

NIỀM VUI MÙA AN CƯ



HT. Nhật Quang

Nhà Xuất Bản Tổng Hợp TP. Hồ Chí Minh 2008

---o0o---

Nguồn

<http://thuvienhoasen.org>

Chuyển sang ebook 26-07-2009

Người thực hiện :

Nam Thiên - namthien@gmail.com

[Link Audio Tại Website http://www.phatphaponline.org](http://www.phatphaponline.org)

Mục Lục

GIỚI THIỆU SÁCH MỚI
NHỮNG LỜI DẠY CỦA THIỀN SƯ ĐẠO GIAI PHÙ DUNG
THỰC TẬP CHỈ QUÁN
GIÁ TRỊ TU TẬP TRONG MÙA AN CƯ
TINH THẦN TU TIẾN
TU TRONG CÁC OAI NGHI
TRỊ TÂM
TU PHẢI VỮNG TIẾN
TU LÀ PHÁT HUY TRÍ TUỆ

---o0o---

GIỚI THIỆU SÁCH MỚI

Ngày xưa khi Phật còn tại thế, ba tháng mùa mưa được xem là thời gian quan trọng nhất để tăng đoàn an trú nỗ lực công phu. Thành tựu thánh

quả là mục tiêu cao nhất, mà hàng đệ tử xuất gia của đức Phật xưa cũng như nay phải thực hiện cho bằng được.

Vào đầu mùa này, chư Tỳ-kheo đến đánh lễ Thế Tôn xin đề mục hành trì cho chính mình. Đức Phật tùy theo căn cơ của chúng đệ tử, trao cho mỗi vị đề mục thiền quán, với lời nhắc nhở cố gắng thực tập. Mang Thánh huấn này đi vào rừng, vào các trú xứ, các thầy đã biến ba tháng an cư thành đài hoa chánh giác dâng lên cúng dường đáng Điều Ngự Sư.

Ngày nay, nối tiếp truyền thống ấy, mùa Hạ trường đối với chư Tăng Ni trở thành mùa trú xứ lan nhã. An cư để sống trở lại với chính mình đã trở thành tâm nguyện, thành nguồn vui của Tăng già. Và vì thế, niềm vui mùa an cư chính là những dấu ấn còn lại của đời sống Tăng già, mặc cho dòng thời gian nghiệt ngã trôi chảy không cùng.

Ở đây, chúng tôi xin được làm một người bạn đồng hành với tất cả chư huynh đệ, cùng sẻ chia những đoạn tâm khổ trên bước đường tu tập, với chí nguyện “thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh” của những người con Phật.

Rất mong được sự đồng cảm và chỉ giáo của chư pháp hữu khắp muôn phương.

*Thiền viện Thường Chiếu, 15/04/ Mậu Tý
PL. 2552 – DL. 2008
Tỳ-kheo THÍCH NHẬT QUANG*

(<http://www.thuongchieu.net/>)

---o0o---

NHỮNG LỜI DẠY CỦA THIỀN SƯ ĐẠO GIAI PHÙ DUNG

Người tu thì phải khắc tĩnh, khắc tiến. Không chần chờ ý lại bên ngoài, không cho căn trần dính nhau. Một công phu này giải quyết tích cực đến cùng, nếu như ta chưa sáng được việc sinh tử thì ta chưa yên lòng nằm nghỉ.

Mỗi lần nghiệm lại lời dạy của chư Tổ ngày xưa chúng tôi càng thêm cảm khái, như lời dạy của thiền sư Đạo Giai Phù Dung đừng để các căn dính với trần cảnh thì được giải thoát. Lời dạy ấy rất giản dị, nhưng cả một đời tu

hành chưa chắc mình đã làm xong. Chúng ta công phu, hành đạo như thế nào, mà các căn không dính với trần cảnh bên ngoài, đó là giải thoát. Tinh thần giải thoát trong đạo Phật được xác định rõ ràng như thế.

Thiền sư Phù Dung là ai? Ngài là một thiền sư có công đức tu hành rất lớn, được nhà vua quý trọng. Hồi xưa các vị tu hành đạo cao đức trọng được vua chúa quý kính ban cho tử y, áo mũ, bình bát hoặc các pháp cụ, pháp khí. Ngài Phù Dung cũng được như thế, nhưng khi phẩm vật vua ban tới, Ngài dứt khoát không nhận và nói: Mong bệ hạ nghĩ đến hạnh nghiệp thô sơ, đạo đức kém mỏng của thần, thường phát nguyện chẳng thọ danh lợi, cố giữ ý này đã được nhiều năm, như thế ngõ hầu truyền đạo cho đời sau.

Chúng ta cũng biết, phạm làm việc gì mà trái ý vua là mất mạng. Khi hay tin thiền sư không chịu nhận phẩm vật, nhà vua nổi giận, ra lệnh gia hình. Khi lệnh hành hình đến, các quan địa phương chịu trách nhiệm thi hành lệnh này vốn quý trọng ngài, nên nói nhỏ thế này: Trưởng lão ốm yếu, nếu như khai có bệnh sẽ được giảm thọ hình. Ngài trả lời: Bình thường lão tăng cũng có chút bệnh, nhưng hiện giờ thì không. Thiền sư không muốn nói dối để được yên thân. Vị quan chịu trách nhiệm đành phải thi hành lệnh vua.

Sau khi thọ án rồi ngài Phù Dung bị lấy y, phải mặc đồ thể tục và bị đày xuống ở Tri Châu. Tăng ni Phật tử kính trọng đạo đức của ngài, nghe sự việc như vậy ai cũng thương xót khóc than. Trên đường ngài đi, mọi người tìm cách đưa đón rất chu đáo. Ngài về tới vùng bị đày, cũng tạo được một am tranh, hàng đệ tử thương mến đến xin tu học ngày một đông. Dần dần chỗ ngài ở trở thành đạo tràng, hội chúng lên đến năm bảy trăm vị.

Triều đình biết việc này càng thêm kính trọng. Ai cũng biết rõ do thiền sư giữ vững tiết tháo của một bậc xuất gia tu hành chân chánh, khư khư không nhận y báu của vua ban, chứ không tội gì khác. Đó là một bậc chân tu đạo cao đức trọng, đáng để mọi người quy ngưỡng và noi gương. Do vậy trải qua một thời gian ở Tri Châu, ngài được phục chức trở lại. Triều đình xuống chiếu mời ngài về Trụ trì những ngôi tổ đình lớn ở gần kinh đô, giáo hóa đồ chúng số đến hàng vạn.

Trong cuộc đời giáo hóa, những lời dạy của ngài rất là bình dị: Trong đường luân hồi sinh tử nhiều kiếp trôi lăn, các ông đã từng làm người, từng làm trời, từng bị đọa vào loài súc sanh, các ông từng hưởng cái này cái kia, không thiếu thứ chi. Giờ này các ông chưa chịu tu, các ông còn đợi chừng nào nữa? Đời này không tự mình dứt khoát, cương quyết độ mình thì còn

đòi đòi nào mới độ. Các ông chưa ngán họa trình luân hồi sinh tử hay sao v.v... Do những lời dạy chí thiết ấy, nên trong pháp hội của ngài đa số tăng ni, học sĩ, các Phật tử đến nghe chỉ giáo đều áp dụng hành trì tốt. Vì vậy ngài rất nổi tiếng, là một vị thầy, một vị thiền sư có đạo đức thâm hậu và có bản sắc đặc biệt, không hề lay động trước danh lợi.

Ngài dạy: Chỉ chuyên tâm tu hành, giữ phận nghèo mà hành đạo, không để mất thời gian hành đạo, không bị danh văn lợi dưỡng mê hoặc, là gương sáng cho đạo, xứng đáng một người tu. Đây là những lời ngài dạy cho người xuất gia, nhắm thẳng người xuất gia. Phạm là tu sĩ phải chuyên tâm tu hành, không để các việc bên ngoài xen vô. Luôn nhớ giữ phận nghèo mà hành đạo. Đời xưa có những vị tu hành vì giữ khí tiết của mình, muốn có thời gian hành đạo, nên cả đời ở trong rừng núi, ăn cây, mặc cỏ, không dính dáng danh văn lợi dưỡng ngoài đời. Như vậy mới đầy đủ đạo đức để làm gương, dạy dỗ người đời sau tu hành.

Kiểm nghiệm lại ngày nay chúng ta được sự hỗ trợ của thiện hữu tri thức rất nhiều. Chư huynh đệ có thời khóa tu tập miên mật, hành trì công phu theo đúng thời khóa sẽ không có phút giây nào sơ hở. Nếu chúng ta để ngày tháng qua suông, không ý thức về giá trị đích thực của việc tu hành thì sẽ không bao giờ tu tiến. Người có ý thức, biết thương mình một chút nên xét lại sinh hoạt, sự tu tập hằng ngày, xem mỗi giờ hay mỗi thời công phu có kết quả, có sự an lạc trong lòng không. Quý vị quyết tâm tu tập thật xứng đáng thì có nguồn vui trong đạo bù đắp lại. Từ đó chúng ta phấn chấn tăng tiến hơn nữa trong từng phút giây, trong từng thời khóa. Mỗi ngày trước khi về liêu nghỉ ngơi, chúng ta kiểm nghiệm lại thấy lòng mình trong sáng vui vẻ là công phu tốt, ngược lại thấy trong lòng buồn bã không vui là công phu không tốt. Người biết thương mình, chín chắn lo việc của mình, phải tự cang đáng, không ai khác thay thế việc mình. Làm sao qua ba tháng an cư quý vị thấy có niềm vui ngay trong công phu, trong lúc đang hành pháp, học pháp. Đó là bước tiến trên con đường đạo.

Phật tử cũng vậy, từ những niềm vui, sự phấn khởi, quý vị vừa tự tu vừa hỗ trợ được cho mọi người chung quanh. Mỗi khi thấy sự việc thương tâm, tự nhiên lòng trắc ẩn của quý vị dậy động, không giúp được cho người, quý vị thấy xót xa, không yên. Từ đó quý vị cố gắng tự hứa sẵn lòng giúp đỡ cho người với tất cả khả năng hiện có của mình. Làm được một việc mình cảm thấy phấn khởi, vui vẻ. Càng làm lợi ích cho người mình càng vui thêm. Từ việc đi chùa, học đạo cho tới việc tìm hiểu, thực hành, ủng hộ Phật pháp, mong mỏi cho Tam bảo còn mãi trên đời v.v... Tất cả những tâm nguyện, ý

hương tốt đẹp đó dần dần quý vị có thể thực hiện được trọn vẹn. Thế là công đức phát sanh và nương nhờ công đức ấy mà tâm Bồ-đề ngày một tăng trưởng.

Trở lại lời dạy của thiền sư Đạo Giai, làm sao cho các căn đừng dính với các trần. Đây là chỗ chúng ta cần tu. Người tu phải tập cho các căn hay các giác quan luôn sáng suốt bén nhạy, không có căn nào bệnh hết. Con mắt thấy rõ, lỗ tai nghe rõ, tất cả cái biết của các giác quan đều đầy đủ. Khi giác quan tiếp xúc với trần cảnh, như hoa trông trên đá vụn. Chúng ta biết các loại hoa trông nơi có phân bón, có điều kiện tốt mới phát triển được. Còn trông trên đá, trên sắt, trên lò lửa v.v... không khi nào nó phát triển được. Đây là một pháp tu.

Nhà thiền không bắt chúng ta làm việc gì khác ngoài việc đừng bị dính mắc. Không bị dính mắc trong cái nghe, cái thấy, tất cả những cảm giác, suy nghiệm, phân biệt... đều bình thản an nhiên. Bây giờ chưa bình thản thì cố gắng bình thản cho được, nhất định làm việc đó, không ai có thể thay thế ta được hết. Mỗi người phải tự đảm đương thôi. Tu đến bao giờ mình không hề bị động bởi bất cứ sự nghe thấy nào thì được bình yên. Cái bình yên ấy là bước gần tới định tĩnh và trí tuệ chân thật tròn đầy.

Trí tuệ chân thật đó có sẵn nơi mỗi chúng ta, không phải tìm kiếm ở đâu xa. Nhưng nó chỉ hiện hữu khi chúng ta đừng chạy theo, đừng dính mắc trần cảnh bên ngoài. Sống được với trí tuệ chân thật hết khổ, được vui. Chỗ này nói nghe giản dị, nhưng khi gặp cảnh điều đứng, khổ sở, mình làm sao bình tĩnh, không bị mất mình bởi cảnh duyên, điều này quả thật rất khó. Nếu bình nhật chúng ta không tu tập, khi gặp nghịch cảnh nhất định không thể làm chủ nổi. Cho nên ngay bây giờ phải tu dần, nhớ luôn tỉnh táo, sáng suốt, đừng lảng xảng chạy theo cảnh, làm nhận, làm nghe, làm thấy mọi sự duyên chung quanh. Càng tu càng tĩnh, càng sống bình thường trước mọi thuận nghịch. Người có công phu rất hiền hòa, không nao động, không lảng xảng, bộp chộp, sống an nhiên tự tại.

---o0o---

THỰC TẬP CHỈ QUÁN

... Nên biết vọng tưởng là thứ gây rối nhất, làm mất sự an định của chúng ta. Cho nên đối với vọng tưởng phải kiên quyết trừ bỏ. Có rất nhiều cách đối trị vọng tưởng, trong phạm vi bài học này thì dùng “chỉ” và “quán”...

Chúng ta là đệ tử của đức Thế Tôn, có bổn phận nối tiếp theo dấu chân Phật hoàng pháp lợi sinh, giúp mọi người ứng dụng lời Phật dạy vào cuộc sống để họ hết khổ được vui. Đó là nhiệm vụ của hàng tăng sĩ chúng ta.

Bởi là người xuất gia, thừa hành chỉ giáo của đức Thế Tôn, chúng ta phải làm sao cho xứng đáng. Có vị học rất giỏi, kiến thức nhiều, am tường triết Đông triết Tây, nhưng trên việc bổn phận thì không có chút kinh nghiệm nào. Thật ra sự tu tập rất cam go, nhiều đắng cay, chứ không phải dễ dàng. Người không quyết tâm không thể thành tựu nổi việc này. Nếu hữu duyên chúng ta được gần gũi các bậc tôn túc học hỏi thì quá tốt, nhưng trong trường hợp không đủ duyên gần gũi các ngài thì mình phải tự đảm đương lấy, cố gắng khắc tiến, chứ không còn cách nào hơn.

Trong sự chỉ giáo, các bậc tôn đức không tiếc sử dụng tất cả những phương tiện, thủ thuật để chúng ta nhận ra chỗ thiết yếu, mà vào được cửa. Như pháp tu “chỉ” và “quán” là một cảm nang giúp hành giả phát minh ra việc đại sự của mình. “Chỉ” là dừng lại, “Quán” là chiếu soi. Tùy hoàn cảnh, tùy căn cơ, mỗi vị có thể sử dụng pháp chỉ hoặc quán. Người thường loạn động sử dụng tu “chỉ” để tâm an định trở lại. Người trì trệ, thụ động, dễ hôn trầm, sử dụng tu “quán” để mở mang trí tuệ, tinh táo sáng suốt hơn. Tuy nhiên hai pháp này có thể hoán chuyển qua lại trong khi tu, miễn sao hành giả sáng tỏ, định tĩnh là được. Có khi sử dụng pháp “chỉ” thấy không yên, không có kết quả ta phải dùng quán để đả thông. Phần thuật nhìn tận tim gan tuỷ não của vấn đề, để thấy sự thực của nó ra sao. Hoặc khi tu “quán” bị loạn động quá, ta đổi sang “chỉ” để định tâm trở lại.

Phương tiện thường không phải là một phương pháp cố định, mà nó luôn được thiện tri thức thay đổi để thích hợp và tiện lợi với người đối cơ. Ví dụ từ đạo tràng này ra thị trấn huyện Long Thành khoảng năm cây số. Người không có phương tiện, họ đi bộ trong vòng một tiếng đồng hồ sẽ tới chợ thị trấn. Người có phương tiện trung bình như xe đạp, có thể đi trong vòng nửa tiếng. Người có phương tiện cao cấp hơn như xe máy, chạy ra thị trấn chỉ trong vòng mười lăm phút thôi. Đặc biệt hơn nữa, nếu dùng xe bốn bánh đời mới chạy thật nhanh, thì chỉ tốn năm ba phút là tới chợ thị trấn. Mục đích của chúng ta là tới thị trấn, nhưng phương tiện tốt sẽ giúp ta tới nhanh chóng hơn.

Điều này giống như trong kinh Kim Cương Phật nói, mượn chiếc bè để đưa mình qua sông. Nhưng khi đã qua sông rồi mà chúng ta còn mang chiếc bè theo thì thật là nực cười. Vì vậy tất cả những gì chúng ta sử dụng trong khi

tu đều là phương tiện. Để đạt được mục đích rốt ráo, ta phải dùng phương tiện. Nhưng khi đã đến rồi thì tất cả phương tiện bỏ lại hết. Như người qua sông rồi không thể nói chiếc bè đẹp quá, tôi vác nó lên phố. Như thế người ta sẽ chê cười.

Người tu cũng vậy, không phải dùng phương tiện để khoe khoang, mà tất cả tập trung cho việc tu học đến nơi đến chốn. Chúng ta có hồng pháp lợi sinh thì cũng vì việc tu học, có làm lợi ích chúng sinh cũng vì việc tu học của mình. Các hàng Bồ-tát phát nguyện đi vào mọi ngõ ngách để hồng pháp lợi sinh, làm lợi ích khắp chúng hữu tình, tất cả mọi việc dù lớn dù nhỏ gì, các ngài làm xong luôn hồi hướng cho tất cả chúng sinh đều thành Phật đạo, không có chỗ nhắm khác. Chúng ta tu cũng phải như vậy.

Trở lại phương tiện tu “chỉ” và “quán”. Chỉ cái gì? Chỉ là ngừng dứt, chặn đứng, không cho phát triển nữa. Những vọng tưởng điên đảo, cù cặn tăm tối, làm trở ngại sự tu của chúng ta, dùng dứt hết. Như đang ngồi yên, bỗng những ý tưởng về Phật pháp khởi lên, những điều mà hồi trước mình bí, bây giờ tự nhiên lóe sáng. Thấy hay quá, mình vọng tưởng theo nó. Đối với người tu chỉ, phải dùng hết mọi niệm tưởng lăng xăng điên đảo, dù là niệm Phật pháp.

Nếu ứng dụng “chỉ” mà dùng không được vọng tưởng, thì phải dùng tới “quán”. Quán là phân tích, soi rọi, phẫu thuật. Cái đó như thế nào, tồn tại hay không tồn tại, thật hay giả? Phân tích một hồi chúng ta thấy nó không thật, là pháp duyên sinh, không thể tồn tại lâu dài được. Do vậy chúng ta không đắm trước, không chạy theo, không làm nhận nó nữa. Khi phân tích như vậy rồi, nhất định sẽ dùng được vọng tưởng lăng xăng ngược xuôi về những thứ đó. Nó làm khổ mình rất nhiều trong quá trình tu tập, thì phải dứt bỏ, chớ đeo mang làm gì.

Người sức tinh giác yếu, dễ bị mắc mưu, chạy theo vọng tưởng, nên mất mình. Từ một buổi, rồi một ngày, đôi ba ngày, một tháng, một năm, năm mười năm, cho tới cả một đời nó vây phủ tới tấp, khiến ta không thoát ra được. Do vậy thời gian tu hành thì nhiều, nhưng kết quả chẳng bao nhiêu. Nên biết vọng tưởng là thứ gây rối nhất, làm mất sự an định của chúng ta. Cho nên đối với vọng tưởng phải kiên quyết trừ bỏ. Có rất nhiều cách đối trị vọng tưởng, trong phạm vi bài học này thì dùng “chỉ” và “quán”.

Như lâu nay người ta cho rằng bàn tay như thế là đẹp, mình cũng vậy, khó thoát ra khỏi những định kiến ấy. Chỉ có quán chiếu theo lời Phật dạy mới có

thể trị được. Quán như thế nào? Chúng ta thử phẫu thuật một bàn tay đẹp xem sao, ta cho lớp da bên ngoài đi riêng, mớ xương xấu nằm riêng, ba cọng gân ở một chỗ, máu mủ về một phía v.v... Bấy giờ kiểm lại từng phần, xem bàn tay ấy đẹp cỡ nào. Mớ da thịt nhầy nhụa đẹp hay máu mủ đẹp, gân xương đẹp không, không thể tìm được cái đẹp qua đồng da đã lột đó. Nó là một mớ những thứ bất tịnh, rất đáng ghê sợ. Phân tích một hồi không tìm được cái đẹp, nên không còn say đắm vào bàn tay ấy nữa. Như thế là nhờ pháp quán mà chúng ta tỉnh giác, không còn mê lầm chạy theo những thứ hư huyền bên ngoài.

Muôn pháp giữa đây là do duyên hợp. Duyên còn thì nó tồn tại trong một quãng thời gian nào đó gọi là sống, là đẹp. Nếu chặt riêng ra, chẳng những không còn thấy đẹp mà mình phải bó nó lại, chôn cất cho nhanh, chứ không nó sẽ hôi thối. Như vậy có gì đáng để ta say đắm? Từ bàn tay chúng ta tiếp tục dùng trí tuệ quán chiếu những thân phần còn lại, sẽ không tìm ra được đâu là cái đẹp. Từ trên đỉnh đầu xuống tới chân, tất cả những bộ phận trên thân thể này, nếu thiếu duyên hợp, nó tan ra hoặc bị cắt xén từng phần từng mảnh, chúng ta không tìm ra cái gọi là đầu mắt tay chân mà chỉ là một mớ da thịt gân xương máu mủ v.v... Tất cả những thứ đó không thể làm cho ta mê say, đắm trước, chạy theo. Trên bước đường tu hành, nhiều vị cảm thấy yếu đuối trước ngoại duyên, nhất là sắc dục thì phải sử dụng tới pháp quán chiếu.

Thời đức Thế Tôn còn tại thế, rất nhiều vị Tỳ-kheo ngộ đạo từ phương pháp sử dụng trí tuệ để quán chiếu thực tướng các pháp. Các ngài thấy được lẽ thực nên giác ngộ. Thấy được lẽ thực tức là kiến đế. Chữ “đế” là gì? Là chân lý. Thấy được lẽ thực là thấy chân lý. Do thấy được lẽ thực chúng ta mới buông những làm chấp từ lâu nay đối với các pháp. Vì vậy Phật còn dạy các thầy Tỳ-kheo pháp Tứ Như Ý Túc, tức là pháp tu gồm có bốn phần: Dục, Tinh tấn, Niệm, Tuệ.

1. Dục

Người tu hành từ bỏ ngũ dục thế gian. Ly dục mới được thanh tịnh, an lạc, giải thoát. Nhưng lại nuôi lớn lòng khao khát thành tựu thánh quả, vì vậy phải có sự quyết tâm mong muốn đạt được kết quả viên mãn trên con đường tu hành. Dục ở đây là ý chí, ước nguyện muốn ra khỏi thế gian. Người không có ý chí thì việc làm không đến nơi đến chốn, không làm được việc lớn lao. Người thiếu ý chí sẽ yếu đuối, không biết lối đi hoặc có đi cũng quờ quạng không tới đâu hết, nửa đường bỏ cuộc. Thành thử người tu phải có

đầy đủ ý chí, hiên ngang dũng mãnh, luôn luôn phát nguyện thành tựu Phật đạo. Trong suốt cả cuộc đời, làm tất cả việc chỉ vì Phật đạo thôi. Đó là nói về đức.

2. Tinh tấn

Kể nữa là phương tiện hành trì để thành tựu những ước nguyện của chúng ta. Nếu ước nguyện rồi chỉ ngồi đọc suông ước nguyện ấy thì không bao giờ thành tựu được. Như bây giờ tôi muốn thành Phật, cả ngày ngồi nói hoài như vậy, không hành trì pháp môn nào, cũng không có chút tinh lực, thì bao giờ được thành Phật? Chuyện ấy không bao giờ có. Người muốn thành tựu Phật đạo phải trải qua con đường siêng năng tinh tấn dài lâu mới được. Người ấy phải có giới đức trang nghiêm, tu hành tinh tấn, phát nguyện dũng mãnh. Thực hiện cho được chí nguyện cao cả ấy phải trải qua bao gian nan khổ khổ, chớ đâu phải ngồi đó mà nói. Không chịu áp dụng lời Phật dạy, chuyên đổi những nghiệp tập tăm tối, những cố chấp, phiền não, vọng tưởng lăng xăng thì dù tụng bao nhiêu kinh, ngồi thiền cả ngày cũng chẳng đi tới đâu.

Chúng ta học hiểu kinh thôi thì chưa đủ, phải ứng dụng nữa. Lục Tổ nói là chuyên được kinh, chớ không để kinh chuyên. Không phải học để chỉ tụng, không phải tụng để nói với người khác nghe năm này tôi tụng được năm bộ, ba bộ hoặc trăm bộ, ngàn bộ... Học kinh và ứng dụng những lời Phật dạy trong kinh gọi là chuyên được kinh. Ví dụ kinh Niết-bàn, Phật bảo tất cả chúng sanh đều có Phật tánh. Ta nắm được yếu chỉ kinh để soi rọi lại mình, nhận ra tánh Phật ngay nơi bản thân. Người học kinh, trì kinh như vậy gọi là chuyên được kinh. Hiểu kinh trì kinh bằng cách đọc tụng nhiều chỉ có phước thôi, không thể ra khỏi luân hồi sanh tử. Trì kinh bằng cách soi lại, nhận ra Phật tánh sáng suốt nơi mình, như thế mới thoát khỏi luân hồi sinh tử.

Phật tánh từ đời nào tới bây giờ luôn ở trong chúng ta nhưng vì mình quay lưng không nhận, nên cứ ngược xuôi theo dòng sanh tử. Thực sự ngay nơi mỗi chúng sanh đã có sẵn cái đó, trong kinh Pháp Hoa nói là Tri kiến Phật, kinh Niết-bàn nói Phật tánh hay Tánh giác, kinh Lăng Nghiêm nói Diệu tịnh minh tâm hay Bản tịnh minh thể v.v... Chúng ta học các kinh như Kim Cang, Lăng Nghiêm, Pháp Hoa... nhằm nhận ra cái đó ngay nơi mình. Cho nên trên bước đường tu hành, phải siêng năng tinh tấn, ý chí kiên cường, vững chắc, không gì có thể làm lay chuyển mình, như vậy mới thành tựu Phật đạo.

Trong kinh Pháp Hoa, phẩm Bồ-tát Thường Bất Khinh không thấy nói Bồ-tát biên chép, ấn tống, trì tụng, ngài cũng không giảng giải gì hết, chỉ dùng phương tiện gặp bất cứ đối tượng nào, không luận già trẻ, nam nữ, giàu nghèo, ngài cứ chấp tay cúi đầu bái bái: “Tôi không dám khinh các ngài, vì các ngài đều sẽ thành Phật”. Chỉ nói một câu như thế thôi. Có người không biết, cho ngài là vị Tỳ-kheo khùng điên, nói sàm nói bậy. Vì vậy họ đánh đuổi ngài. Đánh thì ngài chạy đi nơi khác, nhưng tới đâu ngài cũng vái chào, nói lớn câu ấy. Đó là gì? Là cách trì kinh Pháp Hoa bậc thượng, siêu tuyệt, chỉ thẳng Tri kiến Phật cho tất cả chúng ta, đánh thức khả năng thành Phật nơi mọi người. Nếu ai sáng suốt, nhanh nhẹn, nghe như thế xoay trở lại nhận ra Tri kiến Phật ngay nơi mình, tức thì thành Phật. Hoặc ví dụ hạt châu cột trong chéo áo. Người nhận ra hạt châu đó thì trở thành giàu có muôn hộ, không còn nghèo cùng thiếu thốn, làm thuê làm mướn hoặc đi xin ăn. Đó là Phật chỉ cho chúng sinh nhận lại viên ngọc nơi chính mình.

Trong kinh Lăng Nghiêm có những từ “bội giác hợp trần” hay là “bội trần hợp giác”. Người bội giác hợp trần thì cứ lên xuống, lăng xăng, ngược xuôi. Người bội trần hợp giác thì thành Phật. Cho nên chỉ cần vững tin, chuyên tâm nhất ý thực hành pháp Phật đã dạy, nhất định sẽ thành tựu giác ngộ giải thoát.

3. Niệm

Niệm tức là nhớ nghĩ, là ức niệm. Ở đây niệm có thể được xem như trí tuệ. Chúng ta chỉ dùng một phương tiện duy nhất mà thôi. Như chúng ta tu với mong muốn duy nhất là thành Phật, không có cái khác. Quý vị có thể sử dụng cách tu thích hợp với mình, nhưng nhớ là đi theo một con đường, không nên nhảy tới nhảy lui nay tu kiểu này, mai đổi lối khác. Tu như vậy rất khó đi đến đích. Chúng ta tu hạnh nào cũng tốt, miễn là đúng theo lời Phật dạy, nhất định sẽ được kết quả lợi lạc an vui.

Người tu thiền vừa có một niệm dấy khởi, biết nó không đúng là phải dừng. Một khi nói dừng là dừng. Nếu dừng không được thì soi rọi, soi rọi làm sao cho dừng được mới thành công. Dừng được thì chúng ta không bị vọng niệm kéo lôi, không lầm chạy theo nó, không ngược xuôi giống ruồi. Chỗ đó Lục Tổ Huệ Năng nói là định tuệ đồng đẳng. Vì không bị vọng tưởng kéo lôi nên có định, có định thì trí tuệ Bát-nhã phát sanh nên gọi định tuệ đồng đẳng. Pháp tu như thế là thẳng tắt nhất. Trong mọi sinh hoạt đi đứng nằm ngồi, lúc chạy xe, tiếp khách, nói chuyện, làm rầy, ăn cơm, trong tất cả công việc, vừa có một niệm dấy lên, mình biết không ổn thì dừng, phải cắt đứt tức thì. Tập

quen như vậy, dần dần có sức mạnh, bất cứ ở đâu, lúc nào, ta cũng có thể dùng được. Ứng dụng chuyên nhất một thứ như thế, công phu dễ tiến và không mất thì giờ nhiều. Phật pháp có những hiệu năng không thể lường được.

Hồi nhỏ, lúc tôi còn ở chùa Vạn Đức, tối ngủ cùng phòng với thầy Tri sự. Đêm nào thầy cũng la, làm tôi sợ quá. Nhiều bữa thầy la giống như ai đè cổ vậy, tôi dậy mở đèn, hỏi thầy: “Có gì không thầy?” Thầy đáp không có gì hết, nhưng thật ra thầy sợ hãi vì những cơn ác mộng. Sau đó tôi nghe thầy niệm Phật. Cứ mỗi lần thầy la ú ó thầy liền niệm “Nam-mô A-di-đà Phật” hoặc niệm danh hiệu Bồ-tát Quan Thế Âm. Niệm chừng hai lần là thầy thức dậy được. Suốt một thời gian còn nhỏ ở chùa tôi thấy như vậy. Sau này thầy trì niệm danh hiệu Quan Thế Âm Bồ-tát quyết liệt, liên tục. Thầy niệm Phật ngày đêm liên tục, bất luận giờ giấc. Từ từ tình trạng trên giảm rõ. Cho nên tu hành chánh niệm có hiệu lực vô cùng.

Pháp tu nào chúng ta hành trì chuyên nhất sẽ có kết quả thiết thực, giúp mình vượt qua những lúc ngặt nghèo. Con người ai rồi cũng có lúc phải trải qua những khốn khó, nhất là khi tứ đại sắp tan rã, ta chuẩn bị từ già cuộc đời thân tâm vô cùng bức xúc. Người tu không có đạo lực, lúc sắp tử không thể nào an ổn bình tĩnh nổi. Hằng ngày cứ ngược xuôi theo trần lao, làm sao phút cuối cùng nhớ Phật được? Muốn nhớ Phật, ngay trong đời thường, trong mọi sinh hoạt này phải tưởng nhớ Phật liên tục. Cho nên chúng ta thấy các vị Hòa thượng, các bậc tôn đức đi đâu cũng có khâu chuỗi, ngồi nói chuyện một hồi, các ngài lại lần chuỗi. Lần như thế để nhớ niệm Phật. Nhớ Phật sẽ sống được với Phật, sống được với tánh giác của mình.

Hoàn cảnh của chúng ta bây giờ nhiều việc quá. Hồi xưa thời Phật, việc làm tinh xá, chư tăng không rớt tới, cư sĩ lo hết. Ví dụ họ muốn đón chư tăng về thuyết pháp, giảng dạy, cúng dường ở địa phương nào, họ tự sắp đặt chỗ ăn chỗ ở cho chư tăng, sau đó thỉnh Tăng đoàn về trụ ba tháng một tháng v.v... để giáo hóa. Hàng xuất gia khỏi lo phần xây dựng. Bây giờ huynh đệ chúng ta tu theo Phật giáo phát triển, việc sinh hoạt rộng rãi vô cùng, không như các vị bên Nguyên thủy, cho nên việc cất chùa chư tăng cũng đảm đương luôn. Độ tăng, cất chùa, hoàng pháp lợi sinh, tổ chức giáo hội... chúng ta đều tham gia, cho nên rất đa đoan, nhiều việc. Do cực như vậy nên việc tu không chuyên nhất. Đó cũng là phần thiếu sót của chúng ta.

Tuy nhiên, để lấy lại sự quân bình giữa công việc bên ngoài và công phu bên trong, chúng ta cố gắng làm sao đừng để vọng tưởng kéo lôi, tâm tâm niệm

niệm sáng suốt, cắt đứt những tạp niệm thì mình sẽ thành công. Lục Tổ sau khi được Ngũ Tổ truyền y bát, thầy đưa trò sang sông. Ngũ Tổ cầm tay chèo, Lục Tổ thưa: “Khi mê thì thầy độ, ngộ rồi con tự độ” và xin được giữ lấy tay chèo. Bấy giờ trong hội của Ngũ Tổ có bảy tám trăm chúng, ngài Thần Tú là thượng thủ. Trong chúng có một vị ngày trước là quan tứ phẩm trong triều, tên Huệ Minh. Ông là quan võ nên đuổi theo Lục Tổ rất mau, để giành lại y bát. Ngài Huệ Năng thấy nguy rồi, bèn để y bát lên tảng đá, núp vô bụi cây. Huệ Minh tới gặp y bát ôm liền, nhưng giở lên không nổi. Ông biết đây không phải chuyện thường, nên hướng vào chỗ ngài Huệ Năng núp, nói: “Nhân giả! Tôi đến vì pháp chứ không phải vì y bát”. Ngài Huệ Năng nói: “Nếu vì pháp thì ông hãy lắng lòng nghe. Không nghĩ thiện, không nghĩ ác, cái gì là bản lai diện mục của thượng tọa Minh?” Ngay đó Huệ Minh liền nhận ra. Đó là bài pháp đầu tiên của ngài Huệ Năng.

Một vị quan tứ phẩm triều đình, tu trong pháp hội có giáo thọ sư của năm bảy trăm người như vậy, mà trải qua bao lâu chưa nhận ra. Bấy giờ gặp một ông cư sĩ công quả có mấy thúng mà vào được cửa. Ở đây tôi muốn nói Phật pháp không có nhiều, cũng không phải rườm rà, khó khăn gì, nhưng chỉ có người chuyên nhất, quyết tâm mới thành tựu. Người tu niệm Phật nhất niệm, không xen tạp mới được Phật đến rước. Người tu thiên cũng vậy, chỉ quán rõ ràng phân minh, không bị vọng tưởng kéo lôi mới được định, được tuệ. Có định tuệ mới giác ngộ giải thoát.

4. Định và tuệ

Người tu Phật dù theo pháp môn nào cũng không thể thiếu định và tuệ. Nếu thiếu định thì chao đảo, lăng xăng như khỉ vượn, nếu thiếu tuệ thì mờ mịt, không biết lối đi. Vì vậy phải đầy đủ định và tuệ chúng ta mới không làm, không chạy theo vọng tưởng, các pháp bên ngoài không kéo lôi được mình, ta mới an ổn.

Kinh nghiệm tu tập của các bậc tiền nhân cho chúng ta biết, khi vọng tưởng lăng xăng nhiều quá, chúng ta dễ rơi vào tình trạng mỏi mệt, rồi ngủ gà ngủ gật. Hai thứ hôn trầm và loạn tưởng như hai gọng kềm siết chặt mình, làm chúng ta khó chịu không an ổn. Hễ thức thì bị loạn tưởng, còn ngủ mê thì mệt mỏi vô cùng. Hành giả cứ bị hai trạng thái đó vây khốn. Nếu không mãnh tĩnh cố gắng thoát ra khỏi hai thứ ấy, công phu của chúng ta sẽ bị trở ngại, không thể tiến được.

Các thiền sư lúc tham thiền, thường tự khiển trách những con bệnh này. Như ngài Từ Minh ở chỗ Thiện Chiếu – Phần Dương, vùng đó mùa tuyết đổ lạnh chết người. Như vậy mà bệnh ngủ gục vẫn cứ bám theo. Cho nên ngài sử dụng cách dùng dùi lửa đỏ, một khi ngủ gục, lấy dùi lửa lụi ngay bắp đùi non. Một lần như vậy thì tỉnh, không dám ngủ nữa. Các ngài dạy mình tu phải quyết tâm mạnh mẽ, đừng có kiêu lên bỏ đoàn thì ngủ gà ngủ gục, bước xuống bỏ đoàn thì dụi ba dụi bảy nói chuyện thị phi. Cả hai trường hợp, giờ giấc tu tập mình không yên tĩnh, giờ giấc sinh hoạt trong chúng mình không tỉnh giác. Cả hai đều thất lợi. Vì vậy người tu không được thiếu định và tuệ.

Hồi xưa các vị A-la-hán nhập định, bị quỷ thần đập vào đầu, các ngài cũng không động. Còn chúng ta ngày nay ngồi thiền bị con kiến cắn một chút đã la trời. Nên biết mình chẳng có tí định lực nào cả. Bây giờ phải tu thế nào để trong tất cả oai nghi đi đứng nằm ngồi, làm các việc nhưng không bị động bởi hiện tượng bên ngoài. Nói theo kinh Lăng Nghiêm là sáu giác quan không chạy theo sáu trần cảnh, mà vẫn thấy rõ ràng, nghe tinh tường, mọi cảm giác đầy đủ. Được như thế là được định.

Nghiệm lại trên con đường tu tập, chúng ta rất cần đến các pháp tu Dục, Tinh tấn, Niệm và Tuệ. Người tu không thể thiếu định, không thể thiếu tuệ, không thể thiếu sự chuyên nhất, ức niệm hoặc ý chí. Có đầy đủ những yếu tố trên thì bước đường tu hành của mình sẽ thành công. Ngày nay chúng ta có nhân duyên to lớn nên gặp được Phật pháp, đầy đủ tài liệu học tập. Thời trước các bậc thầy của mình, muốn nghiên cứu tư liệu khó lắm. Quý ngài muốn đọc kinh phải tìm sách chữ Hán, các bản in Bắc này hiếm lắm, không phải in đại trà như bây giờ. Bây giờ kinh sách không thiếu thứ chi. Thời chúng tôi đi học, tìm một cuốn tự điển muốn chết luôn. Bây giờ tự nhiên ở đâu nó đầy đủ, một lô từ Đài Loan đưa qua những bản dẫn giải chú sớ của các vị Hòa thượng bên đó, rất là nhiều. Nên cố gắng nỗ lực dụng công phu cho xứng đáng với những gì mình đã được thọ nhận.

Thời này là thời văn minh, sự hiểu biết, phương pháp chúng ta nắm vững nhưng cũng vì thế mà nhiều việc quá, tu không chuyên nhất, thiếu định tuệ. Đây là điều đáng lo, đáng quan tâm. Bây giờ những vị có trách nhiệm trong Phật pháp, kiểm điểm rồi khắc phục, làm sao nâng cao tinh thần tu học của Tăng Ni, nhắc nhở quý thầy cô trẻ đừng quên mục đích, định hướng của đời tu. Chúng ta phải biết nuôi dưỡng công phu, nuôi dưỡng bằng ý chí và sự quyết tâm, thể hiện đầy đủ định tuệ. Có thế mới không bị dòng thác bên ngoài lôi cuốn.

Định mà Lục Tổ gọi là “Na-già thường đại định”, tức là định tro ng mọi tiếp cận, mọi hoàn cảnh. Người khéo tu nương theo định lực đó mà đi trong luân hồi sinh tử an nhiên tự tại, bằng không sẽ bị nó cuốn phăng. Nguyên của chúng ta đã rõ, bây giờ phải phát huy cho được định tuệ của chính mình, làm sao tu hành đến nơi đến chốn. Chúng tôi nguyện Tam Bảo thường gia hộ cho tất cả chúng ta luôn sáng suốt, tu hành đạt được sở nguyện như ý.

---o0o---

GIÁ TRỊ TU TẬP TRONG MÙA AN CƯ

... Đứng trước sự tiến bộ lớn lao của loài người, chúng tôi thật vô cùng trân trọng. Nhưng nghĩ lại nhiệm vụ của người tu, sự phát minh của chúng ta còn to lớn hơn nhiều. Đó là khám phá và sử dụng được kho báu vô tận ngay nơi chính mình ...

Mùa an cư là thời gian đức Phật chế định chư Tăng Ni tập trung một chỗ cố gắng tu hành. Ngày xưa sau ba tháng an cư, các vị đệ tử của đức Thế Tôn thường chứng Thánh quả và lấy đó làm pháp cúng dường cho đức Từ Phụ. Ngày nay chúng ta cũng theo dấu vết xưa, chư Ni tập trung về một chỗ tu tập nghiêm túc hơn những lúc khác.

Thật ra hồi xưa chúng tôi được đi nhập hạ hay đi trường hương là cả một vinh dự. Trong chùa các huynh đệ lớn được thầy chỉ dạy, sắp đặt đi an cư kiết hạ là một vinh dự. Về phía Phật tử, những vị ủng hộ đạo tràng, biết sư huynh nào được thầy cử đi trường hạ rất vui mừng, họ cúng dường tứ sự, lo từng phẩm vật cần thiết. Nghe nói đời sống trong trường hạ cần thứ gì họ cúng thứ đó, quý thầy không thiếu một món chi. Phật tử nghe nói kiết hạ an cư, tu đến cả trăm ngày nghiêm cẩn, họ rất kính trọng. Họ lo lắng chu đáo từ cái khăn cái áo, cho tới cái ca uống nước cũng mới luôn. Vinh dự là như vậy. Chư vị ở đây cũng hưởng được những vinh dự ấy.

Hôm nay sắp mãn mùa an cư, chư huynh đệ kiểm nghiệm lại xem qua một trăm ngày, mình tu tập, học hành, gặt hái được những gì? Chắc chắn là trước nhất ta có niềm vui, hoặc ít hoặc nhiều, không ai không có niềm vui. Niềm vui gì? Không phải niềm vui sắp mãn hạ mình được về, mà vui vì ba tháng qua chúng ta sống trong điều kiện thuận lợi nhất để tu hành nghiêm túc, tiến triển. Chư Ni được tu học, được bảo vệ và luôn được sự chỉ dạy của các vị lãnh đạo trong giáo hội, sự hỗ trợ giúp đỡ của các Phật tử. Mình được yên ổn, được bảo vệ trong một khung cảnh tu hành trang nghiêm thanh tịnh thì thật vui thích biết bao nhiêu. Chưa nói quý vị tu chứng đến đâu, chỉ cần qua

ba tháng tu học nghiêm túc khỏe mạnh, không có việc gì xảy ra, không gặp trở ngại nào cho việc nhập hạ của mình là vui rồi. Nếu sống riêng rẽ một mình, có khi cả đời mình chưa gầy dựng nổi nhân duyên tốt đẹp như thế. Cho nên mùa hạ rất đáng trân trọng đối với hàng đệ tử xuất gia của Phật.

Tổ dạy: Kiến lợi kiến danh như nhãn trung trước tiết. Nghĩa là thấy lợi thấy danh như bụi rơi trong mắt. Bây giờ chúng ta có điều kiện thuận lợi nhất để mình nghiệm lại xem, đối với lời dạy của người xưa, mình thực hiện được chừng bao nhiêu phần trăm? Gặp danh gặp lợi như bụi rơi trong mắt. Người tu nếu không khéo, chạy trốn cái vòng danh lợi thế gian lại rơi vào cái vòng danh lợi trong đạo. Cho nên Tổ bảo phải tránh xa nó, thấy nó là bụi làm xôn xang con mắt, làm hư con mắt. Những cảnh duyên bên ngoài, những sự kiện trước mắt, những vấn đề chung quanh đời sống của chúng ta, tất cả những gì chúng ta chứng kiến, tiếp cận, suy nghĩ, va chạm hằng ngày, mình có tự tại, có không dính dáng chưa hay làm nhận, chạy theo, mắc mứu, đắm nhiễm với nó. Nếu kiểm lại thấy mình còn yếu, còn bị đắm trước thì phải chỉnh đốn. Đó là tu. Pháp tu này không chỉ áp dụng trong mùa an cư mà mãi mãi trong đời sống tu hành, chúng ta đều áp dụng như vậy.

Kiểm nghiệm lại thấy mình còn dở, thì phải sửa đổi và tiến thủ. Cách thức tu hành theo tổ dạy là học trực diện ngay trong đời thường, trong mọi sinh hoạt, chớ không phải học trên chữ nghĩa. Hành giả lấy sự tỉnh giác làm chuẩn, chúng ta luôn luôn chủ động đối diện với chính mình, cũng như tiếp cận các duyên bên ngoài, không để bị vong thân. Những tiêu chuẩn mà chúng ta phải có khi tiếp cận với tất cả sự duyên là gì? Là không bị động, không tăm tối, không mắc mứu. Điều này không phải dễ dàng. Cho nên chúng ta phải siêng năng hành trì không chỉ ba tháng an cư mà cả đời. Người nào còn yếu thì ráng mạnh lên, phát huy trí tuệ thêm lên. Ai còn chạy theo ngoại cảnh thì hãy dừng bước, còn mắc mứu thì tháo gỡ. Tu là như vậy.

Khi tiếp duyên xúc cảnh, hoặc thuận hoặc nghịch chúng ta thường khởi phiền não. Cho nên đối trị phiền não là việc bổn phận của người tu. Phiền não thường não hại thân tâm, là lửa phiền nhiệt thiêu đốt thân tâm. Chữ “phiền” là lửa đốt trên đầu, chữ “não” là tâm bị bức xúc. Cả hai, phiền cũng không được mà não cũng không yên. Vì vậy những gì tồn đọng bên trong, gặp duyên phát khởi thì thành phiền não. Phiền não thì bất an, bất an thì định tĩnh không còn nữa. Không có định làm sao có tuệ. Do định mới có tuệ, không định thì không thể có trí tuệ. Điều đó tất yếu như vậy.

Cho nên những khóa lễ, giờ công phu, tụng niệm, đi kinh hành, tọa thiền... pháp nào cũng đều giúp cho chúng ta tỉnh giác, thấy thật tường tận, tinh tế bên trong của mình, xem còn cái gì trong đó? Lục lạo xem trong bụng, trong ngực, trong đầu còn cái gì? Nó có lợi hay nó quậy mình. Nếu nó quậy mình thì xin quý vị vui lòng thả nó ra. Dù nó là gì cũng phải thả ra, thả ra cho hết, cho sạch để mình được yên định. Cách nhìn lại mình để chỉnh đốn tháo gỡ là cách tu giản dị mà có kết quả nhất. Nói giản dị nhưng thực sự không phải dễ điều phục. Bởi vì con trâu của mình không phải lúc nào cũng là con trâu đất, có khi nó hung hăng, vùng vằng, tới giờ ngủ nó đòi đi ra ngoài quán? Độc địa thiệt. Hoặc tháng này được xuất ngoại hai kỳ, mình đã đi hai kỳ rồi, bây giờ muốn kiếm chuyện đi nữa. Quả là con trâu điên, do vậy rất khó chăn.

Các thiền sư dạy cách thức chăn trâu thế này: Trong tay phải có dây giàng, có roi, mục đồng không được ngủ gục. Mình muốn con trâu đi theo đường nào thì dẫn nó đi đường đó. Trâu ngó bên này liếc bên kia hoặc ăn lúa mạ của người, cái roi phải biết xử lý. Việc giản dị như thế, nhưng lòng mình không đơn giản như thế. Bởi vậy có khi động lòng trắc ẩn, mình thấy khổ tâm, thấy bực bội quá trời. Đó là gì? Là vọng tưởng. Những vọng tưởng điên đảo, những dây niệm lăng xăng của mình, chứ chẳng phải của ai khác. Nếu có của ai khác mà dòn cho mình thì chắc bẻ bụng chết, chịu không nổi. Nội của mình không là đủ thấy mệt rồi. Cho nên dứt khoát ta không bao giờ chắt chứa vọng tưởng điên đảo trong bụng.

Ý thức như vậy rồi, chúng ta phải thả những cái đó ra thôi, không để trong hông ngực mình làm gì. Tổ dạy người tu đừng dính dáng tới vọng tưởng bên trong, ngoại cảnh bên ngoài. Cương quyết, dứt khoát, không chạy theo, không ngó ngang gì tới nó, không để nó lôi kéo mình. Nói thì như thế, nhưng nêu công phu hằng ngày không đắc lực thì chúng ta không làm gì được nó đâu. Vèo một cái là nó lôi mình đi mất tiêu. Quý vị nghiệm đi sẽ thấy, có khi ta ngồi nói chuyện thế này, nhưng nó dẫn mình đi thành phố, đi Vũng Tàu, đi Singapore, Đài Loan, Nhật Bản... đủ chỗ. Cái xác nói mơ nói mớ vậy chứ thực sự cái hồn đi đâu mất. Sức lôi dẫn của nó mạnh như vậy, nên tâm ta luôn bị phân tán, không có định tuệ.

Các ngài dạy rõ danh văn, lợi dưỡng, tài sắc, ăn uống, ngủ nghỉ... tất cả các sự kiện, các vấn đề chung quanh đời sống nhiều vô lượng vô biên. Do vậy lúc nào chúng ta cũng phải tu, ở đâu cũng phải công phu hết. Chẳng những ba tháng mà suốt đời phải chuyên cần tu tập. Nếu đời này chưa xong, đời sau ta lại tu nữa, vừa mở con mắt ra, nương Bát-nhã lực, gặp Phật pháp tiếp tục

tu hành, không tính kể thời gian. Tu hành chừng nào mình hoàn toàn làm chủ được, không bị động bởi những thứ đó thì mới yên lòng. Đó là kinh nghiệm chư Tổ trải qua và dạy chúng ta như vậy.

Người tu phải lạnh nhạt với thế sự. Chúng ta tập buông bỏ chớ không nên tập thu vào. Lạnh tức là thôi đi. Nghe ai nói gì mình thôi đi, bỏ đi, buông đi, không bàn tới nữa. Hãy để nó voi cạn dần, mình không đào xới, không hâm nóng mọi việc, tự nó sẽ yên. Nói thế không có nghĩa là chúng ta chạy trốn cuộc đời. Chúng ta sống một trăm năm nữa, những sự kiện này cũng sẽ diễn bày ra như thế, không bao giờ hết. Chỉ có điều ta phải biết cách sống với nó mà mình vẫn tự tại. Giống như người đi giữa cơn mưa lớn, muốn không bị ướt, chỉ có cách là mặc áo mưa bảo vệ, rồi đi trong đó tự tại. Chứ đợi mưa tạnh thì biết chừng nào xong việc của mình. Càng buông bỏ thì càng lạnh nhạt với thế tình. Có vậy việc tu mới tập trung.

Các trưởng lão khung lại thời gian ba tháng và không gian của đạo tràng này, để chúng ta không mất thì giờ giông ruổi ra ngoài. Nhờ sống yên ổn một chỗ, định lực dễ phát huy. Từ đó mình kéo dài, nói rộng nội lực ngày một thêm lớn thêm mạnh. Có thể sau khi mãn hạ, trở về bản xứ của mình, quý vị nhân rộng thời gian tu tập tích cực như trong mùa an cư. Nhờ đó thân tâm tiếp tục được an vui, thanh tịnh. Một năm có mười hai tháng, ba tháng chính đốn nghiêm túc trong mùa hạ rồi, bây giờ còn lại chín tháng. Chín tháng này quý vị làm gì? Chín tháng này cũng tu học bình thường, chứ không có việc gì khác. Nếp sinh hoạt tu tập trong ba tháng an cư như thế nào, bây giờ chúng ta cũng giữ như thế ấy trong suốt thời gian còn lại. Như vậy đời tu của chúng ta mới có giá trị, mới xứng đáng là đệ tử Phật.

Một hôm ông Duy-ma-cật từ trong chợ đi ra, Tôn giả Quang Nghiêm hỏi: Cư sĩ từ đâu tới? Ông đáp: Từ đạo tràng tới. Tôn giả lấy làm lạ, cư sĩ từ trong chợ đi ra rõ ràng, tại sao lại nói từ đạo tràng tới. Thật ra Duy-ma-cật đã nói rộng trước rồi. Ông đã nói rộng việc tu học của mình, nên lúc nào ở đâu đối với ông cũng là đạo tràng. Mùa nào cũng là mùa an cư kiết hạ. Chúng ta cũng phải như thế, luôn nhiếp niệm tu tập cho xứng đáng.

Giữa cuộc đời này chúng ta phải tự quyết, tự phấn đấu. Người nào không phấn đấu quyết tử thì thua. Ví dụ có vị tính chiều nay nằm nghỉ, học từ sáng tới giờ mệt rồi. Vị ấy không muốn đi đâu, không muốn nghe cái gì nữa. Nhưng được không? Nếu trong lòng chưa chịu nghỉ, vừa nghe phòng bên kia nói lát nữa đi hội chợ là ngồi phất dậy liền. Cha! Cái này nghe bộ khá. Hội chợ đâu? Chợ Cora. Hấp dẫn lắm, bán cái gì cũng rẻ cũng tốt. Nằm nhắm

con mắt nhưng nghe huynh đệ bên kia mở cửa gọi: Chị ơi! Có xe rồi nè, đi chợ vui lắm. Lúc đầu không thèm nói, nằm im giống như ngủ vậy. Nghe kêu lần thứ hai, trong bụng thấy được được. Kêu lần thứ ba “thôi được, đợi tôi đi”. Thua! Coi vậy chứ không phải dễ đâu. Đó là đơn cử việc thường thôi, còn nhiều việc khác, nhiều vấn đề trong cuộc đời này hấp dẫn, chúng luôn kéo lôi mình, cho nên cuối cùng ta thua cuộc. Bởi thua cuộc nên mình cứ làm lũi chạy từ đời này sang đời khác, mãi mãi. Cho nên chư vị thánh, các bậc Bồ-tát nói chúng sanh thật đáng thương xót vậy.

Người xưa dạy muốn ra khỏi trần lao phải chuyên tâm hành đạo. Chuyên tâm như thế nào? Thường người đời cho những suy nghĩ phân biệt là tâm của mình. Đó chưa phải là thật tâm, nó chỉ là bóng dáng, vọng tưởng. Bởi bóng dáng vọng tưởng nên nó biến hiện, lăng xăng, đổi dời, lén lút, ngược xuôi đủ cách. Bây giờ chuyên tâm là chuyên nhất, tập trung chỉ một việc tu thôi, không có thứ khác, không cho vọng tưởng điên đảo dây khởi nữa. Như trong mùa an cư, chúng ta tuân thủ đúng theo chương trình tu học. Giờ nào tụng niệm thì tụng niệm, giờ nào học thì học. Hôm nay làm như vậy, ngày mai cũng làm như vậy. Từ ngày đầu khóa cho tới ngày mãn hạ đều liên tục thực hiện như vậy. Đó là chuyên tâm.

Chúng ta không để mất thời gian hành đạo, không bị danh văn lợi dưỡng làm mê hoặc. Người chuyên tâm rồi thì không bị mất thời gian bởi những việc khác, như việc đi lại, khách khứa, ăn uống, ngủ nghỉ, tiếp xúc... Chúng ta dành thời gian để ngồi thiền, tụng kinh, đọc sách, nghỉ ngơi, thiền hành v.v... nói chung là sống cho mình, làm chủ mọi sinh hoạt thường nhật. Không bị danh văn lợi dưỡng làm mê hoặc, đây cũng là tiêu đề, là khuôn vàng thước ngọc cho người tu. Nếu một tu sĩ bị danh văn lợi dưỡng kéo lôi thì đời tu còn có giá trị gì đâu. Một khi chúng ta không chuyên tâm, không quyết định tích cực trên bước đường tu tập thì dễ rơi vào vòng danh văn lợi dưỡng lắm. Rơi vào đó rồi là đường cùng, thời gian đeo đẳng miệt mài trong vô minh tăm tối không biết đến bao giờ mới ra khỏi.

Tăng Ni chúng ta phải là người nêu gương sáng cho đạo, xứng đáng đứng trong hàng Thích tử Như Lai. Tại sao nói gương sáng? Vì cũng có những gương không sáng. Khi nói gương sáng tức là phải có sự lau chùi. Lau chùi bụi bặm phiền não, những thứ đã từng bu bám phủ che ánh sáng trí tuệ của chúng ta từ lâu đời. Thật ra bản chất của gương vốn sáng nhưng vì bị bụi phủ che nên thành tối. Nếu chúng ta không lau chùi, không dọn dẹp thì gương không sáng. Nói cho đúng, gương không sáng là vì bụi chứ không vì gương. Chúng ta biết tại vọng tưởng lăng xăng làm mất đi sự sáng suốt của

gương tâm. Bây giờ biết rồi chúng ta cố gắng lau hết bụi cũ và đừng để bụi mới phủ lên nữa. Dẹp bỏ hết những vọng tưởng tích tụ cũ và đừng nuôi thêm những vọng tưởng mới. Đó là cách làm sáng lại gương tâm của mình.

Chư Tổ ngày xưa có sức kham nhẫn rất lớn, kham nhẫn nghịch cảnh và kham nhẫn luôn cả thuận cảnh. Do đó các ngài lạnh nhạt với danh vọng, tiền tài, sống tự do tự tại trong mọi hoàn cảnh. Các ngài dạy: Nếu còn một chút gì chưa quyết thì mình đừng có dây dưa, đừng có hẹn đời nào mới xong mà phải làm sao kịp thời ngăn chặn và cắt đứt vòng trầm luân sinh tử. Đây là những lời dạy chí thiết. Nếu trong lòng chúng ta còn một niệm chưa dứt khoát thì ta phải cương quyết, đừng để nó dây dưa mà phải cắt đứt. Cắt đứt được từng niệm một thì vòng luân hồi sinh tử mới bị đứt. Ngang đây chúng ta có thể vui vì mình tập làm chủ được dần.

Luân hồi sinh tử bắt nguồn từ những loạn tưởng, những dấy niệm của chúng ta. Từ loạn tưởng điên đảo nó dẫn mình đi trong vòng gây nhân rồi chịu quả, tạo nghiệp vai trả trả vay không cùng. Bây giờ vừa có một niệm dấy lên mình dừng ngay, tỉnh sáng, làm chủ được, không để nó dẫn lẫn lóc trong vòng tăm tối nữa. Đó là quý vị tập cắt đứt. Cho nên đối với các niệm phải nhanh chóng phát hiện, tỉnh giác và dứt khoát cắt. Đâu có khó khăn gì, một niệm tưởng vừa nhú đầu ra, mình điểm mặt nó liền dừng lại, nếu nó đã khởi lên rồi thì cắt đi. Đẳng này quý vị không cắt mà còn nuôi lớn thêm nữa, làm sao cắt nó nổi. Ví dụ nó rủ mình ra ngã ba chơi, mình nói không đi, nó đâu dám rủ nữa. Ngược lại nó vừa rủ đi mình liền hưởng ứng nên nó mới kéo mình đi luôn. Hết ngã ba tới ngã tư, rồi dẫn chúng ta đi luôn trong sanh tử, không có ngày cùng.

Nhiều người tu cả đời nhưng không nghiệm ra luân hồi sinh tử từ manh mối nào mà có. Do vậy họ yên lòng chấp nhận, thả trôi đời mình lang thang mãi. Bây giờ qua lời dạy của Phật tổ, chúng ta biết vòng sanh tử lẫn quần là từ niệm khởi, từ vọng tưởng của mình. Muốn dứt dòng sanh tử thì phải dừng được niệm, dừng được những vọng tưởng. Một khi dừng được rồi thì chúng ta không còn ngán sợ gì nữa, cho tới chết cũng không sợ. Do không sợ mới có thể chủ động lúc sắp lâm chung. Mình sợ chết hoặc sợ bất cứ thứ gì đều là nguyên nhân đẩy chúng ta đi vào luân hồi sinh tử. Là người tu, mình không sợ gì hết, vì không gây nhân để phải thọ quả. Đó là con người hùng dũng nhất, vô úy, vô hữu khủng bố. Do không sợ nên không gì có thể khủng bố ta được. Bây giờ mình sống đời an nhiên tự tại, không bị cái xấu cái đẹp, cái hay cái dở, cái hơn cái thua kéo lôi. Trong hiện đời không dính mắc hai bên là đã giải thoát rồi, đâu đợi phải tới khi nào.

Nhưng nếu như đã lỡ gây nhân rồi thì sao? Gây nhân thì phải chịu quả. Sợ cái gì? Đã dám gây nhân thì phải chịu quả, sợ cũng không khỏi được. Nhân quả là như vậy. Cho nên tốt nhất là đừng gây nhân xấu. Sợ là sợ ở nhân, chớ không nên sợ ở quả. Lời Phật dạy chúng ta đã hiểu, gây nhân nào sẽ gánh lấy quả nấy. Cầu người khác cứu giúp hay sợ sệt chạy trốn khi quả đến đều không thể được. Nếu có được cũng chỉ được phần nào thôi, trong khuôn khổ của luật nhân duyên nhân quả và với điều kiện đương sự phải thật tâm hồi tỉnh, chớ không thể hoàn toàn thoát khỏi luật nhân quả. Cho nên quan trọng là lúc gây nhân. Ví dụ chúng ta không muốn bị quả báo trộm cắp thì đừng bao giờ gây nhân trộm cắp. Nếu không gây nhân đó thì không bao giờ chuốc quả báo đó. Tù tội trước mặt nhân gian rõ ràng, đâu có xa. Cũng thế, nếu chúng ta không gây nhân luân hồi sinh tử thì sợ gì quả luân hồi sinh tử ?

Như quý vị muốn về Thành phố thì ra đón xe về hướng Thành phố. Xe ngừng mình đi, chắc chắn sẽ tới Thành phố không nghi. Nhưng nếu quý vị bước qua bên kia đường đón xe về hướng Vũng Tàu, thì không có chuyện nó đưa quý vị về thành phố. Rõ ràng như vậy. Bài học này thật đơn sơ, nhưng nếu không tỉnh giác chúng ta sẽ không thực hành được đâu. Người tu cần phải dè dặt, mãnh tĩnh, không để trần cảnh bên ngoài lừa. Chúng ta cố gắng làm chủ lấy mình, không để vọng tưởng điên đảo kéo lôi, không dính mắc bởi bất cứ thứ gì bên ngoài. Như vậy mới xứng đáng là đệ tử Phật.

Mong rằng từ mùa an cư thanh tịnh tốt đẹp này, tất cả quý vị có được một đà tiến cho cả năm và hơn thế nữa là cả cuộc đời. Chúng ta tu tập thế nào để tất cả mọi thời gian đều là mùa an cư kiết hạ. Được thế còn gì vui thích bằng, còn gì đáng trân quý hơn. Đó là chúng ta thực hiện được lời Phật dạy và cũng thực hiện được nguyện lành của mình. Tăng Ni phải nhớ nhiệm vụ hàng đệ tử xuất gia của đức Thế Tôn là vừa tu vừa làm việc ích lợi cho tất cả chúng sanh, nên không thể lười lả qua ngày. Như vậy có lỗi với Phật Tổ, mà cũng là cô phụ hoài bão lớn nhất của đời mình.

Chúng tôi rất mong mỗi quý vị thành tựu được đạo nghiệp của mình sau ba tháng nghiêm trì giới luật, cấm túc an cư.

---o0o---

TINH THẦN TU TIẾN

...Đứng trước sự tiến bộ lớn lao của loài người, chúng tôi thật vô cùng trân trọng. Nhưng nghĩ lại nhiệm vụ của người tu, sự phát minh của

chúng ta còn to lớn hơn nhiều. Đó là khám phá và sử dụng được kho báu vô tận ngay nơi chính mình ...

Lần này tôi về thăm trường hạ chùa Bửu Thiên - Long Thành, thấy toàn thể đại chúng đều vui tươi khỏe mạnh, tôi rất mừng. Phật dạy người tu có hoan hỷ, có tiến bộ thì dung nghi bên ngoài tươi tắn đẹp đẽ. Chư tăng ở đây đã qua hai phần ba mùa an cư, quý vị đều vui khỏe, như vậy chứng tỏ việc tu học có tăng tiến.

Chúng ta có tu nhất định phải có tiến. Tuy nhiên cũng có trường hợp một số vị tu hoài mà không tiến. Từ đó lâm vấp vào tình cảnh thối thất hoặc đứng tại chỗ, cuối cùng mất niềm tin với đạo pháp, với chính mình. Thật đáng tiếc. Điều này tùy thuộc vào hoàn cảnh sống, phúc duyên của mỗi người. Song điều tiên quyết nhất, người tu phải cố gắng, phải tranh thủ. Tranh thủ với thời gian, bệnh tật, với những hoàn cảnh chung quanh và nhất là tranh thủ với thân tâm này. Có tranh thủ như vậy chúng ta mới giữ vững được tâm nguyện tu hành của chính mình. Nếu sự tranh thủ ấy yếu kém, đôi khi ta bị các duyên chung quanh làm trở ngại. Do vậy tuy phát tâm tu nhưng không tiến bao nhiêu. Không tiến đồng nghĩa với dậm chân tại chỗ, dần dần suy sụp nhiều hơn rồi ta nản. Một khi nản thì con đường tu tập xem như bị bỏ đi, rất khó kéo lại. Cho nên có những vị thời gian đầu rất tích cực đối với đạo, tích cực một cách đáng nể nang, nhưng không lâu đặng phải việc gì trở ngại, những tích cực ban đầu tan rã hết.

Hồi xưa lúc tôi còn nhỏ, tu ở đạo tràng Vạn Đức – Thủ Đức, thấy có rất nhiều vị cư sĩ đang làm ăn, nhưng họ tu học còn siêng năng, tích cực hơn những vị tăng trẻ. Có những buổi trưa, đại chúng đều nghỉ hết, các vị cư sĩ này, như ông Từ Hiếu, ông Minh Kiến ở tận Gia Định, tranh thủ chạy về chùa công phu. Nhưng sau này không biết công việc làm ăn bề bộn thế nào hay vì lý do nào khác, họ về chùa thưa dần rồi từ từ không thấy về nữa.

Ở đây tôi nhấn mạnh là chúng ta phải tranh thủ, dành dụm mọi cơ hội, không để qua suông mảy may thời gian nào trong sự tu tiến. Nghĩa là chúng ta phải tu liên tục, thân tâm luôn luôn tranh thủ như vậy. Người xưa gọi là khắc tĩnh khắc tiến. Cái tĩnh đó phải mạnh mẽ, dứt khoát, không chút do dự gì hết. Được vậy mới có ngày an ổn, có ngày xong việc. Chúng ta phải có thái độ dứt khoát đối với mọi sự duyên chung quanh, sắp đặt thế nào để mỗi ngày công phu không bị lay chuyển bởi bất cứ việc gì. Tu như vậy may ra mới khế hợp, mới tương ưng với lời Phật dạy.

Hành giả tu thiền trước tiên phải được định. Có thiền có định mới sống với giác tâm của mình, mới an ổn tự tại. Muốn thế phải làm sao? Chúng ta đang sống, đang tiếp cận với tất cả cảnh duyên, vừa có một niệm dấy khởi ta liền biết, không chạy theo, không bị nó dẫn đi, như vậy là định. Có định thì trí tuệ Bát-nhã sẽ phát sinh. Trí tuệ vốn có sẵn, nhưng vì chúng ta chao đảo, lao lự theo cảnh duyên nên nó không phát được. Bây giờ muốn cho trí tuệ phát ra, thì đừng chao đảo nữa. Chúng ta phải dứt khoát, tỉnh sáng, không để cảnh duyên dẫn, mình chủ động được là nhờ định và tuệ. Giản dị thế thôi. Nếu trong sinh hoạt hằng ngày, lúc nào chúng ta cũng tập trung áp dụng như vậy thì định tuệ hiện tiền. Người như thế bảo đảm khỏi sợ chết bị đọa hoặc ai kéo lôi đi đâu. Bởi vì người ấy đã hoàn toàn tự chủ.

Đời sống tăng đoàn không giống như ở thế gian. Chúng ta sống bằng tinh thần hòa hợp. Lục hòa là cốt lõi, là xương sống của tổ chức tăng đoàn. Một việc này thôi, nếu tu tập được nhất định chúng ta sẽ thành công. Tinh thần lục hòa không phải chỉ nói suông, mà phải được thực thi trong tổ chức của mình. Tất cả chư tăng hòa kính nhau, vừa hòa hợp vừa cung kính nhau. Đời sống của tăng đoàn là bỏ nhà, không nhà học đạo, đức Phật không cho chư tăng bận rộn việc thế gian. Nội hai việc này ta giữ được, là đã có một nếp sinh hoạt tăng đoàn rất tốt đẹp. Có thể việc tu của huynh đệ tiến nhanh lắm.

Người xưa thường chọn núi rừng, những nơi vắng vẻ thanh tịnh để tu hành. Vì ở những nơi này ít tiếp cận công việc bận rộn của thế gian, các ngài mới dễ chuyên tâm tu hành. Một khi đã vào được cửa, đã mở cửa rồi thì các ngài đi thẳng vào công phu, chuyên tâm một việc. Người xưa hơn chúng ta ở điểm đó. Tăng Ni ngày nay bận rộn quá, quý vị chỉ có một cái thất nhỏ thôi, cũng bận rộn đủ thứ. Bận rộn là do chúng ta không biết tranh thủ, không sắp đặt cho cuộc sống của mình đúng với nếp đạo. Phật dạy hàng xuất gia là những người bỏ nhà, không nhà học đạo, chúng ta sống ngược lại với lời Phật dạy nên tu không có kết quả. Điểm này là điểm chúng ta cần phải suy nghiệm lại thật kỹ, đừng để càng ngày càng lún sâu vào những sự duyên.

Tăng Ni bây giờ lại còn chạy theo cuộc sống văn minh hiện đại nên càng mất thì giờ tu tập nhiều hơn. Ví dụ quý vị muốn biết thêm những tiến bộ, những thông tin bên ngoài, nên sắm cái truyền hình. Khi có cái truyền hình thì chạy theo nó, bỏ được giờ giấc tu chớ không bỏ được chương trình của nó. Thành ra chỗ này bị chướng. Nếu chúng ta khắc phục một chút việc tu sẽ thành công hơn. Chúng ta dành nhiều thời gian cho việc tụng kinh, tọa thiền, để tâm thanh thản, nhẹ nhàng, như thế mới có định có tuệ. Cứ vùi đầu vào ti-

vi một ngày hai ba tiếng đồng hồ, lâu dần thành quen, coi đó là sinh hoạt bình thường, mất hết thời gian tu tập mà chẳng thấy hổ thẹn chi cả.

Ngày xưa, thời khoá của người tu thường được chia ra đầu đêm, giữa đêm và cuối đêm. Đầu đêm từ khoảng 6 giờ chiều cho tới 10 giờ tối, giữa đêm từ 12 giờ cho tới 2 giờ, cuối đêm từ 3 giờ khuya tới 5 giờ sáng. Bây giờ giảm bớt chỉ còn đầu đêm và cuối đêm thôi. Vậy mà đôi khi có vị vẫn không tu được. Đầu đêm mắc coi truyền hình hết ngôi thiên tụng kinh, giữa đêm thì ngủ vùi, cuối đêm thức dậy không nổi, làm sao thiên định được!

Tăng Ni phải gương mẫu để nói nắm vận mệnh tương lai của Phật giáo. Vẫn biết cần phải cập nhật theo đà tiến của xã hội, nhưng đó chỉ là chuyện phụ, là phương tiện trong một giới hạn nào thôi. Tu vẫn là việc bản phận chính của hàng xuất gia. Biết chuyện trên trời trên mây, chuyện Internet v.v... đủ thứ mà không biết chuyện của chính mình, có phải hoang đường không? Quý vị cứ lao theo các sự duyên bên ngoài thì tâm đạo đâu còn. Thiên định, trí tuệ làm sao phát triển đây! Người tu mà một ngày không có thì giờ yên lặng thì làm sao tu được, cứ lãng xãng hoài rồi nói tu mãi vẫn không thành Phật. Có trí tuệ, có giác ngộ đâu mà thành Phật!

Cho nên chư vị tôn đức nên tổ chức thời gian tu học thật tốt cho chư tăng, giúp anh em có điều kiện chung sống hòa hợp để trao đổi, trui luyện, đồng thời cũng để chuyên sâu vào việc chính của mình. Rõ ràng nếu tự bản thân chúng ta không giác ngộ thì không ai thay thế mình được. Giả dụ bây giờ đức Phật có sống trở lại đây, mà chúng ta không chịu tu, không giác ngộ, Ngài cũng không sao cứu được mình.

Buổi tối chúng ta không tụng kinh, không ngồi thiền là thiếu đi sự vun quén để tỉnh giác. Thiếu yếu tố này thì không ai giúp mình đi đến giác ngộ được. Mỗi chúng ta phải tự tu tự đào xới mới được cái đó. Rõ ràng chuyện này là chuyện của chúng ta, chúng ta tự đào xới, tự nuôi dưỡng, phát triển cho thành tựu. Đó là việc chính của người tu. Cho nên cần phải tranh thủ, dành dụm cơ hội, phải tỉnh giác tinh tấn tu tập, không nên lêu láo qua ngày. Đó là điểm tôi muốn nhắc nhở anh em.

Một điểm nữa, tôi muốn nói đối với việc tu hành cần phải tập trung miên mật. Nhiều vị sai lầm trong quan niệm và việc làm của mình mà vẫn đương nhiên chấp nhận, không cảm thấy hổ thẹn gì cả. Ví dụ quý vị muốn đi đây đi đó cho biết như đi Mỹ, đi Úc, đi Hồng Kông, Đài Loan, Trung Quốc.... Nhưng xin hỏi lại biết để làm gì? Nếu cái biết này đảm bảo khi quý vị sắp

lâm chung, Phật Bồ-tát tới nói “nhờ ông biết đây biết đó, nên tôi tới rước về Cực Lạc, rước lên Niết-bàn” thì cũng nên biết. Đàng này chúng ta bước ra một bước, tổ Quy Sơn bảo toàn là cỏ rác thì biết để làm gì? Nhân ngày mãn hạ, chư tăng đến đánh lễ để lui về bản xứ của mình, Tổ Quy Sơn dạy: “Các vị khéo đi, một bước là cỏ rác”. Tức người không có công phu, bước ra một bước vướng không biết bao nhiêu chuyện. Chuyện đời chuyện đạo, chuyện mình chuyện người, chuyện chúng sinh, chuyện xã hội, đủ thứ chuyện. Nhiều thứ như vậy làm sao chúng ta được thiền được định.

Đứng trước sự tiến bộ lớn lao của loài người, chúng tôi thật vô cùng trân trọng. Nhưng nghĩ lại nhiệm vụ của người tu, sự phát minh của chúng ta còn to lớn hơn nhiều. Đó là khám phá và sử dụng được kho báu vô tận ngay nơi chính mình. Việc này nếu không tập trung, không tranh thủ, làm sao thành tựu nổi? Cho nên trân trọng những phát minh khoa học, nhưng việc riêng của mình không được quên. Như vậy chúng ta phải làm sao? Phải hết lòng trong việc tu tập. Đi tu không phải để ngao du sơn thủy, không vì cơm áo lây lất qua ngày, mà là tập trung vào một việc, tu tập làm sao để tâm định sáng.

Một điểm nữa, tu hành phải chấp nhận cay đắng, gian nan. Bỏ một thói quen nào cũng cay đắng lắm. Ví dụ quý vị quen hút thuốc, bây giờ muốn bỏ là cả một vấn đề. Nhiều thầy trước kia quen hút thuốc, đến khi đi tu thêm quá phải lén vô nhà vệ sinh hút. Thế nhưng cũng không tránh khỏi mấy thầy có trách nhiệm. Bởi vì khói thuốc phả ra, đi ngang là biết rồi. Chỗ người ta đi vệ sinh mà vô đó để thưởng thức như vậy. Cay đắng lắm, nhưng bỏ không được. Cho nên người tu phải có ý chí mạnh mẽ, vượt khó, dám xả bỏ thân mạng thì mới tu tập được.

Vì vậy trong pháp nghi thọ giới, luôn luôn có những lời nhắc của các bậc giới sư. Các ngài nhắc: “Thà mất mạng chứ không thể mất giới”. Ở đây đối với những thói quen hiện đời, hay những chướng tử nghiệp tử nhiều đời, nếu chúng ta không quyết tâm tẩy rửa, chuyển hóa thì không thể chiến thắng được nó. Song người tu thà mất mạng chứ không thể để mất việc tu hành. Những thói quen đó kéo lôi, dẫn mình đi, tới khi tỉnh được thì xa quá rồi, chúng ta đã mất hết thời gian.

Như người thế gian sanh ra, lớn lên, đi học, thi cử đỗ đạt, có gia đình, làm việc không bao lâu, dùng một cái thấy tóc đã điểm sương, có cháu nội cháu ngoại đủ hết. Bây giờ thân thể bệnh hoạn, chân mỏi, lưng khòm, đủ tướng suy yếu hiện ra. Huynh đệ chúng ta cũng vậy, lâu ngày gặp lại, ngồi với nhau mà thảng thốt “Mới đó mà giờ tui mình đã già hết rồi”. Vì vậy một khi

chúng ta đã kết chủng duyên với Tam bảo thì gắng nỗ lực, phải khắc phục và chấp nhận tất cả khó khăn cay đắng để tiêu trừ tập khí, những chủng tử mà chúng ta đã lỡ để nó thâm nhiễm trong tâm. Còn trẻ khỏe mạnh để tu, chứ già yếu khó tu lắm.

Trước đây ở Thường Chiếu, có một cụ già trên 70 tuổi, rất khỏe mạnh. Khi còn sống tại gia đình, cụ đạp xe ba gác tự nuôi thân, không chịu nhận tiền bạc của con cháu. Chỉ phải vất vả làm được bao nhiêu tiền đem uống rượu hết. Đến khi gặp Hòa thượng, cụ xin vào thiền viện tu. Được Hòa thượng chấp nhận ở trong chúng tập tu, cụ bỏ rượu, bỏ thuốc ngay lập tức. Trong chùa việc gì cụ cũng hăng hái tham gia, không ngại cả những việc nặng nhọc. Vườn chùa có một khoảnh đất trống, mùa mưa cát trôi xuống lấp đầy, nên đất chỗ này xấu lắm, trồng cây gì cũng không khá. Lúc đó có người cho trà, trồng thử thấy được, tôi nói với cụ “Người ta mới cho ít trà, cụ trồng phía trước nghe”. Cụ nói: “Để con, con làm”. Ông già ra cuốc đất làm, cứ nhắm nhắm đào lỗ hạ xuống. Thầy Tri viên thấy bảo: “Cụ ơi! Thầy Trụ trì kỹ lắm, cụ làm ơn căng dây thẳng hàng cho đẹp”. Cụ không nói gì, cứ làm. Thầy nào lém phếng nói tới nói lui, cụ bảo: “Làm không làm thì dứt ngay để tui làm”. Ông già này thiệt là dứt khoát. Cho đến những ngày cuối cùng, mấy người con thương quá muốn đem cụ về nhà bảo dưỡng nhưng cụ nhất định không chịu, đòi ở chùa sống với quý thầy, không sống ngoài thế gian. Dứt khoát. Đến lúc chót tôi tới thăm, cụ đã quên hết, không còn nhìn ra tôi, mặc dù bình thường cụ luôn nhớ đến tôi. Con người tới lúc sắp ra đi là như vậy. Khi xưa dứt khoát, mạnh khỏe, vậy mà bây giờ không còn chút tự chủ nào cả. Cụ sống tình trạng đó khoảng chừng một hai tuần thì mất.

Việc tu hành không phải khó khăn lắm, nhưng nếu chúng ta dễ dãi, không dứt khoát hoặc kiêu một nắng mười mưa thì không thể nào tu có kết quả được. Đã chấp nhận tu hành thì phải chấp nhận mọi sự cay đắng, khó khăn, làm sao cho tâm đạo ngày càng sáng, như vậy mới hoàn thành được tâm nguyện hướng về đạo, nương theo chư Phật cho đến giác ngộ viên mãn.

Người tu chúng ta còn một nhiệm vụ to lớn nữa. Ngoài việc chính là lo tự độ cho bản thân, tu tập thật tốt, có niềm vui nhất định, còn phải đem kinh nghiệm đó chỉ vẽ lại cho người sau, những bạn đồng tu với mình. Nhiệm vụ này gọi là nhiệm vụ thấp sáng ngọn đèn Phật. Chúng ta không thể để cho ngọn đèn Phật tắt ngấm, mọi người quờ quạng trong tăm tối. Dù chúng ta chưa giác ngộ như Phật, nhưng đường hướng chủ trương ta nắm vững và có một phần thể nghiệm trong công phu tu hành, nên có thể nắm tay dìu dẫn các bạn đạo cùng tu. Bản phận ấy phải được xuất phát từ lòng từ bi thì mới có

thể kham nhẫn trên con đường lợi tha, không thôi sẽ phiền não mà mất hết công đức. Một người con Phật muốn thành tựu giác ngộ viên mãn thì nhất định phải thành tựu tự lợi, lợi tha viên mãn.

Muốn làm được những việc như thế, ngoài sự nỗ lực tu học của bản thân, quý vị còn phải cần cầu những kinh nghiệm của các bậc tôn đức đi trước bổ sung, hỗ trợ cho tâm nguyện tu hành của mình thành tựu viên mãn. Như vậy sau này mới có thể thay các bậc thầy làm lợi ích chúng sinh chút chút. Làm chút chút thôi, chúng ta không dám nói là sẽ gánh vác, sẽ chịu trách nhiệm gì, chỉ mong làm được chút chút việc trong phạm vi, trong điều kiện có thể của mình. Do tâm thành khẩn cần cầu thiện tri thức của chư tăng, nên chư vị tôn đức mới chịu khó, mùa an cư kiết hạ hoặc trong những thời gian tu tập của quý vị, các ngài đều đi đến chỉ dạy. Chỉ mong quý vị chuyên tâm tha thiết, nỗ lực hành trì làm sao phát minh được Phật pháp, đem Phật pháp hướng dẫn lại người sau, giúp mọi người đều được thấm nhuần Phật pháp, phát tâm tin kính và tu hành có an lạc, hết khổ được vui.

Chư tăng tùy vào phúc duyên và khả năng của mỗi vị có thể hoằng truyền Phật pháp, làm lợi ích chúng sinh. Vị nào giảng nói Phật pháp mà mọi người nghe, hiểu và hành được, đó là phúc duyên. Song cũng có nhiều vị học giỏi, nhớ dai, nhưng nói ra điều gì người nghe cũng khó hiểu, khó cảm thông, đó là thiếu phúc duyên. Biết rõ như vậy chúng ta cố gắng tu tập nhiều hơn nữa, chớ không buồn. Được vậy mới tăng tiến trên đường Phật đạo.

Các bậc tổ sư, các bậc thầy của chúng ta cũng vậy. Giai đoạn đầu các ngài nỗ lực tu tập sau mới hành đạo. Mỗi ngài đều có lập hạnh, có sự quyết tâm. Đồng thời song song đó cũng do có phúc duyên, mà các ngài làm được những việc lợi ích lớn lao khác nhau. Noi gương các ngài, chúng ta đi trên con đường Phật đạo thì phải tu như vậy, sống như vậy, làm lợi ích chúng sinh như vậy. Các bậc thầy đã nuôi dưỡng, uốn nắn để giúp chúng ta thành tựu, bây giờ gặp trở ngại mình buông hết, đóng cửa, bỏ việc cho ai? Như vậy là cô phụ, là có lỗi với các bậc tôn trưởng. Cho nên càng gặp khó chùng nào, chúng ta càng xông pha chùng ấy, quyết tâm phải thành tựu cho được tâm nguyện do người xưa giao phó.

Từ tâm nguyện, từ hùng lực ủng hộ Tam bảo, với quyết tâm mạnh mẽ nhất định mình sẽ vượt khó thôi.

Người tu nếu gặp khó thì phải khắc phục, nếu thành tựu dễ dàng không nên tự mãn. Khó khăn hay thành tựu gì, chúng ta cũng là những người đang cố

gắng tiến lên. Giống như đang đi lên dốc ngược, trời trưa nắng gắt, chúng ta không có quyền đứng lại một chỗ để thưởng thức hoài những cái mát mẻ tạm thời, mà chấp nhận tốc mờ hôi, mỗi chân mỗi gỏi, cố gắng đi đến nơi đến chốn. Chúng ta nguyện chùng nào tất cả chúng sinh đều thành Phật hết, chúng ta mới thành Phật. Anh em đi tu, làm tất cả việc công đức, nguyện độ hết bà con quyến thuộc và tất cả chúng sinh thành Phật, sau ta mới thành Phật.

Chúng sinh là ai? Là những vọng tưởng của mình đó. Chúng ta tiêu trừ hết, đưa nó vào vô dư Niết-bàn, dọn dẹp sạch hết ba thứ đó mới thành Phật được. Không có cảnh giới Niết-bàn nào, không có vị Phật nào dám rước khi chúng ta còn đầy ắp phiền não. Cho nên phải ráng làm sao sạch hết phiền não, độ hết chúng sinh, độ hết những vọng tưởng điên đảo thì mới thành Phật. Lời nguyện độ tất cả chúng sinh mới nghe thấy như mơ hồ, không thực hiện được. Nhưng nghiệm kỹ lại quả thật cụ thể. Nếu chưa hết vọng tưởng thì không khi nào chúng ta thành Phật được. Cho nên phải hết vọng tưởng, phải làm chủ được tất cả các dây niệm, không bị nó kéo lôi, chúng ta mới có định tuệ, mới giác ngộ giải thoát.

Khi đã có kinh nghiệm tu hành rồi, lúc đó chúng ta tự tại, sống không bị gò bó, dính mắc trong bất cứ việc gì. Tuy nhiên chữ tự tại trong nhà Phật cần phải được hiểu cho đúng đắn, nếu không ta sẽ hiểu lầm tự tại thành phóng túng buông lung. Nhiều vị bảo tự tại nên giống ruồi mãi, không chịu ở yên một chỗ tu hành. Thật ra để đi đến tự tại giải thoát theo đúng nghĩa Phật dạy thì cả đời chúng ta làm cũng chưa xong. Nói tự tại giải thoát là không còn vướng mắc gì hết, tự tại đối với các cảnh duyên, đối với tất cả các sự kiện, các hiện tượng ăn mặc, ngủ nghỉ, tiếp xúc... mà mình cái gì cũng vướng mắc làm sao tự tại giải thoát được?

Chúng ta còn bị câu thúc, gò bó, ép ngặt trong các sự duyên đó nhiều lắm. Tới bữa ăn mà thức ăn không thích hợp, mình không chịu ăn. Rõ ràng còn nhiều bất an bất ổn nằm sẵn trong chúng ta, có cơ hội nó nhảy ra liền. Cơ hội đó là những cảnh duyên khi ta tiếp xúc, chạm mắt chạm tai là có liền, vì vậy lúc nào mình cũng có thể phiền não được hết. Có khi đang tụng kinh mình cũng phiền não nữa. Như đang tụng kinh mà máy đưa nhỏ trong nhà giỡn quá phát bực. Không lẽ bây giờ ngừng mõ rầy nó. Phiền não. Phiền não quá nhiều có khi tụng lộn, tụng hoài không ra nổi một bản kinh. Việc tu tập cần phải để tâm chuyên chú mới thực hiện được, chứ như thế thì bị nghiệp dẫn đi mất rồi, cho nên tu mà chẳng có kết quả chi.

Chúng ta phải gắng lên, lấy việc tu hành làm sinh mệnh của mình, không hẹn nay hẹn mai, qua hết thời gian thuận lợi, tu không được đâu. Nói tới đây tôi nhớ một câu chuyện. Có thầy đó rất tài. Bởi có tài cho nên được mời tham gia nhiều việc. Thầy giảng dạy, nghiên cứu, viết lách, dịch thuật đều hay cả. Thầy làm những việc đó tới ngoài năm mươi tuổi cũng không ngừng được. Càng lớn chừng nào công việc, nhiệm vụ càng quan trọng hơn. Nhiều lần huynh đệ đến thăm và nhắc. Nhắc sao? Nói thầy làm kiểu này tới lúc chết, đem những văn bản ra đọc, hoặc gom hết các giấy khen chất chung quanh cái thầy. Thầy bảo: “Tôi biết chứ. Ngoài bốn mươi tuổi thì thấy sức khỏe suy rồi, nhất là làm việc bên ngành văn hóa. Tôi sợ lắm, hôm nào mình đột quy, đâu còn nhớ gì nữa mà làm. Nhưng bây giờ không biết ngừng ở chỗ nào? Làm sao ngừng được, công việc nó cứ đưa tới!” Tôi nói: “Thiệt ra không phải tôi khuyên thầy bỏ việc, mà thầy có sống thêm một trăm năm nữa cũng không làm hết việc đâu. Thầy làm nhưng tùy theo sức khỏe, tuổi tác, giao bớt cho người sau, mình rút dần, chứ cứ đương đầu lãnh thêm việc thì có ngày chết gục đó”. Quả vậy, sau lần anh em thăm viếng chừng tháng mấy, nghe nói đừng một cái thầy tắt ngang. Công danh sự nghiệp cũng không còn. Đó là hình ảnh để bổ sung vào cuộc đời tu hành cho chúng ta.

Trên con đường Phật đạo, tất cả chúng ta đều biết sự hành trì, công phu tu tập, phần thể nghiệm mới là chắc thực, mới có giá trị. Còn những kiến thức thu lượm bên ngoài đều là những phương tiện bổ sung cho việc chính yếu trên. Người xưa nói việc lớn sinh tử khi chưa sáng phải khẩn trương như đưa ma mẹ, đã sáng rồi cũng phải như đưa ma mẹ, mới mong thành tựu đạo nghiệp. Chưa sáng chúng ta nỗ lực tha thiết hành trì đã đành, mà sáng rồi cũng kiên quyết hành trì, không bỏ lửng, không để thời gian qua suông. Lúc nào cũng thành khẩn chí thiết giống như mẹ mình mất, ta làm đám tang cho mẹ thật thành khẩn tha thiết vậy.

Là người tu, chúng ta học theo gương hạnh của người xưa, nguyện tu học chừng nào thành Phật, bằng Phật mới vừa lòng mình. Tăng Ni nguyện tu học, đồng thời giúp cho mọi người chung quanh cũng đều tu học như vậy. Từ sự quyết tâm ấy cộng với sự hộ trì của Tam bảo, nhất định chúng ta sẽ thành công. Trong mùa an cư kiết hạ, thời gian không tới một trăm ngày, chúng ta cố gắng tranh thủ, nhất định qua mùa an cư, sự tu tập phải tăng tiến. Từ một trăm ngày đó ta kéo dài tiếp nhiều trăm ngày khác cho đến hết cả cuộc đời, dốc lòng vào việc tu hành. Như thế nhất định có ngày công thành quả mãn.

Nói đến tu hành là nói đến sáng đạo, sáng được việc của mình, làm chủ sinh tử, chứ không phải bận rộn với những sự duyên, với cơm ăn áo mặc, với chùa chiền, bản đạo... mà làm sao cho sáng đạo, làm chủ được sinh tử, mới mong thấp sáng được ngọn đèn Phật, nối tiếp tâm đăng chư Tổ. Chúng ta thành khẩn cúi đầu trước Tam bảo, nhận sự hộ trì của Tam bảo và cũng cúi đầu ghi nhận công đức, sự hộ trì giáo dưỡng của chư vị tôn đức, của thiện hữu tri thức, cũng như sự hỗ trợ của đàn-na thí chủ, quyết tâm phải sáng được đạo mới thôi.

---o0o---

TU TRONG CÁC OAI NGHI

..Trên bước đường học đạo và hành đạo, chúng ta cần phải khiêm tốn, chín chắn và nỗ lực không ngừng..

Chúng ta xuất gia học đạo, cốt là sống trở về với tâm chân thật của mình. Người tu cần phải thể hiện đạo hạnh, thể hiện một bản tâm trong sáng qua sinh hoạt hàng ngày, trang nghiêm thanh tịnh trong bốn oai nghi. Chúng ta làm mọi việc mà vẫn giữ được sự an định trong tâm, đó là điều chính yếu.

Ngày xưa Tổ Khánh Anh ở chùa Phước Hậu Trà Ôn sống thật giản dị, ngài hòa đồng với tăng chúng làm tất cả việc mà vẫn tỏa sáng giới đức nên mọi người đều quý kính. Phật tử về chùa thường thấy Tổ mặc cái quần tiêu dài khỏi đầu gói một chút thôi, ở trần, móc mương. Chùa nằm cạnh dòng sông Hậu, nên đất trong chùa có những mương nước. Phật tử về thăm Tổ luôn gặp ngài dọn dẹp ngoài vườn hay móc mương. Nhưng họ kính nể Tổ như một vị Phật vậy. Chúng ta bây giờ làm việc hành chánh, không ăn mặc lam lũ như Tổ, nhưng niềm quý kính của Phật tử đối với mình kém hơn chư Tổ ngày xưa. Điều đó cũng đúng thôi. Bao giờ cũng thế, đời sống vật chất càng cao thì đời sống tâm linh càng thấp. Cho nên đã là tu sĩ, chúng ta nên chú trọng đến công phu tu hành, chú trọng đến nội tại hơn là hình thức bên ngoài.

Cổ đức có nói “nhân vô thập toàn”, nghĩa là không ai hoàn toàn cả, không ai được mọi người một bề kính trọng hoặc một bề chê bai. Kể cả đức Phật là vị giáo chủ của chúng ta vẫn có kẻ phản đối, thậm chí chửi mắng ngài nữa. Cho nên câu “nhân vô thập toàn” gần như là chân lý. Tuy nhiên với người tu chúng ta phải cố gắng sửa mình cho hoàn bị. Hoàn bị để làm gì? Để trước tiên bản thân được tốt đẹp an vui, từ đó song hành nhiệm vụ đối với đạo, trọng trách với giáo hội, với người sau. Hướng dẫn Phật tử tu hành theo chánh pháp, đó là cách đền ân của người con Phật.

Lại có câu nói này nữa: “Đem pháp đến người thì rất khó, đem người đến pháp thì dễ hơn”. Thế nào là đem pháp đến người và thế nào là đem người đến pháp? Đem pháp đến người là người ta không thích mình, không nghe mình mà cứ nói hoài, làm cho người bực bội phiền não. Dù mình nói đạo lý hay, hùng biện giỏi mà người không chịu nghe thì càng nói càng mang họa, đào thêm hố sâu giữa mình và người. Đây gọi là đem pháp đến người thì khó.

Thế nào là đem người đến pháp thì dễ? Nghĩa là có duyên với nhau chúng ta đưa người đến với Phật pháp, người kia thấy phát tâm, người ta cần mình giúp đỡ hướng dẫn nên dễ. Rõ ràng có những người từ phương trời nào mình không biết, nhưng do có duyên họ có cảm tình và đến với đạo. Những người như thế, chúng ta nói pháp, hướng dẫn họ tu hành rất dễ. Đây gọi là đem người tới pháp thì dễ.

Trên bước đường học đạo, tu đạo và hành đạo, chúng ta phải khiêm tốn, chín chắn và nỗ lực không ngừng. Nếu không như thế việc tu hành khó tiến mà còn gặp trở ngại nữa. Những vị có trách nhiệm nặng nề như trụ trì phải tu nhiều hơn. Có nhiều việc làm cho mình mất ăn mất ngủ, nếu không có công phu tu tập, chúng ta không làm chủ được nên cứ bị giặc phiền não vây khốn. Phật sự sẽ biến thành ma sự. Người tu ví như kẻ đã leo lên lưng cọp, không nói hay nói dở gì cả, chỉ còn có nước phải cười thôi. Nếu rớt xuống nó sẽ xoi mình. Chúng ta cũng thế, đã tu thì phải tu cho tới nơi tới chốn, bằng không quay lại làm kiếp trâu ngựa trả nợ đàn-na tín thí, rất đáng kinh sợ. Cho nên ta chỉ để tâm vào một chuyện tu hành, bất cứ ở đâu, lúc nào. Tu trong bốn oai nghi, chứ không phải chỉ tu khi tụng kinh, ngồi thiền.

Trong phạm vi bài giảng này, tôi muốn được chia sẻ cùng chư huynh đệ cách tu trong bốn oai nghi.

1. Đi: Hồi xưa lúc còn bé thơ mình biết đi chập chững có cha mẹ hoặc anh chị dìu dẫn. Trong lúc đi như vậy nếu mình nhảy, mình phóng, cha mẹ anh chị mừng biết bao nhiêu. Nhưng bây giờ tới lúc chúng ta lãnh trách nhiệm trụ trì như thế này, vừa đi vừa nhảy nhót thì chắc là không ai mừng. Không đợi đến trụ trì, mà bắt đầu vào đạo, phạm là sa-môn thì phải đầy đủ oai nghi tế hạnh, để làm mô phạm cho người sau. Đi trong tư thế bình tĩnh nghiêm trang, đầy đủ tư cách của người phẩm hạnh, có đạo đức, là bậc thầy của chúng nhân thiên. Do vậy chúng ta đi không có oai nghi thì người ta không chịu. Một vị tăng trẻ tuổi, học giỏi, có bằng cấp cao, mà đi với người khác phái cũng trẻ nữa thì Phật tử không tin, không hài lòng, họ sẽ dị nghị. Nhưng

không phải mình sợ cái dị nghị đó, mà sợ mình không giữ được niệm chân chính thôi. Lại nữa, nếu sự dị nghị nhiều quá, huynh đệ sẽ không làm được Phật sự đâu. Cho nên phải biết đi trong chánh niệm, đi trong niềm tin của mình và mọi người.

Bạc chân tăng thể hiện cung cách của mình qua từng bước đi, từng cử chỉ, từng ánh mắt. Đây là những điều rất cần thiết, hiện thực trong đời sống của chúng ta. Làm sao trong mọi việc ta đừng phiền não, đừng để tâm chân thật bị vọng tưởng chen vào. Thật ra chân tâm không có gì che ngăn được. Nhưng những hình ảnh, sự việc lăng xăng bên ngoài chen vô nhiều quá, làm cho ông chủ không hoạt bát được. Tâm thể chúng ta giống như bị lẫn khuấy, chớ không phải nó mất đi. Cho nên đuổi được giặc phiền não, làm cho ông chủ bên trong linh hoạt trở lại thì ta an ổn.

Cổ đức dạy: Nếu trong lúc đi, tâm khởi phiền não thì nên biết rõ tâm và tất cả pháp đều không thể được. Chữ “không thể được” ở đây là không có một thực thể, không gì có thể nắm bắt được. Thì tự nhiên vọng niệm dứt, đó là tu chỉ. Khi đi phải biết do tâm khiến thân động nên có tới lui, thành tướng đi. Nếu trong lúc đi có các thứ phiền não sanh khởi liền phải phản quán tâm trong khi đi không có tướng mạo, người đi và tất cả pháp trong khi đi rớt rảo rỗng lặng, đó là tu quán trong khi đi.

Nói gọn lại là làm sao chúng ta đừng nuôi dưỡng phiền não trong khi đi. Chúng ta thư thái an nhiên thì đúng, còn tồn động một cái gì là thua. Thua ai? Thua phiền não, thua vọng tưởng. Người xưa nhắc đi trong trạng thái an nhiên bình thản. Chúng ta biết rằng từ tâm khởi niệm đi nên thân động, ta sắp đặt đi vì việc gì, theo đó mà có hành động đi. Cho nên đi là tùy tâm sanh. Mỗi ngày chúng ta đều có sự sắp đặt. Ví dụ sáng nay mình đi đến trụ sở Ban đại diện Phật giáo huyện làm gì đó, rồi trưa về chùa, chiều có việc khác. Quý thầy lái xe đi, khi đi chỉ biết đi, đi trong chánh niệm thì đúng. Ngược lại, đi mà để chuyện khác xen vô là sai, là có hại. Tại sao hại? Đi mà hai ba niệm xen tạp, không chuyên nhất. Do không chuyên nhất nên tới ngã ba ngã tư, xe người ta chạy lên mình thấy chạy xuống, xe chạy xuống mình thấy chạy lên, hoặc cần thắng mà mình cứ phóng tới... là chết.

Nói tới đây tôi nhớ lại chuyện hồi xưa ở Huệ Nghiêm. Sau khi quý Hòa thượng nghỉ, các ngài giao cho chúng tôi một chiếc xe Lambro để đi học ở đại học Vạn Hạnh. Mấy thầy tự học rồi lái thôi, không có bằng cấp. Chiều hôm đó một số anh em xách xe chạy xuống cô nhi viện Diệu Quang. Lúc đi thì không có chuyện gì. Khi về tới cổng Huệ Nghiêm, anh tài xế hỏi đám

ngồi sau nhìn coi có xe không? Đằng sau la lên không, đằng trước quanh. Vừa queo một cái, xe zEEP Mỹ ở đâu nó bang ngang xe mình, chiếc Lambro quay không biết mấy vòng, kiếng trước xe nát bét. Tôi ngồi sát góc kế thầy tài xế. Đứa nào đứa nấy xanh hờn, không biết mình đang ở đâu. Tới chừng hoàn hồn nhìn lại thấy chiếc xe zEEP bay xuống ruộng nước. Mấy ông Mỹ xách súng chĩa lên. Mình bị tai nạn sợ muốn chết, mà mấy ông còn chia súng vô mình nữa, không biết chuyện gì xảy ra. Đã vậy không có đứa nào biết nói tiếng Mỹ. Cũng may tài xế xe zEEP biết nói tiếng Mỹ. Ông hỏi chúng tôi: - Mấy Thầy chạy xe kiểu gì vậy?

Tụi này xanh mặt, không biết trả lời làm sao. Một hồi, có Thầy nói: - Tôi ngó lại đâu thấy anh. Anh chạy nhanh quá.

Mà thiệt là xe họ chạy nhanh, chạy gần mình quá. Cho nên ngồi đằng sau năm sáu thầy, không ai thấy hết. Tới chừng đụng âm một cái, cũng không biết ở đâu nó đụng tới. Xe mình đằng sau nát, kiếng trước bể tanh bành, vậy mà đặc biệt không thầy nào bị thương tích, chỉ anh tài xế chảy máu chút đỉnh thôi. Mấy ông Mỹ đưa súng lên, một đám thầy chùa ngơ ngác không biết gì, mấy ông thấy ngồ ngộ vác súng đi vòng vòng rồi hạ súng xuống, khiêng xe lên đi tiếp. Xe họ không bị hư gì, chỉ lủi xuống bùn dơ nhèm vậy thôi. Cũng may, hôm đó ông tài xế biết tiếng Mỹ rất tốt. Ông hỏi thăm quý Thầy có sao không, rồi thông dịch lại cho mấy ông Mỹ. Cuối cùng mấy ông Mỹ cười, kéo xe lên đi.

Về tới viện đâu có yên, chiếc xe thảm hại, bây giờ ai ra tiền sửa? Ban giám đốc đem về mới toanh, chạy chơi một chút mà nó tan nát như vậy. Tôi lại, ông này đổ thừa ông kia, nói anh không có niệm thân. Hỏi niệm thân là sao? Biểu nhìn lại mà anh ngó ở đâu, xe người ta chạy tới nơi mà nói không có. Thấy chưa, vừa quanh qua là nó tong mình liền. Ồi cha! Nói qua nói lại một hồi, đứa nào cũng như đứa nấy, chẳng có ai niệm thân, chẳng ai có một đồng xu để sửa xe. Lo mà sám hối Ban giám đốc thôi.

Trong kinh A-hàm có bài kinh nói về niệm thân. Là người tu, trong mọi tình huống, lúc nào chúng ta cũng phải niệm thân. Niệm thân là thân làm gì mình biết rõ việc ấy. Thân và tâm không tách rời nhau. Về oai nghi đi chur tăng ở đây đã nắm rồi, chúng ta đi không để mất oai nghi, không thể vừa đi vừa chạy, vừa nhảy. Đi như vậy gọi là không niệm thân hay không chánh niệm. Chúng ta đi làm sao lúc nào cũng tỉnh sáng, biết mình đang đi, có thể mới đúng với oai nghi của một chân tăng.

2. Đứng: Đứng là dừng lại. Do tâm khiến cho thân đứng. Bởi thân do tâm sai sử nên tâm bảo đứng thì đứng, tâm bảo đi thì đi. Nên biết tâm này trọn không thể được, rốt ráo không tịch. Vì vậy trong lúc đứng, tâm khởi phiền não thiện ác hay vô ký liền tự lui tan, đó gọi là tu chỉ quán trong khi đứng.

Theo Tổ dạy hình ảnh đứng ở đây là dừng lại. Đứng yên với một tâm tĩnh lặng, dừng hết mọi vọng tưởng điên đảo thì còn gì an lạc bằng. Vì vậy trong lúc đứng, tâm ta không khởi loạn động, không phiền não, không vô ký, tỉnh táo sáng suốt. Nói về lý thì như thế, còn luận về sự thì chúng ta đứng thế nào cho hợp pháp, đứng ngay thẳng đàng hoàng, không nghiêng ngả, không chống nạnh, đứng trang nghiêm mà vẫn thấy thoải mái bình an, như vậy mới thể hiện tròn đầy uy nghi, tư cách của một người thầy, một Thiên nhân chi đạo sư. Chúng ta không dám nói lớn “là thầy trời người” như thế, nhưng quả nhiên mình là Điều ngự tử chứ gì. Điều ngự tử là con của Phật, nhất định phải giống Phật ít nhiều! Phật nói chúng sanh là Phật sẽ thành, đó là niềm tự hào của mình. Nhưng trước khi thành Phật chúng ta phải học và hành cung cách, uy nghi của Phật. Tăng sĩ mang màu áo của Phật thì phải nói lời Phật nói, sống theo hạnh Phật hành. Như vậy mới Thích tử Như Lai.

3. Ngồi: Ngồi có nhiều kiểu, nhưng là tăng thì phải ngồi như thế nào? Hòa thượng Trúc Lâm thấy chư tăng ngồi không có oai nghi, Ngài quở: “Mấy chú ngồi như vậy không giống người tu”. Cụ không nói gì nhiều, không phật quỳ hương, chỉ nhắc nhở thế thôi. Có dịp cụ giải thích ngồi nhịp chân, ngồi chữ “ngũ” là thế ngồi của quan quyền, hào phú, ngồi cho thiên hạ ngán. Còn mình là người tu, người khát sĩ xin pháp của Phật, xin thức ăn của đàn-na tín thí để sống và hành đạo, thì có gì cho thiên hạ ngán, mà phải thể hiện qua những kiểu ngồi không phải của người tu? Sự thể hiện của người tu là đạo đức, trí tuệ, từ bi, chứ không thể hiện bằng những hình thức thế gian. Do đó lúc thụ trai, ngồi học, tiếp khách hoặc cả những lúc ngồi một mình, nếu cụ thấy thiền sinh nào trong thiền viện ngồi tréo chân là cụ không chịu. Ngồi chữ ngũ là một chân để dưới, một chân kéo lên hình vòng cung, ngồi lắc lư, ngồi nhịp đùi... cụ cũng không chịu. Cụ nói mấy chú ngồi phải có oai nghi.

Có một kiểu ngồi thiên hạ la trời la đất, nhưng mình cũng phải ngồi, đó là ngồi thiền. Ngồi một tiếng rồi lên hai tiếng, chân tréo ngoe như vậy nó đau dữ dội, nhưng phải tập ngồi cho được. Trái lại với hồi mình vừa chập chững lớn lên, mới biết đi. Thời gian ấy mà cứ tréo chân ngồi hoài chắc cha mẹ râu lấm, không biết nó bị sao đây. Cha mẹ muốn con mạnh khỏe, nó nhảy nhót lạng xăng, không hề nghĩ con mình ngồi hoài như vậy. Nhưng bây giờ phải ngồi. Càng tĩnh tọa lâu chừng nào càng quý chừng ấy.

Đức Phật trước khi thành đạo, ngài đã ngồi dưới cội Bồ-đề suốt 49 ngày đêm, ngồi kiêu như thế. Do đó ngồi thiền là pháp tu gốc của Phật giáo. Nhưng xét kỹ pháp tu nào trong nhà Phật cũng phải ngồi. Cho tới thời khoa học hiện đại đây, người ta dùng thể ngồi liên hoa tọa để chữa trị những bệnh nan y. Hiện tại thế giới đang hướng về Phật pháp, ngưỡng mộ pháp tu thiền, vì pháp tu này có thể giúp họ điều trị thân bệnh cũng như tâm bệnh. Ngồi được thể liên hoa thì giảm hoặc hết nhiều bệnh. Do đâu? Do cơ thể được điều hòa, cộng thêm thuốc men và chế độ ăn uống, tự nhiên mạnh thôi.

Quả thực như thế, bằng những kinh nghiệm hết sức khiêm tốn, chúng tôi thấy càng ngồi càng vững vàng ra. Khi chúng ta điều hòa được thân tâm rồi, vượt qua những đau nhức thông thường của cơ thể, sẽ có những trạng thái an lạc rõ rệt. Giả như chúng ta ngồi bình thường vẫn giữ thể liên hoa thì càng hay. Tôi có nhiều bạn hữu khất sĩ, các sư luôn luôn ngồi tréo chân lên, dù là ngồi tiếp khách hay ngồi chơi. Tôi hỏi sư Năng trên núi:

- Sư tập bao lâu mới ngồi được như vậy?

Sư đáp:

- Chỉ khoảng vài tháng thôi.

Tôi nói:

- Sao Sư hay vậy?

Sư nói:

- Có gì đâu. Khách đến thăm tôi cũng tréo chân. Ngồi chơi với huynh đệ tôi cũng tréo chân. Nghe sư phụ giảng tôi cũng tréo chân. Riết thành quen. Tréo chân lên ngồi trong lúc tiếp duyên xúc cảnh còn ít đau hơn ngồi thiền nữa đó. Tại vì mình lo tập trung vào công việc, không để ý tới cái chân. Ngồi tréo chân tiếp khách có khi hai tiếng đồng hồ không thấy đau. Cơn đau qua hồi nào mình không biết. Nhiều lần như vậy tự nhiên thành quen.

Đây là cách ngồi của các thầy áp dụng trong mọi sinh hoạt để tăng tiến thể liên hoa. Giới Phật giáo dùng thể ngồi này để biểu trưng sự vững vàng, đầy đủ uy nghi của người tu Phật. Đi thì động, đứng cũng bất an, chỉ có ngồi là ổn nhất. Vậy mà chúng ta ngồi không được nữa thì chẳng biết phải làm sao!

4. Nằm: Thật ra nằm để tu thì khó lắm. Nằm ngủ thì có. Nằm rất dễ sanh phóng túng buông lung. Nằm nói chuyện này chuyện kia, nằm trên nằm dưới thì không sao, chứ nằm tu là ngáy liền. Cho nên chỉ có những bậc hoàn toàn làm chủ mới tu được trong khi nằm. Các ngài muốn ngủ thì ngủ, muốn thức thì thức, tự tại trong tất cả oai nghi, tất cả pháp, nên các ngài nằm tu được.

Chúng ta hễ nằm là ngủ, là vọng tưởng thì xin đừng bao giờ chọn cách tu nằm. Do đó trong luật dạy người tu không được nằm ngửa, không được nằm nghiêng bên trái, chỉ được nằm nghiêng bên phải mà thôi. Đó là thế nằm kiết tường, đúng pháp.

Cách dạy của chư tổ hồi xưa vừa đẹp vừa thích nghi với khoa học. Tại vì nằm nghiêng bên trái sẽ đè lên tim, ngủ dễ chiêm bao hoặc bị tê cứng. Dân quê nói là ma đè. Ma quỷ nào mà đè mình, chỉ có mình đè lên trái tim, nó bị nghẹt đây nè. Nằm lâu như thế nó sẽ tê cứng, mình la không được rồi nói ma đè. Ngủ mà hai chân không thẳng không suôn, sắp đặt không có trật tự thì bị ma đè, chạy không thoát. Vì vậy chỉ có thế của đức Phật nằm như trong kinh Di Giáo nói là xoay mặt gác lên tay phải, tay trái xuôi dài theo chân. Đó là thế nằm đẹp và tốt nhất.

Tóm lại, trong bốn oai nghi đi đứng ngồi nằm, chỉ có thế ngồi là an ổn nhất, có thể phát huy được Tăng tướng và biểu trưng tinh thần tu hành tốt nhất. Còn những thế khác chúng ta nắm vững nguyên tắc để uy nghi không bị tổn giảm. Ở đây chỉ nói qua như thế, phần chi tiết oai nghi tất cả chúng ta đều đã được học trong luật hết rồi.

Chúng sinh đối với thân thể này là do nghiệp báo mà cảm nên. Nếu hoàn toàn không cho nằm ngủ thì tinh thần bị suy kiệt, làm sao có thể tu hành được, vì vậy phải nằm. Nhưng khi nằm cần phải thúc liễm thân tâm, chớ buông lung chạy theo vọng tưởng hoặc chìm trong việc ngủ nghỉ. Chữ “thúc” giống như bó buộc lại, chữ “liễm” như trói cột. Thúc liễm là khép mình vào một cái khuôn, không để chạy lung tung ra ngoài. Trong các oai nghi chúng ta luôn thúc liễm thân tâm thì việc tu mới tốt đẹp. Do điều kiện thân thể phải được nghỉ ngơi, vì vậy người tu cũng nằm ngủ. Nhưng nằm ngủ trong tinh thần tỉnh giác, không được vùi mình trong ngủ nghỉ. Nên nhớ ngủ cũng là một trong năm dục, chúng ta cần dè dặt với nó. Cho nên chư Tổ dạy khi nằm do nhọc nhằn nên tâm mê mờ buông lung theo sáu tình, nhân đó mà các phiền não phát sinh. Khi ấy liền phải quán tâm, trong khi nằm không có tướng mạo, nên biết người và tất cả pháp rốt ráo rỗng lặng.

Trong từng oai nghi, cổ đức luôn luôn nhắc chúng ta phải nhớ tu, lúc nào cũng nhớ các pháp không thật, thân này không thật, vọng tâm là bóng dáng tiền trần cũng không thật. Tâm không thật, thân không thật, cảnh không thật nên không có chỗ để bám, gọi là bất khả đắc. Tâm thể vốn rỗng rang sáng suốt. Người sống được như vậy, luôn niệm thân như vậy thì tâm thể hiện tiền.

5. Làm việc: Tất cả chúng ta mỗi người mỗi việc, không ai rảnh rang cả. Việc đạo, việc đời, công tác liên hệ... đủ thứ việc. Cho nên thiếu sự tỉnh giác, thiếu công phu rất dễ sanh phiền não. Người biết dụng công luôn tu được trong mọi hoàn cảnh. Tuy khó nhưng chúng ta khéo bảo nhậm, thường kiểm soát ba nghiệp của mình, không để thô xuất. Muốn thế bình nhật phải tinh cần, trong tâm luôn nhớ tu là chánh, công việc chỉ là phương tiện. Có thế mới không mất mình khi chúng ta làm việc.

Ngày xưa trong tông lâm, tự viện, vị trụ trì chỉ có chăm sóc hướng dẫn đại chúng việc tu học, bây giờ còn có công tác Giáo hội, rồi mối quan hệ với Phật tử... Cho nên các vị hữu trách trong Giáo hội cũng như tự viện rất bận rộn. Nếu không vững chãi, công việc sẽ cuốn hết thời gian tu tập của chúng ta. Cuối cùng nhìn lại, mình cảm thấy việc tu không như lòng mong đợi, dễ sanh phiền muộn. Như vậy không tốt, không tăng trưởng công đức, đôi khi còn tồn giảm. Chư huynh đệ phải hết sức chú trọng về điều này để cân phân công việc sao cho lúc nào chúng ta cũng tu được, không cảm thấy mất mát công phu. Có thế mới đúng với phẩm cách và đời sống của một chân tăng.

6. Nói năng: Người xưa nói Họa tùng khẩu xuất, bệnh tùng khẩu nhập. Họa tùng khẩu xuất là tai họa từ cái miệng mà ra. Bệnh tùng khẩu nhập thì dễ hiểu quá. Mấy bữa nay trời bão lạnh, vị nào bao tử yếu, chiều ăn xoài sống rồi uống nước lạnh vô thì biết, chờ cấp cứu không kịp chứ chẳng ít đâu. Đó là bệnh tùng khẩu nhập. Đủ biết sự trọng yếu của nói năng như thế nào.

Vì vậy việc tu chỉ quán trong khi nói là điều rất cần thiết. Tu chỉ trong khi nói là lúc nói nên nghĩ như thế này: ta nay vì việc gì muốn nói? Nếu tùy thuận phiền não luận bàn những việc ác, vô ký v.v... thì không nên nói. Nếu vì việc thiện lợi ích thì nên nói. Nếu khi nói liền biết nhân lời nói này mà có tất cả pháp phiền não thiện ác v.v... Biết rõ tâm và tất cả pháp phiền não thiện ác v.v... trong khi nói đều không thể được thì tâm vọng niệm liền dứt, ấy gọi là tu chỉ. Khi nói năng chúng ta cần biết rõ trong sự tỉnh giác. Nói ra lời gì mình biết lời ấy không phải lời ác, lời này có ích lợi cho chúng sinh. Nói ra lời gì, dù là mang lại lợi cho mình rất lớn nhưng có hại cho người thì không nói. Đó là tu chỉ trong nói năng.

Hoặc nhân khi nói mà phiền não phát sinh, liền quán trở lại, khi nói ngôn ngữ không có tướng mạo, người nói và tất cả các pháp trong khi nói rất rảo rỗng lặng, đó là tu quán. Tu quán là quán chiếu lời nói. Quán chiếu như thế nào? Quán chiếu lời nói đó không thật, cái miệng nói ra không thật, đối tượng nghe cũng không thật. Chúng ta thấy rõ ràng không có gì thật cả, nhờ

thể tâm rộng rang sáng suốt. Quán chiếu lại bộ phận nói năng, hồi còn nhỏ âm thanh của mình âm, lớn lên rung vài cái răng thì giọng nói không còn âm như thuở nhỏ nữa. Rõ ràng các pháp không cố định, không thật. Phật đã dạy như thế. Cho nên chúng ta không nên vương mắc, câu chấp ở lời nói làm gì. Hiểu như thế sẽ không có phiền não phát sinh khi nghe những lời nghịch nhĩ. Do đó lòng rộng rang.

Tóm lại phần làm việc và nói năng, thấy rất thông thường nhưng lại là chỗ khó dụng công phu nhất. Vì vậy, muốn việc tu tập thành tựu viên mãn, chúng ta không thể lơ là trong các oai nghi, luôn chỉnh đốn điều phục thân tâm an ổn, thanh tịnh. Như vậy mới không luống uổng một đời tu.

Ở thế gian mang thân giả huyền này là cũng nhiều đời tạo các nghiệp báo, nay phải trở lại tạm mượn tứ đại trong ngoài vay trả trả vay. Vì vậy trọn ngày vật lộn với việc cơm áo, duyên theo trần cảnh, tâm thường bất an, muôn ngòi yên tu tập thật là việc khó. Vì vậy để việc dụng công phu không bị gián đoạn, hành giả cần phải biết cách tu tập ngay trong tất cả các thời, tất cả các cảnh, tất cả mọi động tác. Được vậy lâu ngày công phu thuần thực mới có thể được tự do tự tại khi tiếp duyên xúc cảnh. Do đó mà có pháp tu chỉ quán khi trải duyên đối cảnh. Đây quả thực là một phương tiện thiện xảo của người xưa, không để cho kẻ sơ phát tâm bị gián đoạn công phu vì ngoại duyên. Thế nên chúng ta cần phải hiểu rõ và ứng dụng các pháp tu này để trợ giúp cho việc hành thiền luôn vững tiến trong mọi hoàn cảnh.

Chư tổ, chư vị thiện hữu tri thức luôn đem kinh nghiệm tu hành nhắc nhở, cảnh sách chúng ta làm sao trong mọi công việc, đối với ngoại duyên chúng ta giữ được nề nếp tu hành, tăng tiến đạo lực. Chư huynh đệ luôn nhớ đến phẩm cách của một bậc chân tu xuất gia, thầy của tứ chúng. Đó là phần thân giáo. Thân giáo rất quan trọng, vì thân giáo gắn gũi với cuộc sống của chúng ta. Các vị Hòa thượng tôn túc thường ít nói. Các ngài không thăng tòa thuyết pháp, chỉ sinh hoạt bình thường mà chúng ta nhận được từ các ngài những bài học đặc biệt vô cùng sâu sắc, cả đời mình không quên.

Chính bản thân chúng tôi đã có duyên gần gũi chư vị tôn túc, nhận được phần thân giáo của các ngài. Ví dụ trong quãng thơ ấu, chúng tôi được gần Hòa thượng Chủ tịch HĐTS Phật giáo bây giờ. Ngài có cung cách rất đặc biệt, những bài học ngài trao cho chúng tôi, phải năm ba năm sau chúng tôi mới nhận ra, thầy đã thương đã dạy mình như thế. Tấm lòng của Ngài đối với đệ tử thật bao la, thật cao cả, thật khó quên.

Khẩu giáo và thân giáo luôn đi đôi, ngôn hạnh tương ưng mới xứng đáng là sứ giả Như Lai.

Hôm nay trong mùa an cư được gặp gỡ chư tăng, chúng ta cùng nhau chia sẻ những hiểu biết, những kinh nghiệm tu tập. Để từ đó huynh đệ cùng sách tấn nhau trên con đường hành đạo ngày một tăng tiến. Với phước duyên và chủng tử lành sẵn có, chúng tôi tin chắc nếu nỗ lực hành trì như lời Phật dạy, tất cả chúng ta đều sẽ thành tựu viên mãn quả vị Bồ-đề.

---o0o---

TRỊ TÂM

.... Người làm chủ được mình, sống với tâm chân thật thì tất cả việc đều là Phật Sự

Ngài Trạm Đường Chuẩn Hòa thượng khi mới tham học nơi ngài Chân Tịnh, thường thấp đèn trong mùng xem sách. Ngài Chân Tịnh thấy thế trách: “Gọi là người tham học, mong trị tâm trước hết. Dù học nhiều mà tâm không trị thì học có ích gì. Hơn nữa các môn học khác nhau của hàng trăm nhà, nhiều như núi cao, biển sâu, ông học được hết chăng? Nay ông bỏ gốc theo ngọn, như người nghèo muốn sai khiến người giàu, không những khó thực hiện mà sợ rằng nó làm phương hại đến đạo nghiệp. Vậy ông nên ngăn lấp ngay mọi duyên, quyết cầu sự diệu ngộ. Ngày kia chứng ngộ rồi ông xem đọc kinh sách như đẩy cánh cửa vào cội cửa, không khó khăn gì cả”.

Đó là lời dạy của một vị thầy đối với đệ tử. Thấy đệ tử ham đọc sách, thầy quả người biết thương mình, lo cho mình và cho đại cuộc phải làm sao trị được tâm. Trị tâm nghĩa là trị những vọng tưởng đảo điên, làm sao đầy đủ tỉnh lực để làm chủ, đừng để nó kéo lôi. Làm chủ được vọng tưởng là trị được tâm, không làm chủ được vọng tưởng là bị mất tâm. Cho nên thiền sư nhắc nhở đệ tử chỉ ưa thích xem kinh đọc sách là chạy theo ngọn, bỏ gốc. Sách vở là tư tưởng trăm ngàn nhà, liệu mình đọc hết không? Nếu bây giờ lo trị tâm, sáng được tâm rồi thì việc đọc sách không khó, giống như đẩy cánh cửa vào trong cội cửa vậy. Lời dạy này thật chí thiết đối với chúng ta.

Những tư tưởng thế gian, chúng ta học chùng nào mới hết. Ví dụ như ngày xưa ở Đại học Vạn Hạnh, có một chứng chỉ gọi là “Hai trăm năm văn học thời Lý”. Nội chứng chỉ này học đã nhưc đầu rồi. Nếu thêm cái chứng chỉ “Hai trăm năm văn học thời Trần”, rồi “Bách gia chư tử” của Trung Hoa nữa, chắc vỡ sọ mất. Riêng hai trăm năm văn học thời Lý, chúng ta phải học

mấy chục vị thiền sư, những lời các ngài để lại, thi kệ dạy chúng, những bài pháp được các giáo sư, các nhà tư tưởng diễn đạt thêm cho mình học. Học rồi làm bài thi để lấy chứng chỉ. Bao nhiêu đó đủ đau đầu, chưa nói tới thời Trần.

Thời Trần lại càng khởi sắc, càng đặc biệt hơn. Thời Trần có những anh hùng trị được loại quân hung hãn nhất thế giới. Quân Nguyên Mông ba lần đến xứ mình đều bị thất bại. Quân dân nhà Trần lúc đó đều là Phật tử, các thiền sư lãnh đạo, cho nên sức mạnh nội tâm là nguồn năng lực rất lớn, ảnh hưởng tới việc lãnh đạo của nhà Trần, giúp vua quan thời ấy nắm được vận mệnh của quốc gia, đoàn kết toàn dân, dẹp tan binh biến. Do thấm đượm tư tưởng và nguồn trí tuệ của Phật giáo, các vua Trần trở thành minh quân, là những anh hùng dân tộc khi cầm quân, trị nước an dân và là thiền sư khi nước nhà thái bình thịnh trị.

Văn học thời Lý học đã mệt, tới văn học thời Trần dài dài về sau, càng học càng say theo dòng lịch sử dân tộc và đạo pháp. Chính vì thế quên mất công phu. Học để biết cốt tuỷ rồi ứng dụng tu hành thì được, chớ học cho hết mọi thứ trên đời, học để có kiến thức uyên bác quảng đại với người, học như vậy không biết bao giờ mới xong và cũng chẳng giúp mình giải quyết nỗi vấn đề sanh tử. Bây giờ chỉ có luôn trị tâm, hết phiền não, giác ngộ giải thoát là việc cần kíp nhất. Chúng ta nên quay về học lại chính mình là học được tất cả. Chẳng những chúng ta học cho mình mà còn hướng dẫn mọi người cùng tu cùng học để được giác ngộ giải thoát. Đây quả thật là một cách dạy đệ tử siêu tuyệt nhất.

Hòa thượng Chân Tịnh dạy đệ tử phải tu, làm sao sáng được tâm, sáng được việc của mình, khi đó mới nên đọc học và hướng dẫn mọi người tu tập. Qua lời dạy ấy ngài Trạm Đường bỏ hết sự học tập cũ, chuyên chú vào thiền quán. Ngày nọ ngài nghe một vị tăng sĩ đọc bài biểu xuất quân của Gia Cát Khổng Minh, bỗng dung ngài khai ngộ. Khi đã khai ngộ, tất cả những gì ngưng trệ trong tâm từ trước đều được tiêu tan. Từ đây ngài biện tài lưu loát, những vị đồng hàng ít ai qua được.

Quả thật lạ lùng, nghe đọc bài biểu xuất quân của Khổng Minh mà ngộ đạo, lạ thường chưa? Chỗ này chư Tổ thường nói, với người đã diệu ngộ, tất cả pháp đều thành Phật pháp. Người này có thể nấu cát thành cơm, nghĩa là tất cả cảnh duyên, những phiền não trần ai đối với vị ấy đều biến thành Bồ-đề, giải thoát. Chỉ có người diệu ngộ Phật pháp mới làm được việc như thế. Bây giờ chúng ta làm trụ trì bận rộn nhiều việc, tiếp xúc ngoại giao bên ngoài, lo

việc điều chúng bên trong. Việc ăn, việc ở, việc nuôi dạy đệ tử, việc giao tế với Phật tử... việc nào cũng dễ phiền não. Nếu không khéo tu, việc nào cũng là nguyên nhân để ta phiền não. Bây giờ chỉ làm sao trị tâm, mọi việc đối với mình không có gì quan trọng, thấy nó không thật thì giải quyết dễ dàng.

Người làm chủ được mình, sống với tâm chân thật thì tất cả việc đều là Phật sự. Đã là Phật sự, làm bao nhiêu cũng không ngại, làm hoài không mệt. Bởi vì ta làm việc của Phật, chứ đâu phải của ai mà mệt. Nhưng khi làm mà mình bị phiền toái bức xúc, đó không phải là Phật sự. Vì thế chúng ta phải trị được tâm mình để chuyển mọi việc thành Phật sự.

Có một cư sĩ nọ, sau thời gian học đạo, ông giao hết sự nghiệp lại cho đứa cháu. Ông không xuất gia cũng không trụ ở một đạo tràng nào, mà đi tham vấn các nơi. Trải qua một thời gian trên bước đường học đạo, ông đi ngang qua vùng quê mình. Gặp lại ông, những người quen biết hồi xưa nói: “Trời ơi, ông giao sự nghiệp lại cho thằng cháu, bây giờ nó hư hỏng quá, quậy phá đủ thứ. Ông tính sao, chứ chừng một thời gian nữa thì nó phá tan hoang hết sự nghiệp của ông thôi”. Nghe vậy ông vẫn bình thường. Tối hôm đó ông ghé nhà, thấy thằng cháu đang ăn nhậu rầm rầm tới thâu đêm. Ông không nói gì chỉ về phòng nghỉ. Khuya lại, có người nói với nó: “Chú mày về đó nghe, lạng quạng ông thu hết tài sản, không còn một đồng mà xài”. Nó nghe thế cũng ngán.

Ông vẫn im lặng không nói gì hết. Đầu đêm bình thường, giữa đêm bình thường, cuối đêm cũng bình thường. Sáng ra ông sửa soạn đi. Thằng cháu cứ tưởng ông sẽ “cạo đầu khô” mình, nó sợ muốn chết, mà ông thì vẫn cứ bình thường. Sửa soạn đi ông mang vớ vớ, vì lớn tuổi nên hai tay run, mang vớ cứ trượt qua trượt lại. Thấy có cơ hội, nó kéo vớ lên cho ông. Đây là cơ hội duy nhất để làm lành, để được gần gũi ông chú. Ông không nói gì, để cho nó làm. Mang hai vớ xong, ông đứng dậy nói: “Thôi chú đi. Con thấy không, chú già rồi. Bây giờ tay chân nó run, đến đôi chiếc vớ mang cũng không được nữa. Rồi đây con cũng vậy. Con hãy ráng lên”. Nói bao nhiêu đó rồi ông quải gói đi, không thêm bài kinh nào nữa hết. Sau khi ông đi rồi, thằng nhỏ tỉnh liền. Vài ngày sau kèn trống dẹp hết, nó chỉnh đốn lại. Từ ấy nó chuẩn bị cho một đời sống mới trong lành, thanh thoát, tự tại như chú của nó.

Đó là cách giáo hóa nghiêng về thân giáo, đòi hỏi người thầy phải có nội lực bên trong thâm hậu, vững vàng mới thực hiện nổi. Quý thầy nào có đệ tử khó dạy, có lẽ phải dùng đến thân giáo. Đây là cách giáo hoá hữu hiệu và mạnh

mẽ nhất. Điều này chúng ta cần phải biết, cần phải nhận rõ để trong đời tu hành, trong nhiệm vụ, mình có thể trôi tròn và giúp người sau cùng được như thế.

Điều thứ hai là trị tâm bằng cách đối diện với thương và ghét. Trong đạo nói là tăng ái. Hai thứ này giống như gong kèm, siết chặt chúng ta. Rõ ràng mình thường rơi vào hai trường hợp, một là thương, hai là ghét. Thấy cái gì hợp nhãn thì thương. Thương thì muốn nó về mình. Thấy cái gì không hợp nhãn thì ghét. Ghét thì bực bội muốn xua đuổi đi. Đó là hai gong kèm, luôn luôn kèm hãm chúng ta, không bao giờ để mình yên ổn dung hòa.

Bây giờ làm sao giữ được quân bình, không tăng cũng không ái ? Ví dụ như thầy trụ trì thân tướng đặc biệt, có hai ba trăm đệ tử. Trong số ấy có những đệ tử thương ngài, nó thương mình cũng làm mình mệt lắm. Mấy đứa đệ tử ở xa chưa hiểu thì ghét mình, ghét cũng làm mình mệt lắm. Bây giờ phải làm sao? Giữ tâm bình thường, không vui thích khi nó thương, không buồn bực khi nó ghét. Thật ra vấn đề thương ghét, tốt xấu, được mất... nói chung tất cả pháp đối đãi ảnh hưởng rất lớn đến chuyện tu hành, ảnh hưởng luôn trong việc lãnh đạo, trong các công tác Phật sự của chúng ta nữa. Cho nên càng lớn tuổi đạo càng phải khéo điều phục tâm, càng có nội tại vững vàng mới kham nhận Phật sự.

Ngài Trạng Đường nói: “Người có đạo đức muốn vui chung với người, người không có đạo đức thích vui riêng nơi thân mình. Vui chung với mọi người thì sự vui ấy được lâu dài, còn vui riêng nơi thân mình thì sự vui ấy chóng mất. Thời nay xung là trụ trì thường hay đem tâm ưa ghét đối với chúng nhân nên chúng nhân không theo. Trụ trì biết quan sát, tại sao cái ưa thích của mình mà chúng nhân lại ghét bỏ, cái ghét bỏ của mình chúng nhân lại ưa thích, những vị biết nghĩ như thế hiện nay ít có. Cho nên có chỗ nói, cùng chung vui buồn, chung yêu ghét, đó là điều nghĩa. Có nghĩa thì trong thiên hạ ai cũng quý kính”.

Đây là cách ứng xử của những vị có trách nhiệm đối với đệ tử, với bản đạo chung quanh. Muốn trị được bệnh ưa ghét, bản thân mình phải tỉnh nhớ, đừng để ưa ghét dẫn đi. Con mắt tiếp cận bên ngoài có cái biết của nó. Dừng lại ở cái biết, chứ đừng lao theo sắc tướng bên ngoài rồi khởi sanh yêu ghét. Lỗ tai tiếp cận với âm thanh cũng có cái biết của nó, các giác quan khi tiếp xúc với các trần đều như thế. Chúng ta tập tu, phải sáng suốt dừng lại ở cái biết ấy, đừng sanh phân biệt thì không bị ưa ghét dẫn đi. Tâm phân biệt đối đãi chỉ chờ cơ hội ta sơ hở, nó len vào liền. Bên trong giữ được tâm miên

mật thì sự ưa ghét bên ngoài không có cơ nào ập đến chúng ta được. Cho nên thiền sư nói: thường hay đem tâm ưa ghét đối với chúng nhân nên chúng nhân không theo. Nghĩa là mình khởi tâm ưa ghét đối với mọi người trước nên mọi người mới tránh xa mình. Nếu chúng ta sống bình thường với chúng nhân, với đệ tử thì không có lý do gì họ không kính thương mình. Chỗ này hơi khó.

Đọc lại lịch sử của ngài Hương Hải, một vị thiền sư thời Nguyễn ở nước ta, mới thấy công phu tu hành qua cách điều phục tâm của ngài, ảnh hưởng đến ngoại giới như thế nào. Lúc Sư mới ra tu ở núi Tim Bút La, gần đó có biển tên Ngọa Long Hải và đảo Đại Lãnh. Hai nơi này ít người đi đến và là hang ổ của ma quái. Chúng ma đã nhiều lần kéo đến ngăn trở sự tu hành của Sư, mà tâm Sư vẫn không lay động.

Một đêm vào lúc canh hai, những đồ đệ của Sư bỗng trông thấy một con ma lớn đen sì, cao chừng hai trượng (8 thước) xông xộc chạy vào, một lúc rồi biến đi đâu mất. Đến cuối canh ba, bỗng có một con rắn lớn bò đến quấn chặt mình Sư, Sư không cựa động được, cố nhích mình lần tới bàn Phật, niệm chú Thần đao, một lát con rắn ấy biến mất. Lại một hôm, đang giữa ban ngày bỗng mây đen kéo đến trước sân mù mịt, gió cuốn ầm ầm, cây gãy cát bay, mái nhà bung tóc, một lát mới hết. Đến tháng thứ ba, lại một lần giữa đêm vắng, núi non yên tĩnh, bỗng nghe tiếng như ngàn muôn con mèo kêu ran lên một chập.

Đến tháng thứ tám, một lần giữa canh vắng đêm khuya, Sư đang ngồi thiền trước điện Phật, hương đèn sáng choang. Bỗng thấy quân ma vừa trai vừa gái đứng vây tứ phía, đĩa cầm giáo, đĩa cầm mác, đĩa dất trâu, đĩa dất ngựa, đĩa dất voi, nhiều thứ quái tượng. Sư cảm thấy đau bụng, mắt mờ không thấy ánh sáng của đèn, không thấy tượng Phật, chỉ thấy toàn ma tinh. Lúc đó, Sư dùng hết sức trì chú, nhiều phương thức bí mật đều không linh nghiệm. Sư bèn lập chí Kim Cang tướng lửa Tam-muội, quyết đốt cháy thân mình và thiêu cả thế giới. Quả thấy rất linh nghiệm, một lát chúng ma biến đâu mất, cảnh sắc lại quang minh như trước. Song giữa đêm vắng núi yên không ai thấy biết.

Sáng ra, Sư cho rằng đất này là ác địa, khó giáo hóa được, bèn trở về quê cũ là làng Bình An Thượng, phủ Thăng Hoa xứ Quảng Nam. Sư bảo với bà con làng xóm rằng: “Chỗ đảo này từ lúc mở mang đến nay chưa được khai hóa, chính là ác địa, cung ma, khó mở đạo pháp”. Sư ở qua một tuần, chợt có người Mán đến cầu thỉnh, Sư hỏi người ấy:

- Ban đêm đến tìm tôi chắc là có duyên có gì cần tỏ bày?

Người Mán thưa:

- Cả thôn xóm của tôi có ba ngôi đền cũ ở núi Tim Bút La. Một miếu thần Cao Các Đại Vương, một miếu Phục Ba Đại Tướng Quân, một miếu thần Bồ Bồ Đại Vương. Hôm Sư cụ về được bốn ngày, trong làng chợt thấy thần cả ba ngôi đền này đều phục đồng lên nói rằng: “Hôm nọ bọn ma tinh tác quái mấy lần làm nã hại Pháp sư, chúng ta ngồi yên xem thử coi ai thắng ai bại. Chúng ta bỗng thấy Pháp sư biến hình biến tướng, chẳng biết ở đâu, khiến chúng ma tinh phải lui hết. Chúng ta thấy Pháp sư thật là đạo hạnh kiêm toàn. Vì vậy chúng ta rất thần phục Pháp sư ấy, nên báo cho dân làng biết hãy đi thỉnh Sư về trụ ở đây.” Bây giờ mọi người trong làng nghe thấy việc như trên mới cho tôi vào thỉnh bạch Sư cụ về chốn ấy.

Khi ấy Sư nghĩ: “Việc bọn ma đã nép phục hiển nhiên rồi”. Nên sau đó Sư lại một phen cùng đệ tử xuống thuyền trở ra đảo Tim Bút La. Từ đây Sư ở chuyên tu hơn tám năm an ổn, không có gì chướng ngại. Sư được thần khen quý giúp, cảm ứng tự nhiên, Phật pháp thanh hành, tiếng tăm vang khắp.

Câu chuyện trên của thiền sư Hương Hải cho chúng ta một bài học. Sở dĩ ma quân thấy được là do bên trong chúng ta thiếu chánh định. Nếu bên trong chúng ta ở nơi đại định thì đối với bên ngoài nó là tường đồng vách sắt, không có chỗ cho bất cứ ai cắm dùi. Cho nên chúng ta sống như thế nào, đối với tất cả sự kiện bên ngoài, không bị nó sai sử. Ổn định được bên trong rồi thì bên ngoài sẽ theo đó bình ổn thôi. Thành ra bên ngoài ổn là do bên trong ổn, nội bộ ổn thì bên ngoài không làm gì được hết. Ngược lại bên ngoài mình có ngoại giao giỏi bao nhiêu mà nội bộ không ra gì hết, nhất định sẽ hư việc.

Tóm lại, người tu nội tạng bên trong phải vững vàng, trí dũng, tỉnh giác, thì tất cả các thế lực bên ngoài chẳng làm gì được mình, chúng ta không phải lo sợ về điều đó. Cho nên gốc là ở nơi chúng ta, không phải bên ngoài.

Quyền biến.

Khi làm việc, có những điều chúng ta phải biết cách quyền biến, xử lý như thế nào cho tốt đẹp. Nếu chúng ta cứ “thẳng mực tàu thì đau lòng gỗ” cho nên phải quyền biến. Song quyền biến ở đây không được sai Phật pháp, không đi lệch ngoài đạo lý của nhà Phật. Chúng ta thử xem cách quyền của người xưa.

Ngài Trạng Đường nói: “Đạo là cái cân chính đáng của xưa và nay. Người khéo hoằng đạo là người biết được chỗ biến thông. Người không biết biến thông hay câu nệ văn giáo điển, chấp tướng chấp tình là những người chưa đạt quyền biến. Có vị tăng hỏi ngài Triệu Châu: - Vạn pháp quy về một, một ấy quy về đâu? Ngài Triệu Châu đáp: - Khi tôi ở Thanh Châu có may một cái áo đơn nặng bảy cân. Nếu là cổ nhân không đạt quyền biến thì sao có được lời thù tạc như thế. Thánh nhân xưa có nói: Hang sâu vô tư nên nhận những tiếng từ chỗ khác tới. Chuông chịu dùi đánh nên đánh vào là nghe tiếng ứng ngay. Thế mới biết, các bậc thượng sĩ thông phương làm ngược lại sự bình thường mà hợp đạo, chứ không giữ một mực mà không biết ứng biến”.

Trong Phật pháp thường nói “tùy duyên bất biến”, nghĩa là tùy duyên mà không bị duyên làm biến đổi cốt lõi bên trong. Ở đây dụ nói như hang sâu vô tư nên nhận được tiếng từ chỗ khác tới. Rõ ràng trong hang sâu không có gì hết, nó vô tư cho nên âm thanh tới tự nhiên như thế. Chuông chịu dùi đánh nên đánh vào là nghe tiếng ứng ngay. Như đại hồng chung, hễ có dùi động vô thì phát ra âm thanh, không bị cái gì cản hết, tự nhiên như vậy.

Nói thế là sao? Như chúng ta là người có trách nhiệm, trong đại chúng có chuyện người ta đến thưa, mình nghe chưa rồi, liền nói: “Thôi thôi, không được” như vậy là khó rồi. Cứ nghe bình thường, tiếp xúc nhưng cái nào không được là không được, cái nào được thì giải quyết. Việc này khó lắm, đòi hỏi đức tu rất lớn, không đơn giản đâu. Cho nên phải tĩnh tâm, vô tư và bình thản trước mọi sự việc mới sáng suốt giải quyết vấn đề mà không bị động.

Người đệ tử thương mình nói gì đó, mình cũng đáp “Thế à”. Người đệ tử không thương mình nói gì đó, mình cũng “thế à”. Hai chữ “thế à” nói được như thế khó lắm, chứ không dễ đâu. Người mình không ưa thấy mặt là nổi sùng rồi. Đệ tử mình thương lâu lâu không tới, mình trông. Bởi cố sự như thế nên mới sanh chuyện. Làm sao chúng ta bình thản vô tư như cái hang rộng vậy. Đó là những điều cần thiết phải tu tập.

Bạn bè.

Ngài Trạng Đường nói: “Người tu học tìm bạn, mà bạn phải là người đáng làm khuôn pháp cho ta noi theo. Được bạn như thế rồi hằng ngày ta phải thật lòng tôn kính bạn và làm việc gì cũng giữ đúng pháp, hầu mong có lợi ích cho ta. Hoặc trí thức của bạn hơn ta thì ta noi theo để thức tỉnh ta trong

những chỗ chưa kịp bạn, vạn nhất bạn cùng ta tương tự chẳng bằng không có bạn”.

Ở đây nói bạn là những người gần gũi, chúng ta thường xuyên tiếp cận. Những gì bạn hay mình tiếp nhận, những điều bổ ích cho công việc chúng ta phải học phải nghe và áp dụng. Những gì không hay mình đừng nghĩ nhớ hoặc bị ảnh hưởng. Người ta nói hoặc bày vẽ điều sai trái, mình nghe rồi bỏ qua. Khi gặp người không thích hợp, họ cứ tới với mình hoài, ta làm sao? Đuổi đi hay gây với họ? Tất cả đều không đúng. Chúng ta cứ giữ bình thường an nhiên, không nên bực bội khó chịu, càng làm cho người sanh ác cảm, gây bất lợi cho ta.

Chúng ta là người đại diện Phật, tuyên dương chính pháp của Phật, mang màu áo của Phật, cần phải giữ tư cách phẩm hạnh của mình, nên gần gũi bạn lành, tránh xa chúng ác. Trong kinh Pháp Cú, đức Phật đã dạy:

Nếu như không gặp bạn,
Hơn mình hay ngang mình,
Thà quyết sống một mình,
Chớ thân cận kẻ ngu.

Vâng theo lời Phật dạy, chúng ta lấy đây làm chuẩn mực để gần gũi với thiện hữu.

Công chính.

Ngài Sơn Đương nói với ngài Giả Am: “Trụ trì giữ tâm công chính thì làm việc bất tất phải cho mình là phải, cho người là trái. Như thế thì tâm yêu ghét dị đồng sẽ không sinh ra và khí ngạo mạn tà vạy sẽ không từ nơi mình mà nhập được”.

Công chính tức là việc chính đáng, việc chung. Người giữ được tâm công chính khi làm việc bất tất cho mình đúng người sai. Bên trong đã có đạo lý chuẩn mực rồi, những thứ bên ngoài không làm động được ta. Là người tu dĩ nhiên chúng ta phải có chuẩn bên trong. Đó là gì? Là tinh thần tỉnh giác, đầy đủ trí tuệ trong mọi ứng xử. Chúng ta tu hành không phải để thành pháp sư hay giảng sư, mà tu để thành Phật. Muốn thành Phật thì phải thanh tịnh, giải thoát. Thành ra cái chuẩn bên trong rất quan trọng. Mỗi ngày qua đều có chuẩn mực, buổi sáng làm việc như thế, buổi trưa làm việc như thế, buổi chiều làm việc như thế. Mọi việc sắp đặt như thế, ta giữ đều đặn, sống với ông chủ, với sự tỉnh giác của mình.

Hôm nay chúng ta đủ duyên gặp gỡ và cùng trao đổi một số vấn đề liên quan đến công phu tu hành. Trong đó trọng tâm là nội dung chính. Tâm bình thì thế giới bình. Muốn chấm dứt dòng sanh tử luân hồi, thành tựu Phật đạo, không gì hơn trị được tâm vậy.

---o0o---

TU PHẢI VỮNG TIẾN

... Buông xả là một pháp tu rất quan trọng đối với chúng ta ...

Đây là lần thứ hai tôi về thăm trường hạ Ni. Phần tổ chức bên Ni tương đối chu đáo hơn bên Tăng, như vậy nhất định việc tu học của đại chúng ở đây có tăng tiến.

Trải qua hơn nửa mùa hạ, chư Ni vui vẻ cùng nhau tiến tu là điều đáng tán dương. Tuy nhiên tu trong ba tháng thôi chưa đủ. Mãn hạ đến tháng thứ tư, thứ năm v.v... thời gian còn lại chúng ta phải tu thế nào? Đó là vấn đề chúng ta phải đặt ra để mỗi vị tự ổn định, sắp xếp việc tu hành của mình trong suốt thời gian dài thật tốt. Thời gian nhập hạ, tuy có nhiều thời khóa lễ lượt đại chúng phải hành trì, nhưng nhờ thế mà chúng ta có được chín mươi ngày tu học triệt để, không cho chuyện tạp xen vô. Thời gian còn lại cũng y theo tinh thần ba tháng an cư đó, mà quý vị gìn giữ công phu tích cực. Nỗ lực không để lãng phí thì giờ, làm sao việc tu tập ngày một tốt đẹp và đạt được nhiều an lạc hơn.

Buông xả là một pháp tu rất quan trọng đối với chúng ta. Nếu không biết buông xả mình sẽ đi hết vương mắc này sang vương mắc khác, rốt cuộc chúng ta tu mà giống như không tu, không có chút an vui nào cả. Có buông xả việc hành trì sẽ mau tăng tiến hơn. Như thế mới xứng đáng là đệ tử Phật. Chữ “xứng đáng” này thật đáng trân trọng và có giá trị vô cùng. Chúng ta phải tu học như thế nào mới gọi là xứng đáng? Người xưa dạy: phạm kẻ tu hành, đầu đêm, giữa đêm và cuối đêm đều áp dụng công phu. Đầu đêm là từ khoảng 6 giờ chiều cho tới hơn 10 giờ đêm, giữa đêm là từ 12 giờ cho tới 2 giờ đêm, cuối đêm là từ 3 giờ cho tới 6 giờ sáng. Như vậy giờ nghỉ chỉ khoảng 2 tiếng. Nói tóm lại, chúng ta dành trọn vẹn thời gian cho các khóa tu hết rồi, không có thì giờ đâu mà nghĩ tưởng tạp loạn.

Người xưa sắp đặt thời gian tu như vậy để ngăn ngừa vọng tâm phát sinh. Ngày nay chúng ta không theo nổi thời khóa gắt gao ấy, thì ít ra cũng phải giữ được tâm niệm tu hành miên mật, không nên phóng túng buông lung cả

thân lẫn tâm. Đầu đêm chúng ta có thời gian tu, nhưng họa hoằn lắm chỉ hơn một tiếng thôi. Tu quá mười giờ thì y áo ướt đầm mồ hôi, mệt đừ luôn. Đến giữa đêm chúng ta mê ngủ, nằm dài nên chẳng thể công phu. Cuối đêm cũng còn mê ngủ, không cương quyết không mãnh tĩnh thì thức dậy rất nhọc nhằn, uể oải nên việc tu cũng chẳng nghiêm chỉnh được. Các điệu còn trẻ, ngoài chúng lệnh ra còn có cái đồng hồ reo, chuông điện, rồi các vị thầy trực tiếp đến gọi dậy nữa. Thế nhưng có bữa, chúng lệnh cứ đánh, đồng hồ cứ reo, chuông cứ vang, thầy cứ kêu mà ta thì vẫn cứ ngủ ngon như thường! Đến khi kéo dậy được rồi, trong cơn ngái ngủ, các điệu đồ thừa đêm hôm nóng quá hoặc đau bụng nhưc đầu gì đó ngủ không được, bây giờ mới ngủ một chút. Một chút ấy kéo dài hết một phần ba đêm. Việc tu học như thế, hỏi đến bao giờ mới xong ?

Chúng ta tu hành hời hợt như thế, không có sự cố gắng nào để vươn lên thì kết quả không thể bảo đảm được. Bởi vậy chúng ta tu mãi mà không sáng đạo, không làm chủ được đối với các sự duyên chung quanh. Đối với các hiện tượng thường nhật ta không làm chủ được thì nói gì đến việc sinh tử. Việc sinh tử là việc hết sức nguy ngập. Chỉ như vấn đề hiện sinh của con người, đã nhiều điều rắc rối vô cùng, huống là nói tới việc tử. Việc tử là việc chúng ta phải đối đầu với ông ba mươi tối thui. Ông này nhăn nhai dữ tợn, mà mình chẳng biết phương cách chi chống đỡ, cũng chưa hề biết ông sẽ hỏi sẽ hạch mình cái gì? Chung quanh ông, mấy tay cầm dao cầm mác dữ tợn, liệu đến lúc đó mình đủ bình tĩnh để đối chất với họ hay mình sẽ nói năng lộn xộn, không đâu vào đâu. Vô đề mà người ta hỏi mình có phải là người Việt Nam không, mình quên trả lời là người Trung Quốc cái chết dở! Lật hồ sơ kiểm tên đó ở Trung Quốc, không biết ráp vô tỉnh nào, con của ông bà nào, họ gì, ở đâu. Nếu ráp nhầm chỗ thấp thỏi thì thiệt là rủi ro cho mình lắm vậy!

Tôi nêu lên như thế để những người con Phật chúng ta phải tranh thủ, làm sao trong từng ngày từng giờ, từng phút tập chủ động đối với các pháp. Như người đầu đêm công phu tốt, giữa đêm công phu tốt, cuối đêm công phu tốt, dù họ chưa thành thánh hiền, nhưng mình tin chắc họ có bước tiến vững vàng trong việc tu hành. Người như thế đủ sức bảo đảm phút cuối cùng, nói chuyện với vua Diêm-la một cách chủ động, không bị hề hấn bởi bất cứ sự duyên gì. Nên biết chỉ có ta mới làm chủ được vấn đề sinh tử thôi.

Phiền não, những thói hư tật xấu, những việc xoàng xĩnh không đáng gì mà nó làm cho mình rối đầu, bực dọc, khó chịu, bức xúc. Những trạng thái ấy làm hỏng đi Niết-bàn ngay trong phút giây hiện tại của chính mình. Nên nhớ

chúng ta không thể tìm thấy Niết-bàn ở đâu ngoài công phu hằng ngày, từ nơi sự quyết tâm tu tập của chính mình. Ta gầy dựng được hay không trong từng phút giây sống hiện tại, không ai có thể làm thế cho mình được. Ý thức như vậy chúng ta phải tự lo thôi, thấy sự đổi thay là biết mình cũng sẽ đổi thay, thấy người ta chết là biết mình cũng sẽ chết. Thấy việc bên ngoài mình liền tỉnh lại. Đó là người mãnh tĩnh, người biết tu. Một khi tỉnh lại mình làm gì? Mình phải toan liệu, phải chuẩn bị, phải sắp đặt việc tu hành ngày một tốt hơn để có thể chủ động đối với việc sinh tử.

Thấy người ta khóc lóc vì chết, mình muôn khi chết bình yên, không khóc lóc thì chuẩn bị đi, chứ rề rà hoài tới lúc dùng một cái thân chết tới gõ cửa, mình khóc còn hơn thiên hạ nữa. Như vậy đời tu của chúng ta còn có ý nghĩa gì. Bây giờ mấy thầy mấy cô chết, đệ tử khóc còn hơn người đời nữa. Tại vì thầy cô không nhắc nhở cho Phật tử biết càng thương thầy, thương cô thì quý vị càng tu tập thật tốt, càng làm chủ được mình, mới đúng lý đạo. Nhiều Phật tử nói với chúng tôi, nghe quý thầy cô có chuyện gì, chúng con buồn khổ hơn là trong gia đình có chuyện. Mới nghe thấy như Phật tử thương thầy cô nhiều, nhưng xét lại rõ ràng như vậy là không biết cách kính thương thầy cô, không vâng lời thầy cô chỉ dạy, không thực tập pháp nên bị chính hình ảnh thầy cô trói buộc, không thể giải thoát an vui được. Điều này cần phải chỉnh đốn sửa đổi lại.

Trở lại vấn đề tu học, chúng ta phải tranh thủ, không để thời gian qua suông mà cố gắng tập trung vào việc tu học. Chư Tăng Ni lấy mùa an cư kiết hạ làm chuẩn cho công phu. Tại sao như thế? Tại vì trong mùa an cư kiết hạ có nhiều vị tôn đức hướng dẫn chỉ dạy cho mình thời khóa tu tập miên mật. Ai cũng phải chấp hành đúng như vậy. Quý vị được sự động viên nhắc nhở và kiểm soát thường xuyên, nhờ thế Tăng Ni không dám chểnh mảng việc tu tập. Sống trong điều kiện như vậy tu rất dễ tiến, chúng ta không bận bịu lo lắng việc gì, chỉ một bề tu học thôi. Cho nên Phật dạy người xuất gia phải lấy thời gian ba tháng an cư làm chuẩn, nỗ lực công phu để thăng tiến trên con đường đạo.

Trong Đại Thừa Khởi Tín Luận, tổ Mã Minh dạy hành giả phải biết kéo dài niệm hiện tại liên tục. Hành giả nếu nhận được tâm chân thật rồi, bình yên, thống khoái, sống với tâm rộng rang sáng suốt, bây giờ làm sao kéo dài công phu ấy. Như buổi sáng mình đã được thanh tịnh, an lạc, bây giờ cố gắng duy trì, kéo dài trạng thái đó thêm buổi trưa, rồi buổi chiều, hoặc tới đầu đêm, giữa đêm v.v... Kéo dài bằng sự tu tập, bằng công phu của mình. Hồi xưa trong các tùng lâm, chư vị tôn đức thường tổ chức kiết đông. Nghĩa là mùa

hạ tu tập tốt rồi, bây giờ tới mùa đông cũng phải tiếp tục tu tập tốt như vậy, tức là kéo dài công phu thêm. Kiết đông cũng ba tháng, việc tu tập của mùa đông cũng như mùa hạ hoặc hơn nữa. Vì sao hơn nữa? Vì hành giả đã có sự thể nghiệm, nên công phu tu tập an định khá hơn, thuần hơn. Mùa đông rồi tới mùa xuân, mùa thu. Nếu cả bốn mùa mình kiết chế tu học hết thì thành trọn năm. Như vậy từ đầu năm đến giữa năm, cuối năm chúng ta đều tu tập tốt. Bốn mùa xuân, hạ, thu, đông đều là mùa an cư thì không gì quý bằng.

Những ai tu hành như thế, nhất định qua cổng nào cũng được chào, người ta mở cổng đón mình, mời lên xe hoặc kiệu trang trọng, chớ không phùng mang trợn mắt hỏi tên gì, ở đâu? Chúng ta còn thời gian chuẩn bị thì phải chuẩn bị, chớ để hôm nào nhũn não, tai biến gì thì thôi, nằm dài ra đó, quý thần nó muốn khiêng đi đâu thì đi, làm sao cứu kịp! Cho nên chúng tôi nhắc nhở quý vị phải dành dụm, chuẩn bị, khắc phục lấy mình, đừng để thời gian qua suông.

Đạo đức, trí tuệ không phải là hình thức vuông tròn hoặc màu mè xanh vàng đỏ trắng, nó là cái nội tại, cái bên trong của mỗi chúng ta. Nó biểu hiện ra bên ngoài bằng cuộc sống, trong mỗi tương quan ứng xử của chúng ta. Người có đạo đức, có trí tuệ, ánh mắt hoặc ngôn ngữ, hành động đều đem đến nguồn an vui lợi lạc cho mình và người. Ngược lại kẻ không có đạo đức, không có trí tuệ lời nói hay việc làm đều khiến cho mình và người buồn phiền, ưu não, không ai thích gần họ.

Có câu chuyện thế này, thiền sư Mộng Song xuống thuyền qua sông. Thuyền vừa nhổ neo, có một vị tướng quân xem thật hung tợn, ông đến trễ và kêu thuyền quay trở lại đón mình. Mọi người bảo ông này lên thuyền thì bất tiện lắm, thôi cứ đi. Thiền sư nói với thuyền trưởng hãy trở lại đón tướng quân. Vị thuyền trưởng nghe lời sư, quay lại đón tướng quân. Lên thuyền, tướng quân đến gần thiền sư, rút roi quất lên đầu ngài, máu me tùm lum, rồi đuổi Hòa thượng đi chỗ khác, dựng chỗ cho ông. Bây giờ mọi người đều bất mãn. Sở dĩ thuyền quay lại đón ông là nhờ Hòa thượng, nếu không thì thuyền đi luôn rồi. Bây giờ ông không biết ân mà còn lấy roi đánh ngài. Thế nhưng thiền sư không hề nói gì, kêu thầy đi chỗ khác thì thầy đi chỗ khác, không hề mở miệng phàn nàn. Tới chùng thuyền cập bến, thiền sư cũng theo mọi người đi lên, đến chỗ có nước ngài rửa máu sạch sẽ. Mọi người nhìn thấy sự việc rõ ràng như vậy, ai cũng hét lòng ngưỡng mộ kính trọng thiền sư. Bây giờ tướng quân hối hận, quỳ trước ngài sám hối. Thiền sư vẫn bình thường, cứ bước đi như chưa từng có chuyện gì xảy ra.

Qua hình ảnh ấy, chúng ta đánh giá được nội tại bên trong của thiền sư. Phần nội tại đó được biểu hiện ra cho mọi người thấy biết rõ ràng qua cách ứng xử khi tiếp duyên. Lúc ngài kêu thuyền trưởng quay lại đón tướng quân và khi ông ta lên thuyền rồi, quát roi lên đầu ngài, máu tươi tuôn chảy, thiền sư vẫn bình thường an nhiên. Tới lúc thuyền cập bến, thầy xuống tìm nước rửa sạch máu trên đầu. Khi tướng quân quý sám hối thầy cũng thể thôi. Bình yên. Sự bình yên đó biểu hiện từ công đức lực, từ công phu khắc phục được chính mình ở bên trong của thiền sư. Đó là vị có nội tại thâm hậu, vững vàng.

Câu chuyện ấy nếu đổi nhân vật là mình, liệu xem chúng ta có làm chủ được không? Hay mình sẽ ré lên: “Trời ơi! Người đâu mà ác, mà bội bạc, nếu biết trước như thế tôi đã không nói cho thuyền quay lại đón ông...” Mình sẽ rên la thán oán tới chừng nào? Đẳng này không, thiền sư không cần minh oan, không cần nói gì hết, bình thường an nhiên. Đó là biểu hiện công đức lực của người có nội tại vững vàng.

Chúng ta phải nỗ lực tu tập, nỗ lực tỉnh giác để công đức lực, nội tại của mình tròn đầy. Như thế chúng ta mới có thể nói chuyện với vua Diêm-la vào ngày ba mươi tháng chạp chứ! Người tu hơn người đời là hơn như thế, chứ không phải hơn lời lẽ đấu khẩu hay hùng biện. Điểm đặc biệt của người xuất gia là chịu khó nuôi dưỡng, phát huy nội lực nơi mình. Do đó chúng ta không thể sống hời hợt qua ngày, không thể thích du lịch, không thể lang thang giông ruồi với những dây niệm, những vọng tưởng ngược xuôi đầu này đầu nọ, ưa thích chạy theo bên ngoài. Chúng ta luôn sống quay về, phản quan trở lại để biết rõ mình còn thói hư tật xấu nào, những tập khí, chủng tử nào cần phải buông bỏ, cần phải có thái độ dứt khoát, tập trung tu tập làm sao để buông cho được những thứ đó. Có buông bỏ được thì tâm mới sáng, trí mới hiện.

Đức Phật từng nói tất cả chúng sanh đều có sẵn tâm chân thật, nhưng chúng ta bỏ quên. Cho nên có mà không biết ở đâu, không biết ra sao nên cũng như không có. Giống như hồi xưa ông bà mình giàu có, đất đai vô lượng, nhưng mình bỏ xứ đi Ta-bà thế giới từ lâu lắm rồi, bây giờ về lại thấy nhà cửa mọc lên nhiều quá, không biết đất đai hồi xưa ở đâu, rồi bằng khoán đất mình cũng vắn thuốc hút hết rồi, không còn gì nữa. Phật không cho phép người tu chấp nhận như vậy, mà mình phải dấn lên thực địa đó. Chúng ta là chủ nhân phải quán xuyên của cải trong nhà. Bây giờ dẹp bỏ hết những thói hư tật xấu, để hiện bày trọn vẹn tâm Phật của mình. Đây là việc làm chính yếu của người tu.

Chư Ni cố gắng giữ gìn công phu đều đặn. Sáng tu vậy, trưa tu vậy, chiều tu vậy, tối tu vậy. Thức ngủ gì cũng tu vậy. Chúng ta không nói ngày, không nói đêm, không nói năm tháng, không nói thời gian chi hết, cứ tu như thế là biết kéo dài công phu, kéo dài tâm hiện tại liên tục. Biết rằng thực hành như vậy là khó, chứ không phải dễ, nhưng không vì khó mà chúng ta không chịu tu. Càng khó càng phải cố gắng nhiều hơn. Người thời nay dễ quên, được nhắc nhở thì nhớ, qua rồi liền quên, cho nên việc tu tập chậm tiến. Bây giờ chúng ta cố gắng khắc phục khuyết điểm này để niệm hiện tại được kéo dài liên tục.

Kể nữa, người tu phải gan dạ, chịu đựng được những đắng cay. Nhiều khi gặp những việc không quan trọng gì hết mà mình chịu không nổi. Ví dụ nghe mấy đứa nhỏ kêu “Thầy chùa” thì không chịu rồi. Thôi kệ, mấy đứa nhỏ biết gì đâu, nó nói thì nói, mà xét lại mình ở chùa nó kêu thầy chùa là phải, có sao lại không chịu? Hoặc gặp một người lớn chỉ mặt nói: “Thằng thầy chùa này”, “thằng thầy chùa kia” là thấy không ổn. Dù mình có dở, có cả lăm đi nữa cũng phải nói lại vài câu mới được. Người ta nói mình thầy chùa thì chấp nhận liền, tại sao lại phiền não. Vì thế chúng ta mất hết thời gian tu hành, mất những cơ hội tốt vì những chuyện không đáng gì hết.

Đó là mầm mống phiền não, những cù cặn bên trong. Chúng ta không biết nó ở chỗ nào, nhưng đụng đến là nó vọt ra không kiểm soát được. Cho nên người tu phải là người ngậm đắng nuốt cay, “thiên ma bách chiết”, tức là trăm giũa ngàn mài. Quý vị thấy dao rựa có lụt gì mài một vài lần cũng bén, huống là ngàn mài. Người tu hơn ai hết, phải chịu đựng, chấp nhận khó khổ mới tu tiến được, mới giữ vững và phát huy nội lực của mình.

Mỗi ngày chúng ta được nghe những lời động viên khuyến khích của các vị có trách nhiệm trong trường hạ, những lời chỉ giáo của chư tôn đức, đều nhằm động viên dạy dỗ chúng ta làm sao giữ được những gì tốt đẹp cao quý, sự trang nghiêm thanh tịnh của một người tu. Chúng ta vừa tu vừa làm tròn bổn phận của mình đối với người sau, giúp họ có nơi quy hướng để cùng nhau tu tập. Giống như cổng chùa thường rộng mở cho chúng ta đi ra đi vào là điều dĩ nhiên rồi, nhưng cổng này cũng để cho thập phương bá tánh vào chùa. Vào chùa là đi vào Phật đạo. Nhiệm vụ của người xuất gia là như vậy. Tự tu không chỉ là việc của mình mà là trách nhiệm đối với Phật pháp, đối với người sau. Nó có ý nghĩa cao cả như thế, nên chúng ta không thể làm lầy lệ.

Hồi nhỏ lúc để chỏm, tôi bị một trận đòn mà tới bây giờ nhớ lại cũng còn xấu hổ. Hôm ấy ở gần chùa có một đám cúng miếu. Đám quy định bảy giờ tối xây châu hát tuồng “Lưu Kim Đính giải giá Thọ Châu”, quý vị nào có đọc truyện Tàu thì biết. Thời Đường đã tàn, hồi ấy xuất hiện ngũ hổ tướng rất tài ba mà toàn là con gái. Buổi chiều nghe người ta phát loa thông báo tối nay có hát tuồng, mấy sư phụ để chỏm nhà ta tụng kinh rút để đi chứng cái lễ không ai mời mà đến này. Lúc đó tôi theo mấy điệu len lỏi vào trong để coi cho được mặt cô Lưu Kim Đính, nhất là ông xây châu, rồi nhà vua nữa. Tôi thấy ông nào cũng mặc áo xanh áo đỏ, có đao thương đánh nhau ì xèo v.v... Cuối cùng tuồng mãn, về tới chùa bị một trận đòn. Lý do tụng kinh gian dối, tụng một hơi thật ầu rồi đóng cửa chùa đi. Năm bảy huynh đệ kéo nhau đi hết, bỏ ông Hòa thượng già ở chùa tới khuya. Thầy đi lòng vòng kiếm không thấy đưa nào hết, biết ngay bên miếu rút hết mấy chóp qua đó chứng minh rồi.

Sáng ra Hòa thượng hỏi:

- Đêm hôm thấy mặt Lưu Kim Đính không?

- Dạ thấy.

- Lưu Kim Đính ra làm sao?

Thế là mấy huynh đệ thi nhau tả mặt Lưu Kim Đính, tả một hồi bị bắt nằm xuống ăn roi hết. Đó là một trận đòn do tu hành lấy lệ, qua thời qua buổi hồi còn nhỏ. Tới bây giờ nó vẫn còn giá trị nhắc chúng tôi trên con đường hành đạo.

Chúng ta thường bị ngoại cảnh kéo lôi, nó không có lai lịch gì cả mà sức kéo lôi rất mạnh. Chuyện tu hành đúng bài bản thời khóa như vậy, mà người yếu cơ không chịu nổi, không đứng vững vì sức hút của một buổi hát tuồng. Đó là vì ý chí của mình chưa được mài giũa, sự trui luyện chưa đến nơi đến chốn. Chư huynh đệ tu hành không nên xem thường, chúng ta tu phải dứt khoát mạnh mẽ đối với các cảnh duyên bên ngoài. Những cái vi tính, truyền hình, điện thoại di động, mình nói là những phương tiện để hành đạo, thì nhớ sử dụng nó trong phạm vi của phương tiện thôi, không thể sử dụng vượt qua mức độ cho phép của một người tu. Tăng Ni nên nhớ một giờ ngồi trước máy vi tính là mất một giờ tọa thiền, một giờ an lạc của mình. Cứ tập nhiễm những thứ đó thì đầy bụng toàn những chuyện tạp nham bên ngoài. Muốn kéo dài công phu tu tập trong ba tháng an cư nên dẹp bớt những thứ không

cần thiết, không để nó lấn quyền làm chủ của mình. Có thể chúng ta mới giữ vững được công phu.

Ngày nay còn trẻ khỏe, chúng ta áp dụng công phu được thời gian nào thì cố gắng tuân thủ theo thời khoá chánh quy, bởi vì đó chính là tư lương mai sau của mình. Việc tu hành không thể lấy lệ, không phải làm cho ai cả, mà đó là việc quan trọng của đời mình. Chúng ta ý thức được như vậy thì nhất định việc tu học sẽ tăng tiến. Đối với ngũ dục, phải bước qua mau vì đó là chỗ bất an bất ổn của thế gian, không phải chỗ người tu để mắt. Người tu hành đừng quan tâm, đừng mắc mứu, đừng kẹt vướng trong đó, chỉ lo tu tập mà thôi.

Thế gian nhiều cạm bẫy, chúng ta không biết chạy trốn ở đâu? Trốn chỗ nào cũng không được. Vì vậy mình phải đủ lực để đương đầu với chúng. Chỗ tốt nhất là chúng ta phải gan dạ đương đầu, phải thấy rõ muôn pháp huyễn hoá không thật, đó là bản phận của người tu. Quý vị thấy, như mở ra khoá tu học ba tháng an cư, tập hợp đông đảo một số lượng người thế này, dù lớn dù nhỏ gì cũng phải nghĩ đến việc ăn, việc ở của đại chúng. Sự việc bình thường như vậy đôi khi lại là vấn đề khó khăn. Bình thường chùa chỉ có bốn thầy trò thôi, cuối tháng gạo trong lu cạn, không biết phải làm sao. Huống là bây giờ nuôi năm bảy chục người trong ba tháng, làm gì để có gạo ăn đây ? Tuy nhiên nó không phải là vấn đề khó khăn, nếu chúng ta chịu nỗ lực tu tập, hành trì liên tục thì khắc phục không khó. Chỉ cần sự dũng mãnh đương đầu, ý chí mạnh mẽ, phát tâm Bồ-đề không lui sụt, thì sẽ vượt qua được tất cả mọi khó khăn trở ngại.

Con đường luân hồi hết phiên người đến phiên ta. Thấy rõ ràng như vậy thì phải chuyên tâm, kiên quyết trong việc tu hành. Bây giờ mình chưa bệnh, tóc chưa bạc vẫn tu được, mai kia dù có bệnh, tóc có bạc mình vẫn tu được. Như thế đảm bảo quý vị thực hiện trọn vẹn tâm nguyện tu hành đầy đủ một đời. Đó là chỗ mong mỏi của các bậc thầy, cũng là chỗ trông cậy của mười phương các bậc hiền thánh, đàn na thí chủ đối với chúng ta. Quả là việc làm chính đáng, việc làm duy nhất, rốt ráo nhất của những người con Phật tu hạnh xuất gia. Kinh Pháp Hoa nói: “Đây là một việc thực, không hai cũng không ba”.

Thiền sư Phần Dương rất được cảm tình của vị quan trong vùng. Ông nhiều lần cho người tới thỉnh cầu ngài đến chỗ mình giáo hóa mà không được, lần nào ngài cũng từ chối. Khi thì ngài nói bị phong thấp chân đau đi không được, khi thì ngài nói già rồi đi không nổi. Cứ thế, ngài thoái thác mãi thôi. Lần này vị chủ quan ra lệnh, nếu thỉnh cầu Hòa thượng không được, thì vị

quan thừa hành bị bãi chức. Ông này sợ quá, tới thưa: “Chuyến này nhất định Hòa thượng phải đi, Hòa thượng không đi thì con bị bãi chức”. Ngài nói: “Đi thì đi, nhưng ông về trước đi, ta sẽ theo sau”. Nghe thế vị quan nhỏ vui mừng về tâu trước.

Thiền sư tắm rửa xong, nói với đại chúng:

- Lão tăng đi, người nào theo được ?

Có vị tăng thưa:

- Con theo được.

Ngài hỏi:

- Một ngày người đi bao nhiêu dặm?

Tăng thưa:

- Năm mươi dặm.

Ngài nói:

- Người theo ta chẳng được.

Một vị khác ra thưa:

- Con theo được.

Ngài hỏi:

- Một ngày người đi bao nhiêu dặm?

Tăng thưa:

- Bảy mươi dặm.

Ngài nói:

- Người theo ta cũng chẳng được.

Thị giả thưa:

- Bạch thầy con theo được.

Ngài cũng hỏi:

- Một ngày người đi bao nhiêu dặm?

Thị giả thưa:

- Thầy đi tới đâu con đi tới đó.

Ngài bảo:

- Người theo lão tăng được.

Nói xong ngài từ giả chúng thị tịch. Thị giả cũng khoanh tay tịch theo. Thầy như vậy, trò như vậy, cùng đi như vậy. Quan lớn được tin đó hết sức nỗ lực, khen ngợi rồi sắp đặt việc trà-tỳ, cúng dường xá-lợi.

Người xưa tu hành như vậy, nên phát huy được tinh thần Phật pháp cao quý đặc biệt. Thời nay có thể nói Phật pháp hưng thịnh, người tu rất đông, cơ sở chùa chiền cũng không ít, Phật tử hướng tâm về cũng thật nhiều. Đây là thời Phật pháp mở rộng, nhưng điều cốt lõi của Phật pháp là liệu xem người tu Phật trong thời này có gì đặc biệt, được như thời trước không? Kết quả ấy trông cậy nơi mỗi chúng ta. Chư Tăng Ni làm sao xứng đáng, làm sao việc chính của mình phải được thực hiện đúng đắn và có kết quả cụ thể. Đó là sự trông mong của các vị có trách nhiệm trong Phật pháp từ xưa cũng như nay.

Tất cả người con Phật chúng ta thưở nào cũng vậy. Con đường, việc làm, tâm nguyện, chỗ nhắm luôn như thế. Cho nên trong mùa an cư hay mãn ba tháng an cư, chư Tăng Ni đều tập trung quyết chí thực hiện tâm nguyện của mình, sao cho xứng đáng là đệ tử Phật. Chúng ta không để mất thời gian, không làm điều gì trở ngại cho Phật pháp. Làm sao tất cả chúng ta tu tiến được, hành đạo được, sống và làm những điều lợi lạc trong Phật pháp.

---o0o---

TU LÀ PHÁT HUY TRÍ TUỆ

...Tu là cốt làm sao phát huy trí tuệ của mình cho được trọn vẹn...

Thiền Uyển Tập Anh ghi lại lời dạy của một thiền sư Việt Nam: “Tu là cốt

làm sao phát huy trí tuệ của mình cho được trọn vẹn”. Trí tuệ đó là trí tuệ Bát-nhã hay còn gọi trí tuệ vô sư, tức là trí bản hữu nơi mỗi chúng ta. Bao giờ những tăm tối cù cặn, phiền não vọng tưởng không còn bu bám nữa thì trí tuệ ấy sẽ phát huy.

Là con Phật tu theo Phật, chúng ta hợp với pháp môn nào cũng đều phải nỗ lực hết. Không có pháp môn nào tu sơ sơ mà thấu triệt được giá trị thiết thực của nó. Lời dạy của Phật tổ đi từ kết quả tu chứng mà ra. Do vậy chúng ta tu muốn lợi lạc, muốn hết khổ được vui thì phải thực hành đúng theo những lời dạy ấy. Tùy theo mức độ công phu của mỗi người mà trí tuệ bản hữu phát triển.

Ở đây xin nêu lên mấy điểm cần thiết trong lúc dụng công tu hành.

1. Ăn mặc đầy đủ

Đây là vấn đề trong sinh hoạt bình thường, nhưng chúng ta phải biết ăn mặc như thế nào để tu được, để không bị trở ngại việc tu hành. Nếu không biết cách ăn mặc đúng như Phật dạy, tham đắm sự ăn uống, đây là nguyên nhân làm phát sinh thói hư tật xấu. Chúng ta ăn vừa đủ, vừa no, có thể giữ được sự sống để tu hành. Ăn như vậy là hợp với pháp tu và cũng hợp với đời sống của người tu.

Phật dạy ăn là vì nuôi dưỡng đạo đức, để có sức khỏe phát huy sự tu học, cho nên khi ăn phải ngăn ngừa những dấy niệm tham ăn. Với người tu thiền, ăn để duy trì mạng sống, phát huy thiền định. Chư tổ dạy: “Nếu người tu thiền, buổi chiều ăn những thức sống nhiều, ăn những thức lạnh quá, ăn những thức cứng chắc, làm cho dạ dày no đầy thì ngồi thiền không yên. Nếu ngồi thiền bị hôn trầm, ngồi thiền nhiều vọng tưởng, ngồi thiền mà không làm chủ được, trước nhất nên kiểm lại chế độ ăn uống của mình”. Chư tổ có kinh nghiệm về thiền, thường dạy mình chỉ dùng những thức ăn lỏng nhẹ cho dễ hành thiền. Quả thực, nếu chiều mà ăn tiệc tùng nhiều, no quá, ăn những thức ăn sống hoặc lạnh, người dạ dày yếu dễ bị thương thực lắm. Bệnh thương thực rất dễ dẫn đến tử vong. Cho nên vị nào ăn kiêng được, điều hòa tốt việc ăn uống là thuận duyên lớn hỗ trợ cho việc tu hành để đạt kết quả tốt.

Ăn vừa phải, chúng ta ngồi thiền dễ phát triển trí tuệ, tâm được điều hòa, không nóng nảy, không buồn giận. Những người điều hòa vui vẻ bình an như thế có ảnh hưởng rất tốt đến mọi người chung quanh. Trong một tập thể đông đảo cần có những người như vậy. Trái lại, người bốc đồng nóng nảy

hoặc sôi nổi quá dễ ảnh hưởng đến tập thể. Cho nên người nào tu hành tốt, có công phu thì rất điều hòa, rất bình thản đối với tất cả các pháp.

Ngày xưa nhiều vị khi đi hành khước, gặp được thầy rồi thì nhận ra yếu chỉ. Bây giờ các ngài đi thẳng vào hang núi thiên định, không sắp đặt việc gì, không để dành gạo, không may sẵn quần áo, cũng không có bà con bản đạo, hứa hẹn mỗi tháng lên thăm một lần hai lần... Đi thẳng vào núi, ăn cây, mặc lá, uống nước suối sống tu. Chủ yếu là ngộ đạo, sáng được việc của mình, quên thân vì đạo, nên buông xả hết. Đó là gốc của sự tu. Đức Thế Tôn trong thời gian tu ở Tuyết Sơn cũng vậy. Sống một đời sống đạm bạc, chỉ có cái y rách che thân, không chuẩn bị hay để dành gì cả.

Chúng ta bây giờ có chùa có viện, có đệ tử đệ tôn, có bà con quyến thuộc, nhà bếp, nhà kho, để dành gạo, để dành tương, đủ thứ hết. Lúc nào đói bụng ta cũng có thể nấu cơm nấu chè ăn lai rai. Chính vì thế mà trở ngại lớn lao cho việc tu hành. Bận bịu nhiều trong sự ăn sự mặc, nhất định không thể nào tiến đạo nghiêm thân được. Chúng tôi nêu lên những điều thông thường như vậy để chúng ta chỉnh đốn lại sinh hoạt, đời sống tu hành của mình.

Phật dạy tài sản vật chất của người xuất gia chỉ có ba y thôi. Ngoài ba y ra không được cất chứa thêm những thứ khác. Điều này xem ra bây giờ chúng ta không giữ được. Ngoài ba y ra, mình còn để dành một số vải, có thể may thêm một y áo nữa. Ngày xưa những vật như thế, chư Tỳ-kheo không có quyền làm chủ, mà phải làm phép thuyết tịnh theo đúng luật. Làm phép thuyết tịnh rồi thì đó là của thường trụ, của chung. Dù là của gia đình sắm cho hay của ai tặng riêng mình, chứ không phải cúng dường chúng tăng, nhưng khi đã làm phép thuyết tịnh rồi thì của đó không phải là của mình nữa, mà là của chung. Của chung thì không ai có quyền chiếm giữ hay tự sử dụng theo ý riêng.

Luật Phật chế định như thế để làm gì? Để chế ngự lòng tham. Bởi vì chúng ta tham chứa, cái gì đẹp, vừa ý là muốn ôm vào, muốn nắm giữ. Ôm giữ những thứ đó thì quên đạo bỏ đạo, nặng với đời thì nhẹ với đạo. Việc ăn mặc thấy bình thường, nhưng nếu chúng ta không điều hòa thì không tu được. Bây giờ không nói của cải nhiều, như quý vị có một cái thất, trong thất có một cái đơn để nằm. Chữ “đơn” cũng có nghĩa là đơn độc. Người tu nằm cái giường vừa phải, đúng theo thước tắc Phật quy định, rồi có một án thờ Phật nho nhỏ, một cái bàn để kinh sách v.v... tạm như thế.

Nhưng với người có phước, được Phật tử ủng hộ nhiều thì cái đơn quý hơn, cái bàn đặc biệt hơn. Như thế cũng có thể làm dấy động lòng tham của chúng ta. Nếu ai tới xin những thứ ấy mình đâu có dễ dàng buông ra. Giả dụ cái đó bị mất, bị cướp mình sẽ không hoan hỷ, khởi niệm tiếc nuối, thán oán. Như thế thật là tai hại, ngăn trở quá trình công phu thiền định của chúng ta. Do vậy nhu cầu về đời sống của người tu luôn luôn giản dị, chùng mực, với tinh thần ít muốn biết đủ. Tinh thần biết đủ này chẳng những người xuất gia, mà giới Phật tử khi phát tâm học đạo tu hành cũng như thế. Giới hạn là một cái thẳng, một cái chuẩn để chúng ta ngăn ngừa lòng tham. Như vậy mình mới có thời gian hành trì chánh pháp.

Chúng ta sắp xếp như thế nào để mỗi thời, mỗi ngày, mỗi giai đoạn phát huy được trí tuệ, hành trì đúng Phật pháp. Như ngoài thế gian, chỉ chuyện hút thuốc thôi, thấy không có gì đáng. Một điếu thuốc, một đóm lửa, không phải tốn công tốn của bao nhiêu, nhưng bữa nay hút, ngày mai hút, sáng hút, chiều hút, dần dần trở thành nghiện. Khi nghiện rồi thì có vấn đề. Vấn đề gì? Bỏ rất khó. Nó thành thói quen, mỗi khi vắng thiếu mình thấy mình đã dượt, hơi buồn buồn, thiếu nhiệt tâm... đủ những hiện trạng, những bệnh hoạn xảy ra đằng sau cái nghiện đó. Vì vậy phải có một cái nhìn chín chắn trước khi xảy ra cơn nghiện. Để làm gì? Để giữ được sự bình ổn trong cuộc sống. Người làm được như vậy là người biết tu.

Tóm lại, việc ăn mặc hoặc những phương tiện chung quanh cuộc sống của người tu nói riêng, của Phật tử nói chung phải chùng mực, có giới hạn vừa đủ. Không vì tham, không vì danh lợi, không vì điên đảo vọng tưởng mà mình ăn như thế, sử dụng như thế.

2. Ở

Ở trên đã nói về vấn đề ăn mặc, đến đây nói về vấn đề ở. Người xưa tùy theo hạnh nguyện, có vị chủ trương ở núi rừng, ở rừng thâm, ở những nơi thanh tịnh xa thế tục. Hoặc có vị phát nguyện ở bất cứ chỗ nào, tâm cũng thanh tịnh. Ở đâu thì ở nhưng đúng theo tinh thần Phật dạy thì người tu sống đạm bạc, giản dị, không nên tham đắm, luyến mến những nơi mình ưa thích. Phải nhớ người tu không có tài sản, không kẹt vướng vào bất cứ thứ gì kể cả chùa chiền, bồn đạo.

Chúng ta nghiệm xem mình có duyên ở chỗ nào? Núi rừng thì chưa đủ duyên. Ở chùa thì phải xuất gia, thọ giới. Giới điều của chư Tăng Ni lại quá nhiều mình giữ không hết, cho nên ở chùa cũng khó. Như vậy chỉ còn cách ở

nơi nào có thiện hữu tri thức để nhắc nhở quý vị tu hành. Thời Phật còn tại thế có cư sĩ Duy-ma-cật. Một hôm các đại đệ tử của Phật đi khất thực, gặp ông từ trong chợ đi ra, đệ tử Phật hỏi:

- Thưa cư sĩ, cư sĩ từ đâu đến?

Ông đáp:

- Bạch tôn giả, tôi từ đạo tràng đến.

Các vị A-la-hán lấy làm lạ, ông từ trong chợ đi ra mà hỏi thì nói từ đạo tràng đến, nghĩa là sao? Nếu chúng ta có được tinh thần, nếp sống như cư sĩ Duy-ma-cật thì ở đâu cũng là đạo tràng. Nhưng chúng ta chưa được như vậy thì phải ở đâu? Ở đâu thì tùy theo hoàn cảnh, tùy theo phúc duyên, nhưng nhớ nương với các bậc thiện hữu tri thức để được nhắc nhở tu hành. Điều này rất quan trọng. Nhờ có thiện tri thức, có sự nhắc nhở, chúng ta giữ vững pháp tu và tăng trưởng công phu để đi tới chỗ cứu cánh. Thiếu thiện hữu tri thức, thiếu sự nhắc nhở chúng ta dễ quên. Một khi quên rồi thì công phu không vững, trí tuệ không sáng, chúng ta dễ bị pháp trần kéo lôi.

Người làm chủ được mình thì ở đâu cũng tốt. Trong nhà thiền có câu chuyện thế này. Thiền sư Trung Ấp khi được Ngưỡng Sơn hỏi:

- Thế nào là nghĩa Phật tánh ?

Ngài trả lời bằng một ví dụ:

- Như một ngôi nhà có sáu cửa, bên trong có một con khi. Khi con khi bên ngoài tới cửa kêu chóc chóc, con khi bên trong cũng đáp lại chóc chóc.

Ngưỡng Sơn hỏi tiếp:

- Giả tí như con khi bên trong ngủ thì sao?

Thiền sư Trung Ấp bước xuống toà nắm đứng Ngưỡng Sơn nói:

- Ta cùng người thấy nhau rồi.

Với cái nhìn của nhà thiền, khi con khi bên trong ngủ thì con khi bên ngoài không làm gì được nữa. Chỗ dụng công phu của chúng ta cũng thế, làm sao

con khi ý thức lảng xãng lạng đi, mình có thể làm chủ nó, bấy giờ cảnh bên ngoài không thể nào lôi kéo ta nổi.

Trường hợp Tăng Ni phải ở chùa mới có thể tu tập, vì trước nhất là hình thức cạo tóc, mặc áo nhuộm, ăn chay, giữ giới giúp chư Tăng Ni kèm chế ba nghiệp, không phóng túng buông lung chạy theo trần cảnh bên ngoài, ngăn ngừa vọng tâm điên đảo dẫn mình đi tạo nghiệp. Thật ra nếu chúng ta đã giác ngộ thì ở đâu tu cũng được, cần gì rào giậu rườm rà như thế. Nhưng trên thực tế chúng ta chưa thành tựu được chút đạo nghiệp nào, còn nhiều yếu dở, nên thiện hữu tri thức mới bày ra phương tiện để khung lại, tạo điều kiện cho chúng ta có thời gian tu tập.

Nếu ta chưa vững mà ở giữa chợ nghe ca hát, ăn uống, xe cộ tấp nập... tâm sẽ tán loạn, làm sao mà tu. Thế nên cần có phương tiện, có thiện hữu tri thức, là những vị thầy kinh nghiệm tu hành dày dặn, hỗ trợ cho chúng ta tu tập. Thiếu thiện hữu tri thức ta khó hoàn thành được nguyện vọng tu hành của mình lắm. Đối với quý Phật tử, thiện hữu tri thức là những người bạn đồng hành, chỉ vẽ mình việc này việc khác trong chuyện tu hành, những người cùng thọ giới, cùng đi chùa, cùng ăn chay, cùng nghe pháp, cùng hành trì lời Phật dạy như mình. Đây là những vị thầy của chúng ta, do vậy không thể nào thiếu những vị này được. Cho nên chọn chỗ ở cần phải gần gũi bạn lành.

3. Thiếu dục tri túc

Chữ “thiếu” là ít, chữ “dục” là những ưa thích, những ham muốn của chúng ta. “Thiếu dục” là muốn ít thôi. Chữ “tri túc” là biết đủ. Đối với người tu điều kiện vật chất nên ít thôi. Để làm gì? Để mình được nhẹ nhàng. Người xưa nói: Trời trưa nắng gắt, gánh nặng đường xa mà lên dốc ngược nữa. Bấy giờ mệt mỏi rồi, người khôn thì thấy đồ trong gánh ra. Dù ngọc ngà châu báu mà gánh nhiều nhất định sẽ không đi nổi, sẽ bỏ cuộc. Chỉ có người nào biết thấy ra, càng thấy ra càng nhẹ nhàng. Cho tới cuối cùng cái gánh cũng thấy luôn, như vậy đảm bảo sẽ lên đến đỉnh núi.

Thân này dù cho có bảo bọc, sửa soạn sẵn sóc bao nhiêu, tới một lúc nào đó cũng phải bỏ thôi. Mình không muốn bỏ, tự nó cũng phải rã. Có ai muốn chết đâu, ai cũng muốn sống hoài sống mãi, nên mới chúc trường sinh bất tử. Muốn thì muốn, nói thì nói, chúc tụng rần rần chứ chết vẫn cứ chết. Cái tử nó rình rập đâu trong người mình, bất cứ lúc nào sơ hở một cái là chết. Thiền sư nói chết là thay áo để chúng ta đừng sợ sệt, đừng hốt hoảng, đừng

sợ chết. Nhưng trên thực tế ai cũng ngán chết hết. Mình thấy người ta chết cũng đã ngán rồi, chứ đừng nói mình chết. Như khi gặp trường hợp suýt chết, gần chết mình cũng đã khiếp vía, chứ không bình tĩnh đâu.

Thành ra thiếu dục tri tức là điều không thể thiếu của người tu hành. Người xưa dạy dỗ chúng ta làm sao tập trung tu để đạt được sở nguyện, thành tựu đạo nghiệp. Muốn thế chúng ta phải phát nguyện hành trì Phật pháp, quay về nhận lại, sáng được việc của mình. Muốn sáng được việc của mình, trước nhất là sáng vấn đề gì ?

*** Trước nhất là thấy rõ mọi thứ đều giả tạm**

Tôi vừa lớn lên, vừa biết được việc này việc khác thì những người thân của tôi đã chết dần. Có những người chưa kịp lớn, vừa có mặt ra đã chia lìa. Cho nên tôi rất tin lời của một bậc thầy đã dạy “con đường luân hồi hết phiên người sang phiên ta”. Sự kiện đó xảy ra nơi hàng xóm, rồi sẽ xảy ra tại gia đình mình, chúng ta không sao tránh hoặc chạy thoát được. Có bao nhiêu bà con quyến thuộc thì có bấy nhiêu lần chia tay. Chúng ta phải chấp nhận sự thật như thế. Sự thật này có sức cảnh tỉnh chúng ta rất lớn để quay về nhận lại cái chân thật, không sanh diệt nơi chính mình.

*** Sự thay đổi nhanh chóng**

Như khoảng mười mấy năm về trước, tôi có về ngôi già-lam này dự lễ, nó không phải thế này. Chùa chỉ là mái tôn đơn sơ, chung quanh cây cỏ bạt ngàn, người thừa thớt chứ không đông đảo, không phải thanh lịch trang nghiêm thế này. Chỉ trong vòng một đôi năm, sự thay đổi quá nhanh, nhà cửa, đèn đài, Phật tượng, Tăng Ni, Phật tử đông đảo. Song chúng ta cũng không quên một điều, cảnh vật thay đổi thì con người cũng thay đổi. Phải chi sự vật tiến hoá mà tuổi thọ con người đừng thay đổi, nó tha giùm cái đi, thì chắc thiên hạ sướng biết mấy. Thành ra vô thường là một quy luật, nó không tha cho ai hết. Cho tới đức Thế Tôn thân tướng tốt đẹp là vậy, sống tới tám mươi tuổi cũng nhập diệt.

Do vậy chúng ta phải chuẩn bị.

Chuẩn bị cái gì? Chuẩn bị một con đường sáng. Phật tử nghe quý thầy cô thường khuyên khi người thân mất đừng có khóc. Tại sao? Vì khóc sẽ làm cho người kia bị lụy, rồi tâm không đi theo con đường của Phật. Đường của Phật là đường sáng, thanh thản, người có tâm Phật mới đi được. Người vừa mới mệnh chung thấy con cháu khóc thương đau khổ quá nên quyến luyến

không yên, do vậy không thọ sanh vào đường lành. Người tu còn phải chuẩn bị nhiều hơn nữa. Đó là chuẩn bị trí tuệ. Ngay bây giờ phát huy đạo lực, công đức tu hành của mình. Chúng ta có thời gian thực tập tinh lực, hoàn chỉnh công phu thể nhập Phật tâm của mình, như vậy ra đi hoàn toàn an ổn, tự do tự tại. Nhà thiền gọi người như thế là tự tại trong sanh tử.

Cái sanh đã qua, còn tử xảy ra lúc nào chúng ta không biết. Cho nên việc quan trọng là làm sao giữ vững ý chí tu tập, tâm Bồ-đề luôn phát triển, cả những niệm xấu như tham đắm, tật đố, kiêu mạn... buông bỏ hết. Như vậy là biết chuẩn bị cho lúc tử bình yên.

Pháp của Phật là nhằm phát huy trí tuệ. Muốn thế chúng ta phải buông bỏ, phải thấu hiểu, phải làm chủ, đừng để bất cứ một duyên trần nào gạt mình. Được như vậy là người biết phát huy trí tuệ của mình. Người này ở đâu cũng tu được hết. Do vậy chư Bồ-tát thị hiện trong nhân gian, có khi ở chỗ nghèo cùng, ở quán xá chợ búa, như Bồ-tát Địa Tạng thị hiện vào địa ngục, Bồ-tát Di Lặc ở cung trời Đâu Suất... Vô lượng Bồ-tát tùy duyên thị hiện trong mọi ngõ ngách cuộc đời, để giáo hoá chúng sanh, viên thành Phật đạo. Nơi nào có chúng sinh khổ, nơi đó có các ngài. Như vậy chúng ta lo gì, với tâm tu hành, siêng năng học hỏi và hành trì Phật pháp, nhất định Phật Bồ-tát sẽ chiếu cố.

Người Phật tử luôn tinh táo sáng suốt, biết rằng trong tất cả công phu của mình có sự hộ trì của chư vị đại thánh, chư Bồ-tát. Vì vậy quý vị luôn vững niềm tin, cố gắng làm sao để Phật, Bồ-tát thương có mặt hộ trì mình trên bước đường tu hành. Chính mình, mình làm cho Phật Bồ-tát thị hiện, cũng chính mình làm cho các ngài không thị hiện. Tất cả đều do chúng ta thôi. Nếu mình cứ quên, cứ làm lười theo trần thế, để cho tham dục dấy khởi, chạy theo trần cảnh thì Phật Bồ-tát ngán ngẩm mình lắm. Vì các ngài tới không có độ mình được, không nhắc nhở động viên nổi thì các ngài tới làm gì? Quý vị nên biết rõ long thiên, Tam bảo, chư Phật chư Bồ-tát, các vị tổ sư luôn có mặt hộ trì cho chúng ta ở mọi nơi mọi lúc, với điều kiện chúng ta tinh sáng, tu hành đàng hoàng, không bị pháp trần kéo lôi. Cho nên phải chấn chỉnh thân tâm, không được buông lung giải đãi.

Trong kinh Pháp Hoa nói các đồng tử giỡn chơi, vừa cát lại nói đây là tháp Phật, rồi niệm Nam-mô Phật, cũng được đức Thế Tôn thọ ký tương lai thành Phật. Mình chẳng những vừa cát chơi mà còn có tâm xây dựng chùa tháp lớn lao, rồi hành trì pháp Phật nữa, do vậy Phật đối với mình rất gần gũi, rất hiện tiền. Đó là tâm sáng suốt của chính mình. Bây giờ chúng ta cố gắng buông

bỏ vọng trần bên ngoài, hằng sống với tâm thể của mình là Phật luôn ở bên ta, ta là Phật.

Mong rằng với tâm tu hành của tất cả chư Tăng Ni, Tam bảo thường gia hộ, các bậc thiện hữu tri thức không bao giờ bỏ chúng ta. Quý vị vững niềm tin và lúc nào cũng tích cực, biết thương mình, hành trì lời Phật dạy để biết rõ giá trị thiết thực của đạo pháp, ngay trong đời này được lợi lạc.

---o0o---

HẾT