡ đê, nước lụt tràn vào làng, cuốn trôi đi nhà cửa. Bà con hàng xóm mạnh ai nấy lo thoát thân. Anh ta không chạy đi đâu hết, yên chí thượng đế sẽ hiện xuống cứu anh. Một lúc sau nước ngập đầy nhà, anh phải trèo ra cửa sổ ngói. Có một chiếc xuồng chèo ngang, trên đó người ta gọi hỏi anh có muốn đi với họ không. Anh ta từ chối, nói rằng anh chờ thượng đế xuống cứu anh ta. Vài phút sau nước tiếp tục dâng cao, anh phải leo lên nóc nhà ngói. Có một chiếc trực thăng bay qua, trên đó người ta hỏi anh có muốn đi với họ không. Anh cũng từ chối, nói rằng anh tin tưởng chờ thượng đế hiện xuống cứu anh. Chiếc trực thăng bỏ đi và chỉ vài giây sau nước tràn tới cuốn anh tạt trôi mất. Nếu nói về lòng tin thì anh này quả thật là người có nhiều đức tin, nhưng vì cô chấp muốn thấy thượng đế phải hiện xuống đỡ tay cứu vớt mình như anh đã từng tưởng tượng. Anh đâu ngờ là thượng đế đã hiện xuống với chiếc xuồng và chiếc máy bay trực thăng để cứu anh nhưng chính anh đã từ chối, vì anh cho đó không phải là thượng đế. Trong đầu anh, thượng đế phải là người tóc dài có râu, mặc áo thụng theo kiểu 2000 năm trước.

Trong đời sống hằng ngày, tiếp xúc, đối đãi với mọi người, không lúc nào mà ta không tưởng. Vì tưởng người khác là thế này, thế nọ nên sinh ra ưa ghét, buồn vui, giận hờn, ganh tỵ, v.v... Phần đông sự tưởng của chúng ta thường mang tính chất sai lầm, Duy Thức Học gọi đó là phi lượng, tức sự nhận thức không đúng sự thật. Đương nhiên cũng có lúc chúng ta tưởng đúng nhưng trường hợp này rất ít, và khi tưởng đúng thì ta không dùng chữ tưởng mà dùng chữ tri là biết hay biết chắc. Nhưng ai dám nói là mình biết chắc điều gì? Thế giới mình đang sống đây là một thế giới ảo tưởng, tiếng Phạn là Maya. Thế giới tự thân của nó không phải là ảo tưởng (illusion), nhưng chính vì lực căn hay giác quan của ta quá thô kệch và hạn hẹp nên ta nhận thức thế giới một cách mê mờ. Từ đó những hiện tượng (chose manifestée) trở nên ảo ảnh không thực. Sự vật vô thường mà ta lại cảm thấy là thường, sự vật vô ngã mà ta cho là có ngã. Mắt thịt (nhục nhãn) của ta đâu thấy được vi trùng, đâu thấy được những màu sắc dưới infra-rouge hoặc trên ultra-violet. Tai ta đâu nghe được siêu âm thanh (ultra-son). Những gì mà lực căn hay giác quan của ta không nhận biết được thì ta cho là không có, không hiện hữu. Nhưng chúng vẫn có, vẫn hiện hữu, tôi gọi đó là thế giới ẩn tượng (monde non-manifesté).

Đối với thế giới ẩn tượng thì ta mù tịt, không hay biết chút nào. Còn đối với thế giới hiện tượng thì ta nhận thức méo mó qua ảo tưởng và như thế làm sao ta dám tuyên bố là ta biết chắc điều gì?

Thế giới hiện tượng của một người mù hay một người điếc nó khác hẳn với cái thế giới hiện tượng của những người bình thường như chúng ta. Một ngày nào đó gặp duyên may được chữa hết mù, hết điếc, mắt thấy và tai nghe được, họ sẽ nhận ra rằng cái thế giới trước kia của họ thật là hạn hẹp. Ngày nay trước mặt họ thế giới hiện ra màu nhiệm hơn với muôn vàn màu sắc âm thanh đủ loại. Ở đây khỏi cần nói, ta cũng biết là đời sống của họ trở thành ý nghĩa hơn. Những màu sắc âm thanh kia đâu phải là không có, nhưng vì giác quan nhận thức (hay cái tưởng) của họ quá hạn hẹp nên chúng biến thành ẩn tượng. Có những điều người giác ngộ thấy được, biết được mà chúng ta không thấy, không biết. Và như vậy cái thế giới hiện tượng của người giác ngộ lại trở thành thế giới ẩn tượng đối với chúng ta. Nếu so sánh với người

giác ngộ thì ta đâu có khác gì người mù và điếc. Quý vị có nhớ chuyện người mù sờ voi không?

Tôi nói như thế không phải cố ý làm cho quý vị khủng hoảng tinh thần, mà muốn quý vị khi biết điều gì thì phải cân thận đừng quá quyết 100% là mình biết chắc. Cái mà mình cho là biết chắc, chẳng qua vẫn chỉ là một loại tưởng mà thôi. Sợ đây tưởng là con rắn, ngón tay tưởng là mặt trăng, người bạn tưởng là kẻ thù, kinh sách tưởng là chân lý.

Giáo lý nào mà ta quá quyết cho đó là chân lý 100% thì giáo lý đó không còn là chân lý nữa. Vì thế Lão tử có nói: 'Đạo khả đạo phi thường đạo'. Mỗi khi ta cho rằng mình biết được chân lý, nắm bắt được chân lý thì chân lý đã tuột khỏi tầm tay của ta rồi.

**Quý vị hãy biết, nên biết, cần biết, nhưng đừng cho là mình biết chắc, thế thôi!** Mỗi cái biết, mỗi lần biết là một nấc thang, nhưng không phải là nấc thang cuối cùng.

Quý vị biết chuyện người đeo tro đũa con chứ! Một người đàn ông nọ, vợ chết sớm để lại một đứa con trai, ông ta rất cưng quý. Một hôm ông đi vắng, có bọn cướp đến cướp của đốt làng rồi bắt cóc đứa con trai của ông. Khi trở về, thấy nhà cửa cháy tan, trong nhà có một xác chết, vì cháy đen không nhìn rõ mặt nên ông liền cho đó là con trai của mình. Đau đớn gào thét một hồi, buồn khổ ông ta đem cái xác kia thiêu ra tro rồi bỏ vào một cái túi đeo trên người để tưởng nhớ luôn đến đứa con trai yêu quý. Một ngày kia, con trai của ông trốn thoát bọn cướp trở về nhà gõ cửa. Ông hỏi: ai đó? Nó trả lời: con đây! Ba hãy mở cửa cho con vào. Ông ta quát lên: đừng có nói bậy, con tao chết rồi. Tao đã thiêu nó và tro của nó tao đang mang trên người đây. Người là đứa nào mà dám xưng là con tao? Đi chỗ khác chơi, đừng có lải nhải.

Tội nghiệp thằng bé đứng ngoài cửa, kêu gọi hết hơi mà người cha nhất quyết không mở. Cuối cùng nó đành lủi thủi bỏ đi. Mình còn sống nhăn răng đây mà cha mình cứ nhất quyết bảo mình đã chết, không chịu mở cửa cho vào, lại còn đuổi đi. Thật là oan ức, tức tưởi làm sao!

Quý vị nghe qua câu chuyện trên có thấy buồn cười không? Cười người đàn ông kia sao mà ngu quá! Dù sao đi nữa ông ta cũng nên mở cửa xem mặt mũi thằng bé ra sao chứ! Và biết đâu nhờ đó ông ta có thể nhận ra con mình. Nhưng đang này ông cứ khăng khăng nhất định từ chối. Vì sao? Bởi vì ông ta **biết chắc**, tin chắc là con mình đã chết nên đâu cần ra mở cửa làm chi cho mệt.

Quý vị đừng cười ông ta, vì đa số chúng ta cũng giống như ông ấy. Chúng ta tin chắc là mình biết chắc đạo Phật như thế này. Nếu có người khác đến bảo đạo Phật không phải như thế này mà là như thế kia, thì chúng ta sẽ dấy nẩy lên nói: xin mời ông đi chỗ khác chơi, vì đạo Phật của ông không đúng, là tà giáo. Đạo Phật của tôi mới đúng, vì tôi đã theo nó, đeo nó từ 10 năm nay rồi.

Trong kinh Duy Ma Cát, phẩm thứ nhất 'Phật Quốc' ngài Xá lợi Phất thối mắc tâm tịnh thì Phật độ tịnh. Các cõi Phật khác đều thanh tịnh, sao cõi Ta Bà của Phật Thích Ca không thanh tịnh với hầm hổ, chông gai, sỏi sạn, đất đá nhơ nhớp? Lúc đó đức Phật mới lấy ngón chân nhấn xuống đất, tức thì đại chúng liền thấy cõi Ta Bà này hiện ra trang nghiêm rực rỡ như cõi Vô Lượng Công Đức của Phật Bảo Trang Nghiêm và mọi người đều thấy mình đang ngồi trên toà sen báu. Lấy ngón chân nhấn xuống đất tức là thay đổi cái nhận thức (tưởng) của đại chúng.

Trong đời sống hằng ngày, đối với một người hay một sự việc nào đó mà mình có vấn đề bất an, buồn bực đau khổ thì phải biết kiểm lại cái tưởng của mình đối với người đó hoặc sự việc đó. Từ trước đến giờ mình định ninh, tin chắc và nghĩ rằng người đó là như vậy, nhưng có thể họ không phải vậy thì sao? Định ninh tin chắc sự việc là như thế nhưng thực tế sự việc có thể và rất có thể không phải là như thế thì sao?

Tôi không muốn quý vị vứt bỏ, từ chối tất cả niềm tin, hiểu biết hay khái niệm sẵn có của mình từ trước tới nay mà hãy hé mở cửa tâm để có thể tiếp nhận những điều hữu ích cho chính mình, để mình bớt khổ.

Ngoài chữ tướng (perception) liên quan đến tướng uẩn của đạo Phật còn có một chữ nữa khá quan trọng trong việc chuyển hóa khổ đau đó là **phóng chiếu** (projection).

Trong đời sống hằng ngày, có những ý nghĩ tình cảm mà ta không nhận ra chúng là của riêng ta, phát xuất từ ta và ta phóng chiếu chúng vào sự vật và người khác, rồi ta tưởng hay định ninh sự vật và người khác là như thế. Danh từ bình dân gọi là 'suy bụng ta ra bụng người'.

'Người buồn cảnh có vui đâu bao giờ', cảnh vật tự nó đâu có vui buồn, vì trong tâm ta buồn rồi ta phóng chiếu cái buồn của mình lên cảnh vật và thấy (tưởng) cảnh vật buồn. Nhiều lúc ta còn đổ tại cảnh buồn nên làm ta buồn.

Cô Tám có một người bạn thân là cô Ba. Cô Ba sống độc thân còn cô Tám có chồng và hai con. Mỗi lần gặp nhau, cô Tám than thở giùm cô Ba: 'Tội nghiệp chị! Chị sống một mình như vậy chắc khổ lắm nhì. Lâu lâu chị có thấy buồn không?'

Nhưng cô Ba là người thích sống một mình, thích tự do, cô sống rất thoải mái, không Bao giờ ao ước lấy chồng có con cả.

Trong trường hợp này ta thấy cô Tám đã phóng chiếu những quan niệm, ước muốn và sợ hãi của mình vào cô Ba, vì nếu cô phải sống một mình như cô Ba, không có chồng con bên cạnh thì cô sẽ cảm thấy buồn khổ bơ vơ khó sống.

Nhiều lúc cô Tám thấy thương và tội nghiệp cho bạn, cô muốn làm mai mối tìm bạn trai cho cô Ba và cô tưởng làm như vậy là tốt, là đúng. Nhưng cô không ngờ càng làm như vậy thì cô Ba càng bực mình khó chịu. Cô Ba đã hết lời giảng giải cho cô Tám biết là cô không thích có chồng, cô rất hạnh phúc sống độc thân. Nhưng cô Tám đâu có chịu nghe cô Ba, cô chỉ nghe theo sự phóng chiếu của mình. Cuối cùng cô Ba đành phải nghỉ chơi, không giao thiệp với cô Tám nữa để khỏi bực mình. Oái ăm hơn nữa là cô Tám không hiểu tại sao bạn mình lại không chơi với mình nữa, trong khi đó mình hết lòng với bạn, hết lòng muốn giúp bạn, v.v... Vì quá tin **tưởng** vào sự **phóng chiếu** của mình nên cô mờ mắt, không nhận thức, không hiểu được sự vật đúng như thật. Cô cứ tưởng là mình đúng, là mình tốt, nhưng cô đã làm bạn mình khó chịu và hậu quả là cô cũng không vui sướng gì vì cô mất đi một người bạn.

Có nhiều bậc cha mẹ phóng chiếu tình cảm, ao ước của mình vào con cái. Như muốn con gái mình phải lấy chồng bác sĩ, kỹ sư, v.v... Vì chính họ xưa kia đã từng ao ước như vậy và họ tin rằng có chồng bác sĩ, kỹ sư thì mới có hạnh phúc. Họ làm như chính họ đi lấy chồng chứ đâu phải con gái họ. Trong khi đó cô gái kia đang yêu một anh nghệ sĩ nghèo, và đối với cô nếu lấy được anh ta thì cô sẽ có hạnh phúc nhất đời. Câu chuyện đi tới đâu thì để cho quý vị đoán hoặc tìm cái lương mà xem. Nhưng trên thực tế đã có nhiều gia đình tan nát, con cái bỏ nhà ra đi hoặc tự tử, v.v... Chỉ vì sự phóng chiếu của mình mà cha mẹ làm khổ con và làm khổ chính mình.

Trên đây chỉ là hai thí dụ nhỏ. Sự phóng chiếu đầy dẫy trong gia đình, xảy ra thường xuyên giữa cha mẹ vợ chồng con cái, và với tất cả mọi người. Ngay cả người tu vẫn còn phóng chiếu. Ta có thể vô tình phóng chiếu nhưng nhớ đừng quá tin vào cái **tưởng** của mình, nhờ đó có thể giảm bớt thiệt hại cho mình và người.

Trong Bát Nhã Tâm Kinh có đoạn nói: 'Bồ Tát nương theo Bát Nhã Ba la Mật nên tâm không quái ngại, không sợ hãi, xa lìa điên đảo mộng tưởng, đạt đến Niết Bàn'. Tôi không biết quý vị tu tập Bát Nhã làm sao, nhưng trước tiên là cần phải kiểm lại cái **tưởng** của mình xem nó có

phải là một loại mộng tưởng không? Một loại tưởng đảo ngược (thiện mà cho là ác), một loại tưởng của những người điên (không thật mà cho là thật).

-ooOoo-

## 04 Tịnh Độ

*Hỏi: Tu Tịnh Độ chết về Cực lạc, còn tu Thiền chết đi về đâu?*

Đáp: Câu này thầy Thanh Từ đã trả lời rồi. Tu thiền cốt đạt đến chỗ vô sinh mà nay lại hỏi đi về đâu thì vô lý. Người tu thiền chưa giác ngộ thì tùy nghiệp tái sinh.

Riêng tôi thì tôi thấy không nên hỏi tu thiền chết đi về đâu mà nên hỏi tu thiền sống đi về đâu?

Tại sao chúng ta cứ có quan niệm tu để sau này chết đi về đâu? Hoặc tu để sau này hết khổ. Bồ Tát sợ nhân, chúng sinh sợ quả. Tại sao không lo sống trọn vẹn ngày hôm nay mà cứ lo ngày mai?

Có một người đi làm nhiều tiền nhưng không dám ăn, không dám mặc. Anh ta nói: tôi để dành tiền để ngày mai ăn mặc no nê sung sướng. Nhưng sang này mai anh vẫn không dám ăn mặc và nói: tôi để dành tiền để ngày mai ăn mặc no nê sung sướng. Và cứ thế anh ta không bao giờ ăn mặc đầy đủ, vì cái ngày ăn mặc no nê đầy đủ kia luôn luôn là ngày mai. Anh ta có đầy đủ tiền bạc nhưng sống chẳng khác kẻ nghèo đói.

Người tu Tịnh Độ yên chí sau khi chết mình sẽ về cực lạc nên họ ưa thối mắc không biết người tu Thiền chết đi về đâu? Nhưng đối với người tu Thiền, hiểu được tánh bất sinh bất diệt của các pháp thì không có gì đi hay về, sống hay chết. Bởi vậy câu hỏi kia vô nghĩa đối với người tu thiền.

Theo tôi, người tu Tịnh Độ có hai hạng: lạc quan và yếm thế.

\* **Hạng yếm thế** y cứ vào ngôn cú của kinh văn. Cõi Ta Bà là cõi ô trược, đau khổ (ngũ trược ác thế), cõi Cực Lạc là cõi cực kỳ sung sướng. Chủ trương của họ là yếm Ta Bà, hân tịnh độ, tức là chán ghét cảnh Ta Bà nơi đây và ưa thích cõi Cực lạc đáng kia.

Cuộc sống hiện tại ở đây không vừa ý, họ là những người thất chí, chồng phụ bạc, con bất hiếu, bạn lườm gạt, đời hắt hủi,...., thật là bất hạnh đau khổ. Đời họ chỉ thấy một màu đen tối ảm đạm. Những người tu như vậy nếu không phải chán đời thì là gì?

Càng chán đời bao nhiêu thì càng muốn về Cực lạc bấy nhiêu và nhờ đó sự tu niệm tìn, nguyện, hạnh được tinh tấn. Họ chỉ mong sao rời bỏ cõi này càng sớm càng tốt. Tu như vậy có phải là muốn chết sớm hay không? Mà dù không chết sớm đi nữa, ở lại cõi này có vui thú gì!

\* **Hạng lạc quan:** đây là những người hiểu được thế nào là tịnh độ, thế nào là cực lạc. Tâm tịnh thì quốc độ tịnh, tâm lạc thì thế giới lạc. Tịnh hay lạc ở ngay trong tâm mình chứ không phải ở bên ngoài. Họ vượt qua sự đối đãi hai bên, bỏ đây tìm kia, ưa cái này ghét cái nọ. Họ không bỏ Ta Bà, chạy theo tịnh độ mà tịnh độ hóa ngay Ta Bà, chuyển Ta Bà thành tịnh độ. Nói cách khác là chuyển sự nhận thức của mình, nâng tâm thức của mình lên một tầng số khác. Được vậy thì ngay ở đây đâu có thiếu gì bồ tát, thiện tri thức. Đê Bà Đạt Đa cũng là thiện tri thức của Phật kia mà! Hoặc nếu có câu vãng sinh về Cực Lạc thì đó cũng là vì chí nguyện độ sanh, muốn mau thành Phật để cứu độ chúng sinh, chứ không phải vì yếm thế.

Đối với hạng người này thì cuộc đời đáng sống và mang nhiều ý nghĩa. Họ hăng say phục vụ chúng sinh, đem lại an vui hạnh phúc cho mình và người. Dù không được cực lạc, sung sướng

100% mà được an lạc 1 hay 2% họ cũng mãn nguyện.

Các thiên sư thông tay vào chợ, không sợ thị phi, đi vào cuộc đời cứu độ kẻ khác, chính là hạng người này.

Đa số người tu Tịnh Độ đều thuộc hạng thứ nhất. Tôi không nói đó là tốt hay xấu, mà chỉ nhận xét như vậy thôi. Ai tu kiểu nào cũng được, miễn có tu là tốt lắm rồi.

*Hỏi: Thầy có nói trong băng Duy Thức là niệm Phật không nhất tâm thì không vãng sinh được?*

Đáp: Niệm Phật không nhất tâm tức là những chúng tử Di Đà quá ít, quá yếu, không đủ sức khởi ra hiện hành thành y báo và chánh báo lúc lâm chung nên khó vãng sinh được.

*Hỏi: Nhưng có nhiều thầy dạy rằng trong ba điều: tín, nguyện, hạnh thì tín và nguyện là quan trọng còn hạnh tức niệm Phật thì chỉ quyết định cho quả vị cao thấp thôi. Nếu tín và nguyện mạnh thì dù có niệm Phật ít đi nữa cũng được đời nghiệp vãng sinh, hoặc hạ phẩm hạ sinh. Thầy nghĩ sao?*

Đáp: Đúng. Nếu tín và nguyện mạnh thì sẽ về Cực lạc. Nhưng làm sao cho lòng tin và nguyện được mạnh? Đầu phải tin một lần hay nguyện một lần là đủ! Ta phải thường xuyên tin tưởng nơi sự tiếp độ của Phật Di Đà, thường phát nguyện hằng ngày cầu về cực lạc, như vậy tức là đang gieo những chúng tử tịnh độ Di Đà vào tăng thức.

Trường hợp hỏi này là nói những người không có tín, không có nguyện mà lại niệm Phật không nhất tâm thì không vãng sinh được.

Tu Tịnh độ không nhất thiết chỉ căn cứ vào sự niệm Phật. Quý thầy giảng Tịnh độ thường dựa vào kinh tiêu bản Di Đà, tức là kinh Phật thuyết A Di Đà thường được tụng trong các buổi lễ cầu siêu, trong đó đức Phật nói người nào chấp trì danh hiệu Phật A Di Đà, từ một ngày cho đến bảy ngày, được nhất tâm bất loạn thì khi lâm chung sẽ được Phật A Di Đà và thánh chúng hiện đến tiếp dẫn về cực lạc. Từ đó quý thầy dạy phải niệm Phật cho nhiều, nhiều thật nhiều để chắc chắn vãng sinh. Chư tổ lại tùy phương tiện đặt ra số công cứ để khuyến khích sách tấn người niệm Phật. Đây là điều rất tốt, nhưng ngoài phương pháp niệm Phật ra, còn nhiều cách tu khác để về cực lạc!

Trong kinh Đại Bản Di Đà tức Kinh Vô Lượng Thọ, đức Phật Di Đà khi còn là Pháp Tạng tỷ kheo đã phát 48 lời nguyện, trong đó có ba lời nguyện (18,19,20) liên quan đến việc vãng sinh:

\* Lời nguyện thứ 18: Lúc tôi thành Phật, mười phương chúng sinh chí tâm tín mộ muốn sinh về cõi nước tôi cho đến mười niệm, nếu chẳng được sinh, thì tôi không ở ngôi chánh giác.

\* Lời nguyện thứ 19: Lúc tôi thành Phật, mười phương chúng sinh phát Bồ đề tâm tu các công đức nguyện sinh về cõi nước tôi, đến lúc lâm chung, nếu tôi chẳng cùng đại chúng hiện thân trước người đó, thì tôi không ở ngôi chánh giác.

\* Lời nguyện thứ 20: Lúc tôi thành Phật, mười phương chúng sinh nghe danh hiệu tôi, chuyên nhớ cõi nước tôi và tu các công đức chí tâm hồi hướng muốn sinh về cõi nước tôi, nếu chẳng được toại nguyện, thì tôi không ở ngôi chánh giác.

Qua ba lời nguyện trên, ta thấy nguyện thứ 18 nhấn mạnh về lòng tin (tín), nguyện thứ 19 nhấn mạnh về sự mong ước, phát nguyện, nguyện thứ 20 nhấn mạnh về sự hồi hướng. Ngoài

ra phải tu các công đức, nếu không có công đức thì lấy gì hồi hướng! Nếu không có công đức mà phát nguyện thì đó chỉ là nguyện suông, không có sức mạnh.

Tu các công đức ở đây chính là hạnh, nó bao gồm tất cả: ngồi thiền, tụng kinh, trì chú, niệm phật, bố thí, trì giới, ... và nhất là **thương yêu cứu giúp kẻ khác**, tất cả những việc vị tha, đem lại lợi ích cho mình và cho người đều là công đức.

Ta có thể ngồi thiền hoặc trì chú rồi hồi hướng về cực lạc. Đi chợ thấy một bà cụ xách giỏ nặng, ta đến xách hộ rồi hồi hướng về cực lạc. Làm như vậy tức là tu theo lời nguyện thứ 20. Tu Tịnh độ kiểu này đâu có chán đời, đâu cần phải nhập thất ngồi yên niệm phật.

Ở Canada mùa đông trời tuyết giá băng, đi ra đường lạnh thấu xương, ta liền quán niệm như sau: ở đây trời lạnh buốt xương, thật là khổ cực, chẳng bằng ở cực lạc thời tiết ấm áp tùy theo ý mình. Đi chợ nghe người ta cãi nhau, ồn ào nhức óc, ta liền nhớ tưởng đến cảnh cực lạc, ở đó toàn là thiện tri thức nói năng hoà nhã, gió thổi cây reo đều phát ra tiếng nhạc êm dịu. Quán tưởng như thế rồi liền phát nguyện sinh về cực lạc. Đó là tu theo lời nguyện thứ 19. Tu như vậy, đi vào bất cứ cảnh giới nào của Ta Bà, ta cũng nhớ đến cực lạc. Luôn nhớ cõi cực lạc thì khi chết sẽ về cực lạc, đâu cần phải vào chùa mua hình mua tượng phật Di Đà đem về treo đầy nhà.

Ngoài hai kinh Di Đà nói trên còn có kinh Quán Vô Lượng Thọ, trong đó đức Phật dạy cho hoàng hậu Vi Đề Hy 16 phép quán để vắng sinh về cực lạc. Thí dụ phép quán thứ nhất: quán mặt trời lặn phương tây. Ở Montréal quý vị có thể vào parc Mont-Royal mùa hè ngắm nhìn mặt trời lặn mà vẫn tu được, thấy những hồ nước tĩnh lặng liền nhớ đến ao sen (liên trì) ở cực lạc, nghe tiếng chim hót liền nhớ đến các loài chim quý của kinh Di Đà...

Mùa hè mình nên cởi giày đi chân không trên cỏ để tiếp xúc với mặt đất, với thảm cỏ xanh mát và quán tưởng mình đang bước đi trên những hoa sen. Đầu ai cấm mình làm điều đó Quý vị không làm được vì cho rằng như thế là tưởng tượng. Trong khi đó quý vị đâu có hay là mình vẫn thường đi trên đường với những bước chân nặng trĩu lo âu, với hai vai gánh nặng cuộc đời. Cái đó không ai bắt buộc mà sao quý vị vẫn cứ làm?

Thật đúng là 'thiên đảng hữu lộ vô nhân vấn, địa ngục vô môn hữu khách tâm'.

Quý vị nhớ, tu tịnh độ có nhiều cách thức để tu, không nhất thiết phải lần tràng niệm hạt mới gọi là tu. Nhiều người tu tịnh độ sinh ra cau có, bực bội với chồng con vì phải lo cho chồng con nên không còn thì giờ niệm Phật. Nếu quan niệm như vậy thì sẽ không bao giờ có thì giờ tu, mà dù có ráng tu đi nữa thì tâm cũng khó được an.

*Hỏi: Trong một cuốn băng, thầy có nói trẻ mà tu Tịnh độ thì uổng quá.*

Đáp: Trẻ mà tu Tịnh độ theo kiểu người già thì hơi uổng, vì không thích hợp nên khó tu dài lâu. Người già, việc đời đã xong, không còn phải lo sinh nhai kiếm sống, không còn phải lo cho con cái, chỉ cần ngồi yên niệm phật, chờ ngày ra đi về hương quê cực lạc. Nếu tu chăm chỉ, một ngày qua là một ngày sớm về cực lạc cho nên họ càng tin tưởng tinh tấn. Nếu trẻ mà tu như vậy có khác gì cầu chết sớm. Càng tu như thế càng dễ chán đời, vì trước sau gì cũng về tịnh độ, đi làm đi ăn làm chi, cuộc đời này đâu có vui thú gì.

Nếu trẻ mà về cực lạc thì vợ con để lại ai nuôi? Người già đâu còn công nợ gì nữa, trong khi đó người trẻ còn phải lo làm ăn sinh sống, lo trả tiền nhà, tiền thuế, tiền xe, v.v...

*Hỏi: Nhưng đời vô thường, vẫn có nhiều người trẻ chết sớm.*

Đáp: Đúng. Vẫn có nhiều người trẻ chết sớm, nhưng dù ngày mai có bị tai nạn chết bất đắc kỳ tử đi nữa, ngày hôm nay vẫn còn phải đi làm nuôi vợ con, nuôi gia đình, v.v... Chỉ trừ người trẻ

nào bệnh nặng sắp chết như sida hay cancer nằm liệt giường liệt chiếu thì nên tu theo mấy người già, nằm yên hoặc ngồi yên nhắm mắt niệm Phật chờ về cực lạc. Chính tôi, lúc bị bệnh nặng, thấy cái chết kề bên, cũng nằm yên nhắm mắt niệm Phật, vì lúc đó kiệt sức quá không làm gì khác hơn được.

*Hỏi: Như vậy thì người trẻ phải tu Tịnh độ theo kiểu nào?*

Đáp: Tu Tịnh độ theo kiểu yêu đời chứ không phải chán đời mà tu. Vui sống để tu hành, tu hành để bớt khổ và hết khổ ngay tại nơi đây. Càng hết khổ thì càng vui sống, càng vui sống thì càng thích tu vì thấy sự tu có hiệu quả ngay trong hiện tại. Tu Tịnh Độ đúng như lời Phật dạy :

***Chư ác mạc tác, chúng thiện phụng hành,  
Tự tịnh kỳ ý, thị chư Phật giáo.***

Tu Tịnh Độ bằng cách thanh lọc tâm ý của mình, sống từ bi hỷ xả, đem lại an vui hạnh phúc cho mình và kẻ khác, biết thương yêu và tha thứ, không nuôi dưỡng hận thù. Và thường hồi hướng công đức cầu sinh Cực Lạc, để được gặp Phật nghe Pháp, gần chư Bồ Tát tu hành, sớm thành đạo quả để trở lại cõi Ta Bà này cứu độ cha mẹ anh em.

*Hỏi: Thầy có nói đem Tịnh độ về Ta Bà là sao?*

Đáp: Đó là một cách nói. Ta có thể sống theo thời khóa biểu của Tịnh độ, theo nhịp sinh hoạt của dân Tịnh độ ngay tại Ta Bà này. Chúng ta tập sống như người ở Tịnh độ. Thí dụ: ở thế giới Cực lạc ăn cơm trưa xong mọi người đi kinh hành, thì ở đây ăn cơm xong mình cũng đi kinh hành niệm Phật. Nếu đi làm ăn cơm ở sở, ăn xong mình cũng dành ra năm, mười phút đi kinh hành niệm Phật. Buổi chiều ở Cực lạc, ai nấy đều trở về an trú nơi bông sen của mình thì ở đây (Ta Bà) quý vị trở về nhà ngồi trên nệm của mình hít thở lắng tâm rồi niệm Phật, quán tưởng mình đang ngồi trên một hoa sen, điều này mình có thể làm được, đâu ai cấm, chỉ vì tâm mình lười biếng quen nghĩ lung tung chuyện đời, không quen quán tưởng hình phạt, hoa sen, v.v... Quý vị nên tập quán tưởng theo 16 phép quán của kinh Vô lượng Thọ rồi đem ra áp dụng vào đời sống hằng ngày.

Sáng sớm thức dậy đi dạo công viên nghe chim hót, ta liền nhớ lại ở cực lạc cũng có chim bạch hạc, anh vũ, ca lãng tần già, v.v... hót tiếng hòa nhã nói pháp. Ở Ta Bà này cũng có chim sè, chim bồ câu, chim sáo, v.v... có thể không đẹp bằng những loài chim kia, nhưng nếu nhìn kỹ chúng cũng dễ thương, cũng hót líu lo chào mừng ngày mới, và nếu tâm ta không nặng trĩu lo âu, buồn phiền thì ta cũng có thể hòa nhịp với vũ trụ và trong một thoáng giây nào đó ta thoát khỏi cái ngã nhỏ bé sinh diệt này và ta có mặt mọi nơi.

Người ngoài nhìn thấy ta ngồi trên cỏ hay trên ghế, nhưng trong tâm ta, ta thấy mình đang ngồi trên hoa sen. Người ngoài nhìn thấy ta đang đi trên đường tráng nhựa, nhưng trong tâm ta đang đi từng bước trên hoa sen đủ màu tùy theo ý thích. Trên đường lái xe đến chùa nghe pháp, ta ý thức được mình cũng giống như dân cực lạc bay đi mười phương nghe Phật thuyết pháp. Thân tuy còn ở đây (Ta Bà) nhưng tâm thức mình đang sống cảnh Tịnh độ. Tịnh độ hay Ta Bà hoàn toàn tùy ở sự nhận thức (perception). Người đời nhìn đâu cũng thấy sùu bi, uế trước, chán đời, còn mình nhìn đâu cũng thấy sự vật chẳng khác cực lạc. Nhờ quán tưởng và nhận thức như vậy, tâm thức của ta được lên một tầng số rung động khác, tương ứng với nhịp rung của dân cực lạc. Nếu được vậy, khi chết chắc chắn sẽ về cực lạc. Chết về cực lạc mà ngay trong lúc sống cũng không rời Tịnh độ, tâm hồn an vui, thanh thoát, không hệ lụy. Như thế có vui hơn không hay là lúc nào cũng phải chán đời (yếm Ta Bà) mới về cực lạc được!

*Hỏi: Thế nào là tâm tịnh thì Phật độ tịnh?*

Đáp: Khi tâm mình hoàn toàn thanh tịnh thì nơi mình đang ở sẽ trở thành thanh tịnh như một cõi Phật. Đây là một vấn đề chuyển hóa nhận thức. Nói có vẻ dễ nghe, nhưng không dễ làm.

Tâm tịnh của hàng A La Hán như Xá Lợi Phất cũng còn thấy cõi Ta Bà này là bất tịnh, ít nhất phải như cõi Bồ Tát Duy Ma Cật, Văn Thù, Quan Âm thì mới thấy Ta Bà chẳng khác Tịnh Độ.

*Hỏi: Về cực lạc rồi, có ra khỏi lục đạo chưa hay là sẽ phải trở lại lục đạo nữa?*

Đáp: Về cực lạc rồi thì được xem như ra khỏi lục đạo nhưng sẽ phải trở lại lục đạo. Cực lạc cũng tương đương như hóa thành của kinh Pháp Hoa. Về cực lạc ta sẽ sống rất lâu (vô lượng thọ) nhưng không có nghĩa là không chết (bất tử). Nhờ sống rất lâu và chung quanh có chư bồ tát, thanh văn, thiện tri thức sách tấn tu hành nên chắc chắn sẽ chứng được quả vị bất thối bồ tát. Trường sinh nhưng không bất tử, chính đức Phật Di Đà cũng sẽ nhập niết bàn, sau đó Quan thế Âm bồ tát sẽ thành Phật ở cõi cực lạc, kế tiếp đến Đại thế Chí bồ tát thành Phật.

Sau khi chứng được quả vị Sơ địa bồ tát hoặc bất thối bồ tát, ta sẽ tùy nguyên thọ sinh hay hóa sinh. Có thể tái sinh lại ở cực lạc hoặc một cõi tịnh độ nào khác, hoặc trở lại Ta Bà cứu độ chúng sinh và cứ thế tiếp tục cho đến quả vị Nhất Sinh Bồ Xứ. Từ quả vị bồ tát cho đến khi thành Phật đương nhiên phải trở lại lục đạo để hóa độ chúng sinh.

-ooOoo-

[Đầu trang](#) | [Mục lục](#) | [Phần I](#) | [Phần II](#) | [Phần III](#)

*Chân thành cảm ơn Đại đức Thích Trí Siêu đã gửi tặng phiên bản vi tính  
(Bình Anson, 11-2001)*

**[[Trở về trang Thư Mục](#)]**

*updated: 24-11-2001*