

**HOA VÔ ƯU**  
**Tập 5**

**HT. THÍCH THANH TỪ**

# **HOA VÔ ƯU**

**Tập 5**

**DL 2002 - PL 2546**

## LỜI ĐẦU SÁCH

Quyển Hoa Vô Ưu này được kết tập từ các bài giảng của Hòa thượng Viện chủ Thiền viện Thường Chiếu Thích Thanh Từ.

Trong đó, gồm một số bài Hòa thượng được thỉnh giảng cho sinh viên một số trường Đại học ở Hà Nội và Thành phố Hồ Chí Minh. Ngoài ra, một số bài Hòa thượng thường giảng cho Tăng Ni, Phật tử các nơi và tại các Thiền viện.

Để đáp ứng nhu cầu tìm hiểu pháp thiền và hâm mộ tu thiền của Tăng Ni, Phật tử nhưng chưa đủ điều kiện tu học trực tiếp nơi Hòa thượng, chúng tôi trình xin ý kiến của Ngài và được Ngài hoan hỷ cho biên tập lại các bài giảng trên.

Tuy nhiên, vì là văn nói nên tập sách không sao tránh khỏi sự trùng lặp tất yếu của nó. Rất mong độc giả đạt ý quên lời. Được thế, hi vọng tập sách sẽ đến tay quý vị với những lợi ích thiết thực nhất.

Như vậy, chúng ta có thể tìm hiểu thâm nhập và hành trì pháp thiền. Đồng thời trên bước đường tu học, chúng ta có thêm bạn đồng hành luôn cảm thông với chúng ta.

Mùa Hạ năm Tân Tỵ  
Thường Chiếu, ngày 24-08-2001

**THÍCH NHẬT QUANG**

# THẾ GIAN CHÚ TÂM VÀO VIỆC NHỎ, BỎ VIỆC LỚN

*TV. Trúc Lâm - Đà Lạt tháng 12-2000*

Đề tài tôi nói hôm nay rất bình dân **Người đời việc ít quan trọng dồn hết tâm lực lo, việc tối quan trọng lại lơ là.**

Tất cả chúng ta có mặt trên thế gian này, đều do không sáng suốt nên thường làm lẫn, những điều không quan trọng hay ít quan trọng, chúng ta dồn hết tâm lực để lo, còn những điều tối quan trọng lại không để ý, không màng tới. Tôi sẽ tuần tự giảng giải điều này cho tất cả thấy rõ.

Như cuộc sống hiện giờ có ba việc ăn, uống, thờ, trong đó chúng ta lo việc nào nhiều nhất? Thường người ta lo ăn nhiều nhất. Tối ngày chạy lo ăn, nhưng thật ra nếu nhịn ăn mấy ngày có chết không? Không chết. Kế đó là uống, nhịn uống hai ba ngày mới chết. Đến thờ, nhịn bao lâu chết? Trong tích tắc, thờ ra mà không hít vô là chết. Vậy mà người ta lại quan trọng ăn với uống, còn thờ ra sao thì không biết. Rõ ràng việc tối quan trọng lại lơ là, còn việc không quan trọng thì dồn hết tâm lực vào đó. Như vậy mới thấy cái lầm lẫn của chúng ta thật đáng thương.

Bước qua phần thứ hai, thân và tâm tức thể xác và tinh thần, cái nào quan trọng hơn? Chúng ta thường lo cho thể xác hay tinh thần? Thể xác lo cho sạch đẹp sung mãn, còn tinh thần thì không nghĩ tới. Nhìn chung con người chỉ nặng về thể xác mà xem nhẹ phần tinh thần, trong khi tinh thần điều khiển thể xác. Ví dụ từ trong nhà đi ra đường, ta khởi nghĩ trước rồi mới đi. Làm việc gì cũng vậy, khởi nghĩ trước rồi mới làm. Rõ ràng tinh thần chỉ huy mà chúng ta lại không quan tâm, chỉ quan tâm thể xác.

Nhưng thử hỏi chúng ta lo cho thể xác được sung mãn, mà nó còn mãi không? Lo cho mấy nó cũng bại hoại. Lo nào nhà cửa, tiền bạc, cơm ăn áo mặc... nhưng khi nhắm mắt tất cả những thứ đó còn hay mất? Lo để ngày mai sẽ mất thì lo làm gì? Vậy mà chúng ta cứ lo, lo ngày lo đêm, lo hết sức là lo. Cái giữ không được mà dồn hết cho nó, còn cái chủ thúc đẩy chỉ huy lại không để ý, mặc tình nó ra sao thì ra. Như vậy chúng ta sáng suốt không? Đó là vấn đề chúng ta cần phải xét lại để khỏi lầm lẫn.

Nếu nói tâm hồn hay tinh thần là cái chỉ huy, sắp đặt cho cuộc sống, thì chúng ta phải lo cho nó tốt đẹp, cao quý mới phải, còn thân tạm bợ này lo xoàng xoàng cũng được. Thế mà ta làm ngược lại. Đó là điều rất sai lầm của đa số người thế gian.

Bây giờ nói tu là tu thế nào? Nhiều người bảo ăn chay, lạy Phật nhiều là tu. Ăn chay, lạy Phật cũng thuộc về phần thể xác, còn bộ chỉ huy thì không lo. Vì vậy tu cũng có nhiều cách. Tu bằng hình thức tạo phước tạo duyên, hoặc tu bằng cách lọc bỏ các vọng tưởng cho tâm được trong sáng thanh tịnh. Trong hai cách tu trên, cách tu sau mới là quan trọng. Bởi vì tâm là vị chỉ huy, nếu chỉ huy tốt thì thân miệng làm các việc tốt, cuộc sống theo đó quý đẹp. Còn tu về phần vật chất thì có phước, nhưng tâm còn phiền não thì không giải quyết được cội gốc vô minh sanh tử. Đó là điều quan trọng người tu chúng ta cần phải biết.

Muốn xây dựng, muốn gạn lọc cho tinh thần được trong sáng, tốt đẹp thì phải quay lại xem xét mình. Tất cả chúng ta hiện giờ có ai không biết tham lam, nóng giận, si mê là xấu đâu. Biết thì biết mà không nỗ bỏ, cho nên Phật quở chúng sanh thật mê muội, rất đáng thương. Bình thường không việc gì thì thấy rất hiền lành, nhưng gặp việc trái ý liền nổi sân đùng đùng. Nóng giận như vậy đã là sai rồi mà còn bảo vệ cho cái giận của mình, tại thế này, tại thế nọ nên tôi mới giận. Đã bảo vệ nó, thì làm sao bỏ được. Ít người nào giận mà nói lỗi tại tôi, lý đáng không nên như vậy, thật là xấu hổ... Không dám nhận lỗi là ngầm chấp nhận mình đúng người sai, nên không bao giờ chịu sửa đổi tật nóng giận của mình.

Con người thật là mâu thuẫn. Đền với Phật hít hà lay lục, mong cho con được sáng suốt, thanh tịnh... mà những thói xấu không chịu bỏ. Đó là điều rất thực tế, Phật tử vẫn còn lúng túng. Tôi nói nóng giận là cái nổi nhất, còn tham lam, ngu si ngầm bên trong khó bỏ hơn nữa. Người tham lam có một triệu muốn hai triệu, có hai triệu muốn ba triệu, không dừng lại bao giờ. Có ít muốn nhiều, muốn hoài cũng không bao giờ thấy đủ.

Chúng ta tưởng tham không đáng gì sân, nhưng thật tình tham là cha đẻ của sân hận. Ví dụ ra chợ thấy món hàng vừa ý mình muốn mua. Nghe người bán nói năm trăm, mình trả ba trăm, người ta chưa chịu bán. Lúc đó có người trả bốn trăm, người ta bán. Vậy là mình nổi tức lên, rõ ràng giận từ tham mà ra. Đó là những cái tham nhỏ, chưa phải trong tầm tay của mình, còn những cái tham trong tầm tay của mình. Ta quý ta thích nó, khi mất mình sẽ sân giận tới đâu nữa.

Thí dụ mình vừa sắm được cái lục bình vừa ý, bất thần đứa cháu sẩy tay làm rớt bể. Lúc đó con nóng đùng đùng nổi lên, mình la ó om sòm. Cái nóng giận đó do tham của quý, muốn giữ mà mất nên mình mới sân hận. Như vậy có thể nói tất cả sự nóng giận đều bắt nguồn từ lòng tham. Như ta muốn được khen, được danh thơm tiếng tốt mà bị người chê thì nổi nóng liền. Tham danh, tham lợi, tham tài, tham sắc, tham cái nào mà không được cũng dẫn đến sân hận cả.

Song lòng tham gốc từ si mê mà ra. Như mạng sống của chúng ta qua một ngày là mất một phần. Cuộc đời vô thường, ngày nay sống chưa chắc ngày mai đã còn. Người thấy được lý vô thường là thấy được lẽ thật. Do vô thường, thở ra không hít lại là chết, mạng sống này đâu có bảo đảm dài lâu. Nhưng nghe ai nói ngắn, thì mình buồn, mình cự lại. Còn nghe nói dài, sống đến trăm tuổi là vui liền, như vậy không phải si mê là gì?

Chúng ta thường sống với những ảo tưởng, mơ ước không có lẽ thật, đó là gốc từ si mê. Nếu ai nói mạng mình yếu ta liền xét biết, cuộc sống trong hơi thở không yếu sao được. Nói vậy, biết vậy thì cười thôi, không giận hờn ai. Vì không có trí tuệ, ta sống trong ảo tưởng, không đúng lẽ thật, nên sanh ra tham lam sân hận, đủ thứ phiền não che lấp tâm chân thật.

Từ si mê cho rằng đời sống cả trăm năm, rồi lo tạo dựng sự nghiệp không có ngày cùng, đến tắt thở cũng chưa rồi. Vì vậy mà cả một đời người mấy chục năm, chúng ta cứ lao vào hình thức vật chất, không nghĩ tới tâm tư của mình trong sáng hay tối tăm. Chúng ta không biết trau dồi tâm tánh của chính mình chút nào hết, mà lại đuổi theo những cái tạm bợ bên ngoài.

Đời này tạo lập, xây dựng nếu lỡ chết đi thì tiếc nuôi không bỏ được, nên rồi phải trở lại nữa. Thế nên Phật nói si mê là gốc của luân hồi, chúng sanh trở đi trở lại không

giải thoát được, gốc từ si mê mà ra. Từ si mê chúng ta có đủ thứ sai lầm. Si mê về sự sống, si mê danh vọng, si mê sắc đẹp... Bởi nghĩ mình đẹp nên ai chê xấu thì giận, nghĩ mình khôn nên ai chê ngu thì giận. Người ta cứ tưởng tượng về mình, chớ sự thật chắc gì mình đẹp, chắc gì mình tốt, chắc gì mình khôn. Nhưng nghe khen thì vui, nghe chê thì không chịu. Như vậy có phải si mê không? Con người chịu hết khổ này tiếp nối khổ kia, không thoát được là vì thế.

Bây giờ nếu chúng ta biết rõ mạng sống vô thường, thân này không thật. Ta không là gì trong xã hội này cả thì có gì để tự hào, ngạo mạn. Nghĩ mình là rom là rác, tự nhiên ta sẽ buông bỏ được những thứ tạm bợ quanh mình, sửa đổi những thói hư tật xấu thành ra tốt đẹp. Biết thân này không có giá trị chân thật thì sẽ không còn đắm luyến nó nữa, ta mới vươn lên tìm cái chân thật. Đó là biết lo cái đáng lo, bỏ cái đáng bỏ.

Chúng ta kiểm lại ba điều: Một là mạng sống trong hơi thở. Hai là thân này hư dối tạm bợ, không có gì quan trọng. Ba là ta vẫn còn nhiều khiếm khuyết cần phải tu sửa. Nhớ như vậy, chúng ta sẽ tập trung vào việc tu dễ dàng, gọn lọn tâm trong sạch, thanh tịnh. Tịnh hóa được thân tâm rồi thì các thứ hình thức vật chất trong cuộc sống này không thể lôi kéo chúng ta được nữa. Đó là một lẽ thật.

Thật vậy, khi nhìn lại thấy thân này là đây da hôi thối, giống như cái bô đậy kỹ, có ai đi ngang bịt mũi, mình sẽ cười nói tránh đường cho cái bô đi. Như vậy đâu có khổ. Rõ ràng lâu nay chúng ta sống trong mê lầm. Bây giờ phải gan lên, phải thấy được lẽ thật thì đời sống của mình mới an lành tự tại. Lúc nào cũng nhớ từ si mê sanh ra tham lam, từ tham lam sanh ra nóng giận. Ba thứ này là phiền não rất độc cần dẹp bỏ, chớ không thể nuôi dưỡng được.

Nhưng chúng ta có bệnh biết sai mà không can đảm sửa liền, cứ hèn từ từ. Như vậy đòi tu mau ngộ đạo, mau thành Phật sao được! Bởi vì tu là phải dùng trí tuệ thấy đúng như thật, cái gì ảo tưởng phải chữa bỏ, như vậy mới hết gốc mê, hết mê mới hết khổ. Chúng ta không gan, không dám nhìn thẳng, không dám bỏ thì không bao giờ được an lạc giải thoát.

Khổ đau không phải từ đâu đem đến, mà tại chúng ta không sáng suốt, không có trí tuệ. Có người nghe Phật dạy đời là khổ, thân là vô thường, v.v... cho rằng Phật bi quan. Nhưng không ngờ thấy được lẽ thật đó sẽ cởi mở biết bao nhiêu việc, không còn đeo đẳng đau khổ nữa. Do không biết không nhận như vậy nên người thế gian đau khổ vô cùng, hết đời này tới đời khác không lúc nào hết buồn hết lo.

Chúng ta thử nghiệm lại trên thế gian này, từ người giàu cho tới người nghèo, có ai không khổ đâu, có ai sống toàn là vui đâu. Mỗi người khổ mỗi cách, có người khổ vì thiếu thốn đói rét, có người khổ vì cô quả, có người khổ vì gia đình không hạnh phúc... ai cũng khổ, không có ai vui trọn vẹn. Vậy mà Phật nói cuộc đời là khổ thì bảo đạo Phật bi quan. Rõ ràng con người luôn chạy trốn sự thật.

Chúng ta phải dám nhìn vào sự thật mới có thể can đảm tiến lên. Biết cuộc đời vô thường để ngày nào, giờ nào mình còn sống thì cố tu tập, dẹp những thói xấu. Chỉ nhớ mạng sống trong hơi thở là hết tham ngay. Nhớ thân này như nhớp thì bớt ngã mạn, tự nhiên ta trở về cuộc sống chân thật của mình. Đó là người có trí tuệ sáng suốt.

Tu là rèn luyện trí tuệ cho được sáng suốt, được tốt đẹp, đó là điều tiên quyết. Thân này dầu sửa sang, lo lắng mấy nó cũng bại hoại, cũng chỉ là tấm thân hư thối thôi.

Tất cả cái được đó đều là được để mất, chứ không phải được để còn mãi. Vậy mà chúng ta cứ cảm đầu lo thôi là lo, còn việc tẩy rửa gạn lọc cho tâm trong sáng, tốt đẹp thì ít quan tâm tới. Phần nhiều Phật tử đi chùa học Phật, chỉ muốn tu để đời sau sung sướng hơn, phước đức hơn, đẹp đẽ hơn, chứ không muốn thấy đúng lẽ thật, không muốn dứt si mê, giác ngộ giải thoát.

Trong nhà Thiền tu là gạn lọc nội tâm, giống như một khạp nước đục, chúng ta lóng xuống cho nó trong. Lóng lắng rồi thì nước trong, nhưng cặn bã vẫn còn dưới đáy khạp, nếu quậy lên thì chúng sẽ ngàu đục trở lại. Bây giờ muốn nó hoàn toàn trong, không có cặn cẩu nữa thì phải lọc qua một khạp khác. Cũng vậy, tham sân si là cặn cẩu, nó làm cho tâm trí mình mờ tối, bây giờ chúng ta phải lọc, phải gạn cho nó lắng xuống trước. Lắng xuống rồi phải lọc bỏ nó đi, lúc đó tâm mình mới trong sáng. Tâm hồn trong sáng tức không còn đau khổ nữa, còn tâm hồn tối tăm thì đau khổ không có ngày dứt được. Đó là điều hết sức thiết yếu.

Chúng ta có hai thứ tâm, tâm sanh diệt tùy duyên và tâm thanh tịnh hằng sáng không mất. Khi chúng ta nghĩ xấu, nghĩ ác thì tâm đó luôn thay đổi hay nguyên vẹn mãi như vậy? Thí dụ có người nói trái ý, mình giận ghét họ, đó là tâm xấu. Nhưng thời gian sau họ làm gì vừa ý, mình liền vui vẻ, thương mến họ. Đó là tâm sanh diệt tùy duyên. Duyên thuận thì nó tốt, nghịch thì nó xấu chứ không cố định. Đã là sanh diệt tùy duyên thì không phải thật mình. Như vậy không ai cả ngày giận hoài, cũng không ai cả ngày ghét hoài. Thương, ghét, buồn, giận đều tùy duyên lộn qua đảo lại, không cố định. Vừa giận đó rồi thương, vừa ghét đó rồi mến, đổi thay luôn.

Phật dạy phạm những gì do duyên hợp đều hư giả, vậy mà chúng ta chỉ sống với cái giả, bỏ quên cái thật. Cả ngày đem hết sức lực để lo lắng, gìn giữ cái thân tạm bợ này. Đến tâm tức tinh thần, chúng ta giữ phần hơn thua, phải quấy, tốt xấu, được mất cho đó là tâm mình. Tâm tôi nghĩ phải, tâm tôi nghĩ quấy, tâm tôi vui buồn, thương ghét... có rồi mất, không thường còn. Tâm không thật luôn sanh diệt như vậy mà bám vào đó chấp là mình, thành ra mất mình luôn. Có đáng thương không?

Phật bảo chúng sanh do ba nghiệp mà đi trong sanh tử luân hồi. Ba nghiệp là thân, miệng và ý. Khi ý nghĩ xấu thì miệng nói xấu, thân làm xấu nên nghiệp dẫn đi trong ba đường ác địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Nếu ý nghĩ tốt, thì miệng nói phải, thân làm phải nên nghiệp dẫn đi trong ba đường lành trời, người, a-tu-la.

Như vậy chánh nhân tạo nghiệp là ý, tức những thứ buồn thương giận ghét của chúng ta. Tâm đó là chủ tạo nghiệp, muốn tu giải thoát sanh tử mà bám vào nó thì không bao giờ giải thoát được. Chỉ là phước báu hoặc tội nghiệp, dẫn đi trong đường lành hoặc đường dữ thôi.

Ban đầu, chúng ta tu thì tập bỏ những thứ xấu ác, sau đó đến các thứ tốt thiện cũng phải bỏ luôn. Nhưng thường không ai bỏ cái tốt cả, uông lắm cho nên được sanh cõi lành, thành ra cũng quanh quẩn ở sanh tử thôi. Chúng ta chưa tìm ra cái thật mình, thì chưa thể được an vui vĩnh viễn. Cái thật đó Lục Tổ nói “Không nghĩ thiện, không nghĩ ác, cái gì là Bản lai diện mục của Thượng tọa Minh?” Vậy khi tâm hằng tri, hằng giác mà không có niệm thiện ác lôi cuốn, lúc đó mình đi đâu? Không tạo nghiệp là giải thoát sanh tử, còn đi đâu nữa.

Chúng ta ai cũng sẵn có cái không tạo nghiệp, không bị nghiệp dẫn mà không chịu nhận, cứ nhận cái tạo nghiệp, cái sanh tử là mình rồi khóa lấp cái mình thật. Bản lai diện mục tức là mặt thật xưa nay của mình, nó bị khóa lấp bởi niệm thiện, niệm ác. Chừng nào những niệm đó lặng sạch thì mặt thật xưa nay hiện tiền. Vậy lúc niệm thiện ác chưa lặng sạch thì mặt thật kia ở đâu?

Bình thường chúng ta thấy biết tất cả mà không khởi niệm phân biệt, cái thấy biết đó không động. Nó luôn hiện tiền nhưng mình vừa khởi phân biệt thì nó khuất đi, chớ không phải mất, không phải thiếu vắng bao giờ. Chúng ta chạy theo niệm sanh diệt thì cái chân thật ẩn khuất, khi nào dừng lặng các niệm sanh diệt thì nó hiện bày. Cho nên các Thiền sư thường nói “Tại ông không nhận, chớ không phải không có”.

Có ai không thấy, không nghe, không biết. Thấy, nghe, cảm giác biết hết nhưng ở giai đoạn đầu chưa khởi niệm phân biệt tốt xấu, hơn thua thì cái biết chân thật không sanh diệt. Khi tâm khởi niệm phân biệt là chuyển sang cái biết sanh diệt rồi. Thấy cứ thấy, nghe cứ nghe, có người nào thiếu đâu, nhưng ai cũng than kiếm không ra Phật tánh. Sự thật thì nó luôn hiện tiền ngay nơi chúng ta, đâu cần phải tìm kiếm ở đâu.

Khi chúng ta ngồi Thiền không có hôn trầm, những niệm nghĩ tưởng lăng xăng lặng xuống, dấy lên ta thấy biết rõ ràng tức là vẫn tỉnh vẫn biết như thường, cái biết đó nó không động không tịnh, không sanh diệt như các niệm vọng tưởng. Đó là mình đã có sẵn cái không động, không sanh diệt rồi. Chỉ cần ta không chạy theo cái động, thì trở về được với cái không động, đó là giải thoát sanh tử. Vì cái động sanh diệt tạo nghiệp đi trong sanh tử, còn cái không động, không sanh diệt thì không tạo nghiệp sanh tử. Cho nên sống được với cái không động là giải thoát sanh tử, cần gì tìm kiếm ở đâu xa. Trong nhà Thiền nói “Cõi trâu đi tìm trâu”, “Công Phật mà đi tìm Phật” là thế.

Vì vậy trong kinh Pháp Hoa, chàng cùng tử say sưa được bạn tặng cho hòn ngọc quý bỏ trong túi áo, anh lo say lang thang hoài nên quên mất mình có hòn ngọc. Đến khi được bạn chỉ thẳng mới nhớ lại mình có hòn ngọc trong túi áo từ lâu. Đó là chỉ cho tất cả chúng ta có cái chân thật quý báu mà không nhớ không nhận, cứ chạy theo cái tạm bợ cái giả dối hoài.

Tôi nhắc lại chúng ta tu là dẹp bớt những tâm niệm xấu ác, giữ những tâm niệm hiền lành tốt đẹp, đó là chặng thứ nhất. Kế đến tất cả niệm sanh diệt dù tốt hay xấu cũng đều bỏ hết, đừng luyến tiếc mà phải sống với cái chân thật không sanh không diệt, không hình tướng của mình. Như vậy tu là làm một việc cao siêu phi thường, chớ không phải tầm thường.

Chúng ta hiện giờ đang sống đang tu, mà chỉ mong muốn những cái nhỏ nhỏ, như đời sau có phước hơn đời này, giàu sang sung sướng hơn đời này. Nhưng ta quên rằng dù được như vậy chắc gì đã hạnh phúc, vì có thân là có khổ. Có ai khỏi bệnh, khỏi chết đâu. Bệnh chết là khổ hay vui? Cái án đó đã sẵn cho mọi người. Ai rồi cũng phải đi tới già, tới bệnh, tới chết. Đã có án tử hình thì cuộc sống là vui hay là khổ? Vậy mà chúng ta cứ buông trôi, ngày mai ra sao mặc nó, bây giờ cứ cười cứ vui. Người không thấy xa biết rõ, là người không sáng suốt, không có trí tuệ.

Người tu có hai trường hợp, thứ nhất nhớ cuộc đời vô thường rồi buồn rầu chán nản không muốn làm gì. Như vậy chưa phải khéo tu. Thứ hai cũng biết vô thường nhưng vui vẻ, vì biết đó là luật chung của mọi người, không ai tránh được. Muốn tránh phải tự



tim một lối đi khác, chớ không thể ngồi buồn mà tránh được. Đây là người khéo tu. Cho nên chúng ta học Phật, biết đời là khổ nhưng mình vẫn vui. Vì trong cái khổ sanh diệt có cái chân thật không sanh diệt, luôn hằng hữu bên mình. Thế thì ta đại gì sống với cái sanh diệt, bỏ mất cái không sanh diệt cho phải khổ. Vì vậy đạo Phật không những không bị quan, mà còn lạc quan yêu đời nữa là khác.

Người biết tu thì biết sửa đổi sai lầm, luôn tỉnh giác và đánh thức mọi người cùng tỉnh giác, như vậy cuộc sống mới có giá trị. Nếu cả cuộc đời mấy chục năm, sống trong u tối thì thật vô nghĩa. Đời này qua đời khác, cứ chông chênh như vậy thì khổ não biết bao nhiêu. Lại, Phật bảo được thân người là khó, như rùa trăm năm mới gặp bọng cây giữa biển khơi.

Tuy thân này hư tạm, nhưng nếu chúng ta biết lợi dụng nó, để tu hành thì sẽ vượt thoát khỏi dòng sanh tử, sống với Pháp thân chân thật, muôn đời không sanh diệt. Giống như rùa mù nương bọng cây được vào bờ. Ngày nào sống là một ngày thức tỉnh, ngày nào sống là một ngày an lạc. Khi không còn nghĩ chuyện tốt xấu, phải quấy ta sẽ thấy vui. Vui thế nào? Tất cả niệm hơn thua phải quấy không khởi thì gương mặt mình lúc nào cũng tươi sáng, đó là cái vui chân thật. Còn vui hỉ hạ là cái vui của thế gian, không chân thật.

Nhưng người đời luôn tìm vui trong cái hơn thua được mất. Ví dụ người ta tổ chức đá bóng, đội nào thắng mình vỗ tay cười vui, trong khi đội thua rất đau khổ. Vui trong sự đau khổ của người khác, thì cái vui đó không thật vui. Người thắng thì vui, người thua thì khổ. Như vậy vui của thế gian chỉ là cái vui tương đối, vui khổ theo nhau, chớ không hoàn toàn vui.

Chỉ khi tâm chúng ta dứt các niệm phải quấy, hơn thua v.v... lặng lẽ thanh tịnh mới thật là vui. Nhưng có nhiều người, nhất là tuổi học sinh sinh viên, nói tu cái gì cũng bỏ hết thành ra ngu ngốc. Phải nhét vô đầu thật nhiều mới có kiến thức rộng, mới là người hiểu biết. Thật ra không phải vậy, người tu bỏ những niệm lăng xăng tạp loạn, để tập trung vào một việc thì sáng thêm chớ ngu sao được. Ví dụ khi học cứ một tâm chuyên chú vào việc học, không nhớ nghĩ viển vông chuyện nọ chuyện kia, thì càng học càng thông minh sáng suốt hơn, chớ ngu sao được. Khi làm việc cũng vậy, buông hết chuyện tạp, tập trung vào công việc thì kết quả sẽ tốt hơn.

Thời nay, người ta muốn nhớ nhiều quá thành ra quên hết. Bởi vì nhét đầy óc ách trong não, khiến nó mỗi một nên nó không thể tiếp nhận được gì cả. Rồi rốt cuộc càng muốn nhớ thì càng quên. Trong khi người càng buông lại càng nhớ, nhớ một cách tự nhiên trong sáng nên mọi việc hiện ra rất rõ ràng phân minh.

Chúng ta thử nghiệm xem khi nào đầu mình rối nuôi việc này việc kia, lúc đó mình cứ quên đầu quên đuôi. Khi ấy, chỉ cần ngồi thiền một chút ta liền nhớ trở lại. Vì vậy nhiều người mới tập tu thiền nói ở ngoài không nhớ gì hết, đến lúc ngồi thiền, lại nhớ đủ chuyện. Như vậy có lỗi không? Tôi giải thích đó không phải tội lỗi, vì lúc ở ngoài việc này việc kia khóa lấp nên ta không nhớ, khi ngồi thiền tâm yên định, nó trôi lên nên ta thấy đủ chuyện. Thấy thì thấy, biết nó không thật liền buông thì không có lỗi gì cả, quan trọng là đừng chạy theo nó.

Như đức Phật khi ngồi thiền dưới cội bồ-đề, chứng được Túc mạng minh, Ngài nhớ lại chuyện vô số kiếp về trước như nhớ chuyện hôm qua. Khi buông bỏ hết, ta tưởng

như quên nhưng trái lại nhớ rõ hơn. Còn rắng nhớ rốt cuộc nhớ không bao nhiêu. Hiểu như vậy mới thấy tâm mình là kho chứa, nên nhà Phật gọi là Tàng thức. Cái kho ấy chứa tất cả chủng tử lành dữ của mình, nếu ta loại hết những lăng xăng tạp loạn thì kho Tàng thức đó biến thành Như Lai tàng. Kho thức phân biệt mà sạch hết những niệm phân biệt thì trở thành kho Như Lai, kho Phật chớ không phải hết trơn.

Vì vậy khi tu chúng ta buông bỏ hết, nhưng đừng tưởng mất tất cả. Không phải vậy, ngồi yên định lại, muốn nhớ thì nhớ rõ ràng, không muốn nhớ thì thôi. Đó là người đã làm chủ được mình và các pháp, sống tùy duyên an vui tự tại, không bị các pháp nhiễu loạn. Nên những người tu càng cao càng hay, thì càng ít chú ý tới mọi thứ, nhưng cần thiết thì các ngài thấy biết rõ ràng, không nghi ngờ. Còn chúng ta những thứ cần biết thì không biết, những thứ không cần biết lại biết. Vì vậy chúng ta khác các ngài.

Tóm lại, hôm nay tôi muốn nhắc tất cả nhớ điều này: Việc gì đáng lo thì mình lo, việc gì không đáng lo thì buông bỏ bớt. Người khéo tu lúc nào cũng nhớ quay lại mình, nhận ra và sống được với Tâm chân thật, ngoài ra tất cả đều vô thường hư ảo, không cần chú tâm làm gì.

Người tu không sợ ngu, chỉ sợ không tu được thôi. Tu được tức là giác ngộ, mà đã giác ngộ tức là trí tuệ viên mãn, nói gì là ngu với không ngu!

# ĐẠO PHẬT LÀ ĐẠO BÌNH ĐẲNG TỰ DO TUYỆT ĐỐI

*Giảng tại Hoa Kỳ tháng 11-2000*

Hôm nay chúng tôi sẽ nói về đề tài **Đạo Phật bình đẳng tự do tuyệt đối**. Có nhiều người thắc mắc đạo Phật bình đẳng, nhưng trong chùa người tu sau gặp những thầy tu trước phải qui lạy, như vậy là mâu thuẫn rồi.

Bình đẳng trong đạo Phật có hai mặt: Bình đẳng về Phật tánh, bình đẳng về đức hạnh. Với người tu lâu, những vị mới tu phải kính lễ. Kính lễ không phải vì sai biệt, mà để nói lên chúng ta trọng người tu lâu vì đức hạnh của các ngài, chớ không phải vì chức tước, năm tháng. Người mới tu thì đức hạnh thấp, người tu trước thì đức hạnh cao. Kính trọng nhau trên đức hạnh là điều tốt, chớ không có lỗi. Đó là bình đẳng tương đối.

Đến “bình đẳng tuyệt đối” là sao? Tất cả người thế gian, nhất là sống trong thời văn minh hiện nay, ai cũng đòi được bình đẳng, được tự do. Nhưng điều đó với cái nhìn của đạo Phật chỉ là bình đẳng tương đối, tự do tương đối, chớ chưa phải tuyệt đối. Bình đẳng tự do của đạo Phật mới là bình đẳng tự do tuyệt đối. Chúng tôi sẽ tuần tự dẫn chứng cho tất cả thấy điều này.

Trong kinh Trường A-hàm có kể: Thuở Phật còn tại thế, Ngài nhìn thấy những hoa sen hoặc đã có nụ, hoặc gần nở, hoặc nở tròn, Ngài liền nói: “Tất cả hoa sen nở ra tròn trịa thơm tho, đều phát xuất từ bùn sinh hôi hám.” Chúng ta cũng thấy rõ có đóa hoa sen nào nở ở chỗ sạch không? Hoa sen nào cũng phát xuất từ bùn nhơ rồi từ từ vượt ra khỏi bùn, khỏi nước đục sau đó trở hoa thơm ngát. Hoa trở rồi và hoa chưa trở đều như nhau, mầm sen cũng phát xuất từ bùn.

Đức Phật dụ bùn như ngũ dục, tất cả chúng ta sanh ra trong ngũ dục. Nhưng nếu đắm chìm mãi trong ấy thì mình không cất đầu lên nổi, không thoát ra được nên gọi là chìm. Nếu khéo vượt ra khỏi vũng bùn ngũ dục, lần lần chúng ta sẽ trong sạch, tiếp tục vươn lên khỏi mặt nước, rồi sẽ trở hoa. Đức Phật cũng vậy, trước kia sanh trong cung vua Tịnh Phạn, từ nhỏ cho tới lớn Ngài thụ hưởng ngũ dục rất nhiều, cũng có vợ con. Nhưng sau đó thức tỉnh, Ngài bỏ tất cả vượt thành xuất gia. Nghĩa là Ngài cũng từ bùn ngũ dục thức tỉnh vượt ra mới ngộ đạo.

Tất cả chúng ta cũng thế, ở trong ngũ dục nếu khéo thức tỉnh vượt ra, tu hành có ngày cũng ngộ đạo như Phật không khác. Đức Phật là con người đi tu, thành Phật. Chúng ta cũng là con người đi tu, chẳng lẽ không thành Phật? Cho nên cái nhìn của đức Phật là cái nhìn bình đẳng tột cùng. Với con mắt chúng sanh, Phật và chúng ta cách xa muôn dặm, nhưng Phật thấy Ngài và chúng ta đều có khả năng thành Phật như nhau. Đó là kinh A-hàm.

Đến các kinh Bắc tông như Pháp Hoa, Niết-bàn, Hoa Nghiêm v.v... đều tán thán câu Phật đã nói “Tất cả chúng sanh đều có Phật tánh”, nghĩa là chúng ta ai ai cũng có Phật tánh. Có Phật tánh tức là chúng ta tu cũng sẽ thành Phật, không nghi ngờ gì nữa. Vậy trên phương diện đã tu và chưa tu thì Phật và chúng ta khác muôn trùng. Nhưng nhìn trên phương diện Tánh giác sẵn có thì mình không thua Phật. Rất tiếc chúng ta chưa thấy,

chưa nhận ra nên không như Phật. Một bên đã tu, đã sửa, đã đẹp được vô minh phiền não nên Tánh giác hiện bày đầy đủ, một bên còn nguyên vẹn vô minh phiền não nên Tánh giác bị khuất đi.

Như vậy chúng ta muốn thành Phật phải làm sao? Phải đẹp vô minh phiền não, nếu không chịu đẹp thì muôn đời muôn kiếp cứ làm chúng sanh mãi. Hiện tại chúng ta thấy có người khôn kẻ đại, người sang kẻ hèn sai biệt, nhưng trên Tánh giác thì bình đẳng không sai biệt. Đó là tính bình đẳng tuyệt đối trong đạo Phật.

Kể đó, đức Phật bảo rằng: “Ta là Phật đã thành, các người là Phật sẽ thành.” Phật không thấy mình là đáng tối cao, không ai bì kịp. Ngài khẳng định chỗ ấy ta đã đến, các ông tu cũng sẽ đến, không ai thua ai cả. Như vậy có phải bình đẳng không? Đó là bình đẳng chân thật. Chúng ta cứ nghĩ rằng chỉ có Phật mới tu được thành đạo, còn mình vô phân. Đó là một điều sai lầm. Từ sai lầm này chúng ta làm cho mình trở thành yếu đuối hèn nhất.

Nên người biết tu Phật phải nhận ra con đường Phật đã đi và đã đến, Ngài chỉ lại chúng ta đi rồi cũng sẽ đến, chớ không khác. Chư Phật ra đời đều vì một mục đích duy nhất, là chỉ dạy cho chúng sanh được thành Phật như các ngài. Trong kinh Pháp Hoa, Bồ-tát Thường Bất Khinh gặp ai cũng bái bái nói: “Tôi không dám khinh các ngài, vì các ngài đều sẽ thành Phật.” Dù bị mắng rầy, chọi đá, phang gậy, Ngài chạy xa rồi cũng bái bái nói như thế.

Câu nói ấy vô lý hay rất thiết yếu cho sự tu hành? Mới nghe chúng ta thấy như vô lý, nhưng thật ra đó là câu nhắc nhở rất thiết yếu cho việc tu hành. Bởi tự thấp mình nên ta không dám nghĩ tới ngày mai sẽ thành Phật, vì thế tu hành lười biếng. Tu chút chút miễn đời sau khỏi khổ được rồi, chớ không mong gì thành Phật. Đó là căn bệnh yếu đuối của chúng ta. Vì vậy Bồ-tát Thường Bất Khinh đánh thức, khuyến khích, khẳng định mọi người đều có khả năng thành Phật, chúng ta mới thức tỉnh, nỗ lực tinh tấn tu hành thì quả vị Phật nhất định sẽ đạt được. Lời dạy đó là một sự đánh thức mãnh liệt mà nhiều người không biết.

Đức Phật thường nói: “Ta là bậc Đạo sư hướng dẫn chỉ dạy cho mọi người con đường đi.” Đạo sư là gì? Đạo là đường, sư là thầy, vị thầy chỉ đường. Phật nói Ngài là người chỉ đường, chớ không phải tuyệt vời hơn hết. Trong kinh thường dùng từ Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác. Chữ Vô thượng là không trên, Ngài là bậc giác ngộ không ai trên, chớ có thể bằng. Nếu người nào giác ngộ như Ngài cũng sẽ bằng Ngài.

Như vậy chúng ta tu Phật có quyền thành Phật, chớ không phải tu Phật để làm tôi tớ của Phật. Có nhiều người nói nghe rất buồn: “Tôi tu không ham gì hết, miễn được về Cực lạc làm tôi tớ của Phật là mãn nguyện rồi.” Chịu làm tôi tớ Phật, chớ không chịu làm Phật. Chính chỗ này trong kinh Pháp Hoa mượn ví dụ chàng cùng tử để nói chúng ta không dám nhận mình là con ông Trưởng giả, người thay thế sự nghiệp của cha. Nghe kêu anh liền hoảng hốt chạy, sợ tới té xỉu. Vì vậy sau khi Trưởng giả tìm cách dẫn về, cho hốt phân anh mới an lòng. Người cha thương quá phải mặc áo rách, cầm đồ hốt phân tìm cách đến gần, từ từ giải thích hướng dẫn cho anh quen.

Chúng ta cũng vậy, nghe nói thành Phật ngán quá. Vì đêm nào mình cũng lạy Phật, bây giờ bằng người mình lạy thì xem như hỗn láo, không dám. Sự thật Phật đã nói

như vậy, chúng sanh tu được giác ngộ viên mãn sẽ thành Phật, chớ giác ngộ chút đỉnh thì còn xa lắm.

Chữ Vô thượng là giác ngộ viên mãn không ai hơn. Nhưng nếu ai giác ngộ viên mãn thì đều thành Phật như Ngài. Đó là chỗ bình đẳng ở quả vị Phật, bình đẳng trong nhân Phật. Chúng ta có Phật tánh, Phật có Phật tánh, đức Phật tu đến quả vị Phật, chúng ta tu cũng có thể đến quả vị Phật, nếu giác ngộ tròn đầy như Ngài. Đó là từ Vô thượng.

Một từ khác để chỉ cho Phật là “Vô thượng y vương”, tức Vua thầy thuốc không ai trên. Cũng không ai trên chớ không nói tối cao. Ai biết thuốc trị lành tâm bệnh cho tất cả chúng sanh như Phật thì sẽ bằng Ngài, còn chưa biết thì thua Ngài. Nhìn qua một số từ ngữ, chúng ta thấy rõ ràng đứng trên Phật tánh, Phật và chúng sanh bình đẳng như nhau. Đó là nói bình đẳng trên Lý tánh.

Đến bình đẳng trên nghiệp báo. Đức Phật nhìn thấy lẽ thật và chỉ dạy lẽ thật, chớ không đánh lừa hay mê mị người. Đức Phật có ba thân: Pháp thân, Báo thân, Hóa thân. Báo thân là thân do phước báo mà thành nên thân tướng tốt đẹp. Còn thân chúng ta do nghiệp báo kết thành. Xưa ta đã làm khổ người khổ vật thì ngày nay thân phải đền trả lại nghiệp báo trước. Như vậy chúng ta mới hiểu Phật thị hiện ở thế gian, đã thành Phật nhưng vẫn đền trả những nghiệp báo cũ trong các đời trước. Như nạn “kim thương mã mạch”, tức bị cây thương đâm ở chân và ba tháng an cư ăn lúa ngựa.

Tại sao thân Phật đầy đủ phước báo, đầy đủ công đức, vẫn chịu trả quả báo? Đức Phật dạy thân Ngài đến đời này sẽ chấm dứt, nên còn bao nhiêu nghiệp thì trả hết. Chúng ta thấy Phật là bậc giác ngộ viên mãn, đầy đủ công đức, mà vẫn trả những quả báo còn thừa, chớ không phải không trả. Cho nên biết luật nhân quả không tha ai hết, có nợ thì phải trả. Như ngài Mục-kiền-liên là vị đệ tử thần thông số một của Phật, có thể bay đi trên hư không, hiện nhỏ thành lớn, hiện lớn thành nhỏ, có thể độn thổ, độn thủy v.v... Thế mà gần cuối đời, Ngài bị đám du đảng vây đánh. Bình thường dù cả trăm người vây đánh, Ngài chỉ vận thần thông bay lên, chúng liền hoảng chạy. Kỳ này Ngài dùng thần thông không được, nên phải chịu đánh như từ. Cuối cùng bọn chúng đi rồi, Ngài mới dùng thần thông về đánh lễ Phật lần chót cũng để từ giã Thế Tôn.

Bất luận thần thông thế nào, hễ nghiệp đến thì phải trả. Ngài Mục-kiền-liên chúng được A-la-hán nên thân Ngài là thân chót, không còn tái sanh nữa, cho nên những nợ cũ phải trả hết. Như vậy lý nghiệp báo bình đẳng cho tất cả, không tha ai dù Phật hay các bậc Thánh tăng cũng thế.

Trong kinh A-hàm kể có một thầy Tỳ-kheo đã chứng A-la-hán tức là bậc Ứng cúng, trời người đều cúng dường. Thế mà Ngài đi khát thực không ai cho miếng cơm, suốt mấy ngày chịu đói tới ngất xỉu. Các thầy Tỳ-kheo khác thấy thương, mới đi xin cơm về cho. Hôm đó, một thầy Tỳ-kheo xin được hai bát cơm về chia cho Ngài một bát, còn mình một bát. Trong lúc đói run quá, Ngài vừa mới đưa tay cầm cái bát liền rớt bẻ, cũng không ăn được, như vậy cho tới chết.

Đức Phật nói quả báo của vị Tỳ-kheo đó, do trước kia ngăn trở sự cúng dường của các thí chủ cho những vị Tăng khác nên phải trả như vậy. Qua đó chúng ta thấy rõ Phật, A-la-hán đều phải trả nghiệp báo bình đẳng như nhau.

Đức Phật thường dạy, tất cả Phật tử cũng như những người không theo đạo Phật, ai làm việc thiện thì hưởng quả lành, ai làm việc ác thì bị quả dữ, bình đẳng như nhau.

Chớ không thể nói tôi là con Phật, tôi làm việc ác Phật tha mười phần còn năm. Không có chuyện đó. Chúng ta mới thấy ý nghĩa nghiệp của đạo Phật rất công bằng, rất bình đẳng, không thiên vị một ai. Từ Phật cho tới đệ tử Phật, đến mọi loài chúng sanh đều thọ lãnh như nhau. Khi nghiệp đến, thân thông cũng vô dụng. Nên biết nghiệp mạnh hơn thân thông. Vì vậy Phật không chú trọng thân thông.

Do đó biết làm việc lành, tu điều lành còn hơn thân thông, vì những nghiệp lành đó mới cứu chúng ta, còn thân thông chỉ đùa chơi cho vui thôi chớ không cứu mình nổi. Trong kinh có kể, thời Phật còn tại thế, một ngoại đạo chứng được ngũ thông, ông nói pháp rất hay, trời Đế Thích cũng xuống nghe. Một hôm nghe pháp xong trời Đế Thích ngồi khóc, ông lấy làm lạ hỏi:

- Tại sao hôm nay nghe tôi nói pháp ông lại khóc?

Trời Đế Thích thưa:

- Thưa Ngài, Ngài nói pháp rất hay nhưng con biết Ngài sắp mạng chung, con thương nên khóc.

Nghe xong, hoảng quá ông hỏi:

- Bây giờ làm sao cho khỏi chết?

Trời Đế Thích thưa:

- Ngài muốn khỏi chết nên tìm đến đức Phật để cầu chỉ dạy.

Ông hỏi:

- Bây giờ Phật ở đâu?

- Phật đang ở tại tinh xá Trúc Lâm, nước Ma-kiệt-đà.

Ông liền dùng thân thông bay đi tìm Phật. Bay gần đến, ông nhìn xuống đất thấy hai cây ngô đồng trở hoa rất đẹp, ông dừng lại dùng thân thông nhổ hai cây để trên hai bàn tay đem cúng dường Phật. Tới trước Phật, ông xin cúng dường hai cây ngô đồng. Phật hỏi:

- Ông cúng dường cầu cái gì?

Ông trả lời:

- Con cầu Ngài dạy phương pháp tu khỏi chết.

Phật bảo:

- Buông.

Ông buông một cây ngô đồng xuống.

Phật lại bảo:

- Buông.

Ông buông tiếp cây ngô đồng còn lại. Như vậy hai tay trống hết rồi. Phật bảo:

- Buông.

Ông thưa:

- Con có hai tay, mỗi tay cầm một cây ngô đồng. Phật bảo buông lần thứ nhất con buông một cây, bảo buông lần thứ hai con buông cây nữa. Bây giờ Ngài bảo buông, con không biết buông cái gì?

Phật bảo:

- Ta không bảo người buông cây ngô đồng. Buông thứ nhất là đừng dính mắc với sáu trần. Buông thứ hai là đừng chấp sáu căn. Buông thứ ba là buông hết tất cả những ý thức duyên theo sáu trần. Buông được ba thứ đó thì người khỏi chết.

Ngay đó ông liền đại ngộ, chứng A-la-hán được giải thoát sanh tử.

Như vậy giải thoát sanh tử do thần thông hay do tu? Rõ ràng là do tu. Thần thông chỉ để lèo thiên hạ chơi thôi, chớ đâu thể cứu mình khỏi chết, khỏi nghiệp. Nghiệp không thoát được, chết không thoát được, tại sao lại ham thần thông? Người tu ngày nay, nhất là giới Phật tử nghe ai biết quá khứ vị lai thì mò tới hỏi chuyện năm tới năm kia gì gì đó. Thấy quý vị dễ tin quá, họ nói đại đời trước cô ở đâu làm gì, nói cho vui tai thôi chớ có tới đâu, vậy mà tin thôi là tin.

Phần nhiều người ta lại tin những thứ bâng quơ, không phải chánh nghĩa, chánh đạo. Chánh đạo là biết mình hiện đang tạo nghiệp lành hay nghiệp dữ, đang còn dính mắc hay buông xả được sáu trần v.v... Người ta nói kiếp trước cô là tiên thì vui lắm, còn nói là bò là heo thì xụ mặt liền. Nhờ thế họ mới gạt được mình, ai đến cũng căn tiên cốt Phật hết nên móc túi thiên hạ dễ dàng. Đó là chúng ta không có chánh tín, chánh đạo nên bị gạt mà không hay.

Hồi xưa còn nhỏ, tôi có quen một anh coi tay coi tướng, được nhiều người thích lắm. Tôi hỏi thuật coi tay coi tướng của anh hay ở chỗ nào? Anh nói: Có gì đâu, nếu thấy người ấy hồi xưa là ông cả, mà vợ mặt mét mét thì nói bà rất tốt, nhưng hình như ông nhà có bò bịch gì đó nên bà khổ đau. Bởi vì ông cả ông huyện thì lúc nào mà chẳng nhiều bà. Nghe trúng quá nên khen nức nở. Kế tiếp cho thuốc, nói thuốc này uống hay lắm nhưng còn có ba viên, bán cho bà thật là không muốn bán. Nghe vậy, bà ta năn nỉ quá mới chịu bán với giá rất đắt. Có gì đâu đó là thuốc bổ uống vô ăn ngon ngủ ngon nên khen thuốc hay quá. Nhưng không ngờ nếu uống ít viên nữa cũng vậy thôi, không có gì hay hết.

Mới thấy ở đời có những thuật lừa bịp rất tầm thường mà mình không biết, cứ được vượt một chút là vui mừng rồi nghe lời. Tâm trạng của con người đa số là tâm trạng chịu vượt ve, chịu khen, chịu tán dóc, chớ không chịu nói lẽ thật. Đó là điều mà Phật tử chúng ta lâu nay dễ mắc kẹt. Trong khi Phật dạy rõ nghiệp là cái đáng sợ nhất lại không sợ. Nghiệp từ đâu mà ra? Từ thân, miệng, ý của mình. Nếu thân làm lành, miệng nói lành, ý nghĩ lành thì nghiệp lành. Thân làm ác, miệng nói ác, ý nghĩ ác thì nghiệp ác. Như vậy tất cả nghiệp từ nơi thân miệng ý của chúng ta mà ra hết. Cho nên tu là chuyển đổi nghiệp ác thành nghiệp lành.

Trong một gia đình, vợ chồng con cái, ai cũng biết tu thân không dám làm ác, miệng không dám nói ác, ý không dám nghĩ ác thì gia đình đó bình an, hạnh phúc. Nếu trong xã hội ai cũng tu như vậy thì xã hội văn minh tốt đẹp. Đó là kết quả của những người biết tu theo chánh pháp, chánh đạo. Đó là nói bình đẳng trên lý nghiệp báo.

Bây giờ nói đến đạo Phật tự do tuyệt đối. Ở đời ai không muốn tự do. Nhưng tự do như thế nào là tự do tuyệt đối? Có hai thứ tự do, tự do tương đối và tự do tuyệt đối. Thường con người đòi hỏi tự do là tự do tương đối thôi, muốn làm được việc này việc kia

không có gì ngăn trở chúng ngại, đó là đòi hỏi tự do. Nhưng người đòi đòi hỏi tự do với người khác. Nếu trong sở thì đòi hỏi chủ sở phải có thái độ cởi mở cho mình tự do. Nếu trong gia đình thì đòi hỏi cha mẹ phải dễ dãi cho con cái tự do. Nhưng tất cả tự do bên ngoài đều tương đối, không thể trọn vẹn được.

Chỉ có đòi hỏi tự do nơi mình mới là quan trọng. Tại sao? Vì tự do bên ngoài chỉ có trong phạm vi giới hạn thôi. Ví dụ ở nước Việt Nam lên xe cứ ngồi không cần nai nịt gì hết. Còn ở Mỹ lên xe ngồi phải nai nịt đằng hoàng, nếu không thì sẽ bị phạt. Như vậy mới thấy tự do tương đối thôi, tùy theo pháp luật của mỗi nơi. Nếu ở Việt Nam không nai nịt là tự do, qua Mỹ nai nịt ta cự nự có được không? Nên chỉ đòi được tự do tương đối chớ không có tự do tuyệt đối

Muốn tự do tuyệt đối, Phật dạy chúng ta phải nhìn lại mình, dành quyền tự do nơi mình. Nơi mình phải nhìn cái gì? Trước hết đức Phật chỉ hai con đường, đường thiện do tạo nghiệp lành, đường ác do tạo nghiệp dữ. Chúng ta tự do chọn, chọn lành thì đi lên, chọn ác thì đi xuống. Phật không có quyền bắt ta đi xuống hay đưa ta đi lên. Như vậy đạo Phật nói con người tự do chọn lựa hai con đường, lên là lành, xuống là dữ. Chúng ta ai cũng muốn đi lên, đại gì chọn đường đi xuống. Nhưng nếu gặp việc tức giận quá thì lúc đó nhớ đi lên hay đi xuống? Khi tâm trí tỉnh táo thì chọn đường đi lên, lúc sân si mất bình tĩnh thì đi xuống. Chúng ta chọn đường đi lên tại sao có lúc lại đi xuống, như vậy có tự do không? Mình là chủ mà bị cái gì đó làm áp lực phải theo nó là mất tự do rồi.

Cho tới quý thầy, quý cô đều biết tham sân si là xấu, vậy mà bực quá cũng đỏ mặt. Cho nên trong nhà Phật nói: “Tăng hận bất cách túc” nghĩa là ông Tăng giận không quá một đêm. Nói vậy để Phật tử thấy quý thầy giận không ngạc nhiên, nhưng nhớ là giận không được quá một đêm. Người đời giận cả năm tháng mười tháng, có khi cả đời giận không ngó mặt nhau. Phật dạy người đang tu giận không quá một đêm, chớ chưa hoàn toàn thắng nó, nhưng mau quên, mau bỏ cũng là tiến rồi.

Chúng ta muốn tự do thì những gì lôi cuốn, xúi giục đi xuống chúng ta phải làm chủ nó. Làm chủ nó được là mình biết giữ tự do. Mỗi khi vừa hơi nổi nóng một chút thì nói “Tao không đi đường này, tao đi lên”. Nói như vậy rồi bỏ đùng giận, đó là đã tự do. Còn nếu nổi nóng lên la lối lung tung, một lát ăn năn sám hối. Sám hối như vậy chưa chắc hết đâu, mắng chửi người ta đã đời rồi bây giờ sám hối, ai bỏ liền cho. Nghiệp đã tạo thì phải chịu hậu quả tương ứng.

Vì vậy đã quyết tâm muốn đi lên thì chúng ta phải cố gắng tu, dẹp bớt ba độc tham sân si. Dẹp được ba thứ đó thì có tự do, nhất định đi theo con đường mình đã chọn. Ba thứ đó không dẹp có ngày nó lôi chúng ta đi xuống. Tu là chọn con đường lành, an vui hạnh phúc, chớ không phải tu để cầu xin. Phật tử tới lễ Phật thắp ba cây hương, cúng đĩa quả, quỳ xuống khấn lâm râm: Phật gia hộ cho gia đình con bình an, cho con của con thi đậu, cho con làm ăn phát tài... Xin như vậy có lỗi gì không? Có lỗi cúng ít mà xin nhiều. Tham với người đời Phật còn quở, bây giờ tham với Phật nữa, thật không biết nói sao.

Nhiều khi Phật tử làm những điều trái với đạo lý mà quý thầy từ bi quá không dám rầy. Vì rầy sợ buồn không đi chùa, nên cứ để tha hồ cầu xin. Cho nên trên đường tu chúng ta phải biết thật kỹ, thấy thật rõ, những gì Phật đã dạy chúng ta làm, đừng làm ngược lại. Phật bảo tu là chừa bỏ tam độc tham sân si, chúng ta tới chùa thắp hương khấn nguyện Phật từ bi gia hộ cho Tam Bảo thường còn ở thế gian, cho chúng sanh có chỗ



nuơng tựa tu hành mau giác ngộ. Nguyên như thế mới thật là một Phật tử chân chánh, ngược lại thì chưa phải là Phật tử.

Bởi vì khi phát một lời nguyện là cả một nội tâm tốt đẹp, chớ không phải chuyện thường. Cho nên lời nguyện đó mang đầy tính chất đạo lý, đó là phước báo hiền lành. Nếu còn cầu xin cho mình là còn tham lam, không biết sẽ được cái gì? Đạo Phật rất thực tế mà nhiều khi chúng ta đi quá xa nên trở thành thiếu thực tế, biến đạo Phật thành huyền bí, không có lẽ thật.

Trong ba nghiệp thân miệng ý thì ý quan trọng nhất. Ý nghĩ lành miệng mới nói lành, thân mới làm lành. Ý nghĩ dữ thì miệng nói dữ thân làm dữ. Nên khi tu phải cố gắng dẹp bỏ những loạn tưởng từ trong ý. Chư Phật thường dạy:

Chư ác mạc tác,  
Chúng thiện phụng hành,  
Tự tịnh kỳ ý,  
Thị chư Phật giáo.

Nghĩa là:

*Không làm tất cả các điều ác,  
Vâng làm tất cả các điều lành,  
Giữ tâm ý mình cho thanh tịnh,  
Đây là lời dạy của chư Phật.*

Vì vậy người tu phải nhìn lại nội tâm mình, đừng để tham sân si làm chủ, dẫn mình đi trong đường dữ. Nhưng lâu nay tất cả chúng ta có hai mê lầm rất lớn. Mê lầm thứ nhất là thấy thân này là thật. Mê lầm thứ hai là cho cái suy nghĩ phải quấy, hơn thua, tốt xấu... là tâm mình.

Nói theo kinh sách thì thân không thật, song với cảm tính tự nhiên thấy thân mình thật. Cho nên vô chùa nghe kinh nói thân không thật, nhưng bước ra khỏi chùa ai động tới thì biết. Như vậy chúng ta hiểu một đằng mà sống một ngả. Thế nên phải tu để quán sát kỹ càng thân này không thật. Biết nó không thật là trên đường tu chúng ta nhẹ được năm mươi phần trăm rồi.

Hạnh phúc của cuộc đời là, nơi thân này mượn được tốt đẹp, trả ra suôn sẻ, thế thôi. Nếu trục trặc là hết hạnh phúc. Nhìn lại cuộc sống quá giả mà lâu nay chúng ta cứ tưởng nó thật. Nếu dùng con mắt trí tuệ nhìn vào thấy rõ thân này vay mượn, không thật thì còn ngạo mạn với ai nữa. Đồ vay mượn khen chê là việc thường, có gì phải buồn giận. Thấy đúng như vậy thì đạo đức sẽ đến với chúng ta. Còn tưởng nó thật nên động tới nổi sân, mất cái gì nổi tức thành ra khổ.

Thấy đúng như thật là người trí hay là người mê? Mê thì giả tưởng thật, trí thì giả biết giả. Chỉ đổi một cái nhìn là trí tuệ, làm một chút thành si mê. Kim Cang Bát-nhã là chỉ cho trí tuệ cứng chắc không gì phá được, trí tuệ đó thấy tất cả pháp hư giả không thật. Biết nó hư giả, không thật là chúng ta thấy đúng như thật, là có trí tuệ. Như vậy trí tuệ không phải khó tìm, chỉ chuyển một cái nhìn là xong. Đó là nói về thân.

Đến tâm, chúng ta thường cho cái nghĩ suy phải quấy, tốt xấu, hơn thua, khôn dại... là tâm mình. Nếu thế khi buồn nói tôi buồn, khi giận nói tôi giận v.v... Vậy tôi từ khi cha mẹ sanh cho tới ngày nhắm mắt là một hay là nhiều? Không lẽ tôi là trăm thứ.

Tôi không phải là trăm thứ mà bây giờ nhận cả trăm thứ là tôi có được không? Như mình có món đồ quý nhờ người trong nhà cất giùm đâu đó. Khi cần lấy ra, người đó tìm không được nói lạc rồi. Lúc đó mình nổi giận la lối om sòm, nhưng bất thần họ tìm được ta liền đổi giận làm vui. Mới giận đó rồi cười đó, nếu giận là thật thì nó phải còn hoài, hoặc vui là thật thì nó phải còn hoài. Nhưng mới giận rồi vui, đổi thay không bao lâu.

Cái không thật mà nhận là mình thì nghĩ tốt cũng là mình, nghĩ xấu cũng là mình. Vì vậy cái nào nhiều nó sẽ dẫn mình đi theo con đường ấy. Nếu nghĩ tốt nhiều tạo nghiệp lành thì nó dẫn mình đi lên các cõi lành. Nghĩ xấu nhiều tạo nghiệp dữ thì nó dẫn mình đi xuống đường dữ. Muốn không còn lăn lộn trong luân hồi nữa thì phải dứt nghĩ, dứt những lăng xăng đó thì hết luân hồi sanh tử.

Mục đích của đạo Phật dạy chúng ta tu là để giải thoát sanh tử, cứu kính hoàn toàn tự do. Muốn giải thoát sanh tử chúng ta phải dẹp sạch tâm lăng xăng, lộn xộn nào buồn, thương, giận, ghét v.v... lâu nay làm rối mình. Chúng lặng hết rồi thì ta sẽ giải thoát khổ đau. Đó là cái gốc của sự tu. Tâm đó không thật, nếu vừa dấy ta chịu khó nhìn thì nó mất.

Cho nên trong kinh thường ví dụ, như đêm rằm ta nhìn thấy mặt trăng dưới đáy hồ tròn đẹp. Có người nói dưới đáy hồ có mặt trăng, người khác nói không có mặt trăng. Vậy ai nói đúng? Nói có là thừa nhận dưới đáy hồ có mặt trăng thật, vậy thử vớt lên xem. Vớt lên không được thì nói có thật không đúng. Nếu nói không, sao mắt thấy rõ ràng nó dưới đáy hồ nên nói không cũng không đúng. Phật bảo thấy có thấy không là thấy hai bên, đó là biên kiến, không đúng chân lý.

Bây giờ phải thấy làm sao? Người thấy đúng lẽ thật sẽ nói mặt trăng dưới đáy hồ có nhưng chỉ là bóng không thật. Nói như thế mới không mắc kẹt hai bên, đó là lý trung đạo. Do duyên hội tụ chúng ta thấy có mặt trăng dưới đáy hồ, chớ sự thật mặt trăng không có thật mà cũng không phải không có. Nói có thật, nói không có đều là sai lầm. Người thấy được như vậy gọi là người trí tuệ. Đối với tâm nghĩ tốt, nghĩ xấu không thật mà mình theo nó là si mê. Biết nó là tâm hư dối không thật, chúng ta buông xả thì nó không ràng buộc, chi phối mình nữa, đó là chúng ta được tự do.

Người tu Thiên khi niệm khởi đừng chạy theo, buông xả thì sẽ được yên định. Người tu Tịnh độ chú tâm niệm Phật, nên vọng tưởng lặng đi, cuối cùng đến chỗ nhất tâm. Tóm lại muốn giải thoát sanh tử chúng ta phải dùng phải lặng tâm vọng tưởng của mình. Lâu nay chúng ta chấp nó là mình nên bị ràng buộc lôi kéo. Giờ đây chúng ta làm chủ, không để nó lôi kéo nữa. Đó là tự do tuyệt đối của con người.

Chấp tâm lăng xăng hư dối là thật sẽ đưa chúng ta tới những cuộc tranh đua, giết chóc làm đau khổ cho nhau. Giờ mình biết tâm đó không thật, ta nghĩ thế này, người kia nghĩ thế khác, đó là quyền của mỗi người, không có chi phải buồn giận. Trong kinh A-hàm Phật dạy một câu hết sức chí lý: Người biết tôn trọng chân lý là người khi nghĩ thế nào, thì nói “đây là cái nghĩ của tôi”. Không nói cái nghĩ của tôi là đúng, đó là biết tôn trọng chân lý. Nếu cho rằng cái nghĩ của tôi là đúng thì cái nghĩ của người khác sai. Ai cũng giữ phần đúng về mình thì đi tới gây nhau, đánh nhau. Bây giờ chỉ nói “cái nghĩ của tôi thế này”, không thêm đúng sai gì cả, thì yên. Đó mới thật là tự do, mỗi người có quyền nghĩ tự do nhưng không bắt buộc người khác giống mình.

Nếu là chân lý chúng ta nói đúng được, nhưng tất cả đều không thật mà khẳng định đây đúng kia sai là hoàn toàn mê lầm. Mê lầm mà không biết mình mê lầm thì gọi là gì cho xứng? Đại mê lầm, tức mê lầm không ai hơn. Chúng ta hiểu đạo biết tu, phải thoát ly những mê lầm đó. Sống tôn trọng tự do về ý niệm của mỗi người, không đòi hỏi ai cũng như mình. Không đòi hỏi bên ngoài mà đòi hỏi ở mình, đòi hỏi ở nội tâm mình.

Như vậy tự do trong đạo Phật là tự do xoay lại mình, làm chủ mình chứ không phải tự do đòi hỏi ở kẻ khác. Biết xoay lại biết làm chủ mình đó mới là tự do tột cùng, đó mới là người hùng, người giác ngộ. Cho nên trong kinh Pháp Cú, Phật dạy “Thắng một vạn quân không bằng thắng mình. Thắng mình là chiến công oanh liệt nhất”.

Chúng ta đòi hỏi tự do, đòi hỏi bình đẳng thì hãy xoay lại nội tâm mình mà đòi, đó là người khéo tu. Nếu cứ trông ra ngoài đòi hỏi thì suốt kiếp cũng không thỏa mãn được. Người mê thì đòi bên ngoài, người tỉnh thì đòi nơi mình. Khi nào chúng ta không còn bị nghiệp trói buộc, không còn bị tâm mê lầm lôi cuốn nữa, lúc đó hoàn toàn tự do. Đây là hình ảnh giải thoát trong đạo Phật. Vì vậy đạo Phật nói tự do tuyệt đối là giải thoát, không còn bị trói buộc bởi mê lầm về thân, mê lầm về tâm. Đó mới là gốc, là căn bản của người tu theo đạo Phật.

Tu như vậy mới gọi là chân tu, thật tu. Còn hiểu sai hoặc hiểu mà không hành, đó là tu ngoài miệng chứ chưa thật tu. Chúc tất cả quý vị đều được tự do tuyệt đối như đức Phật đã dạy.

# NGUỒN GỐC TU HÀNH CỦA PHẬT

*Giảng tại chùa Việt Nam - Hoa Kỳ tháng 11-2000*

Thời thuyết pháp hôm nay tôi đặt nặng về sự tu hành nên hơi khô khan. Nhưng chúng ta chịu khó lắng nghe thì sẽ được nhiều lợi ích thiết thực. Căn cứ phẩm thứ nhất trong kinh Viên Giác, Bồ-tát Văn-thù hỏi Phật về nguồn gốc tu hành của Thế Tôn. Đức Phật trả lời, vì vậy đề tài hôm nay là **Nguồn gốc tu hành của Phật**.

Hai vị Bồ-tát luôn bên cạnh đức Phật Thích-ca là Bồ-tát Văn-thù và Bồ-tát Phổ Hiền. Hai vị này để biểu trưng cho hai đức tánh đặc biệt. Bồ-tát Văn-thù biểu trưng cho Căn bản trí. Bồ-tát Phổ Hiền biểu trưng cho Sai biệt trí, đồng thời cũng là hạnh lớn nên gọi là Đại Hạnh Phổ Hiền.

Căn bản trí là trí sẵn có của tất cả chúng sanh, nhưng vì không nhận biết, không triển khai tròn đủ, nên có cũng như không. Nếu chúng ta khai thác được thì có diệu dụng làm lợi ích chúng sanh không lường được, diệu dụng đó gọi là Sai biệt trí.

Như vậy câu đầu ngài Văn-thù hỏi về “Đường lối tu hành từ ban sơ của đức Phật như thế nào”. Đức Phật trả lời: “Như Lai y cứ Viên giác chiếu soi phá tan vô minh”, nghĩa là Phật y cứ tánh Viên giác, chiếu soi phá hết vô minh nên thành Phật. Trong kinh Phật thường dạy, tất cả chúng ta đều có sẵn tánh Phật, nhưng vì vô minh che phủ nên không thấy. Muốn thấy được, sử dụng được Tánh giác đó thì chúng ta phải đập tan vô minh. Vô minh tan rồi thì Tánh giác hiện tiền.

Vì vậy nền tảng hay cội gốc tu hành của đức Phật căn cứ trên Tánh giác. Nhờ có giác chúng ta mới phá được vô minh, cũng như nhờ có đèn mới dẹp tan bóng tối. Cho nên muốn dẹp vô minh phải có trí tuệ, trí tuệ là giác. Phá tan vô minh rồi thì trở về được tánh Viên giác, tức Tánh giác tròn đầy, thì thành Phật. Vậy Phật đâu có xa mình, chúng ta đã có sẵn Tánh giác nhưng vì vô minh phiền não che khuất nên không thấy. Giờ dẹp tan lớp che phủ đó thì Tánh giác hiện tiền. Như vậy Phật với chúng ta cách nhau bao xa? Chỉ trở bàn tay thôi, mê là vô minh, giác là Phật.

Nhiều vị than tu biết chừng nào thấy đạo, ngộ đạo. Thật ra đạo không xa, chỉ vì mình không can đảm, không dám nhận chân lẽ thật. Vì vậy đạo trở thành cách xa. Vô minh là cái gì mà mình phải phá? Đức Phật giải thích: “Vô minh nghĩa là mê lầm, chấp thân này là thật mình, chấp tâm duyên theo bóng dáng sáu trần là tâm mình.”

Chúng ta đầy đủ vô minh, không thiếu chút nào hết. Ai không thấy thân này là thật mình. Ai không thấy cái nghĩ suy hơn thua, phải quấy, tốt xấu là tâm mình. Nhận hai thứ thân tâm là mình tức ta đang ở trong vô minh. Bây giờ muốn phá vô minh đó phải làm sao? Đây là điều hết sức quan trọng. Chúng ta tu mà không biết vô minh là gì, không biết làm sao phá, thì muôn đời cũng không được giác ngộ.

Nếu xét kỹ thân mình, chúng ta thấy có thật là mình chưa? Phân tích sâu thì không có gì thật mình hết. Thân đã không thật mà ngỡ thật mình, không vô minh là gì? Tôi thí dụ, như tay ta lỡ bị thương tích cần phải cắt bỏ, sau khi cắt bác sĩ rập tay của người mới chết vào cho mình. Nếu hoạt động được ta gọi là tay mình, như vậy cái gì thật mình? Chẳng qua mượn đầu này rập đầu kia, vậy mà nói là mình.

Trong kinh kể lại, có người muốn tìm một vị A-la-hán để hỏi đạo. Ông đi qua sa mạc, trời tối tìm được một cái chòi ông liền vào tá túc. Khi đang ở trong chòi, ông bỗng nghe có tiếng đi bên ngoài. Ông mở cửa nhìn thấy con quỉ to tướng vác một cây chết xam xam vô nhà, ném xuống sàn đất, đứng thờ hào hên, ông hoảng sợ núp vào kẹt cửa. Không lâu sau, có con quỉ thứ hai chạy lại giành nói cây này của tao. Hai đứa cãi nhau, đứa nào cũng nói cây chết của mình. Bất ngờ chúng xây qua, thấy ông đứng trong kẹt vách, liền kéo ra hỏi: Ông thấy ai vác cây này vô trước? Vì là Phật tử không dám nói dối, ông bảo tôi thấy anh thứ nhất này vác cây quăng vô đây. Con quỉ thứ hai tức quá, giựt cái đuôi của ông quăng ra ngoài. Con quỉ thứ nhất thương liền xé cái đuôi của cây chết ráp vô cho ông. Con quỉ thứ hai giựt cái đuôi còn lại quăng ra, con quỉ thứ nhất lại xé đuôi của cây chết ráp vô. Đến tay cũng thế. Sau đó mệt quá, chúng chia nhau tay chân ông ra ăn hết và bỏ đi.

Ông tự đặt câu hỏi bây giờ mình là gì? Rõ ràng tất cả tay chân của mình bọn quỉ ăn hết rồi, thân này của người khác chớ không phải của mình nữa. Thắc mắc hoài không giải đáp được, ông cố tìm gặp vị A-la-hán để kể lại việc này. Khi gặp vị A-la-hán kể xong, ông hỏi: “Thưa Ngài, cái gì là thân của con?” Vị A-la-hán trả lời “Nếu thấy vậy là ông đã ngộ đạo”.

Chúng ta biết rõ mình không thật, đó là giác. Còn không thật mà chấp là thật đó là mê. Quý vị trong nghề thầy thuốc sẽ thấy rõ điều này. Nếu ráp bộ phận của người này qua người kia mà vẫn sống thì thân này có thật mình không? Thân chúng ta là thân vay mượn tạm bợ, không thật mà cứ chấp là thật. Chấp như thế tức si mê rồi. Nếu thấy đúng lẽ thật, đó là người có trí tuệ, còn thấy sai sự thật là si mê.

Điều này tôi đã nhắc nhiều lần, nhưng vì chúng ta mê lắm nhiều kiếp quá, “thâm căn cố đế” quá, nên nhắc một lần không nhớ, vì vậy nhắc mãi nhắc hoài chúng ta mới nhớ. Như Phật dạy bốn chất đất nước gió lửa hợp lại thành thân này. Thiếu một trong bốn chất ấy thì ta không sống được. Chất cứng trong người là đất, ướt trong người là nước, động trong người là gió, chất ấm trong người là lửa. Bốn thứ tụ lại thành thân rồi, còn phải mượn bốn thứ bên ngoài phụ trợ luôn luôn nó mới tồn tại, nếu không nó sẽ mất.

Như chúng ta ngồi đây, lỗ mũi đang hít thở tức đang mượn không khí. Hít vô là mượn, thở ra là trả. Mượn trả mượn trả đều đặn như vậy thì sống. Khi nào chán không muốn mượn nữa thì chết. Rõ ràng chúng ta sống bằng sự vay mượn chớ không phải sống thật. Một lát mượn tách nước, mượn rồi trả. Mượn bao nhiêu trả bấy nhiêu rất công bình. Ít giờ sau mượn vài ba chén cơm, mượn rồi cũng trả. Như vậy sự sống của chúng ta là sự vay mượn liên tục. Sống bằng vay mượn mà nói thân thật thì có phải trái với lẽ thật không? Nó không thật mà tưởng là thật, không phải vô minh là gì? Cho nên Phật nói chúng sanh vô minh chấp thân tứ đại là thân mình thật. Bây giờ muốn hết vô minh thì luôn thấy thân này là vay mượn, tạm bợ không thật, chớ có khó gì.

Nếu chúng ta thấy thân thật, sẽ chạy theo những đòi hỏi của nó. Nó muốn ăn ngon thì phải tìm đồ ngon. Nó muốn mặc đẹp phải tìm đồ đẹp. Nó muốn gì mình phải chịu theo, mà sự ham muốn thì không có giới hạn, nên chạy theo nó hoài suốt đời cũng không thỏa mãn. Muốn là tham, nếu muốn mà bị ngăn trở thì sân. Như vậy từ si sanh ra tham sân. Bởi vì si mê cái giả mình cho là thật, nên mới khởi tham, tham không được nên nổi sân.

Cả ngày chúng ta bị tham sân si lôi kéo, che phủ nên không thấy được tâm thật của mình. Con mắt tìm sắc đẹp, mũi tìm mùi thơm, lưỡi tìm thức ngon, tai tìm nghe tiếng êm dịu, thân tìm xúc chạm vừa ý. Như vậy từ sớm tới chiều cứ chạy theo nó, lo cung ứng những đòi hỏi của nó, cuối cùng nó cũng bại hoại. Khi bại hoại rồi thì thành một thân thối, chớ có giá trị gì đâu.

Trọn cuộc đời chúng ta lo bồi đắp cho thân này. Bồi đắp đúng những gì nó muốn, nó đòi hỏi, nhưng bồi đắp hoài nó cũng không thỏa mãn, cho nên suốt đời toàn là khổ, không bao giờ được tự tại an vui. Thế mà chúng ta cứ say sưa vun bồi cho nó, có phải là mê hay không? Một sự thật trước mắt mà mình không thấy, ai giành được sự thụ hưởng nhiều liền khen “anh đó khôn quá, làm ra được nhiều của cải...” Nhưng thật ra hưởng nhiều bao nhiêu cuối cùng cũng phải bỏ hết, có đem theo được đâu.

Cho nên thấy đúng như thật về thân thì chúng ta sẽ bớt được rất nhiều phiền lụy. Ngược lại, thấy sai lầm về thân thì tạo không biết bao nhiêu phiền lụy. Nếu chúng ta chịu khó quán sát tường tận như vậy thì việc tu rất dễ, chớ không khó. Sở dĩ chúng ta tu khó tại thấy thân thật. Ví dụ người ăn mặn quen, bảo ăn chay họ chịu không? Ăn chay sợ ốm, nên khó là tại mình chấp thân thật. Bây giờ biết nó tạm bợ, ăn cái gì sống được thôi, không quan trọng. Chúng ta đâu cần tìm kiếm trí tuệ ở phương trời nào, mà chính ngay thân mình thấy đúng như thật là đã sáng, đã có trí tuệ rồi. Đó là chấp về thân.

Đến chấp về tâm. Chúng ta cứ cho cái biết nghĩ suy, phân biệt là tâm mình. Còn cái hằng biết không nghĩ suy mới thật là tâm, ta lại không biết. Tại sao? Vì cái biết nghĩ suy là cái động, cái sanh diệt. Cái gì động, cái gì sanh diệt thì không phải thật. Cái biết nghĩ suy đó thật ra là bóng dáng của sáu trần rơi rớt lại trong tâm ta. Ví dụ, chúng ta ra chợ thấy một người ăn mày cụt chân lê lét đi xin, mình thấy thương nên chú ý. Về nhà được hỏi hôm nay anh (chị) đi chợ thấy gì? Mình sẽ nói thấy người ăn mày cụt chân. Như vậy bóng dáng người ăn mày đã có trong tâm ta rồi. Cho nên mình nhớ lại thì nó hiện ra liền.

Trong nhà Phật dùng từ “pháp trần” để chỉ cho những bóng dáng ấy được chôn vào tàng thức của chúng ta. Như vậy pháp trần chỉ là bóng thôi, chớ đâu phải thật. Từ nhỏ tới lớn, chúng ta chôn rất nhiều bóng dáng như thế. Gặp chuyện vui hoặc chuyện buồn, ta kể cho người thân nghe không biết bao nhiêu lần. Gặp người này kể, gặp người kia kể, kể thôi là kể. Giống hồi còn bé, chúng ta muốn học thuộc lòng thì phải đọc nhiều lần. Đọc tới đọc lui hoài là huân sâu trong tàng thức của mình nên mới thuộc. Đã huân sâu thì lâu lâu nhớ lại, hoặc chỉ cần một chút duyên gợi nhắc thì nó hiện ra liền. Cũng thế, cái vui cái buồn mình kể đi kể lại hoài thì nó chôn sâu trong tàng thức, chạm đến là nhớ liền.

Vì vậy khi ngồi lại niệm Phật hay tọa thiền, những bóng dáng ấy tràn lên, mình bực tức tại sao muốn ngồi yên mà nó lại dấy khởi đủ thứ? Thì tại mình huân sâu nên nó phải hiện thôi. Nếu không muốn nó hiện nữa, mỗi lần nhớ chúng ta phải bỏ đi, không thèm để ý đến nó nữa, tự nhiên nó sẽ lui. Như vậy bóng dáng không thật mà mình cho là tâm mình thật, nên bị nó sai sử. Giả sử ta đang lái xe mà nhớ chuyện này chuyện nọ thành ra không tập trung vào việc lái xe, do đó dễ xảy ra tai nạn. Đó là vì tâm bị vọng tưởng che khuất, đầu óc đầy cứng những suy nghĩ tính toán, chúng sai khiến ta nên mình không thể làm chủ được mình, không thể làm chủ công việc hiện tại.

Thế mà cả đời chúng ta cứ đuổi theo những bóng dáng không thật ấy. Sống ngày này tháng kia cho đến trăm tuổi chỉ một việc ấy. Nếu đuổi theo bóng dáng tốt thì trăm

tuổi nó dẫn đi chỗ tốt, đuổi theo bóng dáng xấu thì trăm tuổi nó dẫn đi chỗ xấu. Đuổi theo nó tức là nghiệp. Nghiệp mà ta nhận là mình? Ví dụ ai làm chúng ta vui thì cười nói “Tôi vui quá”. Ai làm chúng ta bực thì nói “Tôi bực quá”. Ai làm chúng ta thương mến thì nói “Tôi thương”. Ai làm chúng ta không ưa thì nói “Tôi ghét”. Như vậy buồn, thương, giận, ghét đều là tôi hết. Cả trăm thứ buồn thương giận ghét lộn xộn thì cái tôi nào là tôi thật? Nếu giận là tôi thì phải giận suốt đời. Nếu thương là tôi thì phải thương suốt đời. Nhưng tâm biến đổi như chong chóng không dừng thì làm sao nói tôi được. Vậy mà ai cũng cho đó là tôi, nên bị nó sai sử liên tục.

Chúng ta tu phải biết tâm phân biệt ấy không thật, hư giả để loại trừ nó. Còn tâm không phân biệt suy nghĩ chính là tâm thật của mình, ta phải nhận và sống được với tâm này mới an vui giải thoát. Vậy tâm ấy ở đâu?

Có những lúc chúng ta ngồi yên không suy nghĩ, đầu óc thư thả, nhưng tiếng chim kêu tai vẫn nghe, người đi qua mắt vẫn thấy, gió thổi mát vẫn biết. Nhưng thử hỏi cái biết đó ra sao, ta không tả được vì nó không có bóng dáng gì hết. Chỉ những gì tới thì biết, qua rồi thì thôi, không lưu lại bóng dáng nào cả. Cái biết này thăm thẳm hiện tiền ở bên trong. Nhưng lâu nay chúng ta cứ nhận cái biết suy nghĩ theo bóng dáng sáu trần là tâm mình nên cái biết chân thật bị che khuất.

Bây giờ chúng ta tu là làm sao trở lại được cái biết hằng hữu của mình. Như lỗ tai lúc nào cũng nghe, con mắt lúc nào cũng thấy. Chính chỗ này, đức Phật đã hỏi ngài A-nan: “Cái thấy có vắng mặt lúc nào không?” Ngài A-nan thưa: “Khi ngủ không thấy.” Nếu ngủ không thấy thì tại sao có người mở đèn sáng ta giật mình thức giấc, như vậy là có thấy. Nghe cũng thế, ta đang ngủ nhưng ai gõ cửa mình liền nghe. Như vậy lúc nào cũng có cái hay thấy, hay nghe. Chỉ khác khi thức thì cái thấy cái nghe rõ hơn lúc ngủ, chớ không phải là không.

Cho nên ngài A-nan nói “Khi ngủ không thấy”, thì đức Phật dạy “Chẳng những ngủ mà cả người mù cũng thấy nữa”. Ngài A-nan ngạc nhiên, người mù làm sao thấy. Đức Phật liền đưa thí dụ, như ban đêm trong nhà tối không có đèn, ta đi vào không thấy gì. Người mù ban ngày trời sáng họ cũng không thấy gì. Họ sẽ nói tôi thấy tối đen.

Như vậy thì người có mắt không có đèn thấy tối, người mù cũng thấy tối. Thấy tối tức là có thấy, chớ không phải không thấy. Như khi mở đèn người có mắt thấy sáng, đó là con mắt thấy hay cái đèn thấy? Nếu con mắt thấy thì thấy tối, rồi thấy sáng. Thấy tối cũng thấy, thấy sáng cũng thấy; không đèn nên thấy tối, có đèn nên thấy sáng. Cũng vậy người mù nếu được chữa trị hết bệnh, họ mở con mắt cũng thấy sáng như mình vậy. Nên biết cái thấy đã sẵn trong ta nhưng vì mắt hư nên mình thấy không rõ.

Như vậy chấp thân thật, chấp tâm suy nghĩ thật gốc từ vô minh. Tất cả chúng ta hiện sống đây, có ai thoát khỏi vô minh không? Bởi không thoát khỏi vô minh nên chúng ta phải luân hồi sanh tử. Bây giờ muốn ra khỏi sanh tử phải phá tan vô minh. Chúng ta biết thân này hư giả, tâm suy nghĩ phải quấy, hơn thua hư giả. Hai thứ hư giả biết hư giả là chúng ta đã sáng rồi. Biết như vậy có khó lắm không? Đâu có gì khó.

Con người do cố chấp mà nảy sanh nhiều chuyện đau khổ. Như trong gia đình, người chồng chấp cái nghĩ của mình đúng, vợ con nghĩ khác thì bực bội không vui, đôi khi dẫn tới ấu đả nữa. Xa hơn trong xã hội, ai cũng chấp cái nghĩ của ta đúng, những cái đúng đó đụng nhau thì sẽ tàn sát nhau. Bây giờ chúng ta biết cái nghĩ của mình không

phải chân lý, ta có quyền nghĩ thế này, người khác có quyền nghĩ thế khác, nhờ vậy chúng ta sống thoải mái tự tại, không oán không hờn.

Qua đó để thấy lỗi của chúng ta vì mê lầm chấp chặt đó gây đau khổ cho mình cho người. Nhỏ thì trong gia đình, lớn thì ngoài xã hội, lớn nữa thì quốc gia, thế giới. Vì chấp mà con người sát phạt với nhau không thương xót. Nên người buông được cố chấp là người sáng suốt, dù không ai phong Thánh người ấy cũng đã là Thánh rồi. Bởi không chấp thân, không chấp tâm thì có gì phiền lụy, không phiền lụy là tự tại trong cõi đời, không vướng mắc, không khổ, chẳng phải Thánh là gì?

Nên người tu chúng ta chỉ nhận cho đúng hai điều về thân và tâm, đừng làm lẫn là đã giải bao nhiêu khổ đau cho mình và mọi người. Như vậy tu rất là hay, chỉ sợ chúng ta không chịu tu thôi. Biết rõ thân không thật, cái biết ấy là gì? Là trí tuệ, là giác. Nên Phật lấy trí Viên giác chiếu phá vô minh. Trí ấy mọi người đều có sẵn, cũng như đèn có sẵn, chỉ cần thắp lên là sáng.

Đạo Phật thực tế vô cùng, nhưng vì chúng ta chưa can đảm nhìn đúng sự thật, cứ nuông chiều theo cái hư giả nên khổ đau. Nếu thức tỉnh, không chấp thân tâm nữa thì chúng ta tự tại giữa cõi đời. Đó là giải thoát khỏi mọi ràng buộc rồi, đâu cần nhờ ai, đâu cần tìm ở đâu xa.

Đức Phật dạy niệm Phật để dẹp hết các lăng xăng lộn xộn trong đầu, niệm tới vô niệm thì thấy Phật Di-đà. Còn người tu Thiền dẹp tâm hư dối vọng tưởng đảo điên, lặng hết những thứ ấy thì được định, chứng A-la-hán vào Niết-bàn. Đức Phật do thấy được gốc mê lầm, nên Ngài dạy chúng ta tu để thoát khỏi cõi gốc đó. Nhưng chúng ta lại không thấy chủ đích đó, cứ ước mơ khác đi. Niệm Phật để Phật rước về Cực lạc cho sung sướng. Còn muốn sung sướng là còn bản ngã, sướng cho bản ngã hưởng. Như vậy là chưa thấy mục đích của Phật dạy.

Tu thiền cũng thế, trọng tâm của Thiền tông là phản quan tức nhìn lại tâm mình. Biết rõ tâm vọng tưởng phân biệt không thật thì nó tự mất, nó mất tức an định. Niệm Phật trì chú cũng để đi tới chỗ nhất tâm, nhất tâm để được an định. Còn tu thiền chỉ thẳng không mượn phương tiện, dùng trí phản quan thấy rõ thân không thật, tâm không thật thì tự nó dừng lặng.

Sở dĩ chúng ta ngồi thiền hay niệm Phật thấy tâm lăng xăng, là vì từ lâu đã huân tập nhiều quá. Bây giờ yên lặng nó dấy khởi lên, chúng ta biết rõ không thật, từ từ sẽ tiêu tan. Cho nên chúng tôi hướng dẫn Phật tử tu, phải nhìn lại các niệm khởi của mình. Nó dấy lên biết là vọng tưởng không thật, quờ riết nó lụn bại, tiêu mòn. Tu như thế là không mượn một pháp nào mà chỉ dùng trí để dẹp, cho nên trong nhà Thiền thường nói “Tông ta không ngữ cú, không một pháp cho người”. Như đức Phật dùng trí Viên giác chiếu soi vô minh, từ từ nó tan thì trí Viên giác hiện tiền.

Tu mà muốn đời sau sung sướng là còn nằm trong luân hồi, tức còn vô minh. Muốn phá luân hồi phải dùng trí tuệ chiếu phá vô minh. Chừng đó không nói giải thoát cũng là giải thoát. Ngược lại cứ chiều theo bản ngã, thì đời đời kiếp kiếp luân hồi hết nơi này đến nơi khác. Có nhiều vị nghĩ rằng, mình luân hồi nhưng được sanh chỗ sung sướng cũng tốt. Giả sử điều đó đúng, người ấy được giàu sang sung sướng, nhưng có một điều rất bình đẳng là khi bệnh khi già khi chết, ai cũng như ai. Sự sung sướng đó chỉ tạm thời, khi tắt thở mọi người đều khổ như nhau.



Chỉ người nào thoát được bốn cái khổ lớn sanh lão bệnh tử mới thật là người hạnh phúc. Biết được chỗ này chúng ta sẽ có cái nhìn khác với thế gian. Thí dụ như cánh tay ta có mụn nhọt đau nhức, lúc đó mình nói mụn nhọt ở cánh tay đau hay mình đau? Thường người ta nói mình đau, rồi rên rỉ đủ thứ. Sự thật chỉ vì mụn nhọt đụng những dây thần kinh nên chỗ đó đau thôi chứ mình đâu có đau. Nhưng người đời hay đồng hóa tất cả là mình hết. Sự thật không phải vậy.

Có một vị Thiên sư bị bệnh, thầy Tri sự đến thăm:

- Bạch Hòa thượng, Hòa thượng bệnh có cái không bệnh chăng?

Thiên sư đáp:

- Có.

- Cái không bệnh nó thế nào?

Ngài nói:

- Ôi da! Ôi da!

Quý vị có thấy cái đó chưa? Cái biết đau nó không đau. Chỗ đau chỉ ở nơi thân phần nhỏ của thân, chứ ta không đau. Nhưng lâu nay mình đồng hóa, đau một chỗ là đau tất cả nên rên rỉ thống khổ.

Khi nhận ra được điều đó rồi, lúc nào đau mình nhìn xem nó đau tới đâu, nhìn một hồi tự nhiên quên đau luôn. Đó là điểm đặc biệt. Do trí giác biết được chỗ đau thì cái biết đó đâu có đau. Hiểu vậy rồi trong cuộc sống này chúng ta đã có một phần tự tại, còn không vừa động tới liền rên la đau quá. Đó là chỗ rất thiết yếu.

Vì chúng sanh lầm chấp thân tứ đại làm thân mình thật, chấp tâm duyên theo bóng dáng sáu trần là tâm mình thật, nên Phật dùng ba thí dụ để chỉ cho chúng ta biết những thứ đó không phải thật.

Thí dụ thứ nhất, như bốn hướng nếu ta nhìn lầm hướng Nam thành hướng Đông thì các hướng khác đều lầm hết. Một hướng nhận sai thì các hướng đều sai. Cũng thế, khi nhận lầm thân tâm này là thật thì tất cả các thứ khác đều lầm hết. Thân mình thật, tâm mình thật thì thân người tâm người cũng thật, tất cả mọi thứ chung quanh đều thật. Đó là ví dụ thứ nhất.

Ví dụ thứ hai, như con mắt bệnh nhìn ra hư không lúc trời nắng thấy có hoa đốm. Như vậy hoa đốm có là từ con mắt bệnh. Nếu con mắt hết bệnh thì hoa đốm cũng không còn. Con mắt bệnh dụ cho nhận định sai lầm về thân tâm này, nên tất cả các thứ khác đều sai lầm hết, cái không có thấy thành có. Đó là ví dụ thứ hai.

Ví dụ thứ ba, như người nằm mộng cũng khóc cũng cười, nhưng thức giấc rồi mộng không còn nữa. Như vậy mộng thật có hay thật không? Nhà Phật dùng từ phi hữu phi vô, không phải có mà cũng không phải không. Không phải có vì thức rồi không còn, không phải không vì lúc mộng thì có, nên mình mới khóc mới cười. Cũng thế, các pháp trên thế gian này đều tạm bợ hư dối, cũng như mộng, không thật có cũng không thật không. Thế nhưng chúng ta lầm mê chấp cái gì cũng thật, hoặc cái gì cũng không.

Gặp sự việc gì người ta thường hỏi nhau: “Việc đó có hay không?” ý nói có thì có thật, không thì không ngờ. Sự vật trên thế gian này không thật có, cũng không thật không.

Khi duyên hợp tạm có, duyên tan tạm không, không có gì cố định cả. Chấp như vậy Phật gọi là biên kiến tức thấy một bên, thấy không đúng. Chúng sanh luôn sống trong biên kiến, nên lúc nào cũng thấy hai bên, hoặc chạy bên này hoặc chạy bên kia. Sự thật tâm chúng ta không có hai bên, hai bên chẳng qua là vọng tưởng phân biệt mà ra.

Thiền sư Câu Chi khi được hỏi “Thế nào là Phật”, Ngài đưa một ngón tay. Hỏi: “Thế nào là pháp?”, Ngài cũng đưa một ngón tay. Hỏi gì cũng đưa một ngón tay thôi, không nói câu nào hết. Như vậy nghĩa là sao? Phật pháp thì không có hai bên, có hai bên thì không phải Phật pháp. Lục tổ Huệ Năng, lần đầu tiên thuyết pháp cho Thượng tọa Minh, Ngài dạy: “Không nghĩ thiện không nghĩ ác, cái gì là Bản lai diện mục của Thượng tọa Minh?” Ngay câu đó Thượng tọa Minh liền ngộ đạo.

Nhìn lại cuộc đời chúng ta đang đuổi theo hai bên phải quấy, hơn thua v.v... sống như vậy lại thấy vui. Còn buông cả hai bên xem ra buồn quá. Cái hấp dẫn của thế gian là hấp dẫn của khổ đau, chứ không phải hấp dẫn chân thật. Khi không còn hai bên, chúng ta vẫn hằng thấy hằng biết, tâm thanh tịnh trong sáng, chứ không tính toán phân biệt hơn thua phải quấy. Đó là cái vui chân thật.

Đức Phật thấy chúng sanh đang chết chìm trong biển mê, Ngài sẵn sàng cứu vớt mà chúng sanh không chịu nghe theo. Nên hình ảnh đức Phật Di-đà đứng duỗi tay, chúng sanh đang lặn ngụp dưới sông dưới biển, nhưng không chịu đưa tay cho Ngài vớt, cứ lặn hụp lặn hụp hoài, thật là đáng thương. Đó là để diễn tả chúng ta ở trong biển mê mà không biết mình mê nên say sưa mãi trong đó.

Phật thương chúng ta mê lầm nên Ngài chỉ dạy để thoát mê lầm, hết mê là hết khổ, còn mê thì còn chìm trong biển khổ. Nhưng chúng ta cứ vui trong cái khổ, chứ không vui trong cái thật. Nhiều người nói “Đi coi hát cải lương cũng vui”, vậy mà gặp mấy cô đào diễn vai thương, khóc lên khóc xuống, họ cũng khóc theo. Đã nói vui sao khóc? Như vậy chúng ta vui lẫn trong cái khổ chứ không thật vui. Bao giờ tâm thanh tịnh, trong sáng mới là vui thật, song chúng ta không biết tìm về cái vui này, cứ tìm vui trong khổ thì không bao giờ hết khổ.

Muốn thoát khổ phải ra ngoài đối đãi hai bên. Cho nên Thượng tọa Minh nghe câu “Không nghĩ thiện không nghĩ ác” tức hai bên, thì Bản lai diện mục hiện tiền. Mặt thật xưa nay sẵn có nhưng vì hai bên che khuất đi. Bây giờ không còn hai bên thì nó hiện tiền, giản dị vô cùng.

Tìm kiếm cái gì mà chúng ta chưa bao giờ biết, chưa bao giờ có mới khó. Còn cái sẵn ở đây, ngay nơi mình mà không chịu tìm, cứ đi tìm đâu đâu rồi than khó. Nghĩ hai bên là ai nghĩ? Mình nghĩ. Vậy bỏ hai bên thì ai bỏ? Mình bỏ. Cho nên tu cốt phải trở lại cái chân thật của chính mình, Cái đó không bị lôi cuốn trong luân hồi sanh tử. Trở về được cái chân thật là ra khỏi sanh tử, là giải thoát, là Phật. Ai cũng có quyền thành Phật nhưng không chịu thành, cứ lạy Phật khóc than “con khổ quá Phật cứu con”. Nỗi khổ đó là tại đa mang, tự mình chuốc lấy chứ Phật đâu có cho, Phật bảo phải bỏ mà.

Chúng ta tỉnh giác biết thân này hư giả, lúc gần chết không còn sợ nữa. Cho nên các Thiền sư sửa soạn chết đều cười. Còn chúng ta gần chết thì khóc, tại vì nhìn không đúng lẽ thật, biết không đúng lẽ thật. Thân đã là duyên hợp thì phải tan. Tại sao khi hợp mình chịu, khi tan lại không chịu? Thế gian kỷ niệm ngày sanh gọi là mừng sanh nhật, tưởng niệm ngày mất gọi là húy kỵ, tức sợ lắm không dám nói tới. Như vậy chúng ta

thích sống, sợ chết. Nhưng luật vô thường phải như thế, không khác hơn được, tại sao chịu sanh lại không chịu tử?

Thế nên Lão giáo đưa ra thuốc trường sanh bất tử để hấp dẫn kẻ tham sống sợ chết, vì vậy người ta thích. Còn đạo Phật dạy tu tới chỗ Niết-bàn là vô sanh, không còn sanh nữa nên không ai ham. Nói trường sanh bất tử nhưng thử tìm xem ngày nay còn ông tiên nào không? Nếu bất tử sao mất, nên biết đó chỉ là nói đùa chơi cho vui vậy thôi. Có thể luyện thuốc linh đơn sống thọ hơn người, chớ không thể sống mãi không chết. Phật bảo có sanh là có tử, muốn hết tử thì phải vô sanh.

Như vậy mới thấy giáo lý đạo Phật rất chân thật, cốt chỉ chúng ta thấy được lẽ thật, sống đúng lẽ thật. Thấy như thật rồi chúng ta sẽ can đảm đứng giữa cuộc biến chuyển của thế sự, không còn không bị khổ đau vì những biến chuyển đó nữa. Đạo Phật không bị quan yểm thế như nhiều người tưởng. Bị quan thì chết đâu có cười được! Thế nhân sống trong ảo tưởng nhiều quá, tưởng ta hạnh phúc, tưởng đời là vui, dùng một cái hạnh phúc đó mất nên hoảng hốt liều chết. Đạo Phật không như thế, thấy rõ cuộc đời là vậy thì mọi chuyện đổi thay là trò chơi thôi.

Tôi ví dụ gần nhất như hai người nam nữ thương nhau, họ thường thề non hẹn biển, tức dù non mòn biển cạn cũng không đổi thay. Nói nghe oai quá, nhưng nếu một trong hai người bị bệnh phổi nặng hay bị cùi thì non chưa mòn biển chưa cạn mà tình đã mất rồi. Thề gian hay tưởng tượng rồi gạt gẫm nhau mà chơi, không có lẽ thật.

Chúng ta thấy Phật nói tâm vô thường, tùy hoàn cảnh tùy trường hợp nó đổi thay luôn, không dừng chỗ nào hết. Biết như vậy nếu có người mê mình, sau lại không thích, ta cũng cười thôi, có gì đâu mà khổ. Hiểu như vậy rồi, chúng ta sống vững vàng trước cuộc đời, không bị nó lung lay. Như vậy người can đảm là do thấy đúng sự thật. Còn sống trong ảo tưởng là người yếu đuối hay sợ hãi. Đó là lẽ thật.

Trong kinh Viên Giác Phật nói “Tri huyễn tức ly, ly huyễn tức giác”, nghĩa là biết huyễn liền lìa, lìa huyễn liền giác. Giác ngộ của đạo Phật không phải phát hào quang, giác ngộ là thấy đúng như thật về con người và các pháp. Con người đã thấy đúng thì tất cả mọi thứ bên ngoài cũng thấy đúng. Ngược lại, con người đã thấy lầm thì tất cả đều lầm hết.

Hiểu vậy, trên đường tu tất cả chúng ta đều phải từ biển mê lên bờ giác, không nên đắm đuối trong biển mê hoài. Còn tưởng tượng, còn mê đắm trong cõi tạm bợ thì chỉ mới tu ngoài da thôi, chớ chưa tu tận xương tủy. Cũng như nhà tối muốn sáng thì phải thắp đèn. Không chịu thắp đèn, cứ đem cái này cái kia quăng vô cho sáng thì thật si mê. Cũng vậy, chúng ta mê nên trầm luân đau khổ, bây giờ muốn thoát ra thì phải giác.

Nên biết mê là trọng tâm của đau khổ, giác là cội nguồn của giải thoát an vui. Hai bên rõ ràng chúng ta tự chọn lấy, không ai bắt buộc mình cả. Người Phật tử sáng suốt cần phải nắm vững điều này để không bị lầm lẫn trên bước đường tu tập của mình.

Hôm nay, tôi nói về nguồn gốc tu hành của đức Phật, chúng ta là đệ tử Ngài, tu theo Ngài thì tự biết phải làm gì, tu như thế nào để không sai lạc con đường đức Phật đã đi, đã thành tựu và hướng dẫn chúng ta cùng đi. Mong tất cả không cô phụ đức Phật cũng như cô phụ chính mình.

# ĐẠO PHẬT LÀ ĐẠO YÊU ĐỜI

*Giảng tại Virginia Hoa Kỳ tháng 11-2000*

Đề tài chúng tôi giảng hôm nay **Đạo Phật là đạo yêu đời**. Lâu nay người ta ngỡ rằng đạo Phật là đạo yếm thế. Giờ đây chúng tôi nói đạo Phật là đạo yêu đời chắc quý vị không khỏi ngạc nhiên. Chúng tôi sẽ tuần tự giải thích tinh thần yêu đời của đạo Phật.

Theo cái nhìn thông thường của người đời, đạo Phật dường như yếm thế. Tại sao? Vì trong kinh Tứ Diệu Đế, đế đầu tiên là Khổ đế. Phật nói khổ trước nhất, sau đó còn nói thêm thân này vô thường, bất tịnh, giả dối v.v... Nói như thế tức rõ ràng đạo Phật là chán đời. Nhưng thật ra ấy là do cái nhìn thiên cận mà thôi.

Đức Phật có điểm đặc biệt, khi chỉ một phương pháp nào trước Ngài nói quả, sau mới chỉ nhân. Từ đó Ngài mới dạy phương pháp tiêu diệt nhân để hết quả khổ. Phật nói thân này là khổ, là nói trên quả. Khổ từ đâu ra? Từ tham, sân, si, mạn, nghi, ác kiến v.v... Biết được lý do tức là biết được nhân, sau đó phải tìm cách tiêu diệt nhân ấy. Cho nên Khổ đế là quả, Tập đế là nhân. Diệt sạch nhân khổ rồi thì được quả vui gọi là Diệt đế. Muốn diệt nhân không phải ngẫu nhiên tự diệt, mà có phương pháp tu hành gọi là Đạo đế.

Ví như bác sĩ thấy bệnh nhân đau nặng, nhưng người ấy chưa biết nên trước bác sĩ giải thích, bệnh này trầm trọng lắm cần phải uống thuốc trị mới lành. Bệnh nhân nghe vậy sợ mới chịu điều trị. Sau đó bác sĩ hướng dẫn cách chữa trị, người đó nghe và làm theo lời dặn của bác sĩ nên lành bệnh.

Cũng vậy, ban đầu nghe nói bệnh trầm trọng chúng ta sợ, đó là khổ. Nhờ sợ mới hỏi cách chữa trị. Khi trị đã lành thì hết khổ, được an vui. Vì vậy đạo Phật nói khổ nhưng không phải cố định, nếu biết cách tiêu diệt nhân khổ thì quả khổ sẽ hết. Hết khổ tức là vui. Cho nên đạo Phật nói khổ không phải để cho chúng ta thở than, buồn thảm, mà nói khổ để chúng ta diệt khổ. Diệt khổ để được vui, vui thì yêu đời. Đó là ý nghĩa cao siêu của đạo Phật.

Như trong kinh có câu: “Phật ái chúng sanh như mẫu ái tử.” Tức là Phật thương chúng sanh như mẹ thương con. Mẹ thương con thì không bao giờ bỏ được. Không bỏ được nên phải tìm mọi cách để chỉ dạy, hướng dẫn sao cho con mình bớt khổ, đó là tinh thần từ bi của đức Phật. Có học Phật, mới thấy tình thương của Phật đối với chúng ta thật tràn trề lai láng. Tinh thần đó là yêu đời chứ không thể chán đời mà có được.

Trong kinh Hoa Nghiêm, chư Bồ-tát thường nói: “Thấy chúng sanh khổ thì Bồ-tát khổ. Thấy chúng sanh vui thì Bồ-tát vui.” Cái khổ, cái vui của chúng sanh là cái khổ, cái vui của Bồ-tát. Do đó lúc nào các ngài cũng muốn độ, muốn cứu chúng sanh, như vậy không phải thương yêu là gì?

Trong kinh Lăng Nghiêm, sau khi A-nan ngộ được lý đạo rồi, Ngài phát nguyện rằng: “Trong đời ác ngũ trược con xin vào trước. Còn có một chúng sanh chưa được Niết-bàn, con nguyện không vào Niết-bàn.” Như vậy yêu đời hay chán đời? Từ đức Phật cho tới Bồ-tát, Thanh văn A-la-hán cũng phát nguyện mạnh mẽ như vậy. Vì lợi ích chúng

sanh, các ngài không bao giờ tự an phận mình để chúng sanh phải chịu đau khổ. Tinh thần đó làm sao chán đời được?

Trong kinh Pháp Hoa, chàng cùng tử rời bỏ cha mẹ đi lang thang, đói khổ. Khi muốn tìm trở về cha mẹ, vô tình lạc tới chỗ ông Trưởng giả. Tại đây, chàng xin làm một công việc nhỏ để kiếm sống qua ngày. Ông Trưởng giả nhận ra chàng là con mình nên bảo người gọi đến. Khi được gọi, cùng tử hoảng hốt bỏ chạy không dám trở về nữa. Người cha thương bảo gia nhân đuổi theo và đem về, nói sẽ thuê hốt phân. Nghe thế chàng mới hết sợ. Trưởng giả muốn gần con nên cởi áo bào sang trọng, mặc áo rách, cầm đồ hốt phân đến gần cùng tử. Gần gũi được rồi mới tìm cách dụ dỗ cho làm những công việc lớn hơn. Cuối cùng biết chàng không còn sợ hãi nữa, Trưởng giả mới nói thật ông là cha của chàng và trao lại gia tài cho chàng.

Trưởng giả chỉ cho đức Phật, chàng cùng tử chỉ cho chúng ta. Vì thương con nên từ ngôi vị an lạc, Trưởng giả phải xuống hầm phân để gần gũi và diu dắt con. Chư Phật cùng các vị Bồ-tát đều như thế, hết lòng hết dạ thương xót chúng sanh. Tinh thần đó có phải yêu đời không? Đó là một lẽ thật không thể phủ nhận được.

Người đời mới nhìn thấy cuộc sống như lạc quan vui thích. Nhưng khi gặp hoàn cảnh trái ý, liền muốn tự tử, hoặc chạy trốn cuộc đời bằng nhiều cách sa đọa hư hỏng. Nếu lạc quan tại sao phải tự tử? Tự tử có phải trốn đời không, đã trốn đời thì đâu còn yêu đời nữa. Cho nên Phật tử tu theo đạo Phật không có quyền tự tử. Tại sao? Trong kinh Tứ Thập Nhị Chương, đức Phật dạy rất rõ, những người gặp hoàn cảnh khó xử, buồn nản tự tử, chẳng những không hết khổ mà còn chuốc khổ nhiều hơn nữa.

Thí như con trâu bị kéo cày, nó thấy cái ách là tai họa của nó. Mỗi khi để ách lên vai là nó khổ, cho nên nó tìm cách phá hoại cái ách đó, như lấy sừng quật cho gãy ách. Nhưng nó không ngờ ách cũ gãy rồi, ông chủ sẽ làm cái ách mới tốt hơn, chắc hơn. Con trâu muốn hết khổ quật cho gãy ách, đâu ngờ lại mang cái ách mới còn khổ hơn.

Cũng vậy, Phật dạy tất cả chúng ta sanh trong cõi đời này, gặp những cảnh vui tươi sung sướng hoặc đau khổ. Khi khổ quá chúng ta tưởng chết đi cho hết khổ, cũng giống như con trâu kia vậy. Người sợ thân này khổ, chịu không nổi nên muốn tự tử. Nhưng không ngờ tự tử rồi, mang thân khác còn khổ hơn, lâu dài hơn.

Chúng ta không chạy trốn đi đâu được, nếu nghiệp ác của mình chưa hết, cũng như con trâu không thể trốn cái ách khi nghiệp trâu vẫn còn. Chừng nào nghiệp trâu hết thì hết ách, còn mang thân trâu thì phải mang ách, không sao tránh khỏi. Chúng ta cũng vậy còn mang thân nghiệp báo, ân oán chưa hết mà muốn giải quyết bằng cách chạy trốn thì không bao giờ được.

Cho nên Phật dạy người Phật tử sống trong cảnh vui sướng cũng nhớ làm lành, đừng tạo nghiệp ác. Ở trong cảnh khổ cực nên biết rõ rằng, khổ này không phải bỗng dưng tự đến với mình mà do nghiệp ác đã tích lũy đời trước, ngày nay phải chịu. Nghiệp là mối nợ, nợ đến mà chạy trốn không chịu trả thì chừng nào hết nợ? Ở đây thiếu nợ trốn qua chỗ khác, nếu ở đó người ta gặp lại cũng đòi như thường. Như vậy chỉ trả hết nợ, thì mới được an lành.

Hiểu thế, chúng ta có thân này trong cảnh vui thì sống theo cảnh vui, trong cảnh khổ thì chấp nhận trả nợ nần của cảnh khổ. Nợ nần trả xong thì chúng ta sẽ hết khổ. Biết rõ như vậy sẽ không còn gì để lo sợ nữa. Chấp nhận trả hết nợ thì hết khổ, còn chưa hết

nợ mà trốn thì không được. Như vậy đạo Phật dạy chúng ta chán đời hay yêu đời? Dù đời có cay đắng mấy cũng ráng chịu, không chạy trốn, vậy là quá lạc quan quá yêu đời rồi.

Trong kinh A-hàm, đức Phật dạy được thân này rất khó. “Thiên niên thiết thọ khai hoa dị, nhất thất nhân thân vạn kiếp nan”, nghĩa là ngàn năm cây sắt mới trở bông còn dễ, một khi mất thân này rồi, được trở lại làm người rất khó. Như vậy được làm người là tốt, tại sao lại đi hủy hoại, thật hết sức đại khờ. Vì vậy Phật dạy chúng ta phải quý tiếc thân này, biết mượn nó làm phương tiện tu hành, lợi ích cho chúng sanh chớ không nên hủy hoại nó.

Phật ví dụ như con rùa mù ở giữa biển khơi, một trăm năm nó mới trôi đầu lên một lần. Trên mặt biển có bong cây nổi tùy theo gió đẩy đưa. Như vậy không biết bao giờ con rùa mù trôi lên mới gặp được bong cây, chuyện ấy nếu có thật là hi hữu. Phật nói cũng vậy, mất thân này được trở lại làm người cũng khó như con rùa mù tìm gặp bong cây giữa biển cả. Thế mà chúng ta được thân này lại xem thường, không cố gắng duy trì gìn giữ cho nó khoẻ mạnh, để tu hành và làm lợi ích cho mọi người. Thái độ hủy hoại thân này thật là đại khờ lắm vậy.

Phật dạy tu Nhân thừa Phật giáo là giữ năm giới: không sát sanh, không trộm cướp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu mạnh và dùng các chất nghiện như xì ke ma túy v.v... Giữ đủ năm giới này, sau khi thân hoại mạng chung sẽ được trở lại làm người. Thiếu một cũng không được. Chúng ta thử kiểm lại xem mình có xứng đáng làm người chưa? Nếu chưa thì phải ráng tu cho xứng đáng.

Chúng ta hay xem thường những việc lành, lại nghĩ làm ác qua rồi thì mất, không ngờ đó là tai họa hại mình về sau. Nên người biết tu rất sợ một lời nói ác, một hành động ác, luôn bảo vệ giá trị tu hành của mình, không để cho tham sân si làm chủ, dẫn đi trong ba đường ác địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh.

Cũng trong kinh A-hàm, Phật dạy rằng: “Bị thiêu đốt trong địa ngục chưa phải là khổ, bị làm loài quỷ đói lang thang chưa phải là khổ, bị mang lông đội sừng làm trâu bò kéo xe, kéo cày chưa phải là khổ, chỉ những kẻ si mê không biết lối đi mới là khổ.” Như vậy Phật đánh giá cái khổ không phải ở trong cảnh địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh mới thật là thật khổ, mà si mê mới là gốc khổ.

Tại sao si mê là gốc khổ? Vì khi si mê rồi chúng ta tạo nghiệp, nếu nghiệp ác thì phải đi trong đường dữ không biết tới bao giờ cùng. Ở địa ngục hết tội được lên, ở ngạ quỷ hết nghiệp được ra, súc sanh mãn kiếp được thoát, còn si mê dẫn mình liên miên trong sanh tử không có ngày ra khỏi. Nên đạo Phật cho si mê là cái đáng sợ hơn hết. Nhưng thường chúng ta chỉ sợ địa ngục, ngạ quỷ, mà không sợ si mê. Cái đáng sợ thì không sợ, cái không đáng sợ lại sợ.

Si mê dẫn mình muôn kiếp trong luân hồi, còn nợ nần trong các đường trả hết thì có ngày ra khỏi. Vậy si mê rất nguy hiểm, đáng sợ nhất. Cho nên nói si mê là gốc khổ. Người tu theo đạo Phật phải phá trừ gốc si mê trước tiên.

Phật dạy: “Các người phải tự thấp xuống mà đi, thấp xuống với chánh pháp.” Thấp xuống tức là thấp sáng ngọn đuốc trí tuệ. Nhưng làm sao để thấp? “Thấp xuống với chánh pháp.” Người con Phật phải hiểu đạo lý chân chánh đó. Hiểu được rồi, áp dụng tu hành chúng ta mới thoát si mê. Như trong Mười hai nhân duyên, vô minh là đầu. Vô minh tức

si mê. Si mê là nhân dẫn chúng ta đi trong luân hồi không cùng. Vì vậy muốn phá si mê phải dùng trí tuệ. Cũng như trong nhà tối, muốn hết tối phải thắp đèn.

Si mê chỉ đáng sợ nếu mình cứ để cho nó hoành hành tự do. Ngược lại, si mê không đáng sợ nếu mình biết dùng trí tuệ diệt trừ nó. Cũng như trong nhà tối, nếu không thắp đèn chúng ta sẽ va đầu này, chạm đầu kia rất khổ. Nhưng khi thắp đèn lên, trong nhà liền sáng. Tối thì khổ, sáng thì an vui. Đạo Phật lấy giác ngộ làm trọng tâm tu hành. Người học Phật, tu Phật mà không giác ngộ thì không biết bao giờ thoát khỏi si mê. Không thoát khỏi si mê tức là ôm vô minh để muôn kiếp chịu khổ. Cho nên ai đến với đạo Phật cũng đều phải cố gắng mở sáng con mắt trí tuệ của mình thoát khỏi si mê.

Mở sáng mắt trí tuệ bằng cách nào? Bởi trí tuệ có hai: trí tuệ xuất thế và trí tuệ thế gian. Người thế gian từ không biết gì, do học hành lần lần tiến lên mỗi ngày mỗi giỏi, gọi là người có trí tuệ. Trí tuệ đó nhà Phật gọi là trí tuệ thế gian, nằm trong sanh diệt đau khổ. Còn trí tuệ của Phật, trí tuệ của bậc giác ngộ là trí tuệ xuất thế gian. Trí tuệ này có công năng đưa chúng ta đến chỗ thoát khổ, không còn bị lôi kéo, dính mắc trong sanh tử luân hồi nữa.

Kinh Kim Cang có câu: “Phàm sở hữu tướng giai thị hư vọng, nhược kiến chư tướng phi tướng tức kiến Như Lai”, nghĩa là phàm những gì có tướng đều là hư giả, nếu thấy các tướng không phải tướng là thấy được Phật. Thiền sư Duy Tín đời nhà Tống Trung Quốc nói: “Khi chưa gặp thiện hữu tri thức, tôi thấy núi sông là núi sông. Khi gặp thiện hữu tri thức rồi, tôi thấy núi sông không phải là núi sông. Đến nay qua ba mươi năm, tôi lại thấy núi sông là núi sông.” Những câu nói như vậy mới nghe thật khó hiểu, nhưng chính thật nó thấu đáo tột cùng.

Trước tôi giải thích câu trong kinh Kim Cang. Phàm cái gì có tướng, có hình thức Phật nói đều là hư dối. Người nào thấy các tướng đó, không chấp nó là thật, đó là người thấy được Phật. Đơn giản làm sao! Như vậy thấy Phật khó hay dễ? Nếu mình đừng chấp tướng là thật thì thấy Phật dễ vô cùng. Còn chấp tướng là thật thì khó vô cùng.

Như cái đồng hồ là thật hay giả? Nếu nói giả, có người lượm bỏ túi thì sao? Cho nên nói thì dễ nhưng thực hành rất khó. Phân tích đồng hồ, từng bộ phận rã ra, chúng ta thấy không có đồng hồ. Nhưng nếu ráp các bộ phận ấy lại đầy đủ thì có đồng hồ. Như vậy đồng hồ là thật hay là giả? Trên lý ta nói nó giả, nhưng trên sự thật nó chúng ta la. Như vậy mình vẫn còn mắc mứu trong đó, chưa thấy đúng hoàn toàn lẽ thật.

Đồng hồ dưới con mắt của Phật là do nhân duyên hợp lại thành, cái gì do nhân duyên hợp lại thì không thật. Nếu thật thì nó nguyên vẹn, không thể tách ra từng phần được. Nhưng ta mở ra từng phần, nó không còn bóng dáng của đồng hồ nữa, làm sao nói thật được. Tuy nhiên nói không thật thì dễ, nhưng động tới đồng hồ thấy không thật là dễ hay khó? Đó là sự, chúng ta thâm nhuần ở trong tâm lâu rồi.

Qua đó đủ thấy chúng ta mê lầm như thế nào. Nghe Phật dạy thấy dễ hiểu, nhưng chạm sự thật mới biết mình chưa tỉnh chút nào hết. Đó là chỉ nói những sự vật nhẹ nhẹ bên ngoài thôi, chưa nói đến thân này. Nếu như có ai đó chỉ mặt mình nói “anh này ngu quá”, chùng đó biết liền. Thân đã giả thì người ta nói ngu có gì quan trọng. Thế mà trên thực tế, nghe như vậy là nổi sân si với nhau liền.

Xét lại người ta nói mình ngu cũng phải thôi. Nếu chúng ta chấp nhận “tôi ngu”, đó là biết nhận sự thật. Bởi lâu nay chúng ta cứ ảo tưởng mình là số một, là hơn thiên hạ.

Nhưng sự thật mình chưa ra gì hết. Trên thế gian có muôn triệu ức việc, muôn triệu ức nghề, mà chúng ta biết được chừng bao nhiêu? Giới lắm vài việc trong sở trường của mình thôi, chớ đâu có biết hết. Những thứ không biết thì gọi khôn sao được. Vậy mà nói ngu không chịu.

Chúng ta sống bằng ảo tưởng nhiều hơn sự thật. Cho nên người học Phật phải can đảm nhận chân lẽ thật, không nên ảo tưởng. Sống trong ảo tưởng là sống trong si mê, đã si mê thì tất cả ý nghĩ và việc làm đều sai lầm, hậu quả phải chuốc lấy đau khổ là điều không thể tránh khỏi. Còn nhiều si mê tức là còn nhiều đau khổ. Cho nên tu thì phải giảm bớt si mê. Giảm bằng cách nào?

Si mê có hai: Một chấp ngoại cảnh là thật. Hai chấp thân tâm mình là thật. Như đồng hồ, bàn ghế, nhà cửa nhân đến chim muông các cảnh đều thuộc về ngoại cảnh. Tất cả cảnh bên ngoài đều là duyên hợp không có thật. Không thật mà mình chấp thật, đó là si mê, thấy không đúng chân lý. Còn không thật biết không thật, đó là trí tuệ sáng suốt. Người sống đạo phải tập mỗi ngày, mỗi ngày sống bằng trí tuệ chân thật.

Thiền sư Duy Tín, ban đầu Ngài thấy núi sông là núi sông, giống như chúng ta lúc mê thấy núi sông là núi sông thật. Khi gặp thiện hữu tri thức chỉ dạy rõ ràng, Ngài thấy núi sông không phải là núi sông, vì biết rõ nó do duyên hợp giả có nên không thật. Qua ba mươi năm quán chiếu như vậy, tâm hết si mê, chừng đó Ngài thấy núi sông là núi sông. Bây giờ, vì tâm thanh tịnh nhìn bằng trực giác, không qua cái nhìn mê chấp của phàm phu, cũng không qua trình tự quán chiếu của Thanh văn, Duyên giác hay Bồ-tát.

Chúng ta nghe thế, cũng không chịu quán chiếu gì hết, mà không biết mình tu tới đâu. Nghe người ta nói thật liền hưởng ứng theo, rồi thêm chuyện này chuyện kia, phê phán hay dở đủ thứ. Cho nên trên đường tu, trước cần phải dùng trí tuệ quán chiếu để thấy đúng như thật. Nhờ trí tuệ, cái gì giả ta biết giả, cái gì thật ta biết thật, không lầm đó là giác ngộ. Nên đức Phật nói nếu biết các tướng không phải tướng tức là thấy Phật.

Chúng ta kiểm lại tất cả cảnh bên ngoài có gì không phải do duyên hợp? Đã duyên hợp tạm có rồi tan, không thật. Không thật mà tưởng là thật ấy là si mê. Thứ si mê này đậm lắm, nó dẫn chúng ta đi trong luân hồi, không có ngày dừng. Muốn hết si mê chúng ta phải thường quán chiếu, thường xét nét kỹ càng ngoại cảnh bên ngoài chẳng có gì thật hết. Đó là nói về phần ngoại cảnh.

Kế đến, thân thiết với chúng ta nhất là thân và tâm. Thân của chúng ta có thật không? Ai cũng nói không, nhưng tôi chưa dám tin. Vì sao? Vì trên miệng thì nói không thật nhưng ra đường gặp việc liền thành thật hết. Đó là một lẽ thật.

Đức Phật dạy thân chúng ta được kết hợp bởi rất nhiều phần. Nói tổng quát gồm bốn phần: đất, nước, gió, lửa, bốn phần đó là gốc của thân này. Chất cứng là đất, chất ướt là nước, chất động là gió, chất ấm là lửa. Thiếu một trong bốn thứ đó thì thân này không còn. Trên cơ bản bốn thứ đó tụ hợp lại thành thân, nhưng còn phải bồi bổ, nuôi dưỡng nó mỗi ngày nữa.

Như hiện tại lỗ mũi chúng ta đang làm gì? Đang thở. Thở nghĩa là sao? Mượn không khí ở ngoài đem vô, rồi trả ra; mượn trả mượn trả liên tục như vậy gọi là thở. Nói ngồi chơi chớ có chơi đâu, cứ mượn trả mượn trả không dừng. Nếu trả rồi mà làm biếng không mượn nữa thì chết mất. Lát mượn tách nước, mượn rồi trả. Lát mượn ổ bánh mì hoặc chén cơm, mượn rồi trả. Chỉ có mượn trả mà nhiều khi không chịu bình dị, còn



muốn cầu kỳ nữa chứ. Nước cạn thì mượn nước, nước gì cũng được, phải nước này nước nọ mới chịu. Đất hết thì mượn đất, đất nào cũng được, nhưng phải đất có mùi vị hấp dẫn. Thành ra chúng ta khổ, khổ vì cầu kỳ. Chúng ta sống không đơn giản, vì mượn trả mà không biết thật mượn trả, cứ nghĩ mình ăn, mình uống mà không ngờ mình đang mượn trả.

Như vậy kiểm lại mỗi ngày chúng ta sống bằng sự mượn trả, mượn trả. Khi cần mượn được mượn, khi cần trả được trả, đó là tốt. Mượn trả suôn sẻ là hạnh phúc. Nếu mượn trả không suôn sẻ là mất hạnh phúc liền. Nên giá trị của con người, nói thẳng ra chỉ là sự mượn trả mà thôi. Vậy mà chúng ta lại cho cái ngã này là trên thiên hạ, là số một, nói động tới thì không được.

Quý vị thấy, thân này khi mượn thức ăn đem vô, tích lũy một ngày rồi tuôn ra. Thời gian tích lũy đó nó biến chất thành thứ này thứ nọ, thì mùi vị ra sao? Vậy mà ai nói anh này hôi quá liền giận ngay. Rõ ràng chúng ta sống bằng ảo tưởng, không có lẽ thật. Cái dây da hôi thối, mà không chịu nhìn nhận, phải khen mới được. Rõ ràng chúng ta từ chối sự thật, nên không thấy được chân lý, sống bằng tưởng tượng. Sống bằng tưởng tượng là sống bằng si mê, không có lẽ thật. Đó là nói về chấp thân.

Kể đến nói về chấp tâm. Tâm chúng ta có thật không? Vấn đề này quan trọng vô cùng. Khi quý vị giận ai thì nói tôi giận, buồn ai nói tôi buồn. Buồn thương giận ghét, cái nào cũng tôi hết. Như vậy cái tôi đó có thật không? Ví dụ mình đang giận ai trong nhà, bất thần thấy người bạn tri kỷ ở xa về, mừng quá quên giận, nên cái giận tan mất. Như vậy cái giận có thật không? Không.

Lâu nay chúng ta cứ ngỡ rằng buồn, thương giận, ghét là tâm mình. Ai nói trái ý hoặc làm trái ý mình thì không chịu nổi. Chính đó là cái khổ của chúng ta. Sống trong gia đình mà người chồng nghĩ khác, người vợ nghĩ khác thì sẽ thế nào? Sẽ gây gổ, có khi dẫn đến chia tay. Trong kinh A-hàm, Phật dạy một câu hết sức chí lý: “Người biết tôn trọng chân lý là khi suy nghĩ vấn đề gì, thì bảo “đây là suy nghĩ của tôi”, đừng nói rằng tôi suy nghĩ đúng.” Nếu không thấy mình đúng thì đâu có cãi, dầu hai cái thấy khác nhau. Còn nếu thấy mình đúng người khác sai thì sẽ sanh cãi vã.

Như tôi ngồi trong thất, thấy phương Nam có cụm mây đen và có gió thổi qua, lát sau trời mưa. Ngày mai, vừa thấy cụm mây đen ở phương Nam, nhưng chưa biết gió phương nào, tôi vội kêu những người chung quanh đem đồ vô, lát nữa mưa. Nói như vậy là tôi nói theo kinh nghiệm hôm qua và xác định mình thấy đúng. Nếu ai không đem đồ vô, tôi giận vì nghĩ họ không nghe mình. Nhưng một lát, gió phương Nam không thổi mà phương Bắc thổi qua, đám mây đó tan, trời không mưa. Như vậy tôi đúng hay sai? Sai rồi. Nên biết kinh nghiệm của mình có khi đúng, có khi sai. Nếu ta cho đó là chân lý thì ai nói khác mình sẽ cự lại, như vậy có phải khổ không.

Người tu phải biết rõ tâm suy nghĩ của mình không thật. Nhiều khi Phật tử không nhận định kỹ, nghe nói tâm mà không biết tâm là gì. Nhà Phật giải thích rất rõ. Tâm là “biết”. Cái biết do suy nghĩ phân biệt là cái biết hư dối. Còn cái biết hiện tiền, không thiếu vắng lúc nào, cái biết đó là chân thật gọi là tâm. Thế nhưng đa số người lại chấp cái biết do suy nghĩ là tâm mình. Chấp như vậy nên cái biết chân thật bị ẩn khuất. Nhà Phật gọi cái biết chân thật sẵn có là Chân tâm, cái biết do suy nghĩ phân biệt là vọng tâm.

Như khi chúng ta rảnh rang nhàn hạ, ra cội cây ngồi chơi. Trong lòng không nghĩ, không tính toán gì hết. Lúc đó chim kêu nghe, gió thổi... chúng ta đều nhận biết rõ ràng, không lẫn lộn. Vậy mà chúng ta lại quên cái biết đó, chỉ nhớ cái biết sanh diệt liên miên do sự nghĩ tưởng vọng động của mình.

Chúng ta chấp thân hư giả làm thân mình, chấp tâm sanh diệt làm tâm mình thì chừng nào ra khỏi luân hồi? Nên nhớ mình tu là để lặng hết tâm sanh diệt thì Tâm chân thật mới hiện ra. Vì vậy các pháp môn trong đạo Phật cuối cùng đều gặp nhau chỗ cốt tâm được thanh tịnh.

Như người niệm Phật, muốn thấy đức Phật Di-đà hiện thân đón rước thì phải niệm được nhất tâm bất loạn, từ một ngày cho tới bảy ngày. Còn người tu thiền thì phải định tâm, tọa thiền quán chiếu thấy rõ các thứ nghĩ suy là hư huyễn, không theo. Khi chúng lặng hết thì Tâm chân thật hiện bày. Phật là giác, Tánh giác sẵn có trong mỗi chúng ta nên nói Phật tánh. Ai cũng có Phật tánh nhưng vì vọng tưởng phủ che, nên chúng ta không thấy.

Bây giờ niệm Phật để dứt sạch những phủ che đó thì Phật tánh hiện bày, chừng đó chúng ta thấy Phật. Phật Di-đà là Vô lượng thọ, Vô lượng quang tức tuổi thọ vô lượng, hào quang vô lượng. Tuổi thọ vô lượng thì Phật tánh của mình không sanh không diệt nên cũng vô lượng. Phật tánh là hằng giác hằng tri sáng suốt nên gọi là Vô lượng quang. Còn người tu Thiền phải dừng lặng vọng tưởng. Vọng tưởng dừng lặng rồi mới được định, được định thì hết niệm sanh diệt, gọi đó là Niết-bàn.

Trong kinh A-hàm, có nói thế này: “Nếu người nào niệm Phật hay tu Thiền quán Tứ niệm xứ từ một ngày, hai ngày cho tới bảy ngày, tâm không di chuyển, không dao động thì người đó sẽ chứng từ Tam quả cho tới Tứ quả A-la-hán.” Chứng A-la-hán tức là chứng Niết-bàn. Như vậy vọng tâm lặng, thì Chân tâm hiện bày, không sanh không diệt. Khi đó tùy theo pháp môn tu mà chúng ta được vào Niết-bàn hay vắng sanh về cõi Cực lạc.

Trong nhà Thiền có ví dụ rất hay. Như chúng ta xuống hồ, mức nước đục đổ vào khạp. Nước đục nên đứng gần nhìn vào, chúng ta không thấy bóng của mình. Dần dần nước lắng xuống, cặn bã lặn hết thì nước trong. Như vậy nước trong đó mới có hay đã sẵn có. Sẵn có. Nhưng tại sao trước chúng ta không thấy? Tại vì cặn, vì bẩn nên không thấy. Muốn thấy chỉ cần cặn bẩn lắng xuống hết thì nước trong hiện ra.

Tâm chúng ta cũng vậy. Suy nghĩ vọng tưởng đều là cặn bã, những thứ đó lắng xuống rồi thì cái chân thật hiện bày, đó là Chân tâm, là Phật tánh.

Hiện giờ chúng ta mê lầm chấp thân tứ đại vay mượn là thật, chấp tâm suy nghĩ hư dối là thật. Do hai thứ chấp ấy mà quên mất Tâm chân thật luôn sẵn bên mình. Nên trong nhà Thiền thường dùng câu “Công Phật đi tìm Phật” hay “Cõi trâu tìm trâu”. Mình có Phật sẵn mà không chịu nhận, chạy tìm chỗ này chỗ kia. Ngồi sẵn trên lưng trâu mà không biết, lại đi tìm trâu. Thật đáng thương!

Tôi dẫn bài kệ trong kinh Niết-bàn, Phật dạy:

Chư hành vô thường,  
Thị sanh diệt pháp,  
Sanh diệt diệt dĩ,  
Tịch diệt vi lạc.

Tạm dịch:

*Các hành vô thường,  
Là pháp sanh diệt,  
Sanh diệt diệt rồi,  
Tịch diệt là vui.*

Các hành vô thường, biến đổi, là pháp sanh diệt. Nếu biết rõ pháp sanh diệt ấy rồi, không còn lầm lẫn chạy theo nó, tự nó sẽ tan biến. Nó tan biến tức diệt mất rồi, chừng ấy cái lặng lẽ còn lại gọi là tịch diệt, cái ấy là vui. Cái vui này không sanh không diệt, chân thật hiện tiền nên không bị vô thường làm biến đổi. Đây là cái vui cứu kính chân thật.

Như vậy đạo Phật dạy tu lạc quan hay bi quan? Lạc quan. Lạc quan vì tìm được cái vui chân thật. Tất cả thú vui của thế gian hiện giờ là cái vui giả dối, tạm bợ, vui trong đau khổ. Thí dụ như quý vị coi đá bóng thấy vui. Nhưng vui đó có lẫn khổ. Bên thắng thì vui, bên bại thì khổ. Vui trong cái khổ của người khác thì đâu phải thật vui. Vậy mà người ta thích lắm. Cũng ở quê mấy chú thanh niên thích coi đá gà. Hai con gà đá nhau đổ máu mà người ta vỗ tay kêu vui. Vui trong cái chết chóc của loài vật, cái vui đó có tốt không? Thậm chí có nhiều người coi đấu quyền anh. Anh A hạ được anh B nằm dài, người xem vỗ tay hoan nghênh. Đó là vui trong cái đau khổ của người khác. Vì vậy cái vui của thế gian không phải thật vui. Chỉ khi nào tâm sanh diệt lặng hết, tịch diệt hoàn toàn mới thật là vui.

Như vậy những cái vui trong đạo Phật là vui tốt đẹp, vui trong sự an lành của mọi người, chứ không phải vui trong sự đau khổ của kẻ khác. Nên đạo Phật là đạo từ bi. Chúng sanh khổ thì ta khổ, chúng sanh vui thì ta vui. Đó là niềm vui chân chánh của đạo Phật. Nếu làm cho người khác khổ mà mình vui, cái vui đó phàm tục, không phải niềm vui chân chánh tốt đẹp.

Đã là Phật tử thì chúng ta phải tập vui trong đạo chân chánh. Người đói chúng ta cho họ một ít cơm, họ vui chúng ta vui theo. Người buồn chúng ta dùng lời an ủi, họ bớt buồn được vui, chúng ta vui với họ. Những niềm vui đó tuy cũng tạm bợ, nhưng không có đau khổ kèm theo thì chúng ta nên thực hành. Còn những thứ vui trong nỗi khổ của kẻ khác, tuyệt đối chúng ta không làm.

Có người nói coi hát cải lương vui chứ đâu có khổ. Nếu vui tại sao đôi khi lại khóc. Cho nên nói đi coi cải lương cho vui, không ngờ đi khóc. Qua đó để thấy rằng, con người không tìm niềm vui thật, mà tìm niềm vui trong ảo tưởng. Chỉ có đến với đạo, tu hành chân chánh, chúng ta mới tìm được niềm vui thật.

Ví dụ gần nhất như khi quý vị ngồi niệm Phật hoặc ngồi thiền chừng năm mười phút, tâm lặng yên, thanh tịnh, không nghĩ không suy. Lúc đó gương mặt quý vị rất tươi tắn, tuy không cười nhưng hiện rõ nét hoan hỷ an lạc từ bên trong. Ngược lại, quý vị ngồi chừng năm mười phút, lát nhớ giận người này, tức người kia v.v... thì gương mặt lát đỏ, lát xanh thấy đáng ghê sợ. Mới thấy rằng chúng ta biết tu, tâm lặng yên thanh tịnh thì có niềm vui chân thật. Còn vui trong đối đãi tạm bợ là vui trong cái khổ, chưa phải niềm vui chân thật.

Muốn tìm được niềm vui chân thật thì chúng ta phải theo sự hướng dẫn của chư Phật, Bồ-tát, các vị tu hành trước chỉ bảo. Nghe rồi ứng dụng tu hành, để nhận ra và sống được với lẽ thật sẵn có nơi mình, như thế mới mong được giải thoát an vui.

Tôi giảng tới đây, quý vị thấy đạo Phật là bi quan hay lạc quan, yêu đời? Nếu quý vị đồng ý đạo Phật lạc quan yêu đời là tôi đã thành công rồi.

# HỒI ĐẦU THỊ NGẠN

*Giảng tại TV. Lộc Uyển - Mỹ tháng 11-2000*

Chủ đề hôm nay tôi nói là **Hồi đầu thị ngạn**, tức “Quay đầu lại là bờ giác”. Biền mê và bờ giác chỉ cách nhau có một cái quay đầu. Tại sao chúng ta tu lâu quá mà chưa giác? Đó là điều tôi muốn nói với tất cả.

Thân chúng ta có đầy đủ sáu căn, nhưng lúc nào chúng cũng phóng ra ngoài. Mắt đuổi theo sắc, tai đuổi theo âm thanh, mũi đuổi theo mùi hương v.v... Sáu căn đuổi theo sáu trần là đi đường mê. Bây giờ muốn trở về bờ giác thì phải quay đầu lại. Tôi sẽ dẫn kinh để nói lên lẽ thật này.

Trong kinh Lăng Nghiêm, Phật đưa tay lên hỏi ngài A-nan: “Ông thấy không?” Ngài A-nan thưa: “Dạ thấy.” Phật để tay xuống, hỏi: “Thấy không?” Ngài A-nan thưa: “Dạ không thấy.” Ngay đó Phật liền quở: “Ông đã quên mình theo vật!” Tại sao vậy?

Đây là câu chuyện nhỏ mà chúng ta ít quan tâm, chứng tỏ chúng ta cũng từng quên mình theo vật. Phật đưa tay lên, ngài A-nan thấy cái tay. Phật để tay xuống, ngài A-nan thấy không có cái tay, chớ không phải không thấy. Thế mà Ngài trả lời “không thấy” nên mới bị Phật quở. Đầu phải cái tay mắt là mắt cái thấy. Cái thấy là mình, cái tay là cảnh. Không thấy là không thấy cái tay, chớ cái thấy vẫn hiện tiền. Cái thấy hiện tiền mà nói không, đó là quên mình chạy theo vật. Tất cả chúng ta cũng đều quên mình như vậy.

Phật lại dạy ngài La-hầu-la đánh chuông “boong” rồi hỏi ngài A-nan: “Ông nghe không?” Ngài A-nan trả lời: “Dạ nghe.” Lát sau, tiếng chuông bật, Phật hỏi: “Nghe không?” Ngài A-nan thưa: “Dạ, không nghe.” Phật bảo ngài La-hầu-la đánh chuông một lần nữa và cũng hỏi y như vậy, ngài A-nan cũng trả lời y như vậy. Phật quở: “Ông quả là quên mình theo vật!”

Như vậy là sao? Trả lời như thế nào mới đúng? Đánh tiếng chuông “boong” hỏi nghe không thì trả lời “Nghe”. Khi tiếng chuông bật, hỏi nghe không, trả lời “Không nghe”. Như vậy là đồng hóa cái nghe với tiếng chuông làm một. Nhưng tiếng chuông là cảnh, cái nghe là mình. Cảnh hết chớ cái nghe đâu có mất. Tiếng chuông mất mà bảo “không nghe” tức là quên mình, chỉ biết cảnh thôi. Chúng ta tự kiểm xem lâu nay mình mê hay tỉnh. Thực tế chúng ta đang mê mà không biết mình mê lắm.

Qua một chuyện khác, Thiền sư Cảnh Thanh nghe tiếng con nhái bị rắn bắt, kêu la om sòm, Ngài hỏi Thị giả: “Tiếng gì đó?” Thị giả trả lời: “Bạch Hòa thượng, tiếng con rắn bắt con nhái, con nhái la.” Ngài liền nói: “Chúng sanh khổ lại có khổ chúng sanh.” Cái gì là chúng sanh khổ? Cái gì là khổ chúng sanh? Con nhái bị con rắn bắt nên nó la, đó là chúng sanh khổ. Thị giả nghe tiếng nhái kêu la mà quên mình có cái hay nghe, đó là khổ chúng sanh. Câu chuyện hết sức đơn giản, nhưng hỏi ra lại thấy rắc rối.

Bây giờ nếu chúng ta muốn trả lời thay cho chú Thị giả thì phải trả lời làm sao? Khó, phải không? Để thấy rằng nếu đứng trong trường hợp chú Thị giả, chúng ta cũng thế thôi. Nhưng sự thật đâu có khó, chỉ cần nói: “Con nghe tiếng rắn bắt nhái kêu.” Chỉ thêm từ “Con nghe” là có mình. Vì chú Thị giả chỉ biết có tiếng thôi mà không biết có mình,

nên mất mình. Khác biệt một chút thôi mà nói lên được sự khác nhau giữa người tỉnh và người chưa tỉnh.

Chúng ta tu cũng vậy, luôn quay lại mình, nhớ mình, đừng chạy theo cảnh. Nếu nhớ mình là tỉnh, còn chạy theo cảnh là mê. Như vậy trên đường tu không có gì khó, mà khó tại chúng ta quên mình. Giờ đây tỉnh lại biết quay về mình, đó là xoay về bờ giác.

Trong kinh Lăng Nghiêm, Phật nói tất cả chúng sanh đều có một tinh minh sanh ra sáu hòa hợp. Một tinh minh tức là một cái trong sáng. Cái trong sáng đó sanh ra sáu hòa hợp tức mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Sáu căn bên trong hợp với sáu trần bên ngoài sanh ra sáu thứ phân biệt, nên gọi là lục hòa hợp. Chúng ta tu là từ lục hòa hợp trở về một tinh minh. Đó là bờ giác. Ngược lại, sáu hòa hợp đuổi theo sáu trần, đó là mê.

Muốn trở về một tinh minh đó, phải ngay nơi sáu hòa hợp đừng dính với sáu trần. Ví dụ cái nhà có sáu cửa đang mở, bên trong có một ngọn đèn néon lớn. Chúng ta đứng ngay cửa, nhìn ra thì thấy tối, xoay lại thì thấy sáng. Đơn giản như vậy. Ngó ra ngoài, đuổi theo bên ngoài là đi trong biên mê. Xoay lại thấy ngọn đèn sáng là trở về bờ giác. Chỉ một cái xoay lại, hết sức giản đơn! Thế thì tu đâu có khó. Lẽ thật như vậy.

Cho nên cũng trong kinh Lăng Nghiêm, ngài A-nan hỏi Phật: “Cái gì là cội gốc của phiền não sanh tử? Cái gì là cội gốc của Bồ-đề Niết-bàn?” Khi đó, không những đức Phật Thích-ca, mà mười phương chư Phật, khác miệng đồng lời, cùng nói to lên rằng: “Sáu căn của ông là cội gốc phiền não sanh tử, sáu căn của ông cũng chính là cội gốc Bồ-đề Niết-bàn!” Nên biết tu là nhắm ngay nơi sáu căn, xoay trở về là Bồ-đề Niết-bàn, chạy ra ngoài là phiền não sanh tử. Việc tu quá dễ, có gì phải nghi ngờ nữa.

Hiện giờ chúng ta ngồi thiền để làm gì? Ngồi thiền là cốt gỡ bớt dính mắc của mắt, tai, mũi, lưỡi đối với các trần bên ngoài, chỉ chú ý bên trong. Trong sáu căn, điều phục được ý đừng cho chạy theo pháp trần là gốc. Pháp trần là những bóng dáng của quá khứ, chúng ta lưu giữ trong tâm. Khi ngồi yên chúng trào lên khiến mình nhớ cái này, nghĩ cái kia. Do vậy, chúng ta phải điều phục ý khiến nó không còn khả năng lôi mình chạy nữa, đó là mục đích chánh của người tu thiền.

Tại sao sáu căn mà chúng ta chỉ điều phục ý thôi? Thật ra, khi mắt thấy sắc, nếu chỉ thấy thôi, không có chú “ý” hợp tác thì đâu có chuyện. Tai nghe tiếng cũng vậy. Cho nên tuy “ý” sâu kín bên trong nhưng nó rất hệ trọng. Làm chủ được ý rồi thì năm căn kia làm chủ được. Vì vậy chúng ta phải quay về, làm sao điều phục cho ý dừng lại, đừng chạy nữa thì thành công. Chú “ý” dừng lại đó là định. Còn nó chạy hoài, đó là loạn.

Chúng ta làm việc gì đều phải biết được gốc của nó. Nhiều người cứ nghĩ tu thiền cho khỏe mạnh hoặc sống lâu, như thế là không đúng. Tu thiền là điều được ý căn của mình. Cho nên trong nhà thiền có câu chuyện hết sức đơn giản mà lý thú. Ngài Ngưỡng Sơn Huệ Tịch tới chỗ Thiền sư Hồng Ân Trung Ấp thưa:

- Bạch Hòa thượng, thế nào là Phật tánh?

Ngài Trung Ấp nói:

- Ta không thể nói thẳng được, nên dùng thí dụ này cho ông tạm hiểu: Như có con khỉ nhốt trong lồng sáu cửa. Bên ngoài một con khỉ khác tới kêu “Chéo! Chéo!” Con khỉ bên trong đáp lại “Chéo! Chéo!” Cứ như vậy, con khỉ bên ngoài tới cửa nào cũng kêu, thì con khỉ bên trong đều đáp lại hết.

Nói đến đó ngài Trung Ấp làm thinh.

Ngưỡng Sơn là một tay cự phách trong nhà thiền, nghe xong liền hỏi: “Bạch Hòa thượng, nếu con khi bên trong ngủ thì sao?” Ngay khi đó Thiền sư Trung Ấp từ trên tòa bước xuống nắm lấy vai Ngưỡng Sơn nói: “Chúng ta thấy nhau rồi!”

Câu chuyện hết sức đơn giản và cũng hết sức rõ ràng. Thiền sư nói “Thấy” đó, là thấy cái gì? Con khi ở trong là con khi ý thức của mình. Con khi ở ngoài là sáu trần. Nếu cơ quan nào tiếp xúc và bị dính với một trần thì con khi ý thức bên trong liền nhảy ra. Nó cứ phản ứng đều đều như vậy. Nếu con khi ý thức lặng rồi thì Phật tánh hiện tiền, không cần giải thích Phật tánh là gì. Cho nên khi con khi ngủ thì Phật tánh hiện tiền, vì vậy các ngài nói “Chúng ta thấy nhau rồi”.

Việc tu rõ ràng không phải chuyện xa lạ ở đâu, vậy mà lâu nay chúng ta cứ tìm kiếm bên ngoài, không biết gốc của sự tu hành. Như ngồi thiền là để dừng ý thức lại, không cho nó loạn động. Dùng cách nào, phương tiện nào cũng được, miễn điều phục được ý là tốt. Có người lại sợ: “Tâm tôi yên quá, không biết thành cái gì?” Chính chỗ này tôi nhắc lại cho quý vị nhớ câu chuyện Tổ Huệ Khả.

Khi Tổ đã biết đường vào, trải qua một thời gian tu, sau đó Ngài bạch với Tổ Đạt-ma: “Con dứt hết các duyên.” Tổ Đạt-ma bảo: “Coi chừng rơi vào không.” Ngài thưa: “Rõ ràng thường biết, làm sao không được.” Ngay đó Tổ liền ấn chúng: “Người như vậy, ta như vậy, chư Phật cũng như vậy!” Đó là truyền tâm pháp ấn. Thế nhưng bây giờ có nhiều người lại bày chuyện truyền tâm theo những cách lạ lùng, khó hiểu. Thật ra, truyền tâm pháp ấn là những gì trò thấy đúng như thầy thấy, và những gì thầy thấy đúng như Phật Tổ thấy.

Việc truyền tâm ấn trong nhà thiền hết sức đơn giản, nhưng người ta vẫn lầm vì câu chuyện của Tổ Huệ Năng. Khi được Ngũ tổ Hoằng Nhẫn gọi vào thất, Ngài còn là cư sĩ. Vì sợ người ngoài ganh tỵ nên buộc lòng Tổ phải lấy y che chung quanh cửa thất để người ngoài không thấy. Trong thất, Tổ nói kinh Kim Cang, ngài Huệ Năng ngộ đạo và được truyền y bát. Người thời nay cũng bắt chước như vậy, muốn “truyền tâm ấn” thì thầy trò vào riêng trong phòng, che kín lại. Truyền kiểu đó chẳng những không đúng mà còn khó coi quá! Ngày xưa Tổ có hoàn cảnh khác, bây giờ mình có hoàn cảnh khác mà lại làm thế là chỉ chuộng hình thức, chớ không thấy được mục đích chủ yếu của người xưa.

Tôi xin hỏi: Tất cả quý vị tin mình có Phật tánh không? Nếu tin thì chỉ cần một cái quay đầu là thấy, vì nó đã sẵn đây. Ngó ra thì mất, nhìn lại thì nó hiện tiền! Nhưng cũng có nhiều người hiểu lầm nghĩa quay đầu. Nghe nói quay đầu, họ cứ nhìn vô tim vô ngực thành ra sanh bệnh. Quay đầu nghĩa là nơi mắt, tai, mũi, lưỡi... chúng ta đừng dính ngoài trần. Trong bất kỳ trường hợp nào, cũng nhớ mình đang thấy, đang nghe thì cảnh ở ngoài không chi phối được. Vì nhớ như vậy nên chúng ta đâu có phân tích cái này đẹp cái kia xấu. Nghe thì cứ nghe, thấy thì cứ thấy, mà không đuổi theo, không dính mắc với cảnh. Nói quay đầu nhưng thật ra không quay gì hết, chỉ đừng dính với trần là được.

Trong nhà thiền thường nói, khi ngộ đạo rồi mắt thấy như mù, tai nghe như điếc. Như mù nhưng không phải mù, như điếc nhưng không phải điếc. Giả sử chúng ta đi chợ, nghe người ta xôn xao đủ thứ, nhưng mình không dính, không chú ý. Khi về người nhà hỏi: “Bữa nay đi chợ thấy cái gì?” Mình nói: “Không thấy gì hết.” Nhưng sự thật mình có

thấy không? Có thấy nhưng không dính thành ra như không thấy. Còn nếu ta để tâm vào việc gì thì khi được hỏi, mình liền trả lời: “Thấy thế này, thế kia.” Đó là ta đã tích lũy pháp trần vào trong tâm rồi.

Cho nên việc tu có nhiều điểm rất hay mà chúng ta không biết. Như ra đường bị ai nói xúc phạm tới danh dự mình, về nhà ít nhất ta cũng kể lại với người thân nghe. Kể một người nghe mình cũng chưa vừa lòng, phải kể cho người này người kia nghe chừng một trăm lần, như vậy mình đã thuộc lòng trong ký ức sâu quá rồi. Vì vậy khi ngồi thiền nó trôi lên, bỏ được một lát nó trôi lên nữa. Đó là vì chúng ta đã ghi nhớ quá sâu đậm.

Giống như lúc còn bé đi học, mỗi khi muốn thuộc bài, mình phải đọc tới đọc lui nhiều lần mới thuộc. Đem vô sâu là do ôn tới ôn lui nhiều lần. Lỡ nhớ rồi, khi muốn quên cũng phải tập bỏ thường xuyên mới quên được, không có cách nào khác hơn. Vậy mà vừa có chuyện buồn, chuyện giận là chúng ta đem ra kể liền. Gặp ai kể nấy, kể hoài như vậy quên sao được. Khi ngồi thiền nó trôi lên lại than: “Khổ quá! Con tu khó.” Khó là tại ai? Tại mình chớ tại ai, tích lũy nhiều thì nó trôi lên nhiều.

Bây giờ chúng ta thấy chỉ thấy, không thêm quan tâm chú ý gì cả. Thấy tất cả mà tâm không giữ, không dính thì tu dễ không khó. Nếu tu là tìm cái gì ở đâu xa thì khó, đằng này nó đã sẵn nơi mình rồi, chỉ quay lại là hiện tiền. Chúng ta không thấy được cái chân thật là do pháp trần đầy cứng bên trong, nên quay lại thấy toàn tạp nhạp.

Những giờ ngồi thiền là những giờ quay lại, mình thấy pháp trần lằng xằng lộn xộn nên nói thấy loạn tưởng nhiều quá. Thấy loạn tưởng nhiều là tu tiến nhiều. Vì ngày xưa, mỗi khi chúng dấy lên mình chạy theo nên không thấy chúng, bây giờ chúng dấy lên mình biết liền bỏ, đó là tu tiến. Tuy nó còn nhưng mình đã làm chủ được chút chút. Hồi xưa nó dẫn mình chạy theo hoàn toàn, bây giờ nó trôi lên mình từ chối không theo, đó là tiến rõ ràng. Nhưng nhiều khi Phật tử thấy nó rồi sợ, tu gì mà vọng tưởng quá chừng. Sự thật có tiến, tiến từng bước, chớ không phải không tiến.

Bước tiến tiếp theo là ngoài giờ ngồi thiền, khi tiếp xúc với mọi cảnh mọi vật, chúng ta thấy biết rõ ràng nhưng bỏ qua, không chú tâm, đó là ta tu trong mọi lúc mọi nơi. Không phải tay lần chuỗi, thân tọa thiền mới tu. Lần chuỗi tọa thiền mà ai động tới liền la hét là không phải tu. Người không tỏ vẻ tu hành gì hết, nhưng đi đứng tự nhiên thoải mái, ai nói gì thì nói, bỏ qua không để lòng, ấy mới thật là chân tu.

Nhiều khi chúng ta như điên khùng với nhau. Thí dụ mình tưởng mình thông minh, sáng suốt, nhưng ai vừa nói “Chị ngu quá!” mình liền la động động lên, để nói rằng ta không ngu. Nhưng thật ra như vậy là đã chứng tỏ mình đang ngu. Nếu không ngu ta chỉ cười, nói: “Phải, tôi ngu.” Nói vậy còn gì nữa để la, thì đâu có khổ. Vậy mà ai nói mình ngu liền cự lộn, rồi đủ thứ chuyện thừa kiện... có khổ không? Thế là cả hai đảng đều khùng điên với nhau hết.

Những chuyện hết sức nhỏ như vậy, nhưng mình không biết tu, nên cứ tích lũy trong tâm thành ra sanh bệnh. Bây giờ muốn bỏ chúng ta phải gỡ lần những thứ đó, từ từ ngồi thiền sẽ được nhẹ nhàng yên ổn. Ai nói gì mình cũng cười. Đức Phật ngày xưa bị Bà-la-môn theo sau mắng chửi, Ngài im lặng không nói, không nhận, thế mà Bà-la-môn phải chịu phép, không dám mắng chửi nữa, khỏe khoắn làm sao.

Phật là bậc giác ngộ nên thấy người mê Ngài thương, không phản đối, không chống cự gì cả nhưng lại nhiếp phục được họ. Còn chúng ta bây giờ nghe nói một câu



không vừa lòng liền phản đối, chống cự, rốt cuộc càng thêm lớn chuyện. Như vậy bọn ta cũng giống những người mê kia, không hơn không kém, phải không? Minh là người tỉnh thì phải hơn kẻ mê. Họ nói bậy mình chỉ cười thôi thì không xảy ra chuyện gì hết. Như vậy có khỏe không?

Cho nên người biết tu xả bỏ hết những gì không quan trọng. Quan trọng là đừng để sáu trần lôi dẫn đi, phải quay về với cái chân thật của chính mình. Cái chân thật ấy ai cũng có nhưng vì vọng tưởng che lấp nên mình không nhận ra. Cho nên Thiền sư Nam Tuyên Phổ Nguyên nói, người tu thiền như con ngỗng chúa uống sữa chừa nước lại. Câu nói nghe muốn bẻ cả đầu! Làm sao mà uống sữa chừa nước được? Hai thứ ấy hòa lẫn nhau, lọc thế nào?

Những câu như vậy, tôi cũng mất nhiều năm lắm mới thấy rõ ý nghĩa của nó. Cái gì là sữa? Cái gì là nước? Vọng tâm và Chân tâm nơi mình hòa lẫn nhau, không phải một cũng không phải hai. Vậy làm sao để lọc Chân tâm ra khỏi vọng tâm? Ở đây, chúng ta chỉ cần khéo một chút là thấy liền. Cái biết trong sáng hiện tiền đó là sữa, còn cái biết lằng xằng lộn xộn là nước. Cái biết lằng xằng lộn xộn thì chúng ta không theo, chỉ sống với cái biết yên tĩnh, trong sáng. Đó là mình đã loại nước, uống sữa. Được thế ta là ngỗng chúa.

Những phút giây yên tĩnh, chúng ta ngồi chơi không nghĩ gì hết. Lúc đó tai vẫn nghe, mắt vẫn thấy mà không nghĩ suy điều chi. Như vậy cái biết đó mình đã có sẵn, nhưng vừa dấy nghĩ cái này cái nọ liền quên mất cái biết hằng hữu. Bây giờ chỉ cần không chạy theo các thứ xao động thì nó hiện tiền. Nếu chúng ta đừng đuổi theo những gì mắt thấy, tai nghe, mũi ngửi, lưỡi nếm... ăn cứ ăn uống cứ uống, làm tất cả việc mà đừng dính, nếu không phải Phật thì ít nhất mình cũng là Bồ-tát con rồi.

Vì vậy không dính với sáu trần là biết quay đầu, còn dính với sáu trần là đã lao đi trong sanh tử, không có gì khó khăn hết. Trong nhà thiền có câu chuyện của anh hàng thịt, khi nghe một câu nói của vị Thiền sư, liền tỉnh ngộ và làm bài kệ:

Tạc nhật dạ-xoa tâm,  
Kim triêu Bồ-tát diện,  
Dạ-xoa dữ Bồ-tát,  
Bất cách nhất điều tuyên.

Dịch:

*Hôm qua tâm dạ-xoa,  
Bữa nay mặt Bồ-tát,  
Dạ-xoa và Bồ-tát,  
Không cách một đường tơ.*

Bồ-tát và dạ-xoa chỉ cách nhau ở một cái nhìn. Nhìn ra là mê, xoay lại là giác, dễ như trở bàn tay không có gì ngăn cản hết. Vậy mà chúng ta làm không nổi, cứ ị ạch hoài. Thiền đặc biệt ở chỗ đó, nhưng vẫn phù hợp với những gì Phật dạy ngày xưa. Tôi sẽ dẫn kinh để chứng tỏ điều này.

Trong kinh A-hàm kể lại, một hôm sau thời tọa thiền trong rừng, đức Phật xả thiền ngồi chơi tự tại. Chợt Ngài thấy có một con rùa bò về phía mình, phía sau con đã can đuôi theo định cần đuôi con rùa, con rùa liền rút đuôi vào trong mai. Đã can chụp lấy

chân, con rùa liền rút chân vào trong mai. Cứ như vậy đã can chụp cắn tứ tung, rùa cũng rút hết các bộ phận vào trong mai. Con đã can chụp hoài không được bèn bỏ đi.

Kết thúc câu chuyện Phật nói: “Người tu cũng thế, nếu biết giữ sáu căn không cho chạy theo sáu trần thì không có ma vương nào bắt được.” Còn nếu chạy theo sáu trần bị nó cắn đứt đầu đứt cổ. Chuyện thật là hay.

Thêm một câu chuyện nữa. Phật kể trong một đàn khi, có con khi nhỏ đi sau đàn thấy mấy con lớn đi trước ăn nhiều trái cây ngon, còn mình thiệt thòi quá. Nó bèn tách đàn, đi một mình để được ăn ngon. Khi thấy miếng mồi ngon, nó liền đưa tay chụp, không ngờ đó là cái bẫy nhựa, nên tay nó bị dính nhựa. Nó liền đưa tay kia gỡ nên tay kia bị dính luôn. Con khi liền lấy chân phải quào, chân phải dính; lấy chân trái quào, chân trái dính luôn. Nó quật cái đuôi để gỡ, đuôi cũng dính. Cuối cùng còn cái miệng, nó liền đưa miệng cạp, thế là miệng dính luôn. Như vậy tổng cộng sáu bộ phận đều dính nhựa hết. Gã thợ săn chỉ cần tới lượm con khi bỏ vô giỏ là xong.

Phật nói: “Cũng vậy, nếu người nào sáu căn dính với sáu trần, cũng như con khi kia để sáu bộ phận dính với nhựa, người đó sẽ bị ma vương dẫn đi dễ dàng, không nghi ngờ.” Như vậy Phật dạy chúng ta tu như thế nào? Là giữ sáu căn đừng cho dính mắc với sáu trần. Đây là một lẽ thật chớ không phải tưởng tượng. Đó là tôi đã dẫn trong kinh A-hàm.

Đến kinh Kim Cang, Lục Tổ ngộ được từ câu: “Bất ưng trụ sắc sanh tâm, bất ưng trụ thanh, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm; ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm”, tức là không dính mắc vào các trần mà sanh tâm Bồ-đề. Tâm Bồ-đề là tâm thanh tịnh, không dính mắc thì tâm Bồ-đề hiện tiền. Còn dấy niệm là tâm sanh diệt. Sau khi ngộ rồi, Lục Tổ thốt lên: “Đâu ngờ tâm mình xưa nay thanh tịnh!” Vì thanh tịnh nên không sanh diệt, còn loạn tưởng là tâm sanh diệt. Ngay đó Ngũ Tổ truyền tâm ấn và trao y bát cho Ngài.

Sự tu chẳng có gì lạ hết. Phật Tổ không hai đường, chỉ vì phương tiện truyền bá khác nhau thôi. Thấy như vậy, hiểu như vậy, chúng ta mới nhận ra việc tu không phải chuyện quanh co, khó khăn, mà trái lại rất đơn giản. Ngài Lâm Tế nói: “Đâu ngờ Phật pháp của Hoàng Bá rất ít”, nghĩa là rất là đơn giản. Cho nên trọng tâm của việc tu là nghe và hiểu được ý Phật dạy, rồi ứng dụng thực hành. Đó mới là người biết tu.

Chúng ta nên nhớ tâm tích lũy là tâm sanh diệt, tâm tạo nghiệp cho nên tích lũy nhiều chùng nào thì nghiệp càng nặng chùng ấy. Nghiệp càng nặng thì càng gặp lại nhau. Nếu không muốn gặp lại những kẻ đã làm phiền mình thì thôi, ném hết, bỏ hết, thả nhiên tự tại. Sống ngày nay biết ngày nay, cái gì qua rồi thì buông hết đi. Như Thiền sư Thiền Lão nói:

Đản tri kim nhật nguyệt,  
Thùy thức cự xuân thu?

Nghĩa là:

*Ngày nay chỉ biết ngày nay,  
Còn xuân thu trước ai hay làm gì?*

Chúng ta thì ngược lại, cứ nhớ về những ngày trước, còn ngày nay lại không nhớ. Mình thích sống với quá khứ, trong khi quá khứ đã qua mất rồi. Còn hiện tại là cái thật mà mình lại không chịu sống. Ta đâu biết rằng càng đeo mang quá khứ thì nghiệp càng

dày. Cho nên ngay đây có hai việc chúng ta cần làm. Một là buông bỏ hết những vui buồn của quá khứ. Hai là đối với hiện tại không dính mắc. Đó là người tu giỏi, dù có tóc không tóc cũng được gọi là tu thành công. Còn đòi hỏi phải thế này thế nọ mới tu thì khó, thành ra không tu được.

Nhiều người nghĩ rằng phải ở trong thất một mình mới dễ tu. Một mình ta thấy dễ tu vì không có các duyên bên ngoài tác động. Nhưng khi ra thất gặp cái gì dính cái ấy thì cũng thế thôi, có tiền được chút nào đâu. Cho nên người khéo tu, dù ở trong thất hay ở ngoài đều thực hiện đúng như vậy thì việc tu đạt được kết quả tốt.

Đức Phật không bao giờ dối gạt chúng ta. Ngài nói tất cả đều có Phật sẵn. Ngài có Phật sẵn nên Ngài tu thành Phật. Mình cũng có Phật sẵn, nếu mình biết quay lại thì cũng thành Phật. Lời Phật nói không dối, nhưng khi nghe Phật nói “Ta là Phật đã thành, các người là Phật sẽ thành” mình lại không dám nhận sẽ thành Phật. Đó là ý chí hạ liệt của chúng sanh vậy.

Cho nên tu Phật không phải là chuyện nhiều khê, khó khăn mà là một việc làm thật đơn giản. Bởi chúng ta cứ chạy theo hơn thua, phải quấy, tốt xấu, nên suốt đời không giải quyết được việc này. Nếu ta thử đặt lại câu hỏi: Cái gì hơn? Cái gì thua? Cái gì phải? Cái gì quấy? Đặt lại như vậy chúng ta sẽ thấy không có câu trả lời nhất định, tức là nó không thật. Có những điều mình thấy thua mà lại là hơn, không cố định được.

Thật tình, không có cái phải quấy thật. Vì cái “phải” ở đây không là cái “phải” ở kia. Chúng ta sống theo qui ước được mọi người tạm dùng với nhau, chớ không phải là chân lý. Vậy mà mình cứ đặt ra cái này phải cái kia quấy. Như hồi xưa cho rằng sanh con trai là quý, con gái là tiện nên con gái phải ở trong nhà, trong bếp, không có tư cách đi ra ngoài. Nhưng bây giờ việc đó không còn nữa. Phụ nữ ngang quyền với nam giới vì họ đã thể hiện được năng lực, ý chí không kém gì nam giới. Như vậy đâu phải tất cả là chân lý. Phải quấy chỉ là qui ước của một thời. Thời phong kiến có qui ước thời phong kiến. Thời dân chủ có qui ước thời dân chủ. Như thế lấy gì làm tiêu chuẩn cho phải quấy, vậy thì bàn phải bàn quấy để làm gì? Cho nên người biết tu phải khéo linh động, tùy cảnh tùy thời ta vui sống, không cố chấp, không hơn thua với những chuyện giả tạm của thế gian làm gì.

Chúng ta có lỗi là cứ tranh đấu với người ngoài để được hơn, mà không tranh đấu với mình. Những toan tính hơn thua luôn quật ngã mình mà ta không sợ, không tranh đấu với nó. Quật ngã nó tức là thắng được mình. Phật bảo “Thắng một vạn quân không bằng thắng mình. Thắng mình là chiến công oanh liệt nhất”. Vậy mà bây giờ chúng ta cứ lo thắng ở ngoài, quên thắng mình. Thắng ở ngoài mà không thắng được mình thì không bao giờ yên hết. Nên nhớ đã tu thì ai có giành hơn, giành thua cứ để họ giành, ta lo thắng mình trước đã. Có cơn no áo ấm đủ rồi, còn tất cả những gì hơn thua phải quấy, dành cho người khác. Được thế thì còn gì để buồn phiền nữa.

Nên nhớ chữ “Tùy duyên”, không có một pháp cố định. Vậy mà chúng ta hay cố định quá, cứ lấy khuôn khổ kia lấp vào chỗ này, như vậy là trật rồi. Hiểu như vậy thì cuộc sống thoải mái dễ dàng, đó là tu. Tu là đem lại sự an lạc cho nhau, chớ không phải đem lại đau khổ cho nhau.

Nhiều người cứ quan niệm tu phải đúng như hồi xưa, ông bà làm sao mình làm vậy. Cố chấp kiêu đó càng tu càng khổ thêm, chớ có được lợi lạc gì. Hoặc tu phải có thần

thông huyền bí gì gì đó, chớ tu chỉ hiền lành thường thường vậy thôi thì không phải tu. Thế là người ta chạy theo hình tướng này hình tướng nọ, cuối cùng rơi vào lưới ma.

Những gì thuộc về quá khứ, chúng ta muốn mọi người đều phải lùi trở lại, như vậy là đi ngược với cuộc sống rồi. Quả địa cầu cứ quay tới quay tới, không dừng lại ở một điểm nào, mà chúng ta muốn dừng lại là trái với sự vận hành của vũ trụ. Sự vật linh động, chuyển biến không dừng, không có gì bám chặt một chỗ hết. Chỉ biết quay lại mình, thấy được cái chân thật của mình mới không biến đổi, không lạc hậu.

Chúng ta nói tu để cầu giải thoát sanh tử. Vậy thì cái gì giải thoát sanh tử? Thân này là bại hoại, tâm nghĩ suy tính toán vô thường sanh diệt, cũng bại hoại, như vậy chúng ta giải thoát là giải thoát cái gì? Đó là chỗ hết sức quan trọng. Tâm vô thường sanh diệt của chúng ta nó phát lên, hợp tác với thân, khẩu, tạo thành nghiệp. Đó là gốc dẫn mình luân hồi sanh tử. Bây giờ chúng ta dừng nó lại, nó lặng. Lặng là không tạo nghiệp, không tạo nghiệp thì cái gì dẫn mình đi trong luân hồi? Nên muốn giải thoát sanh tử thì phải dừng tạo nghiệp. Khi nghiệp dừng lặng rồi thì cái biết rõ ràng hằng hữu của mình hiện tiền, đâu có mất. Cái biết đó không tướng mạo, không sanh diệt, không dính mắc nên nó không bị nghiệp dẫn. Vì vậy mà được giải thoát sanh tử.

Chúng ta vốn đã giải thoát sẵn, nhưng tự mình lại cột trói mình rồi khóc la giã giụa. Phật thương chỉ cho chúng ta cách gỡ thôi, chớ không thể nắm tay lôi lên Cực lạc được. Tự trói thì phải tự cởi. Nếu mình biết cách gỡ, biết cách giải trừ thì đi tới chỗ an lạc giải thoát. Còn không biết gỡ, không biết giải trừ thì khổ mãi không có ngày cùng.

Nên nói chỉ cần một phen quay đầu lại là bờ giác trước mắt. Có ai tiếc một cái quày đầu không? Nhẹ nhàng quá, tại sao mình không chịu quay lại. Mong tất cả chúng ta hãy sớm thức tỉnh, cùng quay lại, cùng trở về bờ giác. Đó là nguyện ước duy nhất của chúng tôi.

# ĐƯỜNG LỐI TU THIỀN

*Giảng tại Tinh xá Trung Tâm - 1998*

Đề tài chúng tôi muốn nói hôm nay là **Đường Lối Tu Thiền**. Muốn biết đường lối tu Thiền cần phải giản trách các pháp Thiền. Pháp Thiền nào của Phật, pháp Thiền nào không phải của Phật. Pháp Thiền nào của hệ thống Nguyên thủy, pháp Thiền nào của hệ thống Phát triển v.v... để cho quý Sư có cái nhìn chính xác trong lúc tu hành. Chúng ta có đường lối cụ thể thì không sợ lạc đường, không sợ xảy ra những việc bất trắc trong lúc tu.

Chúng ta tu Thiền là thực hành theo đúng nguồn gốc của đạo Phật. Quý vị đọc sử thấy rõ ràng đức Phật tọa thiền bốn mươi chín ngày đêm dưới cội bồ-đề mà được giác ngộ. Sau khi giác ngộ, Ngài tuyên bố thành Phật. Như vậy đức Phật thành Phật gốc từ tu Thiền. Điều này không còn nghi ngờ gì nữa. Ngày nay chúng ta là con cháu trong nhà, dĩ nhiên phải học theo gương của Phật và đi theo con đường Phật đã đi, nên chúng ta cũng tu Thiền. Nhưng muốn tu Thiền chúng ta phải nhận định cho kỹ, pháp nào của Phật dạy để thực hành đúng theo con đường giác ngộ, chớ không lầm đường khác. Dù những đường khác có người cho là hay, là mẫu nhiệm, chúng ta cũng không màng, chỉ tiến theo con đường mình đã chọn. Nên hôm nay chúng tôi sẽ trình bày đường lối tu Thiền thế nào đúng, thế nào sai cho tất cả chư Tăng nhận định đúng đắn hơn trên con đường tu hành của mình.

Tu Thiền có nhiều pháp mà ngày xưa chính tôi khi tu cũng rất khổ sở. Bởi vì thời của tôi nói tu Thiền nhưng người tu ít giản trách, nên có những pháp Thiền không phải của đạo Phật mà người ta vẫn đem ra tu. Như vậy tu theo Phật đề cầu giác ngộ, để giải thoát sanh tử mà lại tu đường lối khác. Đã tu đường lối khác thì khi nhắm mắt sẽ đi lối khác, trái với bản nguyện ban sơ của mình. Vì vậy quý vị cần phải nhận định kỹ, Thiền nào của đạo Phật, Thiền nào không phải của đạo Phật. Trước tiên, tôi nói Thiền không phải của đạo Phật.

Một là Thiền chuyên luân xa. Tức là tưởng từ rún chạy lên đầu, vòng ra sau lưng rồi lại về rún, lên đầu. Chạy vòng tròn như vậy gọi là chuyên luân xa. Chuyên luân xa là pháp tu ở ngoài, không phải của đạo Phật.

Hai là Thiền xuất hồn. Xuất hồn là mở những khiêu huyết của mình, phóng tinh thần (hay gọi là hồn) bay đi học đạo với những bậc thầy mà mình chưa từng biết; hoặc xuất hồn mong tìm gặp vị minh sư. Khi xuất hồn, không biết minh sư là ai, nên vị nào nói minh sư liền tin, người ta dạy cái gì cũng làm theo. Đó là họa lớn vô cùng, lớn ở hai mặt. Mặt thứ nhất là trong khi mở khiêu huyết để xuất hồn, có người mở không khéo phát điên. Mặt thứ hai là khi mình xuất hồn tìm bậc minh sư, gặp ai xưng minh sư mình cũng nhận liền, không có cái nhìn giản trách ai chánh, ai tà. Vì vậy dễ bị những vị thần linh đánh lừa, xưng là minh sư nhận mình làm đệ tử, mình liền đi theo. Như vậy đã lạc hướng mà mình không hay. Thiền này của ngoại đạo, không phải của đạo Phật.

Ba là Thiền thai tức. Nghĩa là hít vô tới đan điền nín lại mười phút, năm phút hay ba phút rồi thở ra. Lâu ngày bụng nó phì ra, gọi đó là thai, vì giống như phụ nữ có thai.

Bụng lớn là do hơi thở nên gọi là tức. Vì vậy Thiền này được gọi là Thiền thai tức. Thiền này không phải là Thiền của đạo Phật.

Bốn là Thiền luyện tinh hóa khí, luyện khí hóa thần. Nhiều người trẻ tu thấy khổ về bệnh tinh khí quá, nên dùng tướng đem tinh lên không cho xuống, để luyện thành thần khí. Đó là Thiền của những vị tu Tiên, chứ không phải Thiền của đạo Phật. Thiền này chỉ đưa đến kết quả sung sướng được bay đi, được thần thông v.v... chứ không giải thoát.

Năm là thiền Yoga, còn gọi là Du-già. Thiền này cũng có nhiều cách, khi ứng dụng tu phát tâm từ bi, thương yêu tất cả. Nhưng trọng tâm của Thiền này là luyện cho thân thể khỏe mạnh, mục đích trị bệnh nhiều hơn cầu giải thoát.

Phật dạy rằng: “Nếu tu mà nghĩ giữ thân này được lâu dài là si định.” Tại sao? Hỡi tôi còn là Học tăng, có một cư sĩ tu Thiền theo lối luyện tinh hóa khí, luyện khí hóa thần. Lúc đó tôi bị bệnh sốt rét. Thấy tôi lên cơn trùn mền, ông cười nói: “Tu gì bệnh hoạn hoại, tôi tu không có bệnh.” Nghe nói tôi cũng ham, liền hỏi ông tu ra sao, ông nói tu theo pháp luyện tinh hóa khí, luyện khí hóa thần này sẽ giúp cho thân thể khỏe mạnh. Mỗi lần ông ngồi thiền đầu cứ lắc lư. Trong nhà Phật gọi là si Thiền.

Tại sao si? Vì thân này dưới con mắt đức Phật, nó là duyên hợp hư dối, vô thường sanh diệt. Vậy mà muốn giữ cái không thể giữ được, thì có phải si không? Quý vị thấy, nói tu Tiên sống hai ba trăm năm, nhưng bây giờ tìm khắp thế gian xem có ông Tiên nào không? Các ông đi đâu mất. Đi mất hay là chết? Cuối cùng rồi cũng chết, đâu có ai sống.

Phật dạy mình tu mà nghĩ được sống lâu, được mạnh khỏe là niệm không chân chánh, tâm si mê nên còn luyện ái thân. Cho nên người tu Phật, bệnh thì mặc bệnh. Bệnh tu theo bệnh, khỏe tu theo khỏe, đừng nghĩ mạnh khỏe tu mới được. Người tu Thiền khi bệnh phải làm sao? Chúng ta cứ nghĩ bệnh tu không được, nhưng thật ra người biết tu, bệnh là cơ hội tốt để thấy thân này là vô thường, là tướng bại hoại, là gốc của đau khổ, thấy như vậy là trí tuệ, vì thấy đúng như thật. Như vậy chúng ta tu bằng trí tuệ, không phải tu bằng Thiền định. Ngồi yên là Thiền định, còn nằm quán thấy rõ thân mình là trí tuệ.

Ngày xưa Phật có hai vị đệ tử cự phách, đó là ngài Xá-lợi-phất và ngài Mục-kiền-liên. Ngài Mục-kiền-liên chuyên về Thiền định, ngài Xá-lợi-phất chuyên về trí tuệ. Chuyên Thiền định nên ngài Mục-kiền-liên thường dùng thần thông, còn ngài Xá-lợi-phất dùng trí tuệ để hàng phục tất cả ma quân. Vì vậy ngài Mục-kiền-liên được gọi là thần thông bậc nhất, ngài Xá-lợi-phất được gọi là trí tuệ bậc nhất. Cả hai đều giải thoát sanh tử nhưng ngài Xá-lợi-phất được xem như là Sư huynh.

Quý vị đừng lo bệnh tu không được, chỉ sợ mình mê muội, bệnh cứ nằm rên thì tu không được. Còn sáng suốt, quán chiếu thì bệnh là cơ hội tốt để chúng nghiệm sự thật của thân này. Chúng ta mới chán ngán nó, mới mong giải thoát sanh tử. Sợ dĩ chúng ta không giải thoát sanh tử được là vì quá quyền luyện thân, nên thân này hoại liền chụp thân khác nữa. Cứ vậy mà luân hồi. Khi chúng ta đã thấy thân này tồi tệ, không có giá trị gì, không muốn được nó nữa thì đâu còn tìm thân khác. Đã không còn tìm thân khác thì đâu có thọ sanh. Không có thọ sanh thì giải thoát sanh tử, dễ như trở bàn tay.

Tôi được nghe một câu chuyện như sau: Có vị đó chết. Khi ra khỏi thân xác này thấy lạnh lẽo, bức xúc quá không chịu nổi, mới chạy tìm nơi trốn, bỗng thấy chiếc tủ máng mấy chiếc áo, liền lấy một chiếc trùm lên cho đỡ lạnh. Không ngờ lát sau nghe như

có tiếng người nói: “heo đực”. Vị ấy giật mình: “Ủa! Mình làm heo rồi sao?” Chỉ vì không chịu nổi cái lạnh sau khi chết, nên hốt hoảng tìm chỗ tựa cho ấm áp, không ngờ đã đi vào bào thai heo. Vị ấy cũng còn phước nên kịp tỉnh, biết mình là heo đực vì vậy không thèm bú nên bảy ngày sau chết, rồi lại được thọ sanh làm người.

Có những trường hợp như vậy, nhiều người không chịu nổi cái bức bách sau khi chết nên chạy bậy chạy bạ. Nếu chúng ta tu hành đàng hoàng, lúc nhắm mắt có chư thiên đưa đi thì lo gì chuyện ấy. Người không tu, lang thang phải chịu khổ sở như vậy.

Đó là tôi đã nói qua những lối tu không phải của đạo Phật. Đến đây, tôi nói những lối tu của đạo Phật. Thiên của đạo Phật có chia ra các hệ phái Thiên Nguyên thủy và hệ phái Thiên Phát triển.

## I- Hệ phái Thiên Nguyên thủy

Người tu theo Thiên Nguyên thủy đa số ở các nước Campuchia, Lào, Thái Lan, Miến Điện và Tích Lan. Tu theo Thiên Nguyên thủy có nhiều pháp nhưng ở đây tôi chỉ xin kể hai pháp:

A- Pháp quán Tứ niệm xứ:

Quán tứ niệm xứ gồm có:

- Quán thân bất tịnh: Thân này có nguồn gốc nhớp nhúa, bản thiu.
- Quán thọ thị khổ: Sự cảm thọ hay cảm giác của sáu căn đều là đau khổ, không vui.
- Quán tâm vô thường.
- Quán pháp vô ngã.

1. *Quán thân bất tịnh*: Chúng ta quán thân bất tịnh từ đầu tới chân. Quán chiếu toàn là một đay da bọc trong đó nào là da, thịt, gân, xương, máu, mủ v.v... Khi những thứ đó còn nằm trong thân này thì dễ coi một chút, nhưng nếu ra khỏi thân này thì cái gì cũng gớm hết. Đầu mặt là chỗ quý nhất mà các chất nhờn chảy ra lỗ mũi, lỗ tai, ra miệng, ra con mắt thành ghèn có gớm không? Nếu nó sạch, thơm tho như hoa sen thì chắc không gớm, nhưng vì nó bản thiu nhơ nhớp quá nên chúng ta gớm.

Nhiều khi tôi ngồi gẫm lại mà tức cười. Sở dĩ người ta chế dầu thơm, xà phòng thơm chẳng qua là biết thân này hôi thôi quá, hai ba ngày không tắm không ai chịu nổi, nên có chút dầu thơm xịt vô cho đỡ, hoặc tắm gội xà bông thơm để lấp bớt mùi hôi. Nếu nó toát ra mùi như hoa sen thì đâu cần mấy thứ đó, chế chi cho cực, mua chi cho tốn tiền.

Tôi nhớ khi xưa đức Phật ngồi tu dưới cội bồ-đề, lúc đó ma vương hiện hình những thể nữ xinh đẹp đến để khuyến dụ Ngài, nhất là hiện hình Da-du-đa-la (Yasadhara) đến gọi Ngài trở về. Bấy giờ Ngài chỉ nói một câu: “Cái đay da hôi thối, đi! Ta không có dùng.” Nói như vậy rồi các cô ấy hổ thẹn bỏ đi mất.

Chúng ta bây giờ chưa thấy được đay da hôi thối nên nhiều khi cũng lầm. Nếu thấy được như Phật thì chúng ta không còn lầm nữa. Không lầm thì tu quá dễ rồi. Như vậy quán thân bất tịnh không phải là tưởng tượng thân bất tịnh mà là thấy thật sự nó bất tịnh. Đạo Phật không dạy tưởng tượng mà bảo chúng ta phải thấy đúng như thật, đó là cái nhìn của người giác ngộ. Như thân này là nhớp nhúa, thấy đúng nó là nhớp nhúa. Chúng

ta bây giờ phần nhiều sống với ảo tưởng, nhóp nhúa mà cứ tưởng thơm sạch rồi tự hào, ngã mạn đủ thứ hết.

Ngày đức Phật còn tại thế dạy các thầy Tỳ-kheo quán bất tịnh. Các thầy quán thấy thân gớm quá không chịu nổi, nên một hôm thầy nọ nhờ thầy kia cắt cổ giùm, cứ như vậy mà trong một tinh xá cắt cổ hết mấy chục thầy. Hôm sau Phật tới thăm chỉ còn có hai ba thầy.

Phật hỏi: Các thầy đâu hết rồi?

Có thầy trả lời rằng: Phật dạy quán thân bất tịnh, quý thầy quán thấy gớm quá chịu không nổi nên nhờ người cắt cổ chết rồi.

Phật quở: Ta dạy các ông quán bất tịnh để trị bệnh tham sắc, chớ không phải quán để tự tử.

Vì vậy tu pháp quán bất tịnh thấy chán, gớm là phải dừng, chớ không phải quán bất tịnh hoài. Vì bệnh nặng nhất của con người là bệnh tham ái nên phải gớm nó mới bỏ được, còn ưa nó thì không tu được. Đó là pháp quán thứ nhất.

2. *Quán thọ thị khổ*: Thọ là cảm thọ, bây giờ gọi cảm giác. Lỗ mũi ngửi mùi, chúng ta biết đây là thơm, kia là hôi. Lưỡi nếm thức ăn biết rõ cái này ngon, cái kia dở. Thân xúc chạm biết nóng, biết lạnh, biết mềm mại êm ái v.v... Lỗ tai nghe tiếng biết hay, biết không hay. Sáu căn tiếp xúc với sáu trần, chúng ta có nhận định, có khổ, vui và không khổ, không vui. Ba thứ đó gọi là: lạc thọ, khổ thọ và không khổ không lạc thọ, Phật nói đều khổ hết.

Chúng ta thấy nói như vậy có quá đáng không? Vì nếu chúng ta ăn thứ gì ngon thì lưỡi mình có cảm giác ngon, mà ngon tức là vui nên gọi lạc thọ. Ăn món dở cảm giác là khổ, đó là khổ thọ. Nhưng mà dù khổ dù vui, nhai qua vài cái nuốt mất tiêu cũng không còn. Những cảm giác khác đều như vậy, qua rồi mất. Mà qua rồi mất là vô thường, vô thường là khổ.

Như vậy cảm thọ thuộc về tướng vô thường, ngon, dở, tốt, xấu đều là cảm giác qua rồi mất, không có gì còn, tất cả đều bị vô thường chi phối. Cho nên Phật nói: “Tất cả thọ đều là khổ.” Quán chiếu như vậy khi sáu căn tiếp xúc với sáu trần, chúng ta còn nhiễm ái không? Chắc là không. Đó là pháp quán để tu trị bệnh nhiễm sáu trần.

3. *Quán tâm vô thường*: Tâm chúng ta khi như vậy, khi thế khác, luôn luôn không dừng phút giây nào. Cứ nghĩ quây, nghĩ hơn, nghĩ thua, dù cho người tu cũng có khi nghĩ bậy. Đã là tướng vô thường thì không nhất định, luôn luôn chuyển biến nên chúng ta không nên tin. Thường chúng ta có bệnh cho rằng cái gì mình nghĩ cũng là chân lý. Vì vậy mình nghĩ thế này, người khác nghĩ thế kia, mình liền sân giận, có khi cãi vã và đi tới ẩu đả nhau. Chấp cái nghĩ của mình là thật có đúng không? Nếu đúng hết thì thế gian này chắc không có ai nghèo, không có ai khổ hết. Tại sao? Vì nghĩ đúng thì làm ăn được, làm đâu trúng đó. Do nghĩ trật nên đang bỏ vốn làm ăn việc này tưởng sẽ gặp thời, ai ngờ nó khác đi, bị thua lỗ thành ra khổ.

Những năm tôi ở trên núi, thấy xa xa có cụm mây đen theo chiều gió thuận thổi đến hướng của mình, tôi cứ đinh ninh đám mây đó sẽ mưa nên dọn đồ đạc bên ngoài vô. Một hồi gió thổi tạt hướng khác, trời không mưa. Như vậy cái nghĩ của mình chưa bao



giờ đúng trăm phần trăm. Vậy nên chúng ta ai cũng cho rằng mình nghĩ đúng, đó là nhân của sự tranh cãi hay nói cách khác là nhân của đấu tranh.

Trong kinh, Phật có dạy một câu thật chí lý: Người biết tôn trọng chân lý là người nghĩ điều gì thì nói: “Đây là cái nghĩ của tôi”, ngang đó dừng. Nếu nói cái nghĩ của tôi đúng thì đã bậy rồi vì không tôn trọng chân lý. Chỉ thêm chữ “đúng” thì có tranh cãi. Chúng ta có bị bệnh không trọng chân lý không? Có lẽ đa số đều bị bệnh đó, nhất là người lớn chừng nào thì bệnh nặng chừng ấy. “Thầy ra lệnh mà!” Vì thầy thấy như vậy, biết như vậy nên đệ tử phải làm như vậy. Nhưng thầy cũng trật mắt, không đâu vào đâu cả. Nên chúng ta tu phải thấy tường tận lẽ thật. Tâm là vô thường không lâu dài, kiên cố, luôn luôn đổi thay. Như vậy làm sao tâm thật được, làm sao là chân lý được. Nó không thật, không là chân lý mà chúng ta cho là chân lý. Đó là sai lầm.

4. *Quán pháp vô ngã*: Quán pháp này có hai cách:

- Tâm pháp: Duy thức học gọi là Tâm sở pháp tức là tất cả Tâm sở như: buồn, thương, giận, ghét v.v... Những thứ đó không có chủ, không thật. Chúng ta sống hiện giờ bị những Tâm sở đó làm rối bời. Khi thì thương, khi thì giận, khi thì buồn, khi thì ghét... đổi qua đổi lại làm mình bất an. Khi đã tu chúng ta phải quán kỹ nó chỉ là tướng không thật thì chấp ngã của mình mới giảm đi, không còn bị chi phối bởi buồn, thương, giận, ghét nữa.

- Sắc pháp: chữ “pháp vô ngã” này nói rộng hơn cũng gồm luôn tất cả sự vật như cái bàn, bình hoa... Với con mắt phàm tục thì mọi vật đều có thật nhưng với con mắt của người có trí tuệ thì thấy cái bàn, bình hoa không thật có. Như hoa cúc có nhiều cánh, nếu chúng ta gỡ từng cánh ra, mỗi cánh có phải là hoa cúc không? Không phải. Như vậy cái đẹp là do sự cấu tạo nhiều phần hợp lại, chứ không thật có. Nhưng khi nó thành rồi, với một dáng vẻ nào đó khiến chúng ta thích, chúng ta cho là thật rồi đắm ra quyền luyện. Các pháp nếu quán kỹ sẽ thấy chúng không tự thành mà do duyên hợp, không thật nên gọi là pháp vô ngã. Ngã là chủ thể. Không có gì làm chủ sự vật cả, tất cả đều do duyên hợp, do từng phần cấu tạo thành, không có chủ thể.

Quán thân này cũng do duyên hợp, không có chủ thể. Nhờ quán pháp vô ngã chúng ta không còn chấp thân này là thật, cảnh này là thật. Do đó chúng ta hết mê muội, hết luyện ái. Đó là lỗi tu Thiên Tứ niệm xứ.

Trong kinh A-hàm đức Phật dạy: *“Nếu người nào chuyên tâm trong Tứ niệm xứ một ngày, hai ngày, ba ngày cho đến bảy ngày không dời đổi thì người đó chứng quả A-na-hàm cho đến quả A-la-hán. Chẳng những bảy ngày mà sáu ngày, năm ngày, bốn ngày, nếu người chuyên tâm trong Tứ niệm xứ không dời đổi cũng chứng từ Tam quả trở lên.”* Rốt lại Phật nói một ngày mà ai chuyên tâm trong Tứ niệm xứ không dời đổi thì người đó cũng chứng được Tu-đà-hoàn trở lên.

Như vậy chứng quả Thánh đâu có khó, chỉ khó vì chúng ta không chuyên tâm. Chuyên tâm một chỗ trong một ngày thì khỏi các niệm sanh diệt. Niệm sanh diệt không còn thì đi sâu vào tâm thể chân thật của mình rồi. Vì vậy dễ chứng được các quả vị. Đó là nói về Tứ niệm xứ.

B- Minh sát tuệ:

Thiền này cũng dùng trí tuệ xem xét rõ ràng tất cả các vật. Có khi các ngài dùng Minh sát tuệ để quán Tứ đế, có khi các ngài dùng Minh sát tuệ để quan sát hơi thở: hít vô

bụng phình ra, thở ra bụng xẹp xuống. Hít vô phình, thở ra xẹp. Đó là lối quán của Thiền Minh sát tuệ.

Chúng ta thấy tu theo Nguyên thủy cũng là tu Thiền. Hoặc Thiền Tứ niệm xứ, Minh sát tuệ, Ngũ đình tâm v.v... Đó là phương pháp tu của đạo Phật theo hệ Nguyên thủy.

## II- Hệ phái Thiền Đại thừa

Trong hệ Đại thừa này căn cứ theo các vị Thiền sư ở Trung Hoa dạy như Lục Diệu Pháp Môn. Lúc đầu chúng tôi cũng có học và ứng dụng pháp Thiền này.

### A- Lục Diệu Pháp Môn:

Lục Diệu pháp môn là gì?

Là bao gồm các pháp:

- Sổ tức
- Tùy tức
- Chỉ
- Quán
- Hoàn
- Tịnh

Đức Phật khi vào Thiền định cũng tu hơi thở. Điều này trong các kinh A Hàm có ghi lại.

1. *Sổ tức*: Chúng ta sử dụng sổ tức là đếm hơi thở. Hít vô cùng, thở ra sạch đếm một. Hít vô cùng, thở ra sạch đếm hai. Đó là cách đếm hoãn. Còn cách đếm nhật thì hít vô cùng, đếm một; thở ra sạch, đếm hai. Cứ như vậy đều đặn hơi vô, hơi ra. Đếm từ một đến mười rồi bỏ, đếm lại. Công việc thấy như đưa con nít chơi vậy, nhưng thật là quan trọng. Vì chúng ta đã quen tâm phóng chạy ra ngoài, bây giờ muốn cột nó lại, làm sao cột? Phải mượn hơi thở. Thường người tu Thiền là phản quan, soi lại. Soi lại cái gì? Soi lại hơi thở. Hít vô cho tới cùng, đếm một; thở ra cho tới hết, đếm hai. Biết hơi thở ra vô, biết đếm một hai nên quên hết các thứ bên ngoài, do đó tâm được yên. Thời gian thuần thực từ nửa giờ cho đến một giờ, đếm không còn lộn. Đó là thành công quán sổ tức.

2. *Tùy tức*: Bỏ đếm, chỉ theo dõi hơi thở. Hít vô biết, thở ra biết. Trong nhà Thiền nói như chú chẵn trâu đang theo dõi con trâu của mình vậy, đi tới đâu mình theo dõi tới đó. Thở vô tới đâu biết, thở ra tới đâu biết. Biết một cách rõ ràng đó là tùy tức.

3. *Chỉ*: Tùy tức xong rồi phải định, tức là chỉ. Chỉ là dừng lại, trụ tâm hoặc ở mũi, hoặc ở ngực, hoặc ở rốn, tùy theo mỗi người. Như trụ tâm ở mũi chỉ thấy mũi thôi, không nhớ gì khác đó là chỉ.

4. *Quán*: Quán hơi thở này từ đâu mà có? Từ ngoài hít vô rồi thở ra mát, thấy như vậy thuần thực cho đến cuối cùng biết rõ hơi thở không thật, vô thường nên thân này cũng không thật, cũng vô thường, đó là quán hơi thở.

5. *Hoàn*: Quán như vậy là chưa cứu kính, liền tới hoàn. Hoàn là xoay trở lại xem cái quán hơi thở ra vô đó nó ở đâu. Tìm lại xem là hoàn.

6. *Tịnh*: Đến đây tâm yên lặng, thanh tịnh, không còn quán, không còn xoay gì nữa cả, đó là tịnh. Đến tịnh là thành công.

Nói thì dễ chứ làm không phải dễ. Hồi xưa lúc tôi ở Chân Không tôi cũng dùng pháp này. Sở tức, Tùy tức tôi làm được. Tới Chi, đầu tiên tôi trụ tâm ở chót mũi, trụ một hồi hai con mắt nó nhúc giật giật; tôi liền dồn xuống ngực, nghe tức ngực quá, chịu không nổi tôi liền dồn xuống rốn, một lúc gục lên, gục xuống, đến khóc mà thôi. Thật ra người tu nào cũng có những cay đắng trong lúc hạ thủ công phu tu nhưng tùy theo người, theo duyên mà mỗi người gặp những khó khăn khác nhau. Nếu pháp nào hợp, có lợi ích cho sự tu thì chúng ta phải theo. Nếu gặp pháp nào trở ngại thì mình chuyển qua pháp khác. Nên Phật dạy nhiều pháp môn là vì vậy. Do nghiệp chúng sanh sai khác nên pháp tu cũng sai khác.

Trong kinh có kể: Một hôm ngài A-nan đi khất thực tới chỗ ông thợ rèn, sau khi cúng dường cơm xong, ông xin Ngài dạy cho một pháp tu. A-nan liền dạy ông pháp quán thân bất tịnh. Người thợ rèn về quán hoài không có kết quả. Hôm khác ngài A-nan đi khất thực ghé vào nghĩa địa gặp ông giữ nghĩa địa, cúng dường cơm xong ông cũng xin Ngài dạy pháp tu. Ngài dạy ông này quán hơi thở. Ông hành một thời gian cũng không thành công. Ngài về lễ Phật thưa rằng:

- Bạch Thế Tôn, có hai người đệ tử xin con dạy pháp tu. Con dạy một người quán Sở tức, một người quán Bất tịnh, nhưng cả hai đều thực hành không có kết quả.

Phật hỏi:

- Hai người đó làm nghề gì?

Ngài A-nan thưa:

- Bạch Thế Tôn, người làm nghề thợ rèn thì con dạy quán Bất tịnh, còn người giữ nghĩa địa thì con dạy quán Sở tức.

Phật bảo:

- Vậy là ông dạy sai rồi. Người làm thợ rèn mỗi ngày thường thổi ống bễ phì phịch, sao ông không dạy quán hơi thở cho dễ? Còn người giữ nghĩa địa mỗi ngày đều thấy thây ma hoài, sao ông không dạy quán Bất tịnh?

Nhờ Phật chỉ nên sau đó ngài A-nan dạy lại hai vị đệ tử tu được thành công.

Quý vị thấy, pháp tu cũng ảnh hưởng đến nghề nghiệp và cuộc sống của mỗi người nên chúng ta không nên cho một pháp nào là cứu kính. Nếu một pháp cứu kính thì Phật không dạy nhiều pháp môn. Tùy theo căn cơ chúng sanh, với những nghề nghiệp khác nhau, bệnh hoạn khác nhau nên pháp tu cũng khác nhau.

B- Pháp quán Không, Giả, Trung:

Pháp này của ngài Thiên Thai Trí Giả đại sư ở Trung Quốc.

Quán Không là quán sát tất cả pháp trên thế gian này đều do duyên hợp mà có hình tướng, có danh tự, tên tuổi, chứ thật tình nó không thật, không có thực thể, nên gọi là Không. Tuy Không nhưng duyên hợp thì giả có. Giả có nên đâu phải là không ngộ. Vì vậy nói quán Giả. Người thấy được nghĩa Không, Giả hòa hợp, đó gọi là quán Trung.

Tôi xin dẫn câu chuyện chúng ta thường nghe trong các kinh sách Phật. Các ngài thường nói “bóng trúc quét thêm” hay là “bóng trăng đáy nước”. Trước sân nhà chúng ta có bụi tre, khi trời nắng lên, bóng của bụi tre ngã vào trước sân, gió đưa qua đưa lại nên chúng ta thấy trước sân mình có bóng trúc quét qua, quét lại. Tuy thấy quét mà không sạch bụi. Như vậy bóng trúc là có hay là không? Chúng ta thường cho là không, vì nó là bóng mà. Không thì sao mắt nhìn thấy, còn nếu thật thì sao nắm bắt nó không được? Như vậy nó không phải thật, cũng không phải không. Không phải thật có, không phải không ngờ, chỉ là giả danh.

Giống như mặt trăng dưới đáy nước. Khi hồ nước trong, vàng trăng sáng, chúng ta nhìn dưới hồ nước thấy có mặt trăng. Vậy bóng trăng ở dưới nước là thật có hay thật không? Nói thật có cũng không được, vì mò vớt nắm bắt không được. Nói thật không sao mắt nhìn thấy, mình đi đâu nó cũng theo mình.

Như vậy để thấy tất cả pháp trên thế gian này không thật mà cũng không phải là không ngờ. Chỉ là duyên hợp thì có, duyên tan thì không, không có thể cố định chân thật nên gọi là giả danh. Chúng ta có thói quen cho cái gì cũng thật cả. Vật gì mình sờ mó được mà ai nói giả, mình không bao giờ chịu. Như vậy để thấy rằng cái nhìn, cái hiểu của chúng ta nông cạn, sai lầm nên Phật quả không đúng lẽ thật.

Người tu theo Thiên Đại thừa dùng pháp quán Không, quán Giả, quán Trung để biết rõ tất cả vật đúng như thật, không lầm lẫn. Tôi chỉ nói về Thiên Đại thừa đại khái như thế thôi. Tiếp theo tôi nói đến Thiên tông.

Thiên tông còn gọi Tôi thượng thừa thiên. Thiên tông ở Trung Hoa truyền sang Việt Nam: Từ Tổ Bồ-đề-đạt-ma truyền xuống Tổ Huệ Khả, Tổ Huệ Khả truyền xuống cho Tổ Tăng Xán, dưới Tổ Tăng Xán có ngài Tỳ-ni-đa-lưu-chi truyền sang Việt Nam.

Như vậy ngài Tỳ-ni-đa-lưu-chi truyền Thiên tông sang Việt Nam từ đầu thế kỷ thứ sáu và sau này ngài Vô Ngôn Thông cũng truyền Thiên tông sang nước ta vào cuối thế kỷ thứ chín. Thế nên Thiên tông ở Việt Nam có từ thế kỷ thứ sáu đến mãi về sau. Chư Tổ từ Bắc chí Trung đều tu theo hệ Thiên này. Gần đây ở miền Trung các Tổ Nguyên Thiệu, Tổ Liễu Quán v.v... cũng tu theo Thiên tông. Tôi đọc trong Thiên sư Việt Nam thấy ở miền Bắc cũng có nhiều vị Tổ tu theo Thiên tông, theo các hệ phái Tỳ-ni-đa-lưu-chi hay hệ phái Vô Ngôn Thông.

Tôi xin nói lại Thiên tông trước đời nhà Tống ở Trung Quốc, tức từ Tổ Bồ-đề-đạt-ma, Thiên tông là một lối tu phản quan tự kỷ. Tổ Bồ-đề-đạt-ma khi sang Trung Hoa, Ngài trú ở chùa Thiếu Lâm, ngồi xây mặt vào vách, không nói chuyện với ai gần chín năm.

Bấy giờ ngài Thần Quang là một Thiên sư tu theo các pháp Thiên Đại thừa nhưng không có kết quả, song công phu cũng khá thâm hậu. Ngài Thần Quang tìm đến chùa Thiếu Lâm thấy Tổ Bồ-đề-đạt-ma đang ngồi xây mặt vào vách, không biết làm sao, nên vào một mùa đông tuyết rơi đầy mà Ngài vẫn đứng ngoài sân chấp tay nhìn về Tổ Bồ-đề-đạt-ma suốt đêm. Sáng ra tuyết đã ngập gối nhưng gương mặt Ngài vẫn tỉnh sáng như thường. Tổ Bồ-đề-đạt-ma xoay lại nhìn thấy, hỏi:

- Ông đến đây cầu việc gì mà khổ hạnh như vậy?

Ngài Thần Quang thưa:

- Con đến đây xin Ngài dạy cho con pháp môn cam lộ.

Tổ Bồ-đề-đạt-ma quở:

- Muốn đạt được pháp của Phật dạy phải nhiều năm khổ hạnh, nhiều đời bỏ thân này đến thân khác, mới có thể lãnh thọ. Ông chỉ dùng một chút khổ hạnh như vậy làm sao cầu được.

Ngài Thần Quang nghe quở liền đi xuống nhà bếp, mượn dao chặt một cánh tay dâng lên Tổ Bồ-đề-đạt-ma để cầu pháp. Tổ Đạt-ma thấy Ngài tha thiết quá nên bằng lòng dạy.

Trong câu chuyện này khi giảng tôi cũng hơi dè dặt. Việc chặt cánh tay tôi còn bán tín, bán nghi, không dám khẳng định. Nhưng qua việc ấy có thể hiểu rằng các ngài muốn cho chúng ta biết: Phật pháp là một pháp cao siêu tuyệt vời, đưa người tới giải thoát sanh tử thì phải liều chết, quyết tâm mới được, không phải chần chừ hay tu một cách bình thường mà có thể được. Vì vậy các ngài lập ra hình ảnh chặt tay cho chúng ta thấy gương cương quyết của người xưa học đạo mà chúng ta cố gắng.

Được Tổ Bồ-đề-đạt-ma nhận rồi Ngài theo học một thời gian. Hôm đó Ngài qui thưa:

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

Tổ Bồ-đề-đạt-ma bảo:

- Ông đem tâm ra ta an cho.

Ngài Thần Quang xoay lại tìm mãi không thấy tâm của mình đâu hết nên thưa:

- Bạch Hòa thượng, con tìm tâm không được.

Tổ Đạt-ma bảo:

- Ta đã an tâm cho ngươi rồi.

Ngay đó ngài Thần Quang lãnh hội được pháp an tâm.

Quý vị thấy dễ hay khó? Lời nói của Tổ Bồ-đề-đạt-ma có phải lời đùa chãng? Thật ra ngày xưa khi chưa nhận được lý Thiền, tôi thấy các Tổ của mình dường như đùa cợt với nhau chơi, chớ không thật thà chút nào hết. Khi biết được rồi mới nể phục các ngài vô cùng.

Chúng ta thường cho cái suy nghĩ là tâm của mình. Nghĩ đông, nghĩ tây, nghĩ đủ thứ, nói đó là tâm tôi nghĩ nên tâm bất an vì cứ chạy hoài, loạn động luôn luôn. Tô bảo: “Đem tâm ra ta an cho.” Đây đâu phải là lời nói nhẹ. Bảo đem tâm ra tức là phản quan tìm lại cái tâm lăng xăng của mình đó xem nó ở đâu. Nhìn lại nó mất dạng. Nó mất dạng thì lúc đó có an hay không? Đó là an rồi.

Như vậy phản quan lại tâm lăng xăng thì tâm lăng xăng mất. Đây chính là pháp tu để đi cho tới chỗ an tâm. Soi sáng lại chính mình xem tâm lăng xăng ở chỗ nào, nó ra làm sao. Tìm lại thì nó mất nên tâm được định không còn chạy, không còn loạn. Đó là đã an tâm rồi. Rõ ràng như vậy, nhưng chúng ta không hiểu nên tưởng các ngài đùa chơi.

Khi ngài Thần Quang nhận lãnh được liền đánh lễ thưa rằng:

- Con đã biết lỗi vào.

Tô bảo:

- Ông khá đó.

Nên Tổ đổi tên Ngài là Huệ Khả.

Quý vị thấy an tâm dễ hay khó? Nó đơn giản làm sao, gần gũi làm sao! Khi nhận hiểu điều này rồi chúng ta thấy thật là quá hay, thật là đơn giản không phải chuyện xa vời.

Đến ngài Huệ Khả dạy ngài Tăng Xán. Ngài Tăng Xán đang bị bệnh hủi (cùi) một hôm gặp Tổ Huệ Khả, Ngài bạch:

- Xin Hòa thượng dạy cho con phương pháp sám hối.

Tổ Huệ Khả bảo:

- Đem tội ra ta sám cho.

Ngài Tăng Xán xoay lại tìm mãi không được, mới bạch Tổ:

- Bạch Hòa thượng, con tìm tội không thấy.

Tổ Huệ Khả bảo:

- Ta đã sám hối cho ngươi rồi.

Ngay đó ngài Tăng Xán liền ngộ. Từ đó bệnh hủi của Ngài cũng lần lần thuyên giảm.

Đoạn trước thì phản quan tìm tâm, đoạn này phản quan tìm tội, tìm nghiệp của mình. Tìm đáo để không thấy tức là nó cũng không thật.

Tới vị Tổ thứ ba là ngài Đạo Tín. Khi Ngài còn là Sa-di, một hôm gặp Tổ Tăng Xán, Ngài thưa:

- Bạch Hòa thượng, xin Ngài dạy cho con phương pháp giải thoát.

Ngài Tăng Xán bảo:

- Ai trói buộc ngươi?

Ngài Đạo Tín nhìn lại không thấy ai trói buộc hết nên thưa:

- Dạ không ai trói buộc con.

Tổ bảo:

- Vậy cầu giải thoát làm gì?

Ngay đây ngài Đạo Tín liền ngộ.

Chúng ta xoay lại tìm xem cái gì làm mình trầm luân, làm mình khổ sở. Tìm lại không thấy, mà cứ tưởng tượng mình đang bị trói buộc, bị này, bị kia, đủ thứ hết. Đã là tưởng tượng không thật thì cầu giải thoát làm gì? Có bị trói mới nhờ người mở, còn không bị trói mà nhờ người mở thì sao? Ngài Đạo Tín xoay lại tìm không thấy cái gì trói buộc hết nên Tổ Tăng Xán bảo: “Ta đã giải thoát cho ngươi rồi.”

Chúng ta thấy các ngài ngộ đạo đều do nhìn lại, soi chiếu lại nơi mình, tìm xem tâm thật hay không; tìm tội, nghiệp xem thật hay không; tìm sự trói buộc nơi mình xem

thật hay không? Rốt cuộc chỉ là ảo tưởng không thật. Thấy được không thật là ngộ lý đạo, từ đó tu hành thành Tổ. Lối phản quan là vậy.

Hết đời Tùy tới đời Đường, mãi cho đến đời Tống, Thiền sư Trung Hoa dạy lý Thiền thì chư Tăng đương thời đều hiểu hết, nhưng cứ nói suông chớ không chịu tu. Do đó các ngài làm ngược lại, không dạy lý nữa mà cho một câu thoại đầu: “*Trước khi cha mẹ chưa sanh, ta là cái gì?*” Chỉ dạy một câu đó về nghiên ngẫm mãi thì đâu còn lý thuyết chi nữa. Vì chư Tăng cứ hiểu lý hoài mà không tu, nên bây giờ các ngài bắt phải tu mà không cho hiểu lý. Nên ở Trung Hoa từ đời Tống về sau mới xuất hiện Thiền thoại đầu là vì vậy.

Hiện giờ ở Việt Nam, Tăng Ni và quý Phật tử đã hiểu lý Thiền hết chưa? Nếu chưa mà tôi dạy Thiền thoại đầu thì không được, nên buộc lòng tôi phải nói cho quý vị hiểu, biết đường lối tu. Sau này năm, ba chục năm hoặc là một, hai trăm năm người ta hiểu nhiều quá, thông minh quá, mở miệng là nói thiền thì lúc đó không giảng dạy nữa, chỉ dùng một câu thôi. Nên phương tiện giáo hóa phải tùy thời, tùy hoàn cảnh mà sử dụng. Quý vị đừng nghĩ rằng Thiền thoại đầu mới là Thiền tông. Không phải vậy, Thiền tông trước kia không có thoại đầu, chỉ sau này thôi. Đó là tôi nói hệ thống tu Thiền từ trên đến dưới.

Chúng ta tu tập tọa thiền để làm gì? Chúng ta tọa thiền là tập cho tâm yên, lặng xuống. Bởi vì khi ngồi thiền chúng ta không suy nghĩ, mọi suy nghĩ phải dừng. Nếu tâm chúng ta dừng, không suy nghĩ lộn xộn, đó là thanh tịnh. Tâm thanh tịnh thì trí chúng ta sáng suốt.

Đến đây, tôi muốn nói pháp tu Thiền là pháp thực tế, thích hợp với tinh thần khoa học hiện đại. Đây là điều tôi muốn nói rộng cho tất cả quý vị lưu tâm. Tại sao pháp tu Thiền thực tế?

Quý vị thấy lúc nào trong gia đình có chuyện bối rối, chúng ta nghĩ lằng xằng lộn xộn đủ thứ hết. Những lúc đó mình để đồ đạc nơi này nơi nọ, muốn nhớ lại món đồ để chỗ nào, thì quên mất không biết để đâu. Chỉ khi nào yên tịnh, ngồi lặng xuống một chút liền nhớ. Rõ ràng nhờ yên lặng trí mình sáng.

Nhiều người mới tập ngồi thiền, khi ở ngoài mình thấy mọi chuyện bình thường không có gì, ngồi lại hơi yên một chút liền nhớ chuyện năm trên năm dưới. Người đó có ân gì với mình, người đó có oán gì với mình, nhớ đầy đủ hết! Nhớ nên khổ quá. Sao mình ngồi cho yên mà nó cứ nhớ chuyện đâu đâu không. Như vậy cái nhớ đó xấu hay tốt?

Thật ra, như tôi đã nói vì bận tâm chuyện này chuyện nọ nên mình quên, bây giờ ngồi yên lại mình liền nhớ. Như vậy nhớ là sáng mà quên là tối. Quý vị ngồi thiền mới sơ sơ thôi, mà nhớ được chuyện năm trên năm dưới là biết mình sáng rồi đó. Hồi xưa ở ngoài đời mình lộn xộn nên không nhớ, bây giờ nhờ yên nên nhớ. Như vậy là sáng hơn, sáng hơn thì mừng chớ sao buồn! Đến chừng nào chúng ta yên trọn vẹn sẽ nhớ ra vô số kiếp.

Cho nên đức Phật ngồi thiền bốn mươi chín ngày đêm dưới cội bồ-đề, tới đêm cuối, tâm Ngài hoàn toàn thanh tịnh. Ngài sực nhớ đến câu hỏi Ngài đã đặt ra: “*Trước khi có mặt ở đây ta từng ở đâu?*” Vừa nghĩ ta từng ở đâu, Ngài liền nhớ suốt hết bao nhiêu kiếp từng ở nơi này, nơi kia, nơi nọ... nhớ rõ ràng không nghi ngờ. Đời đó tên gì họ gì, cha mẹ là ai, nhớ hết. Nhớ suốt như vậy gọi là chứng Túc mạng minh.

Chúng ta ngồi sơ sơ, yên chút chút nên nhớ được chuyện hai ba năm, chín mười năm trước là kha khá rồi đó. Nếu ngồi yên hoàn toàn thì chúng ta cũng nhớ như Phật. Như vậy tu là một lẽ thật, tâm yên tịnh thì trí sáng, không nghĩ ngờ gì hết. Đây không phải chuyện gì xa xôi, chuyện gì huyền hoặc. Tu rồi chúng ta mới thấy kết quả đúng như vậy.

Hiện tại tâm chúng ta đang loạn, đang lằng xằng, nếu chúng ta khéo quán hay là khéo an định thì nó lặng. Lặng nhiều thì biết nhiều, lặng ít thì biết ít. Trong lòng còn tham, sân, si biết rõ còn tham, sân, si. Tham, sân, si yếu giảm thấy rõ yếu giảm, tu tới đâu biết kết quả tới đó. Tu là đoạn trừ phiền não, dẹp hết những vọng tưởng điên đảo ở trong tâm mình. Vậy thì pháp tu này là pháp tu khoa học tâm linh của con người. Đó là sự tu thực tế nơi nội tâm mình, chớ đâu phải chuyện xa vời. Có tiền mình biết tiền, không tiền mình biết không tiền. Bước được bước nào là biết rõ bước ấy. Như vậy có thực tế hay không? Rất thực tế.

Khoa học ngày nay phân ra nhiều môn học. Môn học này, môn học nọ, mỗi môn đều có chia thành khoa riêng. Chúng ta chuyên tu để dẹp bỏ cái hư ảo của tâm linh, hiện bày cái chân thật nơi mình. Cái giả mình biết giả, cái thật mình biết thật rõ ràng, thì không phải một môn chân thật hữu lý của khoa học là gì!

Vì vậy chúng ta tu Thiền rất thích hợp với thời hiện đại. Giới Phật tử trí thức ngày nay đến với đạo Phật cũng thích tu Thiền. Người Tây phương học hỏi Phật pháp đều muốn học Thiền. Vậy, Thiền học của Phật giáo là môn học mà giới trí thức trong nước, cũng như ngoài nước hiện nay đều đang hâm mộ, kính trọng. Thế thì tại sao chúng ta không khai thác, không thực hành tu tập Thiền tông. Có đáng tiếc không? Vì vậy tôi thấy chúng ta nên mở mang đường lối tu Thiền từ các bậc Tôn túc thuở xưa, để rồi hướng dẫn cho những người ham tu, hiếu học ngày nay có một hướng tu cụ thể, thực tế. Có thể, người ta mới hứng thú tu.

Theo tôi, tu Thiền là một pháp tu quá dễ. Tại sao? Vì vọng tưởng từ mình có thì bỏ nó cũng từ mình mà bỏ. Không có Trời, Phật nào chen vào đó hết. Chúng ta có quyền quyết định hoàn toàn. Muốn cho vọng tưởng hết thì phải dẹp sạch nó. Đây là việc làm trong tầm tay của chúng ta, không phải đợi Phật cho mình mới làm được, hay các Tổ ủng hộ mình mới làm được.

Quý vị ngồi nhớ chuyện đông, chuyện tây viên vông thì phải rầy nó: “Đó là bậy, không được theo” liền bỏ đi thì tự nó hết chớ gì. Chúng ta có quyền dẹp nó, cứ dẹp hoài thì có sẽ hết thôi. Như trong túi của chúng ta có sẵn những món đồ xấu và tốt. Nếu chúng ta muốn giữ đồ tốt thì phải lượm đồ xấu quăng ra. Trong túi của mình, lượm quăng ra dễ hay khó? Rất là dễ, vì của mình mà.

Vọng tưởng cũng vậy còn dễ hơn bỏ đồ xấu nữa. Vì vọng tưởng là ảo, bỏ cái vọng tưởng ảo để cái thật hiện bày. Như đêm rằm trên hư không có mặt trăng sáng nhưng mây đen cứ bay đến nên thấy tối. Nếu mây đen tan thì mặt trăng liền sáng rực. Mây với mặt trăng, cái nào dễ dẹp. Mây tan hay mặt trăng tan? Mây tan chớ mặt trăng đâu có tan.

Như vậy nơi mình có Tánh giác chân thật còn vọng tưởng là đồ ảo, mà đồ ảo thì bỏ chớ ai đi bỏ Tánh giác. Bỏ cái thật mới là khó, chớ cái ảo thì bỏ quá dễ rồi. Ai cũng có quyền làm được việc này, chỉ có quyết chí hay không thôi. Ai quyết chí mạnh dạn thì thành công, ai lơ lơ, lửng lửng thì thất bại. Đó là quyền của mọi người.



# Ý NGHĨA CHỮ HUỆ QUANG

*Giảng tại chùa Huệ Quang - Mỹ tháng 11-2000*

Thưa quý đạo hữu, quý Phật tử trong cũng như ngoài hội chùa Huệ Quang,

Năm 1994, chúng tôi qua đây được quý vị mời về chỉ cảnh chùa tương lai đồng thời trồng một bụi trúc kỷ niệm. Hiện giờ những việc đó đã thành sự thật, tôi rất hoan hỉ. Giờ đây, Tăng Ni Phật tử, khao khát muốn nghe tôi giảng một thời pháp để thấm nhuần đạo đức tu hành, tôi cũng sẵn sàng. Vậy buổi nói chuyện hôm nay, tôi sẽ nói về **ý nghĩa chữ Huệ Quang**.

“Huệ” là trí tuệ, “Quang” là ánh sáng. Ánh sáng trí tuệ soi rọi cho mọi người thấy được chân lý, nhận ra lẽ thật, đó là huệ quang. Nhưng ánh sáng trí tuệ đó từ đâu mà ra?

Chúng ta mỗi tối đều tụng bài kinh Bát-nhã. Vậy Bát-nhã là gì? Bát-nhã là âm tiếng Phạn, Trung Hoa dịch là trí tuệ. Trí tuệ của bài kinh Bát-nhã là trí tuệ cứu kính, trí tuệ tột cùng, chứ không phải trí tuệ thế gian. Thế gian, ai học thông hiểu nhiều được gọi là người có trí tuệ. Nhưng trí tuệ đó chỉ giới hạn thôi, còn trí tuệ Bát-nhã là trí tuệ thấu suốt, tột cùng. Nhiều người hiểu lầm, cho rằng kinh Bát-nhã được tụng cuối mỗi thời kinh, là “Bổ Khuyết Tâm Kinh”, tức kinh tụng để bù lại chỗ thiếu. Tại sao thiếu? Họ trả lời vì khi tụng kinh, có người tụng vấp, có người tụng sót nên cuối thời phải tụng bài Bát-nhã để bù lại cho đủ. Hiểu như vậy thật là sai lầm.

Người tu Thiền, tu Tịnh hay tu Mật, tu pháp nào cũng đều tu theo Phật. Đã theo Phật thì phải có trí tuệ. Người tu Thiền cũng phải lấy Bát-nhã làm gốc. Như vậy để thấy rằng chúng ta tu theo đạo Phật, dù bất cứ tông phái nào, cũng đặt trí tuệ trên hết. Bởi trí tuệ là ánh sáng chiếu phá vô minh, soi tỏ cho chúng ta thấy lẽ thật.

Mở đầu kinh là câu: *Quán Tự Tại Bồ-tát hành thâm Bát-nhã ba-la-mật-đa thời, chiếu kiến ngũ uẩn giai không độ nhất thiết khổ ách*. Nghĩa là Bồ-tát Quán Tự Tại khi thực hành sâu trí tuệ Bát-nhã, Ngài xem thấy năm uẩn đều không, nên qua hết tất cả các khổ nạn. Quý Phật tử tụng Bát-nhã bao nhiêu năm, có qua hết khổ nạn chưa? Tại sao mình tụng Bát-nhã cả trăm ngàn biến rồi mà không qua khổ nạn? Phật nói đúng sự thật không? Đó là những điều khiến ta nghi ngờ.

Trong kinh dùng từ *chiếu kiến ngũ uẩn giai không*. Chiếu kiến là sao? Là dùng ánh sáng trí tuệ soi thấy thân năm uẩn tự tánh của nó là không, chùng đó mình qua hết khổ nạn. Còn cứ tụng vãn tự suông, không chịu soi thấy, làm sao hết khổ nạn được. Bát-nhã có chia làm ba: một là Văn tự Bát-nhã, hai là Quán chiếu Bát-nhã, ba là Thật tướng Bát-nhã.

Văn tự Bát-nhã là chữ nghĩa trong kinh chúng ta đọc tụng đó. Quán chiếu Bát-nhã là dùng trí tuệ soi sáng, xem xét kỹ những điều Phật dạy trong kinh rồi ứng dụng tu hành. Từ Quán chiếu Bát-nhã mới đi tới Thật tướng Bát-nhã. Thật tướng Bát-nhã là trí tuệ chân thật, giác ngộ viên mãn.

Chúng ta đang hành phần nào trong ba phần Bát-nhã này? Chỉ mới Văn tự Bát-nhã thôi. Người hành Văn tự Bát-nhã được ví như người mới đặt chân lên thuyền. Khi tay cầm chèo hoặc cầm dầm để bơi qua bờ kia, đó là Quán chiếu Bát-nhã. Đến được và lên

bờ là Thật tướng Bát-nhã. Hiện giờ chúng ta đang ngồi trên thuyền hay đang chèo qua bờ kia? Đang ngồi, nhưng có chịu chèo hay không thì quý vị tự biết. Ngồi một chỗ hoài mà muốn qua bờ kia thì chùng nào mới qua được? Cho nên trước hết chúng ta thuộc văn tự. Thuộc văn tự xong thì quán chiếu. Quán chiếu rồi mới đạt đến Thật tướng. Đó là tuân tự thứ lớp chúng ta tu Bát-nhã.

Đa số Phật tử chỉ tu chặng đầu thôi. Nếu chỉ tu Văn tự Bát-nhã chẳng khác nào mình ngồi hoài trên thuyền. Được ngồi trên thuyền mà không chèo không bơi thì chùng nào mới qua bờ kia? Chắc tới thuyền mục thôi cũng không qua được. Muốn qua bờ kia phải quán chiếu, tức phải chèo. Trong kinh nói Bồ-tát Quán Tự Tại chiếu kiến nghĩa là quán chiếu. Quán chiếu thấy năm uẩn là không nên Ngài mới qua hết khổ ách. Còn mình ngồi trên Văn tự Bát-nhã hoài, biết chùng nào mới qua được khổ ách?

Quán chiếu ngũ uẩn giai không. Ngũ uẩn là Sắc uẩn, Thọ uẩn, Tưởng uẩn, Hành uẩn, Thức uẩn. Soi thấy bản chất năm thứ này là không thì qua hết khổ nạn. Như sắc uẩn, tức thân này do tứ đại đất, nước, gió, lửa hòa hợp mà thành. Chất cứng là đất, chất ướt là nước, chất động là gió, chất ấm là lửa.

Khi thành thân rồi, thân đó thật hay giả? - Giả. Vì nó do duyên hợp mà thành, không có chủ thể cố định. Cũng như cái đồng hồ, khi các bộ phận kết hợp lại thành đồng hồ, nếu gỡ các bộ phận ra thì không còn cái đồng hồ. Đồng hồ có là do duyên hợp nên không có chủ thể. Vậy cái gì là chủ thể của đồng hồ? Cây kim, con số, các bộ phận khác cũng không được. Nhưng ráp đủ những bộ phận đó lại với nhau thì thành đồng hồ. Vì không có thực thể nên nói Tánh không. Chiếu kiến ngũ uẩn giai không là thấy được ngũ uẩn Tánh không. Biết được Tánh không của các pháp rồi, mọi khổ ách đều qua hết.

Ví như bàn tay tôi đưa lên có năm ngón. Bây giờ tôi co năm ngón lại, quý vị gọi đây là nắm tay. Trước khi nắm ngón co lại có nắm tay không? Khi nắm ngón co lại, ta tìm nơi mỗi ngón, có ngón nào là nắm tay không? - Không có. Ngay khi nắm tay đang co lại, ta phân tích chi tiết cũng không có nắm tay thật. Đến chùng buông nắm ngón tay ra, có nắm tay không? Thế thì bản chất của nắm tay là thật có hay thật không? Tánh nó vốn không, do duyên hợp tạm có nên không thật, không cố định.

Trong nhà Phật nói chúng ta đừng bao giờ chấp thật có, đừng bao giờ chấp thật không. Nếu nói đúng lẽ thật, nắm tay hiện giờ là giả có, khi duyên tan nó mất. Không phải thật không, cũng không phải thật có. Người thế gian lầm chấp, cái nào không là thật không, cái nào có là thật có. Như hỏi đồ vật nói “có”, hỏi chỗ hư không nói “không”. Nhìn như thế là chưa thấy chân lý. Trí tuệ là chân lý, là một lẽ thật. Chúng ta nhìn đúng lẽ thật gọi là có trí tuệ. Người mê muội lấy giả làm thật gọi là si mê. Ai cũng có trí tuệ hết, chỉ vì lầm chấp.

Trở lại thân năm uẩn này, nó giả nhưng thực tế chúng ta cứ ngỡ nó thật. Nên ai động tới thì nổi sân lên. Thấy thân thật thì lời nói, hành động cũng thật. Vì vậy tham sân si dây khởi liên miên. Còn biết thân do duyên hợp hư giả thì lời nói, hành động cũng giả. Đã giả thì không còn quan trọng nữa. Cái chân thật luôn hiện trước mặt chúng ta trong mọi hành động việc làm, nơi sáu căn của mình nhưng ta không thấy, chỉ thấy theo sự tưởng tượng si mê của mình. Vì vậy Phật mới chỉ cho chúng ta dùng trí tuệ Bát-nhã để nhận ra cái chân thật ấy.

Chúng sanh đang si mê đáng thương, vì vậy chư Phật thương lắm, nên không ngại khó nhọc, làm sao mở sáng trí tuệ cho chúng ta. Mở sáng trí tuệ tức là thấy được lẽ thật nơi bản thân mình. Biết mình đúng mới biết tất cả sự vật đúng. Còn biết mình sai thì tất cả sự vật cũng sai theo. Thân này đã giả thì mọi thứ chung quanh ta cũng giả luôn. Thấy như vậy thì không còn gì để tranh hơn tranh thua, không còn lo được mất, không còn chấp mình đúng người sai. Chúng ta thấy chỉ mới chiếu kiến Sắc uẩn thôi mà qua gân hết khổ nạn rồi. Thấy thân không thật thì mọi cố chấp về thân mình cũng bỏ. Lời khen, tiếng chê, tất cả được mất cũng không quan trọng. Như vậy là chúng ta đã tiến khá rồi.

Tới Thọ uẩn, thọ là cảm giác. Con mắt thấy sắc đẹp có cảm giác vui, đó là thọ lạc; thấy sắc xấu không ưa, đó là thọ khổ. Lỗ tai nghe tiếng hay có cảm giác thích, đó là thọ lạc; nghe tiếng dở không ưa, đó là thọ khổ. Lỗ mũi ngửi mùi thơm có cảm giác thích, đó là thọ lạc; mùi hôi không ưa, đó là thọ khổ.

Tất cả những cảm thọ đó có thật không? Bên trong có mắt, tai; bên ngoài có sắc, thanh hợp lại nên mới có cảm giác. Nếu chúng không hợp lại thì không cảm giác. Như vậy cảm giác khổ vui phải đợi đủ căn và cảnh tiếp xúc nhau mới phân biệt khổ vui, vì vậy nó là tướng duyên hợp hư giả. Rõ ràng thân hư giả, cảm thọ hư giả.

Đến Tướng uẩn, tướng là tướng tượng. Tướng có thật không? Khi chúng ta nhớ lại những chuyện quá khứ hay nghĩ tới vị lai gọi là tướng. Do gá vào hình bóng của quá khứ mà ta tưởng nhớ, chớ nó không thật có. Nên biết Tướng uẩn cũng không thật.

Hành uẩn, tức suy nghĩ và các hành động của chúng ta cũng không thật. Cuối cùng là Thức uẩn, tức sự phân biệt cũng không thật.

Như vậy, năm uẩn duyên hợp hư giả không thật, không có chủ thể nên nói nó Tánh không. Tánh không duyên hợp nên giả có. Tất cả sự vật hiện có đây đều hư dối, không thật. Từ thọ, tướng, hành, thức là tâm cho đến sắc tứ đại do duyên hợp thành thân đều không thật. Cả thân, tâm đều không thật thì bám vào đâu mà chấp? Không chấp thì không khổ.

Nhiều người cho rằng nếu thấy giả hết thì đâu có làm ăn gì, như vậy làm sao tiến bộ được? Không phải vậy. Trong nhà Phật dùng trí tuệ thấy đúng như thật, biết mọi thứ hư giả; nhưng chúng sanh đang mê đang khổ, người tỉnh sáng phải cố gắng cảnh tỉnh họ. Không phải nói mọi thứ hư giả rồi ngồi chơi, chờ chết. Biết giả nên càng hăng hái làm việc để giúp mọi người. Làm mà không chấp, không khổ, đó là điểm hay của đạo Phật.

Vì vậy Phật dạy người tu luôn có đủ hai mặt trí tuệ và từ bi, không thể thiếu được. Nếu chỉ có trí tuệ mà không có từ bi, đó là trí tuệ khô. Nếu từ bi mà không có trí tuệ đó là từ bi mù. Tình thương thiếu trí tuệ thì thấy ai cũng thương, người ta gạt cũng thương, nên dễ bị lừa bịp. Cho nên phải đủ trí tuệ và từ bi. Trong kinh thường dạy trí tuệ và từ bi như chim hai cánh, mất một cánh là chim bay không được. Chúng ta thường nghe câu “Phước tuệ lưỡng toàn phương tác Phật”. Phước là từ bi, làm lợi ích cho chúng sanh, Tuệ là trí tuệ. Hai mặt này tròn đủ mới làm Phật được.

Chùa Huệ Quang tức là trí tuệ, bây giờ phải thêm từ bi. Chúng ta có trí tuệ sáng suốt, nhưng không phải chỉ hiểu biết suông. Biết điều hay, ta phải giúp đỡ, hướng dẫn huynh đệ cùng biết với mình. Tâm muốn cho mọi người cùng biết, cùng thấu đáo như mình, đó là tâm từ bi. Nếu biết các pháp không thật rồi chán đời, không làm gì hết, đó không phải là trí tuệ trong đạo Phật.

Trí tuệ và từ bi hỗ trợ nhau, sống với lòng thương tràn đầy mà luôn có trí tuệ thấy đúng như thật, đó là chân tinh thần của người Phật tử. Từ bi giúp cho trí tuệ đượm nhuần tươi mát, trí tuệ giúp cho từ bi được sáng suốt, làm mọi việc lợi ích cho người đúng với đạo lý. Cả hai phải luôn luôn có đủ, không thể thiếu bên nào. Đó là tôi nói tổng quát trí tuệ và từ bi.

Song trí tuệ từ đâu mà có? Phật dạy: “Các người phải tự thấp đuốc lên mà đi. Thấp lên với chánh pháp.” Nghĩa là chúng ta tự mở sáng trí tuệ của mình, nếu mở sáng không được thì phải mò với chánh pháp của Phật. Đọc kinh Bát-nhã là mò trí tuệ của mình qua ngọn đuốc sáng của Phật. Nhờ vậy chúng ta mới sáng, nếu không mình cứ mê lầm, giả tưởng là thật.

Như thân này do tứ đại hợp thành. Hợp rồi tứ đại đó không tự tồn tại, phải mượn tứ đại ở ngoài để bồi bổ. Tứ đại của thân phải mượn đất, nước, gió, lửa bên ngoài bồi bổ luôn. Còn mượn còn trả thì còn sống; mượn mà không trả thì chết. Như vậy hạnh phúc của con người chẳng qua chỉ là sự mượn trả suôn sẻ. Vậy mà con người cứ tự hào ta thế này, thế nọ, làm phiền lụy cho nhiều người.

Hiểu được như vậy rồi, giả sử ai có máng, ai chê mình cũng cười thôi. Thân này giả dối có gì đâu, chê cũng đúng. Người có trí tuệ mới nhận được, còn si mê thấy mình thật khi nghe chê máng chịu không nổi liền nổi sân đùng đùng. Tâm tưởng tượng không đúng lẽ thật mà ta lại chấp nó nên đau khổ. Bây giờ biết đúng lẽ thật thì hết chấp, hết chấp thì hết khổ.

Chính chỗ này khi xưa đức Phật thấy một người già má hóp, lưng còng, đầu gối mỏi, chân đi té lên té xuống, Ngài nghĩ: “Người đó già, mai kia ta cũng già.” Biết vậy nên khi còn trẻ, dù mình đẹp cũng không tự hào, vì biết cái đẹp đó chỉ một thời thôi, không phải lâu dài. Không hiểu như vậy dễ sanh các thứ bệnh như tự cao, phách lối v.v...

Bồ-tát Quán Tự Tại soi thấy năm uẩn không thật, nên cái khổ nào Ngài cũng qua hết. Người ta chửi cũng không giận, người ta khen cũng không vui, vì biết rõ thân tạm bợ, có gì quan trọng. Chúng ta chỉ cần tu một câu đó thôi cũng đủ giải thoát rồi. Còn tụng bao nhiêu năm Bát-nhã mà khổ ách vẫn còn nguyên là vì chưa biết tu. Như vậy từ đây về sau, chúng ta phải biết tu, thật tu, chớ không chỉ có danh mà thiếu cái thực.

Người biết tu ở đâu cũng tu được, người không biết tu, dù ở thiên đàng rất cuộc cũng không tu được. Chúng ta thờ Phật là để nhớ lại hình ảnh một đấng từ bi, giác ngộ đang ở trước mình. Chúng ta phải học theo, tu theo Ngài, làm sao trí tuệ mình cũng sáng như Phật, lòng từ bi cũng mở rộng như Phật. Như vậy chúng ta mới xứng đáng là đệ tử Như Lai.

Theo kinh Bát-nhã dạy, chúng ta tu cần phải hiểu biết rõ ràng, sau đó quan sát chiếu soi kỹ thì mới đạt được kết quả tốt. Nếu tu mà không chịu hiểu lời Phật dạy, không quán chiếu lại nơi mình thì không bao giờ có kết quả tốt đẹp. Cho nên nói tới tu là nói tới thực hành. Tu được như vậy chúng ta mới bớt phiền não, bớt khổ. Nếu phiền não còn nguyên thì càng tu càng khổ.

Chữ “Tu” nghĩa là sửa. Quý Phật tử đi chùa để sửa những xấu dở của mình thành hay tốt. Khi xét lại mình đi chùa bao nhiêu năm mà vẫn không sửa đổi chút nào cả, thì đáng mừng hay đáng buồn? Nhiều khi tôi nghe quý thầy Trụ trì các chùa than: “Phật tử tuy ham tu, nhưng cũng phiền não với nhau quá, không bỏ được.” Mười người cũng chia

một nhóm hai nhóm, hai chục người cũng chia một nhóm hai nhóm. Cứ chia ra nhóm này nhóm kia rồi chống cự nhau, chỉ trích nhau v.v... Như vậy càng tu đạo đức càng tăng hay giảm? Đó là điều quý vị cần phải suy nghĩ cho thật kỹ để sửa đổi.

Tu là để cho tâm được an vui giải thoát, chớ đâu phải tu để càng ngày càng bị trôi buột. Cứ lo chia năm chẻ bảy, thị phi đủ chuyện thì có khác gì thế gian, như vậy vào chùa học Phật để làm gì? Thân người khó được, Phật pháp khó nghe mà mình xem thường quá, sau này khổ đến ăn năn cũng không kịp. Bây giờ quý vị ráng tinh tấn tu hành đúng như lời Phật dạy để rồi mỗi ngày mỗi tiến, mỗi ngày mỗi được nhẹ nhàng, tới khi nhắm mắt thanh thoi ra đi, không bận lòng điều gì, đó là kết quả thiết thực của sự tu.

Vì vậy tôi mong rằng tất cả quý Phật tử đi chùa Huệ Quang, đều biết rõ lấy trí tuệ quán chiếu, thấy thân này tạm bợ, hư giả. Biết như vậy thì đối với mọi sự việc chung quanh đều buông xả, không cố chấp. Quý vị buông xả, không cố chấp để tâm được nhẹ nhàng thanh thoi, để tình huynh đệ mỗi ngày mỗi thắm thiết hơn. Những người đi trước phải cố gắng tu tập, cố gắng buông xả để những người đi sau noi theo. Được vậy mới xứng đáng là Phật tử chùa Huệ Quang.

# THIÊN TÔNG LÀ CỘI GỐC CỦA ĐẠO PHẬT

*Giảng tại chùa Huệ Quang - Hoa Kỳ tháng 11-2000*

Hôm nay tôi sẽ nói đề tài **Thiên tông là cội gốc của đạo Phật**. Ở Việt Nam từ cuối thế kỷ thứ mười chín cho đến thế kỷ hai mươi, Thiên tông gần như thất truyền. Vì vậy chúng tôi là hàng hậu bối sau này, làm sao hiểu được, nhận được đường lối tu của chư Tổ mà tu thiền. Đó là một nghi vấn không thể tránh khỏi của nhiều vị. Để giải bày điều này, tôi xin phép được kể lại một vài nét tu tập của mình. Từ đó chúng tôi tìm ra một hướng đi theo đường lối tu của chư Tổ Việt Nam.

Trước kia chúng tôi thường giảng dạy cho Tăng Ni các trường Phật học và Phật tử ở các tỉnh. Nhưng đến năm 1968 tôi nhất định đóng cửa thất tu. Năm 1961 chúng tôi đã dịch cuốn “Lục Diệu Pháp Môn” của Tổ Trí Khải, cho nên giai đoạn đầu tu thiền chúng tôi tu theo hướng của Ngài. Lục diệu pháp môn là một pháp tu rất phù hợp với lời Phật dạy trong kinh. Vì vậy những năm tuy còn giảng dạy ở trường, chúng tôi vẫn tập tu theo pháp môn đó.

Tới năm 1966 tôi nghỉ dạy ở Phật học viện Huệ Nghiêm, lên núi cất thất chuyên tu. Lúc đó, tôi đọc rất nhiều lần sử ba mươi ba vị Tổ từ Ấn Độ đến Trung Hoa sang Việt Nam, nhất là đọc sử Tổ Trung Hoa. Tôi đọc qua đoạn sử Tổ Huệ Khả đến cầu pháp với Tổ Bồ-đề-đạt-ma, sau thời gian tha thiết xin thọ giáo, được Tổ Bồ-đề-đạt-ma nhận làm đồ đệ. Một hôm Ngài thưa với Tổ Đạt-ma:

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

Lời thưa hỏi rất thật thà, rất chí lý. Nhưng Tổ Đạt-ma bảo:

- Đem tâm ra ta an cho.

Tổ Huệ Khả ngạc nhiên quá, không ngờ lại có một câu dạy lạ lùng như vậy. Ngài quay lại tìm, không thấy tâm bất an ấy ở đâu, nên Ngài thưa:

- Bạch Hòa thượng, con tìm tâm không được.

Tổ bảo:

- Ta đã an tâm cho ngươi rồi.

Ngay đó Tổ Huệ Khả liền biết được đường vào. Đọc ngang đó tôi lắc đầu. Tại sao tâm rối loạn cầu dạy pháp an tâm, mà Tổ không dạy gì hết. Khi Tổ Huệ Khả thưa tìm tâm không được, Tổ Đạt-ma lại nói đã an tâm cho rồi. Như vậy an bằng cách nào, chỗ nào? Đó là vấn đề trước kia chúng tôi đọc đi đọc lại nhiều lần vẫn không hiểu, cứ ngỡ như Tổ đùa cợt chơi thôi.

Mãi tới năm 1968 tôi nhập thất. Trong thất tôi mới lục lại bộ “Ba Mươi Ba Vị Tổ” đọc thật kỹ. Đọc đến chỗ Tổ Huệ Khả xoay lại tìm không thấy tâm, thưa rằng con tìm tâm không được, Tổ Bồ-đề-đạt-ma bảo “Ta đã an tâm cho ngươi rồi”, bỗng dưng tôi thấy được đường vào của Tổ Huệ Khả. Từ đó tôi mới chuyên tâm tu theo Thiên tông.

Khi Tô Huệ Khả xoay lại tìm tâm của mình xem nó ở đâu, tìm không thấy tức là nó đã lặng, mà nó lặng là đã an rồi. Vì vậy nghe ngài Huệ Khả thưa con tìm tâm không được, Tô bảo ta đã an tâm cho ngươi rồi. Vậy đường hướng Tô Đạt-ma dạy Tô Huệ Khả là gì? Tức dạy phản quan nhìn lại tâm của mình. Lâu nay tâm ấy đang chạy nhảy lung tung nên nói “tâm viên ý mã”, như khi như vượn. Tìm lại nó mất hình mất dạng, như vậy tâm đó thật hay không?

Tất cả chúng ta lâu nay quen cho rằng cái suy nghĩ, tính toán là tâm mình nên khi ngồi lại tu, nó chạy tứ tung kèm không được. Bởi kèm không được nên xin pháp này pháp nọ để an tâm. Giờ đây chúng ta phản quan nhìn lại, tìm coi nó ra sao thì tự nhiên nó mất. Đường hướng của Tô Đạt-ma chỉ dạy hết sức rõ ràng, bảo mình phải xoay lại tìm xem tâm bất an ra sao, thì nó tiêu tan không còn hình bóng tức được an tâm. An tâm mà không có phương pháp, chỉ dùng trí quán chiếu lại tâm hư dối thì nó mất, đó là an tâm.

Thời gian lâu sau, Tô Huệ Khả thưa với Tô Đạt-ma:

- Nay con đã dứt hết các duyên.

Tô Đạt-ma bảo:

- Coi chừng rơi vào không.

Tô Huệ Khả thưa:

- Rõ ràng thường biết, làm sao không được.

Tô Đạt-ma bảo:

- Ông như thế, ta như thế, chư Phật cũng như thế.

Đó là Tô Đạt-ma đã truyền tâm ấn cho Tô Huệ Khả. Tại sao nói truyền tâm ấn? Vì tâm người đệ tử đến được chỗ đúng như tâm thầy, tâm Phật nên lấy tâm ấn tâm. Chữ ấn là in, tâm của Phật của thầy thế nào, tâm của mình cũng như vậy. Đó là tâm tâm hợp nhau nên gọi truyền tâm ấn. Giống như dấu ấn in vào giấy trắng, con dấu có chữ gì thì trên giấy cũng có chữ đó. Như vậy chúng ta mới thấy tinh thần truyền tâm ấn của nhà Phật, nói truyền mà thật ra không có gì để truyền, chỉ là thừa nhận chỗ thấy của người trò đúng với chỗ thấy của thầy, của chư Phật.

Chúng ta nghiên ngẫm xem pháp tu đó của Thiền tông có hợp với giáo lý của chư Phật không? Nhiều người nghĩ rằng Thiền tông nói làm lạ quá, dường như không hợp với kinh điển Phật. Nhưng thật sự tất cả phương pháp Phật dạy đều là phản quan tự kỷ hết. Như trong kinh Tứ Niệm Xứ, Phật dạy chúng ta quán thân bất tịnh, quán thọ là khổ, quán tâm vô thường, quán pháp vô ngã tức là xoay lại thân tâm này, thấy cho tường tận, hiểu cho rõ ràng. Tới Ngũ đình tâm quán cũng vậy, pháp nào cũng phản quan hết.

Gần nhất là kinh Bát-nhã chúng ta tụng hằng đêm. Chỉ một câu đầu thôi chúng ta cũng thấy hay đáo để “Quán Tự Tại Bồ-tát hành thâm Bát-nhã ba-la-mật-đa thời, chiếu kiến ngũ giai không, độ nhất thiết khổ ách”. Nghĩa là Bồ-tát Quán Tự Tại khi thực hành sâu trí Bát-nhã, Ngài soi thấy năm uẩn đều không, liền qua hết các khổ nạn. Tăng Ni Phật tử đọc kinh Bát-nhã từ xưa đến giờ biết bao nhiêu biến, có qua hết khổ nạn chưa? Tụng thì tụng mà khổ nạn vẫn chưa hết. Qua đó thấy rằng chúng ta tụng Bát-nhã mà không quán chiếu Bát-nhã. Quán chiếu Bát-nhã là sao? Là quán chiếu năm uẩn: sắc uẩn, thọ

uẩn, tướng uẩn, hành uẩn, thức uẩn, tánh nó rỗng không; được thể mọi khổ ách đều qua hết. Như vậy có phải phản quan không?

Kinh A-hàm dạy phản quan, kinh Bát-nhã cũng dạy phản quan, nghĩa là phải quán chiếu ngược trở lại thì chúng ta mới thấy đạo. Nhưng rất tiếc lâu nay Phật tử học đạo lại có những lầm lẫn như nói Bát-nhã là Bồ Khuyết Tâm Kinh, tức kinh bù lại những gì thiếu sót trong khi chúng ta tụng đọc. Đâu phải thế, kinh Bát-nhã là trí tuệ, mà trí tuệ là gốc của đạo Phật.

Đạo Phật lúc nào cũng dạy chúng ta mở sáng trí tuệ, thấy đúng chân lý. Dù tu Tịnh độ hay tu Thiền tu Mật, tu pháp môn nào cũng phải lấy Bát-nhã làm nền tảng. Cho nên người tụng kinh Di-đà, sau cùng cũng tụng Bát-nhã. Chúng tôi tu Thiền cũng tụng Bát-nhã, quý vị tu Mật cũng tụng Bát-nhã. Rõ ràng Bát-nhã là trí tuệ, là gốc của đạo. Tu cần phải có trí tuệ, nên trong kinh dạy chúng ta phải quán chiếu ngũ uẩn, tức soi sáng lại thân năm uẩn này không thật. Thấy thân năm uẩn không thật thì khổ ách không còn. Nếu chúng ta không chịu quán chiếu thì tụng bao lâu, khổ cũng chưa hết.

Ngài Thái Hư giảng Bát-nhã có ba: một là Văn tự Bát-nhã, hai là Quán chiếu Bát-nhã, ba là Thật tướng Bát-nhã. Văn tự Bát-nhã dụ như chiếc thuyền, Quán chiếu Bát-nhã như chèo dầm để bơi, Thật tướng Bát-nhã như đến bờ bên kia. Nếu người xuống thuyền muốn qua bờ bên kia, trước hết phải nhờ chiếc thuyền, đó là Văn tự Bát-nhã. Kế tiếp phải bơi chèo mới qua tới bờ bên kia, đó là Quán chiếu Bát-nhã. Đến được bờ bên kia rồi, đó là Thật tướng Bát-nhã.

Ngày nay chúng ta tu có chặng đầu thôi, tức là chỉ có Văn tự Bát-nhã mà không có Quán chiếu Bát-nhã. Thử hỏi kẻ muốn qua sông, bước xuống thuyền rồi, cứ ngồi trên đó hoài, thì chừng nào tới được bờ kia? Ngồi trên thuyền mục cũng không tới. Muốn qua được thì phải bơi, phải chèo đó là Quán chiếu.

Như vậy tu Phật, quan trọng nhất là dùng trí tuệ chiếu soi lại chính mình. Từ chư Phật đến chư Tổ đều như vậy, nên tôi nói Thiền tông là cội gốc của đạo Phật. Lục tổ Huệ Năng chỉ nghe kinh Kim Cang một đoạn liền tỉnh. Sau tìm tới Ngũ tổ Hoảng Nhãn, ở đó tu học cuối cùng được Tổ cho vào thất và giảng kinh Kim Cang. Đến câu: “Bất ưng trụ sắc sanh tâm, bất ưng trụ thanh, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm, ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm”, Ngài liền ngộ đạo và thốt lên rằng: “Đâu ngờ tánh mình xưa nay thanh tịnh, đâu ngờ tánh mình vốn không sanh diệt v.v...” Từ đó Ngũ Tổ mới truyền y bát cho và dạy đi về phương Nam.

Kinh Kim Cang dạy “Phàm sở hữu tướng giai thị hư vọng. Nhược kiến chư tướng phi tướng tức kiến Như Lai”, nghĩa là những gì có hình có tướng đều là hư dối, nếu thấy các tướng không phải tướng, đó là thấy được Phật. Mọi pháp trên thế gian đều do nhân duyên hòa hợp, cũng do nhân duyên mà ly tán nên nó tạm bợ, giả dối. Biết rõ như vậy là có trí tuệ, là thấy Phật.

Cũng trong kinh Kim Cang, hai câu hỏi của ngài Tu-bồ-đề: “Người phát tâm Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác làm sao hàng phục tâm, làm sao an trụ tâm?”, đức Phật giải thích về an trụ tâm thế này: “Muốn an trụ tâm thì đối với sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp không dính, không kẹt. Nên không có chỗ dính kẹt mà an tâm.” Như vậy không chạy theo sáu trần là an tâm.



Tâm chúng ta luôn chạy theo sắc, thanh, hương... như keo sơn. Vì vậy cứ chứa chấp bóng dáng hình ảnh trong lòng. Ví dụ ra đường thấy một người có tật nguyên kỳ quái hoặc một người đẹp tuyệt trần. Về nhà liền nhớ lại hình ảnh đó. Hình ảnh đó là pháp trần, đã dính chặt trong tâm mình. Nên khi tụng kinh, niệm Phật, tọa Thiền nó hiện lên hoài. Nhưng những bóng dáng ấy không thật nên nhìn lại nó liền tan biến, tâm liền an.

Như vậy muốn được an chúng ta không cho tâm đuổi theo sáu trần bên ngoài. Tâm an mới biết được chỗ Lục Tổ nói: “Đâu ngờ tánh mình xưa nay thanh tịnh. Đâu ngờ tánh mình vốn không sanh diệt...” Chúng ta có sẵn tâm an tịnh trong sạch, không sanh không diệt mà quên thành như không có. Cứ chạy theo tâm hư dối rồi tạo nghiệp đi trong luân hồi sanh tử. Bây giờ dừng tâm ấy lại, quay về Tâm chân thật, thì chấm dứt luân hồi sanh tử thôi.

Nhận ra chỗ đó rồi, Ngũ Tổ liền đưa Lục Tổ qua sông trở về phương Nam. Khi qua sông đi được một đoạn đường, có người đuổi theo giành lại y bát, trong đó có Thượng tọa Minh đuổi theo kịp. Tổ thấy thế liền nghĩ y bát là vật ấn chứng, chớ không phải tầm thường, nên Ngài để y bát trên bàn thạch, trốn vô lùm cây. Thượng tọa Minh đến, thấy y bát mừng quá tới ôm lên, nhưng ôm không được. Hoảng quá, ông đổi tâm giành y bát thành tâm câu pháp, mới thừa vào trong: “Hành giả, hành giả, tôi đến đây vì pháp chớ không phải vì y bát.” Lục Tổ nghe thế bước ra bảo: “Nếu ông muốn câu pháp thì đứng yên lặng giây lâu, ta sẽ nói cho.” Thượng tọa Minh yên lặng giây lâu, Tổ liền bảo: “Không nghĩ thiện, không nghĩ ác, cái gì là Bản lai diện mục của Thượng tọa Minh?” Ngay đó Thượng tọa Minh liền ngộ, nhận được Bản lai diện mục của mình.

Bản lai diện mục là gì? Bản là xưa, lai là nay, diện mục là mặt mày. Bản lai diện mục là mặt mày thật xưa nay. Bản lai diện mục là tên khác của Chân tâm, của Phật tánh. Khi không nghĩ thiện, không nghĩ ác, ngay đó là Bản lai diện mục rồi. Không nghĩ ác thì chúng ta đồng ý, nhưng nghĩ lành nghĩ thiện là tốt, tại sao không cho? Bởi vì chỗ cứu kính chân thật đó không cho nghĩ, còn nghĩ lành cũng là nghĩ. Khởi nghĩ là khởi niệm, khởi niệm là vọng động nên mất cái chân thật của mình. Cả hai thứ dừng lại thì cái chân thật mới hiện bày.

Nghĩ thiện nghĩ ác, nghĩ phải nghĩ quấy, nghĩ hơn nghĩ thua, nghĩ tốt nghĩ xấu, tất cả nghĩ hai bên đều phải lặng xuống, dừng lại thì cái chân thật hiện tiền. Một bài pháp hết sức đơn giản, hết sức là thực tế mà lâu nay chúng ta nghe thì nghe chớ không hiểu.

Trong kinh Phật dạy chúng sanh luân hồi trong lục đạo: địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, người, a-tu-la, trời. Chúng ta nghĩ ác thì đi xuống ba đường ác địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Nghĩ lành thì đi lên ba đường lành người, a-tu-la, trời. Đi lên hay đi xuống cũng đều luân hồi trong lục đạo, hoặc xấu hoặc tốt. Nếu chúng ta không còn khởi nghĩ đó thì đi đâu? Không nghĩ thì không tạo nghiệp, tâm trong sạch thì giải thoát sanh tử, còn muốn hỏi đi đâu!

Như vậy chúng ta thấy Thiền tông dạy rất kỹ. Rõ ràng cội gốc của luân hồi sanh tử là do ý nghiệp dấy lên, rồi khẩu nghiệp phát ra, thân nghiệp hành động. Ý, khẩu và thân ba cái đó hoạt động tạo ra nghiệp. Nếu tu Thiền thì không nghĩ thiện, không nghĩ ác. Niệm Phật tới nhất tâm hay vô niệm cũng không còn hai thứ. Vì vậy Thiền tông, Tịnh độ tông v.v... cuối cùng đều gặp nhau, nhưng trong lúc tu hành, chỗ ứng dụng có sai biệt.

Tất cả những nghĩ tưởng đều kẹt hai bên. Mở miệng nói là hai bên, cho nên trong nhà Thiền có những chuyện kỳ quái, người ta không hiểu cho là lạ lùng. Như ngài Lâm Tế Nghĩa Huyền học đạo với Thiền sư Hoàng Bá. Học cả năm trời, mà Ngài không hỏi một câu nào hết. Thủ tọa là Trần Tôn Túc thấy vậy mới gọi:

- Sư huynh tới đây học thiền, sao không hỏi Hòa thượng câu gì hết?

Ngài Lâm Tế thưa:

- Tôi không biết hỏi câu gì bây giờ?

Thủ Tọa dạy:

- Ông nên hỏi Hòa thượng: ‘Thế nào là đại ý Phật pháp?’

Ngài Lâm Tế nghe liền đáp y đánh lễ Hòa thượng và hỏi:

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

Ngài Hoàng Bá cầm gậy đập cho một gậy, đuổi đi xuống. Lần thứ hai, Thủ tọa thúc:

- Huynh lên hỏi nữa đi.

Ngài cũng đáp y lên hỏi:

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

Ngài Hoàng Bá đập cho một gậy nữa, đuổi xuống. Lần thứ ba, Thủ tọa xúi lên hỏi một lần nữa. Ngài chần chừ nhưng cũng ráng đi. Đáp y đàng hoàng, Ngài hỏi:

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

Tổ Hoàng Bá đập cho một gậy nữa, không dạy lời nào hết.

Chúng ta thấy có tàn nhẫn quá không? Đi hỏi đạo mà ba lần ăn gậy. Bây giờ chúng ta chỉ cần một bạt tai thôi, là cần nhẫn là lối không biết tới đâu. Đàng này ba lần bị đánh bằng gậy, mà Ngài vẫn kiên nhẫn chịu đựng. Tới lần thứ ba Ngài khóc, hết chịu nổi nên cuốn gói đi. Khi sắp đi, Thủ tọa hỏi:

- Huynh tính đi đâu?

Ngài đáp:

- Tôi cũng không biết đi đâu, nhưng không có duyên ở đây, phải đi vậy thôi.

Thủ tọa bảo:

- Huynh lên trình với Hòa thượng rồi hãy đi.

Nghe lời, Ngài lên trình:

- Bạch Hòa thượng, con xin đi nơi khác vì không đủ duyên ở đây.

Tổ Hoàng Bá hỏi:

- Ông định đi đâu?

Ngài thưa:

- Dạ con cũng không biết đi đâu. Vì không có duyên ở đây thì con đi thôi.

Tổ Hoàng Bá bảo:

- Ông nên đến chỗ Đại Ngu.

Khi tới núi Đại Ngu, Thiền sư Đại Ngu hỏi:

- Ông từ đâu đến?

Ngài thưa:

- Bạch Hòa thượng, con từ chỗ Hoàng Bá đến.

- Hoàng Bá đã dạy gì cho ông?

- Bạch Hòa thượng, con hỏi “thế nào là đại ý Phật pháp?”, mỗi lần hỏi đều ăn gậy, tới ba lần như vậy. Con không biết có lỗi lầm gì?

Ngay đó ngài Đại Ngu liền nói:

- Hoàng Bá thật là tâm lão bà, chỉ tốt cùng cho ông mà ông không thấy còn hỏi có lỗi, không lỗi.

Ngay đó Ngài đại ngộ, liền nói:

- Phật pháp Hoàng Bá rất ít.

Nghe câu đó ngài Đại Ngu chộp vai hỏi:

- Khi nãy ông nói có lỗi không lỗi, bây giờ thấy gì mà nói Phật pháp Hoàng Bá rất ít?

Ngài thoi vào hông ngài Đại Ngu một thoi. Đại Ngu đẩy ra bảo:

- Thày của ông là Hoàng Bá, chẳng can hệ gì đến ta.

Chúng ta thấy ngày xưa Tổ sư dạy thiền giống như trường thí võ vậy, đánh bằng gậy, thoi bằng tay. Vì vậy người thời nay lấy làm lạ quá, không biết dạy cái gì kỳ quái, cho nên có người nói Thiền tông là quái thai của Phật giáo. Sự thật vì họ không hiểu, chớ hiểu rồi mới thấy cái hay của người xưa.

Tôi chỉ điểm hay đó cho quý vị thấy. Tại sao ba lần ngài Lâm Tế hỏi, ba lần Tổ Hoàng Bá đánh, mà ngài Đại Ngu lại nói Hoàng Bá tâm lão bà, vì ông chỉ chỗ tốt cùng mà ông còn nghi có lỗi không lỗi. Chỉ chỗ tốt cùng là chỗ nào? Hỏi đại ý Phật pháp tức là chỗ trọng tâm, chỗ tốt cùng của Phật pháp, chỗ đó làm sao? Bởi chỗ ấy không còn hai bên, mà vừa khởi hỏi là đã hai bên rồi, cho nên ăn gậy. Nếu Ngài trả lời cái gì thì cũng rơi vào hai bên, nên chỉ có đập.

Nhưng ngài Lâm Tế không nhận được ý này. Chờ tới chỗ ngài Đại Ngu, ngài Đại Ngu nói: Hoàng Bá thương ông như mẹ thương con, chỉ chỗ tốt cùng cho ông mà ông còn nghi có lỗi không lỗi. Nghi có lỗi không lỗi là hai bên. Vừa nói tới đó Lâm Tế trực nhận chỗ tốt cùng không còn hai bên. Đó là đại ý của Phật pháp, tức thì Ngài ngộ đạo. Khi Đại Ngu hỏi ông thấy đạo lý gì mà nói thế, Lâm Tế biết mở miệng trả lời là hai bên, nên thoi một thoi, đó là cách trả lời đầy đủ nhất.

Người mới đọc sử Thiền lấy làm lạ lắm, không thể nào hiểu nổi. Nhưng hiểu rồi mới thấy lý sâu thẳm bên trong. Vì vậy tông Lâm Tế truyền mãi cho tới các Tổ Việt Nam cả ngàn năm, vẫn không mất ý nghĩa sâu thẳm đó.

Thiền là dừng cả hai bên, ngay đó là Bản lai diện mục của mình. Dừng hai bên là hết nghiệp, hết nghiệp là giải thoát sanh tử, rõ ràng như vậy. Khi chúng ta hiểu được lý Thiền rồi, mới hiểu được các thủ thuật kỳ đặc của chư Tổ, đó không là quái thai Phật giáo như người ta tưởng, mà là hiện thực sống động lý thú vô cùng. Chúng ta đọc kinh nhiều quá, cứ tìm hiểu với tánh cách triết lý, nên không thấy được Bản lai diện mục của mình. Còn Tổ chỉ thẳng vì vậy mà dễ thấy. Cho nên Kinh và Thiền không khác, đều cốt chỉ dạy chúng ta dừng tâm xao xuyên loạn động. Lặng hết, không còn một niệm hai bên, đó là chỗ tốt cùng.

Việt Nam chúng ta chịu ảnh hưởng Phật giáo Thiền tông từ thế kỷ thứ sáu mãi đến thế kỷ thứ mười chín, hơn một ngàn năm. Nếu ra Bắc hay Trung, chúng ta thấy chùa nào cũng nhận là kế thừa tông Lâm Tế hoặc tông Tào Động. Thiền tông truyền sang Việt Nam ngót một ngàn năm, thế mà tới ngày nay còn không? Như vậy Thiền tông truyền thừa đến Việt Nam cả ngàn năm, nhưng nhìn lại chỉ đời Lý, đời Trần có vẻ gần gũi, nên chúng tôi đặt trọng tâm vào việc khôi phục Thiền tông đời Trần.

Có những lý do mà tôi muốn khôi phục Thiền tông đời Trần.

Thứ nhất đức Phật mà chúng ta lễ bái mỗi đêm là một Hoàng thái tử ở Ấn Độ đi tu. Ngài từ bỏ kế thừa ngai vàng, bỏ tất cả những hạnh phúc thế gian để tìm đạo. Khi Ngài tìm được đạo rồi Ngài đem ra giảng dạy cho người sau. Con đường của Ngài quả là siêu thoát, vượt tất cả phàm trần. Thế mà bây giờ có nhiều khi chúng ta bị kết tội làm nghề thầy chùa, thật đáng buồn. Tại sao?

Bởi vì thầy được Phật tử mời tới cúng tuần, cúng giỗ rồi Phật tử cúng lại tiền. Người tu thấy việc ấy rất bình thường, nhưng với con mắt thế gian người ta thấy có sự trao đổi trong đó. Vì thế chúng tôi muốn làm sao Tăng Ni Phật tử Việt Nam phải là những người cao thượng siêu thoát chứ không tầm thường như vậy. Bởi chúng ta là đệ tử Phật, đi theo con đường Phật đã đi, mà con đường Phật đi là con đường siêu xuất thế gian, chứ đâu tầm thường như vậy được.

Do đó chúng tôi lấy tinh thần đời Trần làm gốc. Vì sao? Vì đời Trần chúng ta cũng có một vị Vua đi tu. Ngài cũng từ bỏ ngai vàng, sách sử ghi lại vua Trần Nhân Tông xem ngai vàng như dép rách, tức Ngài từ bỏ một cách không nuôi tiếc, đủ biết Phật giáo với cái nhìn của các ngài cao siêu tới đâu. Tất cả những thứ tầm thường của thế gian, như địa vị danh vọng tiền của v.v... không gì quý bằng đạo, vì thế Ngài mới đi tu.

Giờ đây chúng ta nương theo tinh thần cao thượng của người xưa để xứng đáng là con cháu trong nhà Thiền. Người xưa đã thế thì chúng ta cũng phải cố gắng như vậy. Do đó tôi lấy tinh thần Thiền tông đời Trần làm tiêu chuẩn, để khuyến khích chư Tăng Ni tu phải cao thượng giống như người xưa. Đó là lý do thứ nhất.

Thứ hai là thời Trần không chỉ người xuất gia tu mới ngộ đạo mà kẻ cả cư sĩ tu cũng ngộ đạo như thường. Đó là hình ảnh Tuệ Trung Thượng Sĩ, một cư sĩ ngộ được lý Thiền. Khi sắp tịch Ngài nằm ngựa giữa, tỳ thiếp vây quanh khóc lóc. Một hồi Ngài mở mắt ra bảo lấy nước súc miệng. Súc miệng xong, Ngài ngồi dậy quở: “Ta đi có nơi về có chốn, tại sao các người làm nhiều loạn Chân tánh của ta?” Nói rồi, Ngài nằm xuống nhắm mắt đi. Mọi người im lặng, không ai dám làm kinh động nữa.

Chúng ta mới thấy Phật giáo đời Trần là Phật giáo bình đẳng trong sự tu chứng, hàng xuất gia cũng như tại gia tu đều có thể ngộ đạo hết. Cho nên tôi lấy đó làm tiêu

chuẩn cho tất cả Tăng Ni tu, đồng thời khuyến khích Phật tử cùng tu, không bỏ một ai. Ở Trung Hoa có ông Bàng Long Uẩn, một cư sĩ tu Thiền ngộ đạo, cả nhà chết một cách tự tại. Việt Nam chúng ta cũng có một cư sĩ sanh tử tự do. Như vậy để chúng ta tự vui rằng, nơi khác có người tu hay, ở Việt Nam cũng có những người tu tốt. Đó là chỗ quan trọng mà chúng tôi chú ý.

Nói tới Thiền tông Việt Nam, nhất là Thiền tông đời Trần ta không thể không nhắc tới Tuệ Trung Thượng Sĩ. Vì Tuệ Trung Thượng Sĩ là thầy của Thái tử Trần Khâm, tức vua Trần Nhân Tông sau này. Một hôm, Thái tử hỏi Tuệ Trung Thượng Sĩ:

- Bạch Thượng Sĩ, thế nào là chủ yếu của người tu thiền?

Thượng Sĩ đọc một câu chữ Hán:

- Phản quan tự kỷ bốn phận sự, bất tùng tha đắc.

Nghĩa câu ấy là quay lại soi sáng mình đó là phận sự chánh, không phải từ ngoài mà được. Như vậy phản quan tự kỷ đúng với tinh thần thiền mà Tổ Đạt-ma đã truyền cho Tổ Huệ Khả. Các kinh Phật cũng dạy người tu phải quay lại mình chớ không cầu nơi khác. Thái tử Trần Khâm lãnh hội được yếu chỉ đó, trở về lên ngôi Vua cũng lấy đó làm phương châm cho việc đời việc đạo. Khi hoàn thành trọng trách đối với đất nước dân tộc, Ngài nhường ngôi lại cho con rồi đi tu. Thế là Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử ra đời và Ngài là Sơ Tổ Trúc Lâm.

Ngài có làm bài phú Cư Trần Lạc Đạo, bài phú kết thúc bằng bốn câu thơ:

Cư trần lạc đạo thả tùy duyên,  
Cơ tắc san hê khôn tác miên.  
Gia trung hữu bảo hưu tầm mịch,  
Đối cảnh vô tâm mạc vấn thiền.

Tạm dịch:

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

Cư trần lạc đạo thả tùy duyên tức là ở trong cõi trần muốn vui với đạo phải tùy duyên. Tùy duyên là sao? Đói đến thì ăn mệt ngủ liền. Có người nào đói mà không ăn, mệt mà không ngủ đâu. Nhưng thật sự câu này rất khó làm đúng như ý nghĩa của nó. Có một Thiền sư tu trên núi nhiều năm, khi xuống núi có người hỏi:

- Ngài ở núi làm những việc gì?

Ngài nói:

- Đói ăn mệt ngủ.

Người kia thưa:

- Việc đó tôi làm cũng được.

Ngài nói:

- Tuy vậy mà không được.

- Tại sao?

- Bởi vì người đời đói không chịu ăn, mệt không chịu ngủ, còn ta thật sự đói ăn mệt ngủ.

Điều này đối với thế gian quả thật không đơn giản. Mỗi bữa ăn phải có một cốc rượu, nếu không có rượu thì không chịu ăn. Hoặc trên mâm cơm phải có ớt, bữa nào thiếu ớt là ăn không ngon. Đó là chưa kể những người khó tánh, bữa nào dọn cơm không vừa ý, chẳng những không ăn mà còn cần nhằn nặng nề nữa. Như vậy đói có chịu ăn đâu. Đến ngủ, mệt có chịu ngủ chưa? Hay nằm xuống nhớ chuyện hôm qua hôm kia, chuyện năm trên năm dưới, nhớ lằng xằng cả nửa giờ mới ngủ được. Đó là mệt không chịu ngủ. Như vậy là chưa tùy duyên.

Tùy duyên là đói đến có cái gì ăn cái nấy, mệt nằm ở đâu ngủ cũng ngon. Đó mới gọi là tùy duyên. Nói đói ăn mệt ngủ không phải chỉ thế thôi, nghĩa là chúng ta xử sự mọi việc đến với mình, không phải suy đi tính lại nhiều lần. Cái gì đến giải quyết liền, không suy nghĩ tính toán, mất thời giờ.

Gia trung hữu bảo hựu tầm mịch, nghĩa là trong nhà có hòn ngọc sẵn, chớ tìm kiếm ở đâu xa. Chúng ta ngỡ rằng tu muốn thành Phật phải lên non, lên rừng mới được. Nhưng Phật ở đâu? Trong nhà Thiên thường nói “cống Phật đi tìm Phật” hay “cõi trâu tìm trâu”. Phật chính ngay nơi tâm mình. Ngay tâm không sanh diệt là tánh Phật của chúng ta. Ai cũng có nhưng vì vọng tưởng phiền não che lấp nên không thấy. Bây giờ lặng hết những thứ khuấy lấp, tự nhiên nó hiện tiền, không nghi ngờ.

Đối cảnh vô tâm mạc vấn thiên. Đối cảnh tức là mắt tai mũi lưỡi thân, tiếp xúc với năm trần sắc thanh hương vị xúc, đừng dính đừng mắc thì hỏi chi Thiên, bởi vì ngay đó là Thiên rồi, đúng như chỗ Lục Tổ ngộ trong kinh Kim Cang “Bất ưng trụ sắc sanh tâm...”. Chúng ta thấy hệ thống Thiên từ cổ chí kim không hai, nhưng phương tiện truyền bá chỉ dạy có khác. Cho nên Thiên tông là gốc của đạo Phật, không nghi.

Trong kinh Lăng Nghiêm khi ngài A-nan hỏi Phật:

- Bạch Thế Tôn, cái gì là cội gốc của phiền não luân hồi? Cái gì là cội gốc của Bồ-đề Niết-bàn?

Lúc đó đức Phật Thích-ca không trả lời, nhưng mười phương chư Phật “dị khẩu đồng âm” đều xướng lên rằng:

- Nay A-nan, cội gốc phiền não luân hồi sanh tử là sáu căn của ông, cội gốc của Bồ-đề Niết-bàn cũng là sáu căn của ông.

Cho nên đối cảnh vô tâm là sáu căn đối với sáu trần không dính không mắc, đó là Thiên, là cội gốc giải thoát Bồ-đề, chớ có gì lạ. Như vậy tu Thiên đâu khác với những gì Phật dạy.

Chúng tôi hiện giờ dạy tu như thế nào? Với tinh thần phản quan tự kỷ hay tinh thần của Tô Huệ Khả, nhìn lại tâm mình biết nó hư dối, tự tan biến đó là an tâm. Vì vậy Thiên sư Vô Nghiệp khi được hỏi câu gì, Ngài đều trả lời “Chớ vọng tưởng!” Giờ đây chúng tôi dạy Phật tử cũng như Tăng Ni tu phải nhìn lại tâm của mình. Nếu ngồi Thiên vừa thấy nó dấy lên thì nói vọng tưởng không theo, như vậy mà buông xả. Đó là trong thời gian tọa thiền ban đầu.

Khi ứng dụng bên ngoài, làm việc gì hay đi đâu chúng ta cũng đừng để dính mắc với các trần cảnh. Nhưng nhiều Phật tử nói, con làm ngành này, ngành kia mà bảo vô tâm sao được. Tôi nói không khó, vô tâm ở trường hợp nào, còn trường hợp nào không vô tâm. Thí dụ người làm kế toán phải tính việc này, việc nọ nhưng nếu khéo tu, làm việc gì chỉ chú tâm vào việc đó, không cho một niệm khác chen vào. Tuy rằng chưa được vô tâm, nhưng chính lúc đó đã giảm loạn tưởng. Nếu khéo hơn thì trong việc làm ví dụ lái xe, ta cứ ngó thẳng, không suy nghĩ, không lo ra việc khác, đó là tu rồi.

Chúng ta thường có bệnh lo ra, đang làm việc này lại nghĩ việc kia, cho nên tâm lộn xộn không làm chủ được. Khi đặt mình trong một hoàn cảnh nào, làm một việc gì thì chú tâm vào đó, vừa nghĩ khác là bỏ, đó là khéo tu. Tuy rằng chưa vô tâm trọn vẹn, nhưng chúng ta đã gạt lọc được những niệm không ích lợi, làm chủ không để nó lồi. Như thế có mất mình đâu, đó là cách tu trong bận rộn. Dần dần chúng ta làm chủ được trọn vẹn, mới vô tâm đối với sáu trần, chớ không tập từng bước thì tu không thể tiến được.

Đường lối tu Thiên là đường lối của Phật Tổ dạy, không phải ai tự đặt riêng. Chỉ khác ở thủ thuật độ người của chư Tổ thôi, nếu hiểu một ngài tức là hiểu tất cả, còn không hiểu thì đọc hoài cũng không biết gì. Chúng tôi nghĩ rằng, tất cả chúng ta hữu duyên với Phật, với Tổ nên ngày nay mới được học những lời Phật Tổ còn ghi chép lại. Nếu chịu khó nghiên ngẫm ứng dụng tu, nhất định chúng ta sẽ lãnh hội được thâm ý của các ngài. Theo đó tu tiên thì chắc chắn sẽ được an lạc giải thoát.

Mong tất cả chúng ta cố gắng thực hành, để đời mình hết khổ và giúp người hết khổ. Được vậy trên đường tu tiên chúng ta xứng đáng là đệ tử Phật.

# LỄ GIỖ TỔ CỔ HÒA THƯỢNG THÍCH THIỆN HOA LẦN THỨ 28

*Thiền viện Thường Chiếu năm Canh Thìn - 2001*

Cùng tất cả Tăng Ni và Phật tử,

Nhân ngày lễ húy kỵ cố Hòa thượng Viện trưởng thượng Thiện hạ Hoa, là bậc thầy của chúng tôi, tôi sẽ nói về ý nghĩa nhớ ơn và đền ơn. Qua đó tất cả hiểu được trách nhiệm của người con Phật, phải làm những gì để tròn bổn phận của mình.

Năm này tôi không kể về tư cách, hành trang của Hòa thượng, mà tôi nói rõ ý nghĩa nhớ ơn và đền ơn của người con Phật, từ xuất gia cho đến tại gia. Như chúng ta đã biết đạo Phật phát xuất từ đức Bổn sư Thích-ca Mâu-ni. Ngài là vị Hoàng tử thối thác, muốn tìm ra một lối đi để tự giải quyết cho mình và mọi người vấn đề làm sao thoát khỏi thân phận con người. Cho nên Ngài từ giã hoàng cung tầm đường học đạo.

Khi ra đi Ngài phải cắt đứt hết tình nghĩa cha con, vợ chồng, anh em... một việc làm thật là phi thường, mãnh liệt. Như vậy nếu không can đảm rút áo ra đi trước nỗi đau khổ của cha mẹ, vợ con, anh em thì chắc rằng trên đường tìm đạo Ngài không bao giờ thành công. Do cương quyết nên Ngài dứt khoát tự mình vào rừng sâu núi thẳm để tìm một lẽ thật, mà lâu nay chưa ai tìm ra.

Giai đoạn đầu Ngài học với các vị thầy ngoại đạo, nhưng đức Phật thấy những vị này chưa đạt được chỗ mình mong muốn nên Ngài từ giã ra đi. Sau đó Ngài tự tu khổ hạnh, vì nghĩ rằng khi thân này bị hành hạ, điều đứng khổ đau, biết đâu sẽ lóe lên ánh sáng của đạo. Bởi nghĩ thế nên Ngài tận lực tu khổ hạnh. Trong kinh kể mỗi ngày đức Phật chỉ ăn một ít mè, một ít bắp thôi. Do đó sức khỏe đi đến kiệt quệ, không còn đứng vững nữa. Trải qua mấy năm trời, khổ hạnh không đưa Ngài đến giác ngộ, không giải quyết được điều Ngài nghi ngờ.

Sau đó Ngài từ bỏ khổ hạnh trở lại cuộc sống tu hành bình thường. Cuối cùng Ngài đến cội bồ-đề thiền định bốn mươi chín ngày đêm. Đến đêm thứ bốn mươi chín, bỗng nhiên Ngài giác ngộ, giải quyết được tất cả những vấn đề then chốt về con người. Ngài tuyên bố đã giác ngộ và liên tục giáo hóa chúng sanh suốt bốn mươi chín năm. Đến tám mươi tuổi, sức không còn nữa Ngài mới từ bỏ cõi đời, nhập Niết-bàn miên viễn.

Qua lịch sử của đức Phật, chúng ta thấy nếu không có người đầu tiên hi sinh tình cảm gia đình, quyền thuộc đi tìm đạo, học đạo, tu đạo, thành đạo thì ngày nay làm sao chúng ta biết được lối thoát khỏi dòng sanh tử đau khổ. Như vậy mới thấy cả một cuộc đời đức Phật là một cuộc đời hi sinh. Hi sinh cho mọi chúng sanh.

Ngày nay chúng ta muốn tu theo đạo Phật, chỉ cần giữ quyền kinh, liền nhận được những lời dạy của Ngài. Đức Phật chỉ tường tận đường lối tu hành để được giác ngộ giải thoát. Chúng ta học đạo so với Phật quá dễ dàng, rút ngắn chặng đường tìm đạo rất dài rất khổ nhọc. Đức Phật đã trải qua bao nhiêu gian truân khổ nhọc, còn chúng ta chỉ cần chăm chỉ theo lời dạy của Ngài ứng dụng tu là đạt được chỗ giác ngộ mà Phật đã dày công tìm kiếm.



Như vậy chúng ta đã qua được hai chặng đường, chặng đường tìm đạo, chặng đường khổ hạnh. Chỉ còn chặng thứ ba là hiểu thấu đáo lời Phật dạy để ứng dụng tu cho được như Phật thôi. Vì thế nói tới công ơn của đức Phật là công ơn đầu tiên trên đường tu của hàng Phật tử chúng ta. Nếu không có đức Phật thì làm gì mình biết con đường tu để được giác ngộ giải thoát. Nhờ ân đức đó mà chúng ta yên lòng nương tựa chánh pháp tu hành, khỏi lo lạc theo tà ma ngoại đạo, khỏi phải hi sinh khổ hạnh để tìm ra mỗi đạo. Cho nên công ơn của đức Phật đối với chúng ta thâm sâu vô kể.

Trong hai mươi lăm thế kỷ qua, Ngài không thể trực tiếp dạy chúng ta nữa thì nhờ đến chư Tổ, tức hàng đệ tử tuân tự nối nhau, trực tiếp dạy dỗ chúng sanh thế Phật. Từ Ấn Độ các Tổ tiếp tục trao truyền đạo Phật đến Trung Hoa Việt Nam và các nước trên thế giới. Cho nên chư Tổ là những vị mỗi đền nối đuốc, truyền trao chánh pháp của Phật trải qua hơn hai mươi lăm thế kỷ. Thế nên chư Tổ cũng không biết bao nhiêu lao nhọc để duy trì chánh pháp, truyền bá chánh pháp khắp mọi nơi, mọi thời. Đó là công ơn lớn lao của chư Tổ.

Như vậy chúng ta mang ơn Phật, mang ơn chư Tổ vô cùng. Nhờ Tổ Tổ truyền trao liên tục đến đời chúng ta, nên mình mới được sự tu hành như ngày nay. Chỉ riêng tôi thôi, tôi tự đặt câu hỏi nếu Hòa thượng Viện trưởng - Thầy của tôi - không chấp nhận cho tôi xuất gia tu hành theo Ngài, thì ngày nay không biết thân phận tôi ra sao, không biết thành cái gì, là rom là rác...

Chính nhờ Thầy độ tôi xuất gia, dạy đạo lý nên ngày nay tôi mới biết đường tu hành và chỉ dạy lại cho Tăng Ni Phật tử cùng tu. Nếu Hòa thượng không nhận tôi ở chùa Phật Quang, tôi sẽ đi chùa khác, không biết bây giờ tôi có biết được Phật pháp và hiểu đường lối tu hành rõ ràng sáng tỏ như hôm nay không? Nếu gặp chùa chuyên cúng kính, hoặc làm những việc của một ngôi chùa quê, chẳng hiểu giờ này tôi có còn tu không?

Nhìn lại công của Thầy, tôi thấy lớn lao vô kể. Một đời mình đi tu, nếu không gặp được vị thầy chân chánh, không được thầy chỉ dạy đạo lý tu hành, thì đời tu của mình không biết đi tới đâu. Người hướng dẫn cho mình là gánh cả một trách nhiệm lớn lao, có thể làm sống lại một cuộc đời mới trong đạo. Cho nên nếu không gặp thầy chân chánh, có khi uổng đi một kiếp tu vô nghĩa.

Bởi vậy đối với bậc thầy, người đã vì mình chỉ dạy đường lối tu hành, đem lại một cuộc sống đạo đức cho mình, chỉ một hướng đi để mình ra khỏi khổ đau của cuộc đời, dù chúng ta có làm gì cũng không thể đền đáp nổi công ơn của thầy. Công ơn cha mẹ rất lớn, nhưng công ơn cha mẹ chỉ sanh một đời chúng ta. Còn công ơn bậc thầy sáng suốt, mở lối cho mình thoát khỏi trầm luân sanh tử, sanh ra giới thân tuệ mạng cho mình, đời đời an vui hạnh phúc. Công ơn này so với công ơn cha mẹ quả thật lớn lao vô kể.

Bởi vậy mỗi khi nhớ tới công ơn của Thầy tôi, tôi xúc động không ngăn được nước mắt. Bởi vì nếu không có Thầy thì ngày này đời tôi thật không dám nghĩ tới. Thầy chẳng những cứu chúng ta trong một đời mà còn cứu trong muôn kiếp, chỉ dẫn chúng ta một hướng đi giải thoát mọi sự trôi buộc khổ đau. Vậy mà mình không nhớ, không biết ơn thì hỏi còn nhớ, còn biết ơn ai?

Ơn Phật, ơn Tổ, ơn Thầy, nhất là ơn thầy người trực tiếp chỉ dạy mình tu, giúp chúng ta biết con đường giải thoát sanh tử, thì cao cả lớn lao kể sao cho hết. Càng nhắc,

càng nhớ công ơn người xưa chúng ta càng thấy thâm trầm, sâu thẳm không thể lường được. Đó là ý nghĩa nhớ ơn Sư trưởng.

Tôi thường nói ai tu có kết quả mới là người biết ơn thầy. Còn người không quyết tâm tu, không đi đường chân chánh thì không bao giờ thấy được công ơn thầy. Họ không muốn đi đường thẳng nên thầy có giúp cũng không được đâu, cho nên họ không cần nghĩ, không cần biết tới thầy. Chỉ ai quyết chí tu, có những tiến bộ cụ thể trong việc tu hành, người đó mới thấy ân đức của bậc thầy là trời bể, chớ không phải thường. Nghĩ tới công đức đó, không lúc nào chúng ta dám lơ lửng với bốn phận của một người tu. Đó là tôi nói về phần biết ơn, nhớ ơn.

Bây giờ tới phần đền ơn. Muốn đền ơn Phật, đền ơn Tổ, đền ơn thầy, chúng ta phải làm sao? Thường trong kinh hay nói, đền ơn Phật là đền ơn không đền. Tại sao đền ơn không đền? Bởi vì đức Phật giác ngộ rồi, Ngài quyết tâm làm sao cho sự giác ngộ đó mọi người cùng hưởng, cùng giác ngộ như mình. Một đời mấy mươi năm gần gũi quá, Ngài không làm tròn hết được, nên mong những đồ đệ sau tiếp tục làm cái việc Ngài đang làm còn dang dở.

Như vậy người sau gánh vác cho tròn, làm cho tốt những gì Phật mong mỏi, đó là đền ơn Phật. Nói đền ơn nhưng có làm gì cho cá nhân Phật đâu? Chúng ta chỉ giúp người sau được giác ngộ như Phật. Đọc sử, tôi thấy sau khi có những đồ đệ ngộ đạo, chúng A-la-hán rồi, Phật bắt buộc mỗi người phải đi giáo hóa mỗi nơi, không được đi chung, để làm trách nhiệm của mình. Rõ ràng tâm của Phật muốn, khi một ngọn đèn đã cháy thì ngọn đèn thứ hai tới rồi. Rồi, ngọn đèn thứ hai phải được mang tới những chỗ tối tăm cho người khác mờ, không tụ hội một chỗ. Một chỗ sáng còn trăm ngàn chỗ tối thì lợi ích không bao nhiêu. Vì vậy Phật bắt buộc chư Tỳ-kheo ngộ đạo rồi, mỗi người đi mỗi phương tùy duyên giáo hóa. Đó là đem những ngọn đèn đã được mờ, soi sáng những nơi còn tối tăm để họ cùng mờ.

Biết rõ tâm huyết độ sanh của đức Phật như vậy, hàng đệ tử chúng ta phải làm sao? Chư Tổ đã làm tròn trách nhiệm rồi, còn chúng ta thế nào? Thời Phật tại thế, Phật giáo chỉ truyền quanh vùng sông Hằng ở Ấn độ. Sau khi Phật niết-bàn đồ đệ của Ngài đã truyền lan dần khắp nước Ấn và tiếp tục lan sang các nước khác như Tích Lan, Miến Điện, Thái Lan, Campuchia, Trung Quốc, Việt Nam, Nhật Bản, Triều Tiên v.v... Sự truyền bá rộng như vậy không phải là việc của Phật mà là của hàng đệ tử Ngài. Những vị ấy xứng đáng lãnh trách nhiệm đền ơn Phật, bằng cách nối đèn trao đuốc cho mọi người được thấp sáng.

Đến như ngày nay, tôi nhớ lúc hợp tác với quý thầy để mở Phật học viện Huệ Nghiêm, quan niệm của tôi là Tăng Ni vào Phật học viện phải được nuôi nấng đầy đủ để sự học hành có kết quả tốt đẹp. Vì vậy chúng tôi xin với Hòa thượng Giám đốc và Thầy chúng tôi là Phật học viện Huệ Nghiêm chỉ thu ba chục Tăng thôi, bên Ni ở Dục Sư cũng thế. Qui định như vậy vì khả năng lo của chúng tôi và sự ủng hộ của Phật tử có giới hạn. Nhưng Thầy tôi bảo: “Thanh Từ phải biết một con trâu cũng tốn một thảng chăn, cả bầy trâu cũng tốn một thảng chăn.” Lời cảnh tỉnh ấy suốt đời tôi không quên.

Ý Thầy tôi muốn việc giáo hóa phải mở rộng chớ không giới hạn, khu biệt trong phạm vi nhỏ. Vì vậy Phật học viện Huệ Nghiêm năm đầu, số Tăng sinh chỉ ba chục, nhưng sang năm thứ hai thứ ba lên tới ba trăm. Bởi vì bản nguyện của Thầy tôi muốn Phật pháp mở rộng, làm sao cho mọi người biết được chánh pháp. Đó là điều các bậc thầy

của chúng ta cuu mang, lo lắng. Song những việc đó, quý ngài không thể làm hết được nên rất trông cậy ở người sau.

Chúng ta sống ở thế gian bao nhiêu năm, nghe toàn những chuyện thế tục tầm thường. Bước vào đạo học những lời Phật dạy, thật chưa từng được nghe chưa từng được biết. Tôi nhớ hoài một buổi khuya đọc kinh Lăng Nghiêm, tự nhiên tôi rơi nước mắt. Phật dạy hay như vậy, chân thật như vậy, mà đến bây giờ mình mới biết! Quả là Phật pháp siêu thoát phi thường sẵn ở trước mắt mình. Vì vậy tôi xúc động quá.

Những bậc thầy của chúng ta cũng vì thấy được cái hay, cái cao siêu của Phật pháp nên không muốn nó mai một. Vì vậy quý ngài nhắc nhở hàng đệ tử cố gắng tu hành, cố gắng truyền bá, đừng để Phật pháp bị tiêu vong. Việc làm này không nhằm vào lợi ích riêng mà nhằm vào chánh pháp. Lẽ thật của cuộc đời phải được phổ biến khắp mọi nơi để đem lại cuộc sống an lành cho mọi người.

Người trước đã thiết tha như vậy, tới đây chúng ta phải làm sao? Chẳng lẽ học hiểu được bao nhiêu, chúng ta an phận tự tu, không nghĩ tới ai hết. Đó là mầm tiêu nha bại chủng, có lỗi rất lớn với tiền nhân. Bởi vậy người có trách nhiệm phải nghĩ đền ơn Phật, đền ơn Tổ, đền ơn Thầy. Muốn thế, không phải cất chùa to dựng Phật lớn, mà làm sao chúng ta nối tiếp ngọn đuốc của chư Tổ đem lại ánh sáng cho mọi người. Từ trong chỗ âm u mờ tối, họ thắp được ngọn đuốc chánh pháp sáng lên thì hết mê lầm đau khổ. Đó là chúng ta đền ơn Phật, ơn Tổ, ơn Thầy.

Do đó, tôi nghĩ bốn phận của mình phải làm sao cho mọi người cùng thấy biết được chánh pháp như mình đã thấy. Vì thế tôi đặt tên các Thiền viện Thường Chiếu, Linh Chiếu, Viên Chiếu, Huệ Chiếu, Phổ Chiếu v.v... để gợi gắm vào đó ước mong Phật pháp được soi sáng khắp mọi nơi, bằng mọi cách. Còn các hình thức chùa chiền v.v... chỉ là phương tiện thôi, không thể đền ơn Phật Tổ được.

Trao đèn mỗi đuốc là nói lên ánh sáng trí tuệ. Chúng ta mỗi ngọn đuốc đó từ ngàn xưa, chư Tổ đã mời được truyền đến chúng ta. Không để ngọn đuốc tắt nên chúng ta có bốn phận phải duy trì và truyền nối. Làm sao cho ngọn đuốc ấy vẫn tiếp tục cháy, mãi tiếp tục cháy, thắp sáng trong cõi trần gian ánh sáng trí tuệ giác ngộ giải thoát của chư Phật.

Chư Tổ thường nhắc câu Truyền đăng tục diệm. Truyền đăng là trao đèn, tục diệm là nối đuốc. Làm sao cho ngọn đèn chánh pháp, ngọn đèn trí tuệ của Phật Tổ thắp sáng mãi trên thế gian này. Đó là bốn phận của chúng ta. Nhiều tu sĩ cho rằng việc tạo lập chùa to Phật lớn, làm việc từ thiện... là đền công ơn sâu dày của Phật Tổ. Đó chỉ là tu trên hình thức, được phước báo nhân thiên, không thể hiện được tinh thần giác ngộ giải thoát của đạo Phật.

Đạo Phật cốt trao đèn mỗi đuốc, tức đem trí tuệ của Phật hướng dẫn mọi người cùng mở sáng con mắt trí tuệ của mình. Đó là bốn phận chánh yếu của người tu. Về điểm này, nhiều khi thấy như tôi cũng có mâu thuẫn. Lúc trước từ Chân Không xuống Thường Chiếu, tôi thường nói người tu Phật nghĩ cất chùa to Phật lớn, nhưng tôi thì không. Tôi chỉ nghĩ làm sao Tăng Ni Phật tử học, hiểu, tu được, đó là trọng tâm. Nhưng bây giờ Thiền viện nào do tôi dựng lập cũng to lớn cả, thế là tôi đã bị mâu thuẫn rồi.

Nhưng thật ra tôi không kêu gọi Phật tử nơi này nơi nọ, cho tiền tôi cất chùa to thỉnh Phật lớn. Bởi tôi thấy Tăng Ni, Phật tử tu thiền càng ngày càng đông. Chánh điện,

Thiền đường, Tăng đường, Giảng đường... không đủ chỗ dung nên buộc lòng tôi phải cất thêm để quý vị có chỗ tu tập. Trước sau mục đích của tôi vẫn là tạo mọi điều kiện thuận lợi cho Tăng Ni có chỗ tu học đến nơi đến chốn. Như vậy tôi mới hài lòng.

Việc làm này cũng vì nhắm thẳng vào Tăng Ni, Phật tử, chớ tôi không có ý gây dựng di tích to lớn để có tiếng với đời. Vì hoàn cảnh bắt buộc nên chúng tôi phải làm như vậy. Có được một số Tăng Ni hiểu Phật pháp đúng như lời Phật dạy, ứng dụng tu có kết quả rồi chỉ dạy lại cho người sau, để ngọn đèn chánh pháp sáng mãi trên trần gian. Đó là sở nguyện của tôi, cho nên những chữ Chiêu là ước nguyện tôi gởi gắm cho Tăng Ni. Vì vậy việc làm của tôi mới nhìn như mâu thuẫn, nhưng sự thật không phải vậy.

Chúng ta tu là từ một con người tối tăm ngu muội, trở thành con người sáng suốt thanh tịnh. Ngày bước chân vào đạo mờ mờ mịt mịt, qua một năm hai năm, năm năm mười năm, trí tuệ càng ngày càng sáng, càng soi rọi chung quanh cho mọi người cùng thấy. Đó mới là điều thiết yếu.

Chúng ta tu không phải cầu phước đời sau, cũng không mong lợi lộc đời này, mà tu chỉ để giác ngộ. Lâu nay, chúng ta lầm lẫn cứ nghĩ phải giác ngộ như Phật, đêm nào ngồi thiền bỗng bừng sáng, được Tam minh Lục thông... mong như vậy là quá đáng. Tại sao? Bởi vì trước Phật không có người thấy được lẽ thật, nên Ngài tìm tòi và bừng sáng lẽ thật ấy, gọi là giác ngộ. Từ đó, Ngài dạy lại mọi người truyền mãi tới chúng ta. Lẽ thật đó Phật đã chỉ ra, chúng ta chỉ cần suy gẫm thì sẽ thấy rõ. Cũng như những nhà khoa học, khi họ phát minh được một vấn đề gì, họ đặt thành công thức. Người sau đâu cần phát minh lại công thức đó nữa, chỉ cần thuộc lòng rồi ứng dụng đúng thôi.

Ví dụ Phật dạy tất cả pháp là Vô thường. Bây giờ chúng ta nghiên ngẫm từ con người cho tới sự vật, tất cả những gì có hình trên thế gian có phải đều vô thường không? Đó là chúng ta thấy đúng như lời Phật dạy. Đức Phật dạy các pháp Duyên sanh. Chúng ta nghiên ngẫm thấy rõ không một sự vật nào bỗng dưng mà có, tất cả đều do duyên tụ hợp. Đã do duyên tụ hợp thì nó không có chủ thể, không cố định nên tạm bợ giả dối. Thấy tốt cùng như vậy là chúng ta thấy được lời Phật dạy.

Chúng ta cần tìm giác ngộ ở đâu nữa? Thế mà có nhiều người cứ mơ ước giác ngộ, trong khi không biết giác ngộ là gì. Tu là phải thấu đáo những gì đức Phật dạy, nghiên ngẫm nhận xét thấu đáo rồi mới thấy lời Phật dạy chắc thật, không nghi ngờ gì nữa. Như vậy trên đường tu mới không thối chuyễn.

Người giác ngộ được lý vô thường, tất cả danh vọng, tài sắc... làm gì quyến dụ họ được. Luôn luôn nghĩ nhớ ngày mai ta sẽ chết, thì đâu còn gì để ham thích, đâu còn gì để nghĩ ngợi. Nhớ các pháp duyên sinh không có chủ thể, nên mọi thứ tạm có như bóng, như sương. Sắc đẹp, danh vọng, tiền tài... đều huyễn hóa, cái gì dụ dỗ được ta? Đó là người đã giác rồi, mới không làm việc thế gian.

Người học vô thường học nhân duyên, mà chạm đâu dính đó là đã giác chưa? Chưa giác, chỉ học thuộc lòng công thức rồi trả bài thôi, không thực hành, không ứng dụng, học như vẹt chớ không được lợi ích gì hết. Chúng ta tu Phật phải biết Văn rồi Tu, tư rồi Tu. Nghe hiểu nghiên ngẫm rồi thực hành, đó mới đúng là người học Phật.

Chúng ta có bệnh đổ thừa cho nghiệp. Tại nghiệp dẫn, chớ tôi không muốn. Thật ra đó là người yếu đuối, chỉ học Phật ở bên ngoài chưa thấm sâu vào tâm trí. Nếu rõ biết các pháp như huyễn, duyên sanh tạm bợ, thì không có nghiệp nào lôi kéo mình được. Tại

vì trí chưa thuần, chỉ học ngoài da nên gặp ngũ dục liền ngã rồi đổ thừa tại nghiệp.

Nghiệp ai cũng có hết, nếu không chuyển được thì chắc Phật cũng không bao giờ thành Phật, Tổ không bao giờ thành Tổ, A-la-hán không bao giờ thành A-la-hán. Các ngài đã chuyển được nghiệp, vì các ngài thấy đúng như thật, trí tuệ thấm nhuần trong máu huyết nên gặp việc không còn làm lẫn nữa. Sở dĩ chúng ta bị si mê gạt là vì chưa thấm nhuần, chưa đủ sức đối lại với các thứ huyễn nên bị nó mê hoặc.

Giáo lý của Phật là giáo lý chân thật, chớ không phải do suy tưởng, ảo giác mà có. Người đời lầm lẫn do ảo giác tưởng tượng của mình. Thí dụ ta đen đúa xấu xí mà ai nói xấu thì giận. Tại vì nghĩ mình không xấu, nên nghe ngược lại điều mình tưởng thì nổi tức lên. Đạo Phật không cho phép chúng ta như vậy. Thân này tạm bợ biết nó tạm bợ, thân này là đây da hôi thôi biết nó là đây da hôi thôi. Biết như vậy thì còn gì bị lôi cuốn nữa.

Như Thái tử Tát-đạt-đa tu sắp đắc đạo, bọn ma vương biến hình mỹ nữ tới múa hát dụ dỗ Ngài trở về hưởng hạnh phúc gia đình. Khi đó Ngài chỉ nói một câu: Đi! Đây da hôi thôi ta không dùng. Chúng tự thẹn bỏ đi hết. Chúng ta bây giờ có can đảm nói như vậy không? Đó là chân lý, tại sao ta học chân lý, học đạo giác ngộ, nhưng không dám nói lên sự thật để bị dụ dỗ, rồi đổ thừa tại nghiệp. Lời Phật dạy không thấm được trong tâm não mình nên bị cảnh lôi cuốn đi. Lỗi ấy thuộc về ai?

Học Phật mà không giác ngộ, cứ sống trong mê lầm rồi cứ than trách tại thế này thế kia. Tôi thấy tất cả chúng ta học Phật, tu Phật mà không có cái nhìn tường tận, không ứng dụng cho đầy đủ lời Phật dạy vào cuộc sống của mình, cho nên hình thức thì có, mà thực chất thì không. Tăng Ni cần phải sửa đổi lại cách tu học của mình cho phù hợp với những gì Phật dạy.

Mong rằng Tăng Ni, Phật tử học Phật phải can đảm sáng suốt nhận được lẽ thật. Ngay trong đời này chúng ta thấm nhuần lời Phật dạy, ứng dụng vào cuộc sống là chúng ta đã giác. Tuy giác chưa tròn như Phật nhưng có phần giác cũng tốt. Bò-tát gọi là phần giác, tức giác ngộ từng phần, đến viên mãn thì gọi là Phật. Nếu không giác từng phần thì làm sao có được giác ngộ viên mãn. Nếu không trải qua công hạnh Bò-tát thì làm sao tiến lên quả vị Phật. Cho nên chúng ta đang là những Bò-tát con, từng bước tiến dần trên đường giác ngộ giải thoát. Vậy tại sao không dám nhận điều ấy, lại rút đầu co cổ cam chịu phận chúng sanh mê lầm. Có phải tự mình vùi lấp mình không?

Chúng ta tu phải có cái nhìn thấu đáo đạo lý, ứng dụng vào cuộc sống, đó là phần giác. Có phần giác mới có ngọn đèn cho người chung quanh thấp sáng. Nếu chưa giác được chút nào thì chưa có đèn, mình còn u minh tối tăm thì làm sao thấp sáng cho người, làm sao đèn ơn Phật Tổ. Cho nên tu làm sao cho sáng, nếu chưa bằng ngọn đuốc thì cũng bằng ngọn đèn, chớ không phải u tối mù mịt. Tu để mà tu thì đời tu đó hoàn toàn vô nghĩa.

Chúng tôi luôn khuyên Tăng Ni, Phật tử phải thật tu để trở thành những con người giác ngộ. Phật được một triệu lần chúng ta cũng được một hai lần giác ngộ. Như vậy mới xứng đáng là con của Phật. Nếu chúng ta mù tối, cứ làm theo thói quen thì đừng mong đèn ơn Phật được. Đó là chỗ tôi luôn mong mỏi trông đợi ở người sau. Phải nhớ nghĩ và làm cho tròn bổn phận của mình. Sống trong đạo, ăn hạt cơm của đàn-na thí chủ chúng ta phải xứng đáng là người tu cầu giác ngộ, đem đạo giác ngộ đó truyền bá cho mọi người

cùng được giác ngộ. Như vậy mới tiêu nổi bốn ân sâu nặng, không phải tu để một đời yên thân, đỡ cơ cực ngoài đời. Đó chưa phải là người tu.

Chúng ta có đại duyên, đại phước mới gặp được Phật pháp. Nếu không có đức Phật, không có chư Tổ, không có các bậc thầy, ngày nay chúng ta mờ mịt đi trong đêm tối, làm sao biết tỉnh giác tu hành. Đã được như vậy thì phải cố gắng nỗ lực, đừng để cơ hội vụt qua không tìm lại được. Đời này chúng ta tu chưa tròn, thì cũng tạo duyên cho những đời sau tu tiếp, đến ngày viên mãn mới thôi. Đó là tinh thần tự lợi, lợi tha của người con Phật.

Chúng ta càng tu càng thấm công ơn Phật, công ơn Tổ, công ơn Thầy cao siêu làm sao. Cả đời chúng ta làm được bao nhiêu Phật sự cũng không xứng đáng để đền đáp. Nếu người tu không biết ơn Phật, ơn Tổ, ơn Thầy, người đó không còn ở trong ngôi nhà Phật pháp nói gì đến thiện chí, quyết tâm tu hành. Công ơn khổ cực của đức Phật, của Thầy Tổ biết nói sao cho vừa. Chỉ giác ngộ giải thoát cho mình cho người mới mong đền được cái ơn chẳng đền ấy. Đó là trọng tâm tôi muốn nhắc nhở tất cả Tăng Ni, Phật tử nhân ngày lễ húy kỵ của Thầy chúng tôi hôm nay.

Mong tất cả thức tỉnh nỗ lực tu hành như lời Phật, lời Thầy Tổ dạy để chúng ta không hổ thẹn là hàng Phật tử, được các ngài ban cho một cuộc sống mới, một cuộc sống vĩnh viễn an lành hạnh phúc.

# Ý NGHĨA XUẤT GIA

## TAM TUỆ - TAM VÔ LẬU HỌC

*Giảng tại TV. Kim Sơn - Mỹ - 2000*

Hôm nay, thầy Minh Đạt mời tôi nói chuyện để nhắc nhở tất cả Tăng Ni trên đường tu hành. Vì vậy buổi nói chuyện này, tôi đặt trọng tâm ở Tăng Ni. Tất cả quý vị chú ý lắng nghe để thâm nhập được những gì tôi muốn gởi gắm đến quý vị.

Tăng Ni là những người đã xuất gia, vậy ý nghĩa “xuất gia” là gì, quý vị có nhớ không? Người xuất gia nếu không biết được ý nghĩa của xuất gia thì thật là một thiếu sót quá lớn. Khi xuất gia, chúng ta luôn luôn được dạy, xuất gia có ba nghĩa:

1. Xuất thế tục gia.
2. Xuất phiền não gia.
3. Xuất tam giới gia.

Trước hết là xuất thế tục gia. Chúng ta khi phát nguyện cạo tóc xuất gia làm Sa-di, thì kể từ ngày đó phải ra khỏi nhà thế tục. Nhà thế tục là nhà cha mẹ, anh chị. Nếu người già, thì nhà của con cháu. Tại sao chúng ta phải ra khỏi nhà đó? Bởi vì còn trong nhà thế tục thì phiền não còn vây khốn chung quanh, không thể nào gỡ được.

Thí dụ như cha mẹ, anh em làm ăn được mất, trong nhà có chuyện vui buồn, mình đều phải lãnh hết. Người này phân bua, người kia kể lể, nghe toàn những chuyện thế gian khiến tâm mình tán loạn, nên tu rất khó. Vì vậy khi xuất gia phải ra khỏi nhà thế tục, vào chùa hoặc tu viện, Thiên viện. Người phát tâm xuất gia thì phải có ý chí mạnh mẽ, ra khỏi nhà để quên hết mọi vướng mắc trói buộc trong gia đình. Như vậy mới có thể tu hạnh giải thoát được. Đó là nói người trẻ.

Người già cũng vậy. Nếu ở một bên con cháu, cứ thương mến lo lắng cho nó mãi, không còn thì giờ tu hành. Đến khi nhắm mắt ra đi, lại quỵn luyến chúng nó không đi được. Thành ra khi tắt thở, tái sanh trở lại giữ con, giữ cháu nữa. Như vậy đi tu có nghĩa lý gì?

Nhiều người không biết, cứ mơ ước được xuất gia, vì nghĩ rằng cạo đầu đắp y Phật là được giải thoát. Nhưng tâm trần tục chưa cắt đứt thì làm sao giải thoát được. Cho nên nói tới xuất gia là nói tới tinh thần can đảm, cương quyết ra khỏi nhà thế tục, không còn vướng bận gì nữa. Như thế mới đúng nghĩa ý nghĩa xuất gia.

Song gần đây một số vị trách tôi: Thầy biết xuất gia là ra khỏi nhà thế tục, sao có nhiều cụ già xin xuất gia, rồi về ở với con mà thầy vẫn cho xuất gia? Thế là quý vị đâm ra nghi ngờ chắc tôi chưa thâm nhập được lý này. Thật ra tôi làm việc gì đều có mục đích, có căn cứ. Ngày xưa, thời đức Phật còn tại thế, có bà Tỳ-kheo ni Liên Hoa Sắc chứng quả A-la-hán rồi, gặp các cô thiếu nữ mười bảy, mười tám tuổi, bà khuyên: “Các con nên đi tu, xuất gia làm Tỳ-kheo ni đi.” Các cô ấy thưa: “Thưa bà, chúng con còn tham ăn tham ngủ quá, đi tu sao được? Nếu đi tu, lỡ phạm giới chúng con đọa địa ngục chết.” Bà đáp: “Không sao, lỡ có phạm giới đọa địa ngục, hết tội lên tu nữa.” Như vậy là sao? Nghĩa là một khi gieo được hạt giống xuất gia rồi, thì dù có phạm tội phải trả, nhưng trả đến hết

rồi hạt giống cũ vẫn còn, cho nên có thể gặp Phật pháp tiếp tục tu hành. Vì vậy mà bà khuyến khích gieo hạt giống xuất gia.

Ở đây cũng vậy, có những cụ già lớn tuổi, không làm gì nổi, nhưng muốn gieo hạt giống xuất gia để mai kia ra đời sớm được thức tỉnh. Tôi cũng nghĩ đến thiện căn đó mà cho xuất gia làm Sa-di. Đó là tội vì quý vị mà gieo hạt giống lành, chớ đúng nghĩa xuất gia thì không có quyền ở nhà. Cho nên, trong một số trường hợp các cụ già tu là để gieo duyên thôi. Hiểu như vậy, quý vị mới không nghi ngờ thiện chí và việc làm của chúng tôi.

Còn người trẻ xuất gia để làm gì? Xuất gia là tu hạnh giải thoát. Tự mình tu để được giải thoát, đồng thời hướng dẫn chỉ dạy cho người khác tu cùng giải thoát nữa. Tất cả tuổi thanh xuân, bầu nhiệt huyết thời son trẻ của mình, đều dồn hết cho đạo, cho Phật pháp. Để mai kia lớn lên mình đủ tư cách lãnh đạo, hướng dẫn Phật tử tu hành. Vì vậy hàng xuất gia trẻ tuổi không được phép ở nhà nương tựa cha mẹ. Đã xuất gia rồi mà trở về nhà là một sự thối tâm, một lui sụt rất lớn. Quý vị tu trẻ không nên nghĩ đến điều đó. Đã xuất gia rồi thì phải cương quyết dù chết dù sống cũng phải đi tới cùng, chớ không thể đi một đoạn rồi lui sụt. Như vậy mình là một con người không có lý tưởng, không có lập trường, không có ý chí. Kẻ đó làm việc gì cũng không thành tựu.

Đó là ý nghĩa thứ nhất, xuất gia là ra khỏi nhà thế tục.

Đến ý nghĩa thứ hai là xuất phiền não gia, tức ra khỏi nhà phiền não. Tăng Ni hiện giờ xuất gia có ra khỏi nhà phiền não chưa? Người xuất gia là ra khỏi nhà phiền não. Còn phiền não thì chưa gọi là xuất gia. Bởi vì mai kia chúng ta làm thầy dạy người, hướng dẫn hậu lai, nếu mình còn đầy phiền não thì dạy ai? Cho nên người xuất gia phải gột sạch phiền não, mới chỉ dạy cho người khác gột sạch phiền não được. Ta lảm lem mà bảo người ăn ở cho sạch thì không bao giờ người nghe ta. Ngược lại, người ta còn đặt câu hỏi: Thầy hay cô có sạch chưa mà bảo tụi con phải sạch? Chừng đó mình nói sao đây?

Ở đây tôi chỉ nói phiền não của tam độc tham sân si, quý vị đã sạch chưa? Tham sân si thôi mà cũng chưa sạch, thì nói gì những thứ vi tế hơn. Trong kinh A-hàm kể lại, một hôm đức Phật gọi các thầy Tỳ-kheo đến bảo:

- Nay các Tỳ-kheo, nếu trong thất của các ông có ba con rắn độc chui vào thì các ông có ngủ yên không?

Các thầy Tỳ-kheo thưa:

- Bạch Thế Tôn, chúng con ngủ không yên.

Phật hỏi:

- Làm sao các ông mới ngủ yên?

- Bạch Thế Tôn, chừng nào đuổi được ba con rắn độc ấy ra khỏi thất, chúng con ngủ mới yên.

Phật nói:

- Cũng vậy, ba con rắn ấy tuy độc, nhưng nó cắn chỉ chết một thân này thôi. Còn ba thứ độc tham, sân, si giết hại con người không biết bao nhiêu đời.

Tham sân si còn độc hơn cả con rắn độc. Biết thế rồi, chúng ta có dám chứa nó trong nhà nữa không. Hiện giờ quý vị đang chứa hay đuổi hết rồi? Rắn độc ở trong nhà,



nhieu khi không muốn đuổi mà còn nuôi nữa chứ. Thật là trái đạo lý vô cùng. Dù chỉ một con thôi ngủ còn không yên, huống nữa là đủ ba con. Tại nó li hay tại mình thương nó?

Có nhiều người nổi sân la lối om sòm, người khác khuyên tại sao thầy (cô) nóng quá vậy, thì liền nói: “Nó làm cái đó đáng tức quá mà, không nổi nóng sao được?” “Đáng tức” hay “đáng giận” là cho cái giận cái tức của mình là đúng. Như vậy mình dung dưỡng sân hận trong lòng, không nỡ đuổi đi. Đó không phải là nuôi rắn độc sao? Nếu không thương nó, khi được nhắc mình liền tỉnh: “À, tôi quên. Thôi, tôi không dám tái phạm điều đó nữa đâu.” Như vậy mới gan dạ, mới gọi là đuổi ba con rắn độc ra khỏi nhà.

Bao giờ còn tham, sân, si là chúng ta còn trần trọc, khó chịu trong lòng. Vậy tại sao không chịu đuổi nó đi. Đem hết tâm tư, đem hết sức lực cố gắng đuổi, chớ không bao giờ cười chơi khi thấy ba con rắn độc đang nằm ngủ trong nhà. Biết có rắn độc trong nhà mà vẫn yên vui tươi cười, đó là người thông minh hay ngu muội? - Ngu muội. Bởi si mê nên chúng ta mới chứa chấp ba thứ độc. Ngày nào còn một đũa, một con trong nhà là ngày đó còn bất an, còn lo sợ.

Người tu chúng ta ngày nay thấy ai buồn ai khổ thì khuyên, miệng nói hay lắm nhưng tới phiên mình thì cũng buồn khổ như ai. Đó là điều đáng xấu hổ. Chúng ta là bậc thầy mà không có đủ tư cách, đủ khả năng để dạy dỗ cho người, đó không phải là điều tui nhục sao? Cho nên tất cả Tăng Ni phải thấy, phải biết trách nhiệm của mình, không thể nào lơ là nuôi dưỡng phiền não đầy đầy trong tâm.

Đôi khi chúng ta còn tìm biện hộ cho cái dở của mình nữa. Khi có điều gì khiến mình nổi sân lớn tiếng, chúng ta đổ thừa: “Tại nói nhỏ họ không chịu nghe, buộc lòng phải la lớn. La lớn cho họ sợ!” Thật ra không biết đó là “buộc lòng” hay nổi nóng. Chúng ta nổi nóng, kèm không được nên la lớn tiếng, chớ có buộc lòng gì đâu. Lại còn mượn lý lẽ Bồ-tát quả nạt người là vì đại từ đại bi, nên ta cũng như vậy. Thật đáng tội.

Đức Phật dạy chúng ta bỏ tham sân si khi bản thân Ngài đã dứt sạch nó. Do đó chúng ta mới theo, mới đánh lễ Ngài. Nếu Phật còn tham sân si thì chắc chúng ta đã không theo, không đánh lễ Ngài. Trong kinh A-hàm kể lại, một hôm đức Phật đi giáo hóa vùng theo đạo Bà-la-môn, Ngài độ được dân chúng tu Phật rất đông. Thầy Bà-la-môn vùng đó mất hết bản đạo liền nổi sân. Một hôm, ông chờ đức Phật ôm bát đi khát thực, liền theo sau chửi rủa. Ông chửi từ đầu đường tới cuối đường, mà đức Phật vẫn cứ ung dung đi, không trả lời gì hết. Tức quá, ông chặn Phật hỏi:

- Cù-đàm, Ngài có điếc không?

Phật trả lời:

- Không. Ta không điếc.

- Không điếc, tại sao tôi chửi Ngài, Ngài không trả lời?

Phật nói:

- Nếu ông có quà đem tặng người ta, người ta không nhận thì quà đó về ai?

- Nếu tôi tặng quà mà người ta không nhận thì quà đó về tôi chớ về ai.

Phật nói:

- Cũng vậy, ông chửi ta mà ta không nhận thì có dính dáng gì đâu.

Nghe vậy, ông Bà-la-môn im lặng bỏ đi. Nhờ thế bây giờ chúng ta mới lạy Phật. Nếu khi đó Phật cự lại với ông Bà-la-môn thì ngày nay mình đâu có lạy Ngài. Chúng ta bây giờ đừng nói là chửi, chỉ nghe huynh đệ xù xì thôi là đã khó chịu, đã nghi ngờ rồi. Cho nên phải đứng lại nghe lóm xem có dính tên mình không? Nếu lỡ có dính thì biết. Như vậy có phải kiếm việc để phiền não không? Người ta không kêu tên mình, không nói thẳng mặt mình mà mình lén nghe rồi sanh sự. Thật là quá cách xa với những gì Phật dạy, quá xa với tư cách của một người xuất gia.

Người tu là người gác ra ngoài những lời nói vô nghĩa, không bận tâm những chuyện thị phi, để dồn hết tâm lực vào việc tu hành. Như vậy mới mong có ngày hết phiền não, có ngày giải thoát. Còn chúng ta dính mắc quá chừng thì làm sao hết phiền não? Phiền não không hết thì làm sao được tự tại, giải thoát? Bao nhiêu đó đủ thấy tâm nguyện của mình như thế nào rồi.

Ai xuất gia cũng đều nguyện đi trên con đường giải thoát để cứu độ chúng sanh, nhưng rốt cuộc bản thân mình chẳng giải thoát được chút nào hết. Thật đáng buồn tủi cho chúng ta, chưa xứng đáng mặc áo Như Lai.

Tôi muốn nhắc cho tất cả Tăng Ni nhớ lại bản nguyện của mình khi xuất gia, đừng để mình trở thành những kẻ tự dối và dối người. Đó là điều không tốt. Chúng ta còn đang cục cựa, lẩn lộn trong nhà phiền não, chưa ra khỏi được thì phải ăn năn sám hối, cố gắng tinh tấn vượt ra, chớ đâu thể ngồi yên trong đó mà hỉ hả qua ngày. Đã là Tăng Ni thì phải nguyện ra khỏi nhà phiền não. Được như vậy chúng ta mới thật sự xứng đáng là người xuất gia.

Không tu thì thôi, chớ đã từ bỏ cha mẹ, xa rời thân quyến, không làm các bổn phận của một người bình thường, cầu đạo xuất gia, mà không làm tròn bổn phận của người xuất gia thì có lỗi rất lớn. Lỗi với Tôn sư, với cha mẹ thân quyến, với đàn-na tín thí, với quốc gia xã tắc, quý vị không thấy sợ sao? Nên nói tới người xuất gia, Tăng Ni phải cố gắng làm tròn bản nguyện của mình.

Đó là ý nghĩa thứ hai, xuất gia là ra khỏi nhà phiền não.

Đến thứ ba là xuất tam giới gia. Nghĩa là ra khỏi nhà tam giới. Đức Phật dạy có ba cõi Dục giới, Sắc giới và Vô sắc giới. Người tu chẳng những ra khỏi nhà phiền não của Dục giới, mà ra luôn cả nhà phiền não của Sắc giới và Vô sắc giới, hoàn toàn thoát ly sanh tử, không còn đi trong tam giới nữa. Đó là xuất tam giới gia.

Nên biết ý chí của người xuất gia cao vót tột cùng, chớ không phải tầm thường. Mình tu là phải ra khỏi cả nhà tam giới, chúng ta nguyện ra khỏi tam giới để đi đến giác ngộ viên mãn. Đó là mục đích cứu kính của người tu. Như vậy con đường mình đi còn rất xa. Chúng ta phải cố gắng nỗ lực, không nên chểnh mảng xem thường. Tu là để giải thoát sanh tử, chớ không phải để đời sau được sung sướng, an nhàn. Chư Bồ-tát còn phải trải qua Thập tín, Thập trụ, Thập hạnh, Thập hồi hướng lên tới Thập địa mới được giải thoát, huống nữa là chúng ta chưa bước được bước nào.

Các bậc Tôn túc đã ca tụng hạnh xuất gia: “Xuất gia giả, phi tướng tướng chi sở năng vi”, tức là chuyện của người xuất gia không phải tướng võ, tướng văn có thể làm được, mà đó là chuyện phi thường. Bởi chí nguyện quá lớn, con đường quá dài người ý chí tầm thường không thể đảm đương nổi. Vì vậy Tăng Ni phải lập chí thật vững mạnh,

thật cương quyết. Dù khó khăn trở ngại đến đâu, cũng vững bước không dừng, không lui sụt. Đó là ý chí siêu phàm của người xuất gia.

Kể đến, tôi sẽ giải thích xuất tam giới gia, xuất phiền não gia rất phù hợp với Tam tuệ học và Tam vô lậu học.

Tam tuệ học là Văn tuệ, Tư tuệ và Tu tuệ. Văn tuệ là gì? Sau khi xuất gia rồi Tăng Ni phải học kinh điển. Nhờ học kinh điển chúng ta mới mở sáng trí tuệ. Nếu không học kinh điển thì không mở sáng trí tuệ được, vì đức Phật đã dạy: “Các người phải tự thấp đuốc lên mà đi. Thấp lên với chánh pháp.” Chúng ta có sẵn ngọn đuốc, nhưng chưa cháy, nếu không thể tự đốt được thì phải mời với ngọn đuốc chánh pháp của Phật.

Học tức là đem cây đuốc chưa cháy của mình mời với cây đuốc đã cháy của Phật, để cây đuốc của mình được cháy sáng. Nên muốn mở sáng trí tuệ trước phải học Phật. Nhờ học Phật chúng ta mới hiểu được lẽ thật, thấy được cái gì là hư dối, cái gì là chân thật. Đó là bước đầu của người mới vào đạo. Học trực tiếp là học với thầy, học gián tiếp là nghe những băng giảng của các vị thầy mình tin kính, đúng chánh pháp. Đó gọi là Văn tuệ.

Tư tuệ là sau khi học, chúng ta phải nghiên ngẫm nghĩa lý những gì mình đã học, không phải học như con vẹt, nghe câu nào học thuộc lòng câu đó rồi nói lại, chớ không hiểu gì hết. Chúng ta học Phật là khi nghe lời Phật dạy, phải đem hết tâm trí của mình suy nghiệm về câu đó, xem đúng thế nào, hay chỗ nào, để mình được thấm nhuần sâu hơn. Ví dụ nghe trong kinh dạy các pháp là vô thường, mình liền suy gẫm: Các pháp là gì? Là tất cả những thứ có hình tướng, có danh tự ở thế gian. Thân này cũng là một pháp, cái bàn cũng là một pháp, cái nhà cho đến tất cả các sự vật có hình tướng ở thế gian đều là pháp. Tất cả những thứ đó đều vô thường.

Chúng ta đặt tiếp câu hỏi: Thân mình có vô thường không? Thân này mới sanh ra chỉ vài ký là cùng, dần dần nó nặng tới sáu bảy chục ký, như vậy nó có thay đổi. Tới chừng sáu bảy mươi tuổi, thì từ sáu bảy chục ký nó tụt xuống lần lần tới khô kiệt rồi chết. Thân này sanh, già, bệnh, chết nên vô thường, đổi thay liên tục từng sát-na. Mới ngày nào mình trẻ, giờ đầu đã bạc, rồi không biết hôm nào mình sẽ lụm cụm đi không nổi, cuối cùng tắt thở. Như vậy thân chúng ta luôn luôn bị luật vô thường chi phối. Thân ta bị vô thường chi phối, mọi vật trên thế gian này cũng thế, đó là một lẽ thật. Suy gẫm đáo để như vậy thì lý vô thường thâm nhập vào tâm trí của mình. Nhờ thế thấy biết đúng như thật, đó là đã có trí tuệ, đã sáng suốt rồi.

Phật nói thân này là bất tịnh, như nhớp. Chúng ta phân tích rõ ràng từng phần, cuối cùng thấy quả là đúng, thân này chỉ là đây da hôi thối, không có giá trị gì cả. Nhờ thế không quý, không chấp, không ngạo mạn về thân nữa. Mình đẹp cũng không dám chê người xấu. Vì tất cả đều là đây da hôi thối thì có ai hơn ai.

Nếu chúng ta thấy đúng như vậy thì rất dễ tu. Nhờ Tư tuệ, càng ngày trí tuệ chúng ta càng tăng trưởng. Trí tuệ tăng trưởng thì mê lầm giảm, cho tới không còn nữa là chúng ta được giác ngộ viên mãn. Tu là để phá mê lầm, vì nó là gốc của luân hồi.

Từ Tư tuệ chúng ta bước qua Tu tuệ rất dễ. Như khi biết thân này không ra gì, thì người ta có chê cười, mình không giận. Đó là bớt sân, bớt chấp. Bớt chấp tức là bớt si. Nhờ biết thân này vô thường, nên khi bệnh hoạn hoặc ai làm thương tổn thì mình vẫn

bình thân, vì biết thân này còn mất như trò chơi, lo sợ buồn giận làm gì. Đó là tiến tu. Cho nên muốn được Tu tuệ, chúng ta phải Tư tuệ cho chín chắn.

Người không thấm nhuần lời Phật dạy làm sao tu được. Khi đã thấm nhuần rồi thì gặp những chuyện trái tai gai mắt, tự nhiên mình bỏ qua một cách nhẹ nhàng, không có gì khó hết. Vì chúng ta thấy rõ bản chất của các sự vật, bản chất thật của con người vốn không thật, mình không còn mê lầm nữa. Đó là đi tới Tu tuệ. Như vậy, Tam tuệ học giúp chúng ta tiến tu trên con đường giải thoát.

Kế đến là nói sự liên hệ đến Tam vô lậu học. Nhờ tam tuệ mà chúng ta phá được phiền não. Phá được phiền não rồi thì tiến lên tu Ba môn giải thoát. Ba môn giải thoát là Giới, Định, Tuệ. Ba môn giải thoát này sẽ giúp chúng ta ra khỏi nhà tam giới.

Tại sao phải Giới? Bởi vì Phật dạy giới luật là hàng rào ngăn chặn, không cho mình rơi vào tội lỗi. Giới thường được giải nghĩa theo là chữ Hán là *Phòng phi chỉ ác*. *Phòng* là ngừa, *chỉ* chặn đứng. Ngừa những lầm lỗi, chặn đứng những điều tội ác, đó là giới. Nếu muốn tâm an định, thì chặn đứng những tội lỗi. Khi ta phạm sai lầm thì ngồi thiền, hoặc niệm Phật đều cảm thấy ray rứt, không an. Người tu phải giữ giới thì tâm mới yên định. Nên Giới là phương tiện đầu để tiến lên giải thoát.

Giữ giới tâm mới được định, nên nói từ Giới sanh Định. Tâm vọng tưởng là nhân luân hồi sanh tử, nếu tâm này dừng lặng thì nhân luân hồi sanh tử cũng chấm dứt. Tâm vọng tưởng là ý nghiệp, nó chính là gốc tạo nghiệp. Dừng được nó thì nghiệp cũng dừng. Vì vậy muốn thoát ly tam giới thì phải dừng ý nghiệp. Ý nghiệp dừng thì khẩu nghiệp thân nghiệp cũng dừng. Khi ngồi thiền, lặng hết tâm tư, vọng tưởng thì được định. Được định tức là dứt được mầm sanh tử. Vì vậy, ngồi thiền hay niệm Phật là phương tiện đưa chúng ta tới giải thoát sanh tử, chớ không phải việc tầm thường.

Chúng ta tu theo Phật cốt làm sao đi tới chỗ cuối cùng là giác ngộ. Giác ngộ ngay nơi mình có sẵn tánh Phật. Cho nên chặng thứ nhất của người tu là ra khỏi nhà thế tục. Chặng thứ hai là suy gẫm cho thấm sâu đạo lý. Chặng thứ ba là phải tu cho sạch phiền não. Sạch phiền não mà chưa thấy được Tánh giác cũng chưa được. Muốn thấy được Tánh giác phải qua ba chặng khác là Giới, Định và Tuệ.

Văn, Tư, Tu là học Trí hữu sư. Nhờ thầy dạy là Văn, suy gẫm lời thầy lời Phật dạy là Tư, ứng dụng tu là Tu. Ba tuệ học còn trong phạm vi của Trí tuệ hữu sư. Tiến lên chúng ta học Giới để bảo vệ tâm mình không tạo tội lỗi. Từ Giới bước qua Định, tâm lặng xuống, chỗ này không còn cái học hữu sư nữa. Nhờ Định mà phát Tuệ. Trí tuệ này là Trí vô sư. Trí vô sư chính là Căn bản trí, tức trí sẵn ở nơi mình, mà lâu nay chúng ta không biết. Khi tâm hoàn toàn thanh tịnh, trí này mới hiện ra, chớ không phải tìm kiếm ở đâu xa, cũng không phải nhờ ai đem đến.

Như vậy Bảo sở của chúng ta rất xa mà cũng rất gần. Rất xa vì phiền não còn đầy dẫy, rất gần vì nó ở ngay nơi mình, chớ không ở nơi nào khác. Nếu ngay nơi mình, chúng ta tu được Giới, Định, Tuệ thì Phật hiện ra liền. Cho nên đức Phật từng nói: “Ta là Phật đã thành, các người là Phật sẽ thành.” Tất cả chúng ta đều có khả năng thành Phật, chỉ tại mình không chịu làm thôi.

Chúng ta cứ lo chạy theo vô minh phiền não, nên mất quyền làm chủ. Bây giờ gạt vô minh phiền não qua một bên, thì quyền thành Phật nằm sẵn trong tay chúng ta, chớ có đâu xa. Đạo Phật dạy chúng ta tu là một việc làm hết sức thực tế, chớ không phải chuyện

viên vông. Tu hết phiền não thì tự nhiên hết khổ. Hết khổ thì được an lạc. Như vậy đạo Phật là ban vui, cứu khổ cho mình cho người. Đạo Phật đưa một con người từ mê lầm trở thành một con người giác ngộ, từ bờ mê lên bến giác. Đó là trọng tâm của đạo Phật.

Tăng Ni là những người đang chèo thuyền, để cứu vớt người dưới biển mê lên bờ giác. Trách nhiệm nặng hay nhẹ? Chúng ta phải là những người tinh trước, lên bờ trước mới có thể đưa chúng sanh mê lên bờ giác được. Do đó việc cất chùa, lập Thiền viện là sắm thuyền để độ người, chứ không phải cất chùa, lập Thiền viện để thu tiền, để được vinh dự thế này thế nọ. Phải nhớ mục đích chính của chúng ta là tu để giải thoát sanh tử và giúp chúng sanh cùng được giải thoát như mình. Cho nên mọi việc khác đều là việc phụ, là phương tiện, là thuyền bè để cứu vớt người mê lên bến giác. Đó mới là chỗ chân thật, chỗ cuối cùng chúng ta nhắm đến.

Tôi nhắc nhở bao nhiêu đó cũng đủ để Tăng Ni suy gẫm và biết mình phải làm gì rồi. Mong tất cả cố gắng thực hiện hoài bão lớn lao nhất của đời mình, cố gắng tinh tấn tu hành, đừng để chí nguyện thì cao tột mây xanh, mà hành trì thì là đà dưới đất. Như vậy chẳng những thiên hạ chê cười mà bản thân chúng ta sẽ chuốc lấy đau khổ nhiều hơn nữa. Ý thức rõ được bổn phận của mình, nỗ lực không thôi chuyển, tôi tin chắc Tăng Ni sẽ đạt được mục đích cứu kính của mình là giác ngộ viên mãn.

## MỤC LỤC

00	Trang bìa
01	Lời đầu sách
02	Thế gian chú tâm vào việc nhỏ, bỏ việc lớn
03	Đạo Phật là đạo bình đẳng tự do tuyệt đối
04	Nguồn gốc tu hành của Phật
05	Đạo Phật là đạo yêu đời
06	Hồi đầu thị ngạn
07	Đường lối tu thiền
08	Ý nghĩa chữ Huệ Quang
09	Thiền tông là cội gốc của đạo Phật
10	Lễ giỗ Tổ Cố Hòa thượng Thích Thiện Hoa lần thứ 28
11	Ý nghĩa xuất gia - Tam tuệ - Tam vô lậu học
12	Mục lục