

**TIN TỨC TỪ BIÊN TÂM**  
**Lâm Thanh Huyền - Người dịch: Minh Chi**  
**Nhà Xuất Bản Tôn Giáo Hà Nội 2003**

---o0o---

*Nguồn*

*<http://thuvienhoasen.org>*

*Chuyển sang ebook 22-7-2009*

*Người thực hiện : Nam Thiên – [namthien@gmail.com](mailto:namthien@gmail.com)*

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

Mục Lục

LỜI NGƯỜI DỊCH

TIN TỨC TỪ BIÊN TÂM

HỌC TẬP PHẬT PHÁP VỚI THÁI ĐỘ TỰ TIN

CỎI BỎ SỰ RÀNG BUỘC CỦA HÌNH THỨC

XA RỜI TÂM THÌ KHÔNG CÓ PHẬT

TƯỞNG NIỆM VÀ SỰ TRÌNH HIỆN CỦA TÂM

LẤY GIÁC VÀ SÁU THỨC ĐỂ NHẬN RÕ TỰ TÂM

SÁU PHƯƠNG PHÁP ĐỂ LẮNG NGHE TÂM

GIỮ VỮNG BIÊN TÂM BÌNH LẠNG, THUẦN KHIẾT

MŨI DAO VÀ CÁN DAO

THẤY ĐÚNG ĐẮN CẢNH GIỚI HIỆN THỰC TRƯỚC MẮT

HÃY TRẦN TRỌNG CUỘC SỐNG HIỆN TẠI

CHẤP THỦ LÀ ĐÁNG SỢ

PHÁ CHẤP TRƯỚC, MỞ MANG TRÍ TUỆ

PHẬT GIÁO GIỐNG NHƯ MỘT CON DAO

HỌC PHẬT LÀ ĐỂ CHÉ TẠO MỘT CON DAO TỐT

ĐẶT CON DAO BÁU Ở TRONG TÂM MÌNH

ĐỪNG CÓ CÁCH BIỆT VỚI CHÚNG SANH

NHÂN SANH LÀ TƯƠNG ĐỐI

PHẢI GIỮ CÁI HÒM HY VỌNG

KHAI PHÁ SỰ HOÀN MỸ NỘI TÂM

LÀM CHO THANH TỊNH THÂN, MIỆNG, Ý

GIỮ TÂM LÒNG CẢM ƠN VÔ HẠN

TÂM HOAN HỖ VÔ LƯỢNG

BẢY BÁU VÀ BẢY TÌNH ĐỪNG ĐỂ CHO PHẬT GIÁO BIẾN THÀNH HÌNH THỨC

ĐỪNG ĐỂ PHẬT GIÁO THÀNH RÀNG BUỘC ĐỐI VỚI CUỘC SỐNG

HỌC PHẬT LÀ ĐỂ MONG CẦU CÁI CÁCH VÀ SÁNG TẠO TÂM LINH

CÁI CÁCH TÂM BẮT ĐẦU TỪ ĐÂU?

QUÉT TRỪ MÊ CHƯỚNG ĐỂ THẤY TỰ TÁNH TỰ TÁNH CHÍNH LÀ ĐẦU MỐI

SẮC VÀ KHÔNG ĐỀU CÓ THỂ GIÚP CHÚNG TA KHAI NGỘ

CHUYÊN NGU MUỘI THÀNH TRÍ TUỆ

ĐI TÌM CẢNH GIỚI VÔ TÂM

NIỆM CHÚ, KHÔNG BẰNG ĐẦU TIÊN HÃY MỞ MANG TRÍ TUỆ NỘI TẠI CỦA MÌNH  
THỂ NGHIỆM, THỂ NGHIỆM, THỂ NGHIỆM NGÀY CÀNG SÂU SẮC  
ĐỪNG NHÌN PHẬT GIÁO QUA HÌNH TƯỢNG  
VĨNH VIỄN ĐỂ LẠI CHỨT TÌNH CẢM Ở NHÂN GIAN  
CUỘC SỐNG HIỆN NAY, THẾ GIỚI HIỆN NAY  
SỰ KHÁC NHAU GIỮA TẠI GIA VÀ XUẤT GIA  
TU HÀNH CHÂN CHÁNH LÀ RẤT GIẢN ĐƠN  
TRONG SINH HOẠT TOÀN LÀ PHẬT PHÁP  
KIỂM NGHIỆM ĐỘNG CƠ HỌC PHẬT  
HÃY SỐNG TRỌN ĐỜI SỐNG NÀY, NHƯNG KHÔNG ĐƯỢC CHẤP TRƯỚC ĐỜI SỐNG NÀY  
TƯỚNG THẬT CỦA THẾ GIỚI CỰC LẠC  
HỌC PHẬT NẾU MẮC HÌNH THỨC, SẼ THÀNH HƯ VỌNG  
NGƯỜI NHƯ THỂ NÀO THÌ ĐƯỢC TỰ DO, TỰ TẠI  
NGƯỜI NHƯ THỂ NÀO CÓ THỂ GỌI LÀ TỰ TẠI?  
MỞ MANG KHÔNG NGỪNG TRÍ TUỆ  
TỬ BI LÀ CHO VUI, TRỪ KHỔ  
TRỞ VỀ ĐỜI SỐNG NÀY, THẾ GIAN NÀY  
PHÓNG HẠ VÀ CHỊU TRÁCH NHIỆM  
BOI DƯỠNG SỨC SÁNG TẠO CỦA NỘI TÂM  
GIỮ VỮNG SỨC SỐNG CỦA SANH MẠNG  
QUÝ TRỌNG GIỜ PHÚT TRƯỚC MẮT  
SO SÁNH VỚI GIẤY PHÚT TRƯỚC ĐÂY  
CUỘC SỐNG TỐT ĐẸP NHẤT LÀ Ở ĐỜI NÀY, THẾ GIAN NÀY  
VƯỢT QUA SÔNG TÌNH DỤC BẢY TÌNH, SÁU DỤC  
KHI LUYỆN VÀNG, KHÔNG ĐƯỢC NGHỈ TỚI CON KHÍ  
DÒNG CHẢY CẢM TÌNH, CON SÔNG ÁI DỤC, CHÌM NỒI Ở TRONG ĐÓ KIẾP  
NÀY QUA KIẾP KHÁC  
TÌNH DỤC VÀ SANH TỬ  
TÌNH DỤC LÀ GỐC CỦA KHỔ  
CHUYÊN HÓA TÌNH DỤC  
CẢM ƠN VÀ HỌC TẬP  
HỒI HƯỚNG LÀM CHO NHÂN DUYÊN THANH TỊNH  
HOAN HỖ SỐNG, TÙY TỤC, TÙY DUYÊN  
BỐ THÍ MÀ KHÔNG CHẤP NGÃ  
TÙY DUYÊN MÀ ỨNG XỬ VỚI TÌNH CẢM TỐT NHẤT KHÔNG THAY ĐỔI  
SO SÁNH VỚI GIẤY PHÚT TRƯỚC  
NHÂN SANH TỐT ĐẸP NHẤT CHÍNH LÀ Ở ĐỜI NÀY, THẾ GIAN NÀY  
ÁI HẬN TÌNH THÙ TRONG NHÂN GIAN, ĐẬU ĐẬU CŨNG CÓ YÊU GHÉT TÌNH THÙ  
MỞ MANG TRÍ TUỆ TRONG LUYỆN ÁI VÀ HẬN THÙ  
SUY NGHĨ LẠI HÀNH VI VÀ NHÂN SANH  
THƯƠNG YÊU, HẬN THÙ LÀ CÓ THỂ THAY ĐỔI  
MỘT VỊ TRÍ TƯƠNG ĐỐI CAO HƠN, VỚI TRÍ TUỆ MỚI HƠN  
THẤY RÕ THỰC TƯỚNG CỦA NHÂN DUYÊN

THIÊN ĐỊNH VÀ BÁT NHÃ, LÀM CHO TÂM TÍNH KHÔNG DAO ĐỘNG  
TỪ THIÊN ĐỊNH VÀ BÁT NHÃ XEM XÉT LUYẾN ÁI VÀ HẬN THÙ  
KHÔNG CẦN BÀI XÍCH CẢM QUAN, PHẢI KHÉO LÉO DỪNG CẢM QUAN ĐỀ  
TU HÀNH

LUYẾN ÁI VÀ HẬN THÙ ĐỀU LÀ BÀI HỌC ĐỀ TU HÀNH  
KHIẾN CHO DANH HIỆU PHẬT VÀ TÂM NIỆM CHÚNG TA THỐNG NHẤT  
KHIẾN CHO TÂM MÌNH VÀ TÂM BỒ TÁT ẤN CHỨNG NHAU  
MỌI NGƯỜI ĐỀU CÓ PHẬT TÁNH NHƯ LAI  
TÌNH CẢM PHONG PHÚ TU HÀNH VÔ NGẠI

---o0o---

## LỜI NGƯỜI DỊCH

*Cuốn sách “Tin Tức Từ Biển Tâm” của nhà văn Phật giáo Đài Loan – Lâm Thanh Huyền – quả là một cú “sốc” tuyệt vời đối với các nhà Phật học Việt Nam. Tôi tự nhủ mình đã đọc nhiều sách cổ kim đông tây giới thiệu giáo lý nhà Phật, bằng nhiều thứ tiếng. Nhưng có ít quyển sách nào – xuất bản trong thời cận hiện đại – gây cho tôi nhiều xúc động trên cả hai bình diện lý trí và tình cảm như cuốn “Tin Tức Từ Biển Tâm”. Chính vì vậy mà tôi hoan hỷ dịch cuốn sách này ra tiếng Việt, với cố gắng gìn giữ tối đa tính sống động và thực tiễn của nguyên bản chữ Hán, để cung cấp cho đông đảo độc giả Phật tử Việt Nam đọc, thưởng thức và suy ngẫm. Theo tôi nghĩ, các độc giả Việt Nam, không phải Phật tử, càng nên đọc cuốn sách này, để biết đạo Phật quan hệ với cuộc sống như thế nào, cuộc sống hiện tại, cuộc sống hàng ngày.*

*Minh Chi*

*(Giáo sư Học Viện Phật Giáo Việt Nam–tại TP. HCM)*

---o0o---

## VÌ HIỆN TẠI HÃY LÀM MỘT CHÚT GÌ ĐÓ

**(Thay lời tựa)**

Một ngày, tôi đi dạo chơi ở đường phố Đôn Hoa Nam, bỗng một phụ nữ chạy theo gặp tôi, cô ta vừa thở vừa nói: “Xin hỏi, ông có phải là Lâm Thanh Huyền không?”

Tôi nói: Phải.

Cô vui vẻ nói: “Tôi muốn gọi điện thoại đến nhà xuất bản gặp ông, ngờ đâu lại gặp ông trên đường đi”.

Tôi nói: “Cô có việc gì đây?”

“Tôi ...à”. Cô ta muốn nói nhưng lại thôi, rồi lại mạnh dạn nói: “Tôi cảm thấy là trước khi học Phật tôi rất vui, nhưng bây giờ lại sống rất khổ, không biết có phải là do tự mình hay không?”.

Sau đó, chúng tôi cùng đi dạo dọc đường Đôn Hoa Nam, giữa hai hàng cây trùng dương. Tiếng người và tiếng xe cộ chạy qua bên cạnh. Dòng xe chạy ngược xuôi này, từ đâu đến và đi đâu tôi không biết. Tôi có cảm giác như đang xem một đoạn phim về một đoạn đường, khi thì dồn dập, vội vàng, khi thì yên tĩnh vắng lặng.

Vị nữ sĩ trung niên, đi bên cạnh tôi, nói về sự xung đột, va chạm, khổ đau, giữa học Phật và cuộc sống.

“Tôi mỗi ngày đều lên khóa lễ sớm và chiều. Mỗi lần tụng kinh một giờ. Vì khóa lễ sớm và chiều cho nên tôi không thể đưa con đi học, cũng không đi đón con về nhà. Chồng tôi rất không bằng lòng, cho rằng tôi đã bỏ quá nhiều thì giờ vào một công việc không có ý nghĩa.

Các con tôi rất thích nghe loại âm nhạc sôi động, nhưng nhà chúng tôi chỉ có một dàn máy mà thôi. Nếu tôi lên khóa lễ, thì các con tôi không nghe nhạc được, do đó mà có tranh chấp, cũng do đó mà các con tôi không tin Phật giáo. Khi chúng nó nói thì tỏ ra bất kính Phật và Bồ tát. Tôi nghe chúng nó nói mà càng thêm khổ.

Bà tôi, chồng tôi và cô em tôi đều theo tín ngưỡng dân gian. Năm mới hay gặp ngày lễ thì giết gà vịt để cúng. Tôi không thể làm như vậy được, vì làm như vậy sẽ mâu thuẫn với tín ngưỡng của tôi. Nhưng nếu không làm thì lại sanh ra cãi vã, mâu thuẫn, trong nhà không được yên.

Tôi muốn hóa độ cho họ, nhưng họ bài bác tôi và bài bác cả Phật giáo. Giữa tôi với họ, không thông cảm với nhau được. Lâm tiên sinh xem tôi nên giải quyết thế nào?”

Càng nói về sau, đùng chạm đến chỗ thương tâm của cô, cho nên mắt cô đỏ hoe.

Tôi nói: “Vì sao cô học Phật?”

Cô ta nói: “Đời người là biển khổ. Tôi hy vọng sau khi chết được vãng sanh về cõi Cực Lạc phương Tây.”

“Thế thì vì sao cô lên khóa lễ sớm chiều?”. Tôi lại hỏi.

Cô nói với giọng chí thành: “Bởi vì tôi cảm thấy nghiệp chướng rất nặng, cho nên phải theo khóa lễ để sám hối nghiệp chướng đời trước của mình.”

“Cô có bao giờ nghĩ rằng, cô chỉ lo lắng cho quá khứ và tương lai, còn đời hiện tại cô có nên làm đời chút gì chẳng?”. Cô ta đứng ngăn người ra, không nói được nửa lời. Bởi vì, đúng là trong quá trình học Phật, cô ta hoàn toàn không nghĩ tới vấn đề hiện tại.

Tôi nói với cô ta: “Hãy đối xử với chồng tốt hơn. Đó chính là khóa lễ rất tốt đấy. Hằng ngày, quan tâm đến con, đưa nó đến trường và đón nó về nhà. Đó cũng là khóa lễ rất tốt đấy. Hãy thử đừng có tranh cãi với người khác, và khéo tùy thuận họ. Lại là một khóa lễ rất tốt nữa. Thậm chí, cùng với các con nghe nhạc sôi động khiến các con cảm thông với tình yêu của mẹ, chúng nó sẽ không còn sợ hãi.

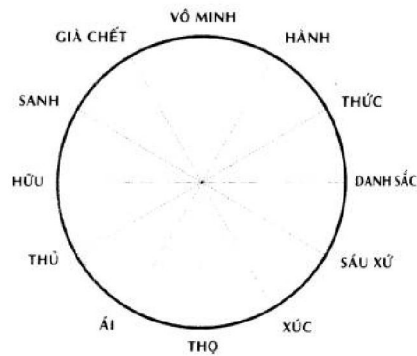
Đó cũng là một khóa lễ rất tốt nữa. Các hạnh Bồ Tát như bố thí, ái ngữ, lợi hành, đồng sự đều là những việc làm như thế cả! Nếu chúng ta thể nghiệm được “nhà nào cũng có bộ kinh khó tụng”, mà lại đem bộ kinh đó đọc tụng được, đọc thuộc được, đọc thông được thì việc thể nghiệm Phật pháp chân thực sẽ rất giản đơn.

“Bởi vì, bộ kinh ở trong nhà đó, cũng sâu sắc, khó nghĩ bàn như các bộ kinh trong chùa vậy.”

Tôi thấy mắt cô bạn như sáng ra và cô nói: “Đúng vậy! Vì sao trước đây, tôi không có nghĩ hay làm một chút gì đó cho hiện tại?”. Nay, Lâm tiên sinh, dưới lầu công ty Bách Hóa Viễn Đông này có quán cà phê, bán cà phê rất ngon. Tôi mời ông uống cà phê và giáng thêm cho tôi một tí.

Chúng tôi đi uống cà phê. Loại cà phê ở đây rất đặc biệt, nước cà phê đen vánh sữa trắng, lấy thìa con khuấy lên, mùi thơm bay khắp, nhất là vào một buổi chiều thu như hôm nay, lòng con người có cảm giác êm dịu.

Tôi hỏi cô ta “Cô có biết thuyết 12 nhân duyên không?”



“Biết chứ”. Tôi nói tiếp: 12 nhân duyên giống như 12 giờ, ghi trên mặt đồng hồ đeo tay của tôi đây, chúng ta hãy viết trên đó:

Đó là cái bí mật của sự luân chuyển của chúng ta trong vòng sanh tử luân hồi? Vô minh và hành là hai cá nhân phiền não thuộc đời sống quá khứ, chúng ta dựa vào thức mà tái sanh ở thế giới này. Khi chúng ta mới tái sanh, chúng ta còn ở trạng thái bào thai mới thành hình gọi là danh sắc. Trong thai mẹ, sáu cảm quan mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý dần dần hoàn bị gọi là sáu xứ. Sau khi lọt lòng mẹ, mới 2, 3 tuổi thì mới có cảm xúc, gọi là xúc. Từ 4, 5 tuổi đến 14 tuổi, 15 tuổi mới cảm thọ được thế giới này gọi là thọ.

Vô minh, hành là hai cái nhân của “đời sống quá khứ”.

Thức, danh sắc, sáu xứ, xúc thọ là “năm quả của đời sống hiện tại”. Ái là gì? Từ 16 tuổi, 17 tuổi trở đi, cảm giác ái dục bắt đầu mạnh mẽ. Đó là ái.

Vì có ái cho nên tham cầu, muốn chiếm hữu được cái này, cái kia. Đó là thủ.

Do ái, thủ mới tạo ra các nghiệp, gọi là hữu.

Ái, thủ, hữu là “ba cái nhân của đời sống hiện tại”. Ba cái nhân đó là chỗ dựa để chúng ta tái sanh ở đời vị lai. Do đó mà có sanh. Đã có sanh thì có già chết (lão tử). Tiếp đó, lại theo thứ tự như trên mà quay một vòng nữa, dựa vào vô minh, hành mà tái sanh. Tôi giảng qua 12 nhân duyên, khiến cho bầu không khí giữa chúng tôi trở thành trang nghiêm.

“Trên hình thức, cuộc sống chúng ta hình thành một đường thẳng quá khứ, hiện tại, vị lai. Thực ra, thì đó là một sự quay vòng như trên mặt đồng hồ đeo tay vậy. Do đó, kinh nghiệm hiện tại có thể đã từng là kinh nghiệm

quá khứ, và những kinh nghiệm đó sẽ lặp lại nhiều lần trong vị lai. Chúng ta không cách nào hiểu biết được các nhân từ vô minh đến thọ, cũng không quản được 2 nhân sanh và lão tử ở vị lai. Làm gì cho hiện tại đây, tức là với thái độ chân thực, xem xét khâu ái dục của chúng ta, khâu tham cầu của chúng ta, và nghiệp của chúng ta. Đó là những điều mà hàng ngày chúng ta đều có thấy, cảm thọ và đòi hỏi được!”

Vị nữ sĩ xem đồng hồ đeo tay của tôi bỗng kêu lên một tiếng “Tôi phải về nhà đón con tôi và làm cơm!”

Tôi nói “Không phải là những việc ấy chồng cô là m cả sao?”

Cô ta cáo từ với giọng niềm nở “Tôi hiện nay hiểu rồi, phải làm chút gì đó cho hiện tại chứ.”

“Nếu có thời giờ rồi, cô cũng đừng quên khóa lễ ở bàn thờ Phật đấy! Nếu hiểu rõ được hiện tại, hiểu rõ được chân giá trị của giờ phút này thì lên khóa lễ sớm và chiều mới có sự phát hiện sâu sắc hơn.”

Nhìn thấy cô ta đi khuất sau thang lầu tôi mới nhớ rằng mình đã quên không hỏi tên cô.

Tôi ngồi trong hàng cà phê, suy xét và thương thức 2 chữ thần kỳ “hiện tại”. Hiện 現 là vương kiến, nghĩa là cái thấy của quốc vương. Cũng tức là cách hiểu biết trọng yếu nhất, thù thắng nhất. Tại tức là “tôi đang ở”.

Dùng một kiến giải trọng yếu nhất để nhìn rõ cảnh giới, nơi thâm tâm tôi đang tồn tại, thấy rõ thân tâm mình khởi và diệt như thế nào, thấy rõ thân tâm như như bất động như thế nào!

Đó là sự thể nghiệm thân thiết và chân thực biết bao!

Tin rằng trong quá khứ, chúng ta đã tạo nhiều tội nghiệp mà không biết, nhưng làm sao mà thay đổi đặng!

Cũng tin rằng, trong vị lai sẽ có một thế giới mới tốt đẹp, nhưng nếu như chúng ta hiện nay, ngay một bát cơm, một chén trà cũng không thương thức được thì làm sao sẽ thương thức được cái tốt đẹp ở cõi Tịnh Độ?

Chúng ta trở về xem xét hiện tại, đó là “tĩnh giác”, cũng tức là trở về Phật Pháp, bởi vì Phật Pháp không hướng về quá khứ, cũng không hướng tới

tương lai mà cầu tìm. Phật pháp vốn là ở đây Phật tánh là vốn có. Chỉ vì chúng ta không tỉnh giác, xem thường cho nên mới thấy xa vời.

Hàng đàn chim ở trong rừng, không bằng một con chim ở trong tay mình... nước đầy ở đại dương không bằng nước ở trong chén. Tiệc lớn ngày hôm qua không giúp ích gì cho cơn đói ngày hôm nay. Bộ áo mới hôm nay, đến mai sẽ không còn mới nữa.

Tôi cũng đứng dậy, chuẩn bị đi đón con ở trường về, đó cũng là khóa lễ hàng ngày của tôi.

Trong một thời gian rất ngắn, rất ngắn, trong vườn lớn của nhà chúng tôi, trồng các cây đa, cây táo và cây long nhãn, bọn trẻ con thay phiên nhau phụ trách quét sạch lá rơi trong vườn.

Cha chúng tôi dạy chúng tôi một phương pháp rất tốt để quét sạch lá vườn, tức là sáng sớm, trước khi lấy chổi quét vườn thì hãy dùng sức lay từng cây một. Ông nói: Như vậy là để quét luôn những lá sẽ rụng ngày mai, và như vậy sẽ tiết kiệm sức cho ngày mai.

Do đó, trước khi quét vườn, chúng tôi đều lay gốc cây để cho lá rụng, nhưng điều rất lạ là mặc dù dùng sức đến đâu, ngày mai vẫn có lá rụng.

Thậm chí, đối với cây vừa mới lay gốc không lâu, qua một cơn gió thổi, lá lại rụng nữa.

Như vậy, cứ lay gốc cây mãi. Một ngày cây táo ở gần giếng bị lay mạnh đến bật rễ mà chết.

Lúc đó, tôi mới thể nghiệm rằng, ngày hôm nay chỉ cần quét sạch lá trên đất này là được, vì ngày mai nhất định sẽ còn có lá rụng.

Điều quan trọng là trong quá trình quét sân, phải quét tử tế, có đức tâm. Như vậy, hàng ngày đều giữ vườn được sạch sẽ. Trong tâm mình cũng nhờ quét vườn mà được thanh thản.

Lá rơi trên đất vừa quét sạch, lại nổi bật lên như còn tươi, thậm chí lại còn đẹp nữa.



Các khâu ái, thủ, hữu bị rơi rụng trong đời sống con người, cũng như lá vàng lúc ban đầu nhìn cũng chường mắt. Nhưng nếu con mắt biết quan sát mà xem, thì vẫn có khía cạnh đẹp của chúng.

Vì hiện tại hãy làm một chút gì vậy!

Hãy làm chút gì cho cuộc sống vô thường, ngắn ngủi, trôi nổi bất định này!

Ngày ngày tỉnh giấc, ngày ngày có sự chuẩn bị trong sáng, đó là khóa lễ vĩ đại nhất!

Tinh thần cơ bản của cuốn sách “Tin tức từ biển tâm” là giải thích việc trở về với giờ phút này, trở về hiện tại, để lắng nghe những tin tức tựa hồ như huyền ảo.

Tiếp theo các tập “Thân tâm an tịnh”, “Trên trời có một vì sao”, “Thắp đèn lên giữa trời xanh”, đây là tập bài diễn giảng thứ tư của tôi. Khi sửa chữa bản thảo, tôi có cảm tưởng phảng phất như trở lại đứng trên bục giảng. Thời gian cũng đã trôi qua rồi! Xuất bản tập bài giảng này, chỉ là để kỷ niệm những dòng suy nghĩ của khoảng thời gian đó. Tôi bốn ba đó đây, ngày này qua ngày khác, cũng là để thể hiện nguyện vọng ban đầu của tôi là mong đánh thức được những tiếng nói, những tin tức đến từ biển tâm của mọi người.

Đặc biệt cảm tạ hai vị Phùng Quý Mi và Dương Bạch Húc đã bỏ ra nhiều tâm huyết để chỉnh đốn lại các bài giảng tùy cơ, tùy duyên này.

“Tin tức từ biển tâm” là khó nghĩ bàn, rộng lớn, vô biên. Nhưng vẫn mong mọi người lắng nghe, vớt lên một ít nước từ biển tâm, để uống hay tắm rửa, làm dịu bớt cơn nhiệt não bức bách con người trong cái nhà đang cháy là thế gian này!

Trong cuộc đời, tiếng cười và nước mắt đan xen này, buồn và vui quyện nhau này, hãy vì hiện tại mà làm một chút gì!

**Lâm Thanh Huyền**  
**Năm 1991, mùa thu ở Đài Bắc**

## TIN TỨC TỪ BIỂN TÂM

Chủ đề giảng hôm nay là “Tin tức từ biển tâm”, đó là đầu đề một bài ca đang lưu hành, nội dung có liên hệ đến vấn đề ái tình. Có rất nhiều người được nghe bài ca đó. Hôm nay, chúng tôi mượn đầu đề bài ca đó để bàn về vấn đề chú ng ta nên đối xử như thế nào những tin tức đến từ biển tâm, nhờ đó mà trí tuệ được rộng mở.

Gần đây, tôi có viết một cuốn sách, nhan đề “Bồ đề là bụi trần”, trong đó viết rất nhiều bài dùng đầu đề là các bài ca đang lưu hành. Có nhiều người hỏi tôi, vì sao lại lấy đầu đề các bài ca để giảng Phật Pháp. Tôi nghĩ rằng, một quan điểm trọng yếu của tôi là hy vọng mọi người có một thái độ thoải mái hơn, tự tại hơn để tìm hiểu Phật Pháp, chứ không nên học Phật với thái độ quá nghiêm túc và cứng nhắc.

Rất nhiều người đã từng đi ca hát ở các quán Karaoke. Ca hát ở đây rất thích thú. Vì sao? Vì anh có thể ca hát thoải mái. Ca hát lên tâm tình của mình, mà không cần chú ý tới người khác. Anh ca hát lên mà không có mong cầu gì hết. Cũng không sợ vì ca hát mà bị thám tử phát hiện. Vì trong lòng thoải mái, cho nên cũng có thể ca hát rất vui vẻ. Học Phật cũng vậy, nên giữ tâm tình thoải mái, không mong cầu gì không sợ người khác biết, giữ thái độ thoải mái, thì sẽ nhanh chóng được lợi ích trong việc học Phật.

Hôm nay, nói đề tài “Tin tức từ biển tâm” cũng là với hy vọng mọi người hãy có thái độ thoải mái và tình cảm để lắng nghe những tiếng nói đến từ cõi lòng mình.

---o0o---

## HỌC TẬP PHẬT PHÁP VỚI THÁI ĐỘ TỰ TIN

Nhiều năm qua, tôi vẫn luôn luôn đề xướng quan điểm: Trước khi làm một người Phật tử thì hãy làm cho được một người chân chánh bình thường, tức là một người sống tự tại trong cuộc sống của mình. Hôm qua, buổi tối, có khoảng một chục bạn bè học Phật đến nhà tôi chơi. Trong đó có một nữ sĩ nói với tôi “Phật giáo dạy người ta phải biết tiết chế dục vọng, cho nên người xuất gia mặc áo thâm đen hay áo trắng bạc, vào ngày Bát quan trai thì không ai được xúc nướcchua, làm đầu cho đẹp, không được cài hoa trên tóc, không được ca hát, khiêu vũ. Không được nằm giường cao, rộng”. Cô ta nói với giọng khỗ sở : “Còn tôi thì có lúc rất muốn diện quần áo đẹp, tô môi son, đeo vòng tay. Nhưng lại không dám vì sợ người khác phê bình là Phật tử mà

còn ăn diện”. Tôi nói với cô ta “Chúng ta cần nhận thức người tại gia khác với người xuất gia. Xuất gia là người chuyên nghiệp tu hành. Còn tại gia là người tu hành nghiệp dư, cho nên so với người xuất gia, có thể sống thoải mái rộng rãi hơn. Ví dụ như tôi đây là một nhà văn chuyên nghiệp, cho nên yêu cầu của tôi đối với viết văn nghiêm khắc chặt chẽ hơn. Nếu anh là một nhà văn nghiệp dư thì mỗi năm chỉ cần viết 2, 3 chương sách là được. Nghĩa là yêu cầu viết văn đối với anh có thể rộng rãi và dễ dãi hơn. Tu hành cũng theo một đạo lý như vậy. Một người Phật tử, không cần thiết ngày nào cũng phải mặc áo trắng quần đen. Sắc mặt nhợt nhạt, đi ra đường với thái độ nghiêm túc tựa hồ như đội trên đầu cái bảng đề năm chữ: Tôi là Phật tử đây! Nếu đúng là như vậy thì người khác sẽ không dám gần gũi chúng ta. Thật ra người Phật tử há lại không thể mặc áo đẹp, bôi môi son, đeo vòng ở tay hay sao? Tôi đưa cho cô nữ sĩ ấy xem một bức ảnh Bồ Tát Quan Thế Âm mà nói rằng: “Này cô xem Bồ Tát Quan Thế Âm đẹp biết dường nào. Đầu tóc Bồ tát chải rất đẹp, tướng mạo trang nghiêm. Ngài cũng đeo đôi khuyên ở tai mà có ai coi thường Ngài đâu!”

Có một cô gái kể chuyện cho tôi nghe một câu chuyện bí mật: Cô ta ưa nghe ca hát hơn là nghe tụng kinh; cô ta nghĩ rằng việc tu hành của mình có vấn đề, cho nên cảm thấy khổ não hồ thẹn. Tôi nói với cô ta: “Nếu cô thấy nghe âm nhạc thích thú thì cứ đi nghe nhạc, cô thấy nghe đọc kinh không thích thú bằng nghe ca hát, có thể vì cô chưa hiểu hết ý nghĩa trong kinh, hoặc là khi nghe đọc kinh, nội tâm của cô chưa cảm động, chưa được khai mở. Về căn bản, nghe đọc kinh và nghe ca hát đều đáng thích thú, nếu không tức là có thái độ phân biệt.”

Tôi từng có hai lần nghe ca hát mà vô cùng cảm động. Một lần là ở trong chùa, nghe Tăng sĩ hát bà i “Tam Bảo ca” do đại sư Hoàng Nhất viết lời ca, đại sư Thái Hư phổ nhạc. Bài ca bắt đầu bằng các câu “Trời và Người trong đêm dài, vũ trụ mờ mịt, ai cho ta ánh sáng đây!”. Tôi nghe cảm động đến chảy nước mắt. Một lần khác, tôi nghe Sư phụ Sám Vân tụng Chú Đại Bi. Giọng của ngài, thái độ của ngài, có sức mạnh của lòng từ, lòng bi làm tôi cảm động vô cùng. Ngài tụng Chú Đại Bi theo một tiết tấu mà bây giờ tôi vẫn còn nhớ. Tôi rất lấy làm lạ sao giọng tụng kinh nghe hay đến thế! Chúng ta nghe tụng kinh mà không ưa là vì chúng ta chưa lãnh hội được ý nghĩa trong kinh.

Lúc bấy giờ tôi bày cho cô gái một phương pháp, tức là khi nghe người khác ca hát, thì hãy nghe với cái tâm nghe tụng kinh; khi tâm của con người thật vắng lặng trong sáng, thì có thể dùng cái tâm tình nghe tụng kinh như vậy để

nghe các bài ca đang lưu hành. Họ sẽ thấy cảm động vô cùng, giống như khi nghe bài “Kỳ thực, anh không rõ lòng tôi”. Khi nghe ngâm bài thơ của Hàn Sơn Tử:

“Ngô tâm tựa thu nguyệt,  
Bích đàm thanh hạo khiết,  
Vô vật kham tử luân  
Giáo ngã như hà thuyết”.

Nghĩa là:

“Tâm tôi giống trăng thu,  
Như nước ao trong sáng thanh tịnh,  
Không vật gì có thể so sánh bằng,  
Hãy dạy tôi nói sao đây!”

Nói cách khác, khi nghe người khác tụng kinh, có thể dùng tâm tình nghe ca hát, tức là cái tâm tình hoan hỷ, đợi chờ, thì sẽ cảm thấy nghe đọc kinh rất là thú vị. Có lần tôi được nghe Pháp sư Kiến Như xướng bài “Khẩu chung ký” (Bài đánh chuông), tôi cũng chảy nước mắt bởi vì Pháp sư xướng hay quá, hay không khác gì các bài ca đang lưu hành, thậm chí còn hay hơn.

Tôi muốn nói là chúng ta không cần phải gạt bỏ tất cả những gì chúng ta gặp trong cuộc sống, đừng khiến cho tất cả những gì trong cuộc sống sinh ra mâu thuẫn, đối lập với Phật pháp. Có một lần tôi đưa con đi xem bộ phim “Truyện Lục Tổ Huệ Năng”. Xem xong, con tôi nói “Không hay bằng bộ phim của Thành Long.” Tôi cũng đồng ý với con tôi, điều này không có nghĩa là Lục Tổ Huệ Năng không làm chúng tôi cảm động, mà là vì người đạo diễn đã dùng một hình thức cố định, đơn điệu, bảo thủ cho nên người xem không thích thú.

---o0o---

## **CỜI BỎ SỰ RÀNG BUỘC CỦA HÌNH THỨC**

Học tập Phật Pháp, ra sức tu hành, không phải là để biến hình thức bên ngoài của chúng ta thành ra tướng báu trang nghiêm, như như bất động, mà là để cho nội tâm chúng ta có sự đổi mới. Sự đổi mới nội tâm ấy cũng như một sự biến đổi vật lý làm cho tâm tình chúng ta được nâng cao, siêu việt, trở thành ôn hòa, cao cả, cũng tức là làm cho tâm tình chúng ta cởi bỏ được mọi ràng buộc và trở thành tự do.

Tâm chúng ta bị rất nhiều hình thức ràng buộc; trong những hình thức đó có cả những hình thức Phật giáo; chúng ta không dám phê bình mọi sự tình trong đạo Phật, không dám suy xét biện lẽ, vì vậy mà khiến cho rất nhiều hình thức của đạo Phật đến nay vẫn như thế, không sao thay đổi được.

Hãy đưa ra một vài thí dụ như ấn tống kinh sách. Kinh sách ấn tống rẻ và không đẹp chất đầy chùa, khi mua đem về cũng không được mọi người kính trọng. Đối với phóng sanh cũng vậy, động vật gì cũng phóng sanh, làm cho cảnh trí và núi rừng bị ô nhiễm, phá hoại. Những việc như vậy đều do chúng ta không dùng thái độ đúng đắn để kiểm nghiệm, không chịu phá bỏ hình thức, để tâm chúng ta được tự do.

Nếu sau khi theo tín ngưỡng Phật giáo mà cảm thấy bị ràng buộc nhiều hơn, không được tự do, thì phải điều chỉnh, giảm bớt hình thức, khiến cho nội tâm được tự do hơn. Ngoài ra, phải cởi bỏ những vướng mắc trong tâm, để cho tâm được tự tại, để thấy được tất cả mọi điều tốt đẹp trong cuộc sống. Như thế nào là thấy được mọi điều tốt đẹp trong cuộc sống? Phải có được đôi mắt tốt, với đôi mắt tốt thì có thể giúp chúng ta nhận thức, cải cách, sáng tạo đối với nội tâm, làm cho tâm tình thăng hoa, đó chính là căn bản của học tập Phật Pháp.

Hôm qua, đồng bạn bè đến thăm tôi khi chia tay, một vị đứng trên lầu cao 15 tầng ngó xuống thành phố Đài Bắc, nói lên với giọng cảm khái: “Không ngờ cảnh Đài Bắc ban đêm xinh đẹp dường này”. Tôi nói “Nếu anh có một cặp mắt tốt, tâm tình tốt, thì nhìn cảnh ban đêm ở đâu cũng sẽ thấy rất xinh đẹp”. Đó là do tâm tình chúng ta có đôi mắt và sáng tạo, cho nên cuộc sống cũng giảm bớt như bản đi.

Tôi nói với người bạn là văn sĩ tên Mạnh Đông Ly, anh ta mới dịch xong cuốn sách tựa đề “Con đường Tô Phi”. Nội dung cuốn sách nói chuyện tu hành. Trong sách có chép một truyện cổ tích làm tôi rất cảm động, truyện kể ngày xưa có một vị Hòa Thượng rất nghèo, chỉ có một cái bình vỡ đựng nước và một tấm chăn rách, ông giữ vững nếp sống nghèo. Kết quả là người trong làng đều cho rằng ông tu hành rất tốt. Gần đây, có một vị Hòa Thượng khác, rất giàu có, ăn, mặc đều rất đẹp. Mọi người đều cho rằng ông này hưởng thụ quá mức của một vị Hòa Thượng. Một ngày có một người đến gặp vị Hòa Thượng nghèo và hỏi: “Xin hỏi sư phụ: Ngài có thể hay không nói về sự tu hành của vị Hòa Thượng giàu có kia. Phải chăng sự tu hành của ông ấy có vấn đề?”. Vị Hòa Thượng nghèo trả lời: “Vị Hòa Thượng giàu có kia tu hành siêu việt hơn tôi, vì ngài đã không còn chấp trước giàu hay

nghèo và hình thức bề ngoài nữa. Còn tôi đang giữ nếp sống nghèo khổ, là vì tôi không có biện pháp chống đối sự mê hoặc của vật chất.” Khi đọc truyện này, tôi liên tưởng nghĩ tới đại sư Tịnh Vân. Rất nhiều người phê bình là sản nghiệp của đại sư ở núi Phật Quang quá to lớn. Nhưng cá nhân tôi lại rất tán phục ngài. Tôi cảm thấy Ngài đã hoàn toàn thoát khỏi sự phiền nhiễu của sự vật bên ngoài, kể cả giàu và nghèo. Ngài không còn bị vướng mắc, chấp trước nữa. Khi chúng ta có thể nhìn rõ hình thức bề ngoài, không bị ô nhiễm bởi hình thức đó thì chúng ta mới biết được thế nào là tâm chân chính.

Mật tông hay nói chuyện trang nghiêm. Chúng ta thấy có rất nhiều vị Đại Lạt Ma, đội mũ giát vàng, dẹt kim tuyến. Nhiều vị pháp vương mặc lễ phục rất đẹp. Các vị ấy đi trên thảm đỏ rộng 50 mét. Nếu chúng ta còn chấp trước hình thức thì chúng ta sẽ không thể chấp nhận hình thức đẹp đẽ tráng lệ bề ngoài của họ. Sự thật là có rất nhiều vị Đại Lạt Ma đã siêu việt lên trên mọi chấp trước giàu hay nghèo.

Là người Phật tử hay người tu hành, chúng ta có thể sùng bái các vị Lạt Ma như Đệ Nhược Ba, hay là Mật Lạc Nhật Ba (Milarepa). Tôi thường xem truyện ký của Lạt Ma Milarepa và nhiều lần cảm động chảy nước mắt. Tôi không khi nào tu theo được nếp sống khổ hạnh như Ngài. Ngược lại, anh cũng có thể sùng bái Bồ Tát Liên Hoa Sanh và Đại sư Tsong Ka Pa. Hai vị này đều khác với Lạt Ma Milarepa, vì họ ăn mặc rất là đẹp đẽ, trang nghiêm. Do đó có thể nói, một người chỉ cần tu hành trung thực, nhận thức được tâm mình, thì hình thức bề ngoài sẽ không thành vấn đề quan trọng nữa. Cũng như nói: Chúng ta có thể chọn hình thức tu hành nào cũng được, khổ hạnh hay lạc hạnh cũng được.

---o0o---

## **XA RỜI TÂM THÌ KHÔNG CÓ PHẬT**

Trong đạo Phật có câu chuyện có liên quan đến sự tu hành của Phật Thích Ca và Phật Di Lạc. Phật Thích Ca và Phật Di Lạc từ xưa vốn là anh em cùng học một thầy, nhưng vì sao Phật Thích Ca lại thành Phật sớm hơn Phật Di Lạc? Đây là vì Phật Thích Ca tu khổ hạnh, vì vậy mà mau chóng thành Phật. Còn Bồ Tát Di Lạc vì sao đến nay vẫn chưa thành Phật? Đó là vì Bồ Tát chọn tu theo lạc hạnh. Ngài cho rằng, trong khoái lạc, người ta vẫn có thể tu hành. Chúng ta nhận thấy Bồ Tát Di Lạc, vì quá khoái lạc, cho nên hình thù béo mập. Bồ Tát Di Lạc đến lúc nào mới thành Phật? Đáp án là sau 56 ức 7.000.000 năm mới thành Phật. Phật Thích Ca thường hay ca ngợi Phật Di

Lạc là rất khéo tu hành. Bởi vì Ngài Di Lạc dùng một thái độ thoải mái, vui vẻ, thung dung mà vẫn có thể siêu việt và tu hành Phật Pháp. Đương nhiên, giữa khô hạnh và lạc hạnh có một khoảng cách thời gian đến 56 ức bảy trăm vạn năm. Nhưng đối với một người tu hành mà nói thì 56 ức bảy trăm vạn năm chỉ là thời gian một nháy mắt.

Khi chúng ta đã có thể thấy được tự thân mình, hiểu biết được tự tâm mình, thì dù có phải trải qua một trăm ức năm mới tu thành Phật được cũng không đáng sợ. Nếu chúng ta hoàn toàn không thấy được tự thân mình, thì dù là thời gian rất ngắn, cũng cảm thấy sợ hãi.

Nhớ có lần tôi đi thăm Ngài Thái Tích Độ Nhân Ba Thiết. Ngài được người ta xem là Bồ Tát Di Lạc hiện thân. Ngài nói rằng: “Hiện nay có rất nhiều người muốn tu hành có kết quả ngay. Có lần có một Tăng sĩ đến nói với Ngài: Xin sư phụ cấp cho tôi một chứng chỉ là Sơ Địa Bồ Tát để tôi treo trong chùa cho tín đồ được xem.” Ngài trả lời với Tăng sĩ ấy rằng: “Tôi còn chưa chứng Sơ Địa Bồ Tát thì làm sao cấp chứng chỉ cho ông được.”

Nếu chúng ta thấy rõ được tự tâm mình, thì sẽ không vội vã cầu kết quả. Nếu không thấy rõ được tự tâm thì có nóng vội cũng vô ích. Ngài Thái Tích Độ Nhân Ba Thiết nói với tôi rằng: “Nếu chúng ta từ đời trước, tái sinh vào thế giới này, bắt đầu tu hành với điểm cơ sở là 0 phần (không phần) thì trải qua tu hành lâu dài trong một đời này, mở mang trí tuệ, bồi dưỡng lòng từ bi, mà được thêm một phần thì cũng đã tốt lắm rồi. Thời gian 100 đời người có dài lắm đâu! Bất quá chỉ hơn 1 vạn năm, nếu so sánh với thời gian Bồ Tát Di Lạc tu thành Phật thì nhanh hơn nhiều”.

Vì vậy mà nói rằng, không nên nóng vội. Đời này, so với đời trước, siêu việt hơn một điểm; nhận thức tự tâm mình rõ hơn một điểm là tốt rồi. Nhìn rõ tức là không mê. Thường có người hỏi tôi mê là thế nào. Mê 迷 là chữ 米 thêm bên phải chữ Sước (gọi là quai sước), ý tứ là đem bát gạo đổ trên đất, rồi lượm lại từng hạt. Mê là sự tán loạn. Tâm tán loạn như bát gạo đổ ra trên đất. Vậy thì ngộ 悟 là thế nào? Ngộ là trong khi bát gạo bị đổ xuống đất, thấy rõ là bát gạo, không nên đem đổ xuống đất như vậy!

Giữa mê và ngộ có một điều rất trọng yếu; đó là đừng để bị ô nhiễm. Vì vậy, cô muốn ăn mặc đẹp thì hãy mua áo đẹp về mặc, muốn bôi môi son thì cứ bôi, muốn đeo vòng tai thì cứ đeo. Cô muốn trang nghiêm cho thân mình thì

cứ tô điểm và làm trang nghiêm cho thân mình. Chỉ cần đừng để bị ô nhiễm là tốt.

Các vị Bồ tát đều rất trang nghiêm. Vì sao vậy? Bởi vì Phật giáo là một tôn giáo giảng về tâm. Trong kinh sách, dùng hai chữ để hình dung Phật Pháp, tức là tâm pháp. Phật Pháp cũng là chánh pháp. Chánh pháp là cầu ở trong tâm.

Còn cầu đạo ở ngoài tâm là ngoại đạo. Vì vậy trong việc học Phật, có một điều hết sức trọng yếu phải chú ý là lắng nghe tin tức đến từ biển tâm của mình.

Phật là “người giác ngộ triệt để”. Giác ngộ là mình thấy rõ được tâm của mình. Một người mà thấy rõ được tâm của mình tức là Phật. Do đó, có thể kết luận: “Xa rời tâm linh sẽ không có gì gọi là Phật nữa.” Khi chúng ta tụng kinh mà tâm không hiểu, thì cái mình tụng đọc không phải là Phật Pháp. Cũng như vậy, khi lễ Phật mà không có tâm; thì đối tượng mình lễ cũng không phải là Phật. Khi sám hối mà không có tâm, thì điều mình sám hối cũng không phải là Phật Pháp. Ngược lại, cười mím với người khác mà có tâm thì đó là Phật Pháp, đi đạo mà có tâm thì đó là Phật Pháp, tâm tức là tất cả Phật Pháp

---o0o---

## **TƯỞNG NIỆM VÀ SỰ TRÌNH HIỆN CỦA TÂM**

Tiếp theo đây, chúng ta hãy dùng một số câu đơn giản trong Phật giáo để xem tâm là thế nào? Trong kinh Hoa Nghiêm có câu “Tam giới sở hữu, duy thị nhất tâm.” Nghĩa là thế giới này tuy biểu hiện bao nhiêu dáng vẻ khác nhau, rộng lớn vô cùng, đều là một tâm. Kinh lại viết: “Tam giới duy nhất tâm, tâm ngoại vô biệt pháp, tâm Phật cập chúng sanh, thị đẳng vô sai biệt.” Ý tứ câu kinh là: Ba giới đều do tám hiện hiện, ngoài tâm ra không có gì gọi là Pháp; tâm chúng ta cùng với Phật và chúng sanh, đều bình đẳng, không có gì sai khác. Tâm Phật và chúng sanh đều là một, không có tâm nào đặc biệt. Cái gọi sai biệt chỉ là vì Phật là bậc Giác ngộ. Tâm chúng ta hiện nay, cùng với tâm mê loạn của chúng sanh cũng là không có sai khác; điều sai khác chỉ là chỗ chúng ta đã bắt đầu giác ngộ, cầu nhập đạo Bồ đề, nhưng về bản chất cũng chỉ là một mà thôi.

Trong kinh Bát Nhã có câu: “Đối với tất cả các pháp, tâm đều khéo dắt dẫn. Nếu biết được tâm, thì sẽ biết rõ các pháp. Tất cả các pháp thế gian, đều do ở



tâm sanh ra.” Đối với tất cả các pháp, tâm là kẻ dắt dẫn chỉ đường khéo léo nhất.

Nếu biết được tự tâm mình, thì có thể biết được tất cả Phật Pháp. Cũng như khi luộc rau, nếu có thể biết được tâm mình, thì rau mình luộc cũng là Phật pháp, người ăn sẽ khai mở trí tuệ. Vì vậy nếu biết được tâm mình thì sẽ biết được tất cả Phật Pháp. Bởi vì tất cả Phật pháp đều sanh ra từ tâm .

Kinh Lăng Nghiêm viết: “Nếu có thể chuyển được vật thì không khác gì Phật; Phàm phu thì bị vật chuyển, Bồ tát thì có thể chuyển vật.” Tâm một người mà chuyển được vật thì người ấy không khác gì Như Lai. Còn nếu bị vật chuyển thì đó là phàm phu. Phật Thích Ca và chúng ta giống nhau ở chỗ có bệnh, có đau, có chết, nhưng khi có bệnh, đau và chết, tâm của Phật không có chuyển biến. Đó là chỗ vĩ đại của Phật. Vì vậy, chúng ta phải học tập “chuyển”, chứ không phải vì học tập như thế nào để không sanh bệnh, không đau, không chết. Bởi vì, đó là điều không thể có được.

Trong kinh “Tâm địa quán” có câu: “Trong ba giới, tâm làm chủ, người quán thấy được tâm, thì sẽ được giải thoát triệt để, người không quán thấy được tâm, sẽ vĩnh viễn bị chìm đắm. Tâm chúng sanh cũng giống như đất lớn, 5 ngũ cốc và năm loại hoa quả đều từ đất lớn sanh ra; Tâm pháp ấy làm nhân duyên, cho nên mới có chúng sanh xuất hiện ở thế gian, sanh vào 5 cõi thiện hay ác, có các bậc xuất thế, hàng hữu học và vô học, hàng Độc giác và Bồ Tát, cho đến Như Lai. Vì cả ba giới đều do ở tâm, cho nên tâm gọi là ‘đất lớn’” .

Ý tứ của đoạn kinh trên là trong ba giới, tâm đều là chủ nhân; Nếu một người có thể quán sát thấy rõ được tự tâm của mình thì sẽ được vĩnh viễn giải thoát. Người mà không quán sát được tự tâm của mình thì cuối cùng nhất định sẽ bị chìm đắm. Tâm chúng sanh cũng như đất lớn vậy, 5 loại ngũ cốc, 5 loại hoa quả đều do ở đất lớn mà sanh ra. Vì vậy, tâm có thể sanh ra tất cả các pháp thiện và pháp bất thiện, thế gian và xuất thế gian, sanh ra chúng sanh trong 5 cõi, cho tới Độc giác, A La Hán, Bồ Tát và Phật. Do nhân duyên đó mà nói 3 giới duy tâm, và tâm gọi là đất.

Qua những câu lời trích dẫn trong kinh điển, chúng ta có thể biết, tất cả Phật Pháp đều lấy tâm làm chủ, lấy tâm làm vua, vì vậy kinh Phật gọi tâm là tâm vương (vua tâm). Do đó, chúng ta có thể xác định, điều trọng yếu nhất

trong việc học Phật Pháp là làm cuộc cách mạng tâm linh. Ba phương pháp

tu hành Giới, Định, Tuệ của Phật giáo đều nhằm làm cho tâm chúng ta được kiên cường hơn, sâu sắc hơn và rộng lớn hơn, và được khai ngộ .

Từ ở các kinh sách trên, chúng ta có thể rút ra một vài kết luận:

- \* Tâm là căn bản của Phật Pháp; bỏ rời tâm thì không có Phật pháp.
- \* Phật, ta và tất cả chúng sanh đều cùng có một tâm như nhau.
- \* Tâm nếu có thể tiến không ngừng trên con đường giác ngộ thanh tịnh, thì đó chính là con đường đạo Bồ đề căn bản nhất.

Thế nhưng, khi chúng ta nói tâm, chúng ta rất dễ mô tả hời hợt. Vì sao? Vì rất khó giải thích và biểu lộ tâm. Phật Thích Ca nói: “Tâm không thể nói lên được và không thể nghĩ bàn được.” Trong Thiền Tông, cũng hay nói “Tâm là không thể biểu lộ được.” Thế nhưng, không phải vì tâm không thể biểu lộ, không thể nghĩ bàn mà đến nỗi không hiểu biết được tâm. Chúng ta có thể dùng một phương pháp đơn giản để tìm hiểu tâm là gì?

Trước hết, có thể quán bộ mặt bình diện của tâm, để tìm hiểu và kiểm nghiệm tâm chúng ta. Cái thứ nhất có thể giúp kiểm nghiệm tâm chúng ta gọi là tướng niệm. Tướng niệm là gì? Kinh Viên Giác viết: tâm có tướng niệm bèn thành sanh tử, tâm không tướng niệm tức là Niết Bàn. Tâm một người mà có tướng niệm, thì sẽ sanh tử không ngừng. Nếu hoàn toàn không có tướng niệm, ở trong trạng thái thanh tịnh, thì tức là Niết Bàn.

Chúng ta hãy phân tích chữ Tướng 想 là tướng của tâm. Phân tích chữ Niệm là tâm của hôm nay (Kim thiên đích tâm 念 ). Tướng niệm là bộ mặt do tâm trình hiện hôm nay. Vì sao, có tướng niệm là có sanh tử? Bởi vì, tướng niệm khiến dấy lên dục vọng của chúng ta. Cũng như chúng ta không ra phố thì không có vấn đề gì. Một khi ra phố thì dục vọng khởi lên, nghĩ mua cái này cái khác, chiếm vật phẩm thành sở hữu của mình. Lúc bấy giờ chúng ta có thể dùng hai quan điểm để quan sát cái tâm đó. Một, đó là cái tâm hôm nay. Vì, hôm qua anh không ra phố, không nghĩ chuyện mua y phục. Hôm nay ra phố mới nghĩ chuyện mua y phục. Cũng không dễ dàng gì! Họ quyết tâm mua về mặc ba ngày rồi lại không mặc nữa. Vì cảm thấy bộ quần áo này cũng không đẹp như mình thấy lúc mua! Vì sao? Vì đó là cái tâm vị lai. Cái tâm hôm nay, thì anh lập tức cảm nhận được. Đó là niệm.

Hai: là tướng của tâm. Vì tôi thích màu hồng, cho nên tôi mua bộ áo màu hồng về nhà để mặc. Bản thân y phục cũng không phải đẹp hay xấu, rẻ hay đắt. Nếu nó cảm ứng với tâm chúng ta thì chúng ta thấy là đẹp hay là rẻ tiền.

Ví dụ như, tôi mỗi ngày đều cảm thấy cái gì công ty Bách Hóa bán cũng đều rất đắt, đó là vì tôi không cảm ứng với các thứ hàng do công ty bán. Nhưng, nếu có người có tiền, lại có cảm ứng với các thứ hàng hóa đó, thì họ lại thấy rẻ, không đắt. Do đó, có thể nói, bộ áo đó chỉ là sự trình hiện của tâm mà thôi.

Năm nay, tôi có về làng ở vài ngày. Anh tôi dẫn tôi đi thăm chợ ban đêm. Tôi thấy áo quần bán ở chợ đêm đều rất xấu. Nhưng anh tôi lại nói, nghề bán y phục ở đây rất có lãi. Bởi vì người địa phương cho rằng quần áo bán ở đây rất đẹp. Loại quần áo này nếu xuất cảng sang châu Âu nhất định sẽ bán không được. Ngược lại, quần áo ở châu Âu nếu đem đến đây cũng không bán được. Y phục thì chỉ là y phục mà thôi. Nó còn do trí tưởng tượng chúng ta trình hiện ra nữa. Vì vậy, y phục không chỉ là y phục, mà còn là tâm của anh. Tất cả những gì do anh sử dụng, đều là do tâm trình hiện, đều cũng là tưởng niệm.

Nếu một người được huấn luyện về thẩm mỹ, có con mắt siêu việt, thì sẽ biết lựa chọn những cái tương đối tốt hơn. Vì sao? Bởi vì đó là sự trình hiện của tâm người ấy. Nội tâm một người chưa được cải cách, thấy những cái tầm thường thô tục cũng cho là đẹp. Cũng như Hòa Thượng Hư Vân nói: “Con chó không bỏ ăn cứt được.” Vì không có sự thẳng hoa chân chính, cho nên anh không có cách nào để thưởng thức cái tốt đẹp đó là cảm ứng, cũng là một loại tưởng niệm.

---o0o---

## **LẤY GIÁC VÀ SÁU THỨC ĐỂ NHẬN RÕ TỰ TÂM**

Trong kinh Phật nói: “Tưởng niệm như thác chảy, niệm trước niệm sau không thấy nhau, niệm niệm nối đuôi nhau.” Chính niệm niệm nối đuôi nhau tạo ra cuộc sống của chúng ta, toàn bộ cuộc sống của chúng ta là do giòng tưởng niệm không dứt đoạn tạo thành. Cuộc sống chúng ta là bị giòng tưởng niệm đó chiếm hữu hoặc là thích ứng với sự vật bên ngoài, hoặc là bị sự vật bên ngoài chuyển động, rồi mang theo cho tới giờ phút chết. Thí dụ, có người sống cả đời ở Đài Loan cảm thấy rất khổ, bèn nghĩ cách di cư sang Canada, nhưng không được như nguyện. Khi chết cũng nghĩ tới Canada. Sau đó được tái sanh ở Ottawa (Canada). Như vậy, sanh tử cũng là do tưởng niệm. Bất quá là tưởng niệm không nhất định được thực hiện, bởi vì còn có tác dụng của nghiệp lực nữa.

Tưởng niệm là cái rất dễ kiểm nghiệm. Thí dụ, tưởng niệm cha mẹ, chỉ cần nhắm mắt lại là có thể tưởng tượng ra hình dáng cha mẹ. Tưởng niệm bạn bè, người yêu cũng như vậy, chỉ cần nhắm mắt lại là có thể tưởng tượng ra hình dáng của họ ngay, và tình cảm cũng lập tức có phản ứng. Kinh Lăng Nghiêm dạy chúng ta một phương pháp giản đơn để xét nghiệm tưởng niệm. Tức là nhắm mắt lại nghĩ tới mẹ chưa, lập tức chảy nước bọt. Lại nghĩ tới mình đang đứng trên bờ vực sâu, lập tức thấy hai chân mềm nhũn. Nghĩ tới quan hệ trai gái, lập tức má ửng đỏ. Qua đó mới biết uy lực của tưởng niệm là to lớn.

Trong cuộc sống chúng ta gặp phải rất nhiều trường hợp như vậy. Có một ngày tôi đi xem chợ ban đêm ở phố Nhiêu Hà, gặp một người đang bán quả thanh mai, nhưng lại gọi là quả người tình. Tôi hỏi người bán tại sao lại gọi quả thanh mai là quả người tình? Ông ta trả lời: Khi nghĩ tới quả thanh mai hay nghĩ tới người tình, miệng anh đều chảy nước bọt, cho nên mới gọi quả thanh mai là quả người tình. Trong cuộc sống còn có những phương pháp kiểm nghiệm khác. Thí dụ, anh nằm mơ thấy mình leo núi, sáng hôm sau dậy nhất định thấy mỏi gối, lưng đau, giống như mình đã leo núi vậy. Có lần con tôi nửa đêm bò dậy bảo tôi rằng, nó nằm mơ thấy đang bơi lội trong biển. Lý do là vì nó đái dầm ra quần.

Khi chúng ta tưởng niệm đồng thời lại tỉnh giấc, thì có thể kiểm nghiệm được tưởng niệm của mình. Nghĩa là ở trong nội bộ của tưởng niệm, còn có một cái thâm trầm hơn, không khởi diệt tùy theo tưởng niệm. Cái đó gọi là giác cũng gọi là tâm.

Cũng như hôm nay, có nhóm người lập ra đảng Kim Quang rao truyền rằng, họ gá bạc rất là ngốc xuẩn. Ai có tiền đánh bạc với họ nhất định có lãi to. Có người bị lừa, bỏ vốn vào, đó cũng là do lòng tham mới bị đảng Kim Quang lừa bịp. Mọi người đều biết là không nên có tâm tham nhưng lúc bấy giờ không ngăn được cái tâm tham nó khởi lên. Vì sao? Vì không “tỉnh giác”. Khi tưởng niệm khởi lên thì sự tỉnh giác cũng phải khởi lên đồng thời. Có khi tưởng niệm của chúng ta không nhất định là trong sáng và hướng thiện, điều này không quan hệ, miễn chúng ta có tỉnh giác là được.

Phương pháp thứ hai để kiểm nghiệm tâm là dùng 6 thức. Tức là nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức. Sáu thức này tương thông với nhau. Phật Thích Ca đã từng giải thích về sự tưởng niệm thông qua 6 thức trong kinh Lăng Nghiêm: “Phật lấy một cái khăn thắt làm sáu nút, và nói với học trò rằng: ‘Khi cái khăn được thắt làm sáu nút thì chỉ thấy 6 nút

mà không thấy được cái khăn’. Phật hỏi: ‘Bây giờ làm thế nào để thấy rõ đây là một chiếc khăn?’. Học trò trả lời: ‘Chỉ cần mở nút ra’. Phật lại hỏi: ‘Mở nút nào trước?’ Học trò trả lời: ‘Mở nút nào trước cũng được’. Cũng tức là nói: Từ mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, và ý đều có thể mở thắt nút, để thấy rõ chiếc khăn vốn như thế nào. Chiếc khăn đó tức là tâm của chúng ta.”

Nói thêm một điểm nữa, tức là giữa mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý có một cái gì đó nối liền. Cái nối liền đó, Thiền tông gọi là “Một con khi, sáu cửa sổ”. Tức là một gian phòng có sáu cửa sổ và trong phòng có một con khi. Bất cứ anh vào phòng bằng cửa sổ nào đều có thể bắt được con khi. Điều này có nghĩa là giữa tâm chúng ta và sáu thức, có một quan hệ rất mật thiết. Do đó, muốn nhận thức được rõ tâm chúng ta, có thể thông qua sự kiểm nghiệm của sáu thức.

Trong cuộc sống, chúng ta còn có thể dùng một số phương pháp khác để kiểm nghiệm. Thí dụ, chúng ta nhìn thấy một cái gì đẹp, ăn một thức ăn gì ngon, nghe một điệu nhạc hay, thì thân thể cảm thấy khoan khoái. Nghĩ chuyện tốt đẹp, chúng ta cảm thấy thư thái. Ngược lại, nếu nửa đêm nghe còi xe cứu thương rú lên hay là thấy một chuyện gì chẳng lành xảy ra thì trong tâm cũng có phản ứng tương tự. Ở cư xá tôi ở, tầng dưới mở một phòng “khám tai mũi họng kiêm nội khoa.” Có ngày, người bác sĩ phụ trách nói với tôi rằng: Tai, mũi và toàn thân liên kết chặt chẽ với nhau. Tai đau nhiều khi là do viêm mũi. Cổ họng đau cũng có khi là do mũi. Cho nên chúng ta biết rằng mắt, tai, mũi, lưỡi, thân là giống nhau và phải thông qua ý mới có khả năng tác dụng. Chúng ta biết có nhiều người, 5 cảm quan đều tốt nhưng phát huy tác dụng không lớn, là do thiếu “ý”. Có thể nói, các cảm quan mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý không hoạt động riêng lẻ, độc lập được. Còn ý là gì? Ý 意 là do ba chữ lập, nhật, tâm tạo thành, nghĩa là đứng dậy để nhìn rõ tự tâm mình. Ý khác với tưởng niệm. Tưởng niệm mà kèm theo cứng nhắc, cố chấp thì biến thành ý. Cũng như nhìn thấy một bộ y phục đẹp không mua chịu không nổi, sinh ra biếng ăn, lười uống. Tưởng niệm mà cố chấp như vậy, gọi là ý.

Sự cố chấp của ý so với tưởng niệm, thực là đáng sợ. Nhưng trái lại, so với tưởng niệm thì ý có thể giúp chúng ta dễ dàng nhìn thấy được tâm mình. Ý có thể làm chúng ta vui vẻ, đau khổ, làm chúng ta sanh, cũng làm chúng ta chết!

Cách đây không lâu, tôi cùng vài người bạn văn sĩ, nhân rỗi rãi, bàn chuyện nữ sĩ Tam Mao tự sát. Trong số người bạn, có một người là bác sĩ. Anh ta

nói: Người treo cổ chết thì da mặt có màu đen và lưỡi lè ra ngoài. Thế nhưng, Tam Mao chết thấy không có hiện tượng đó. Một người bạn khác là nhà báo nói: Cái đinh đóng ở tường không cao quá đầu người, Tam Mao không thể thắt cổ chết được, nhưng Tam Mao đã dùng một giải lụa thắt cổ. Diện mạo cô ấy sau khi chết vẫn đẹp, hoàn hảo. Vì vậy, kết luận của mọi người là “cô ta bị ý niệm giết chết, khác với người bình thường khác tự sát.” Đương nhiên đây là một quan điểm cần được kiểm chứng lại. Bất quá điều đó có thể xác định là, nếu không bị ý niệm thúc đẩy, thì một người không đến nỗi phải tự sát. Mà ý niệm thì có khi như là bùng dậy lên bất ngờ. Triết gia Nietzsche đã từng nói: “Trên thế giới chỉ có một người không từng bao giờ nghĩ chuyện tự sát, người đó là một thằng ngu.”

Rất nhiều người đã nghĩ muốn tự sát nhưng vì sao lại không tự sát? Bởi vì khi ý niệm tự sát khởi lên, thì đồng thời ý niệm tỉnh giác cũng khởi lên, đối kháng với ý niệm tự sát. Nếu mất tỉnh giác, thì toàn bộ con người sẽ bị ý niệm tù hãm, lôi cuốn. Mà bồi dưỡng “giác” phải được làm hằng ngày. Chúng ta phải ngày ngày kiểm tra sự tỉnh giác của chúng ta. Khi có một ý niệm xấu khởi lên, chúng ta phải biết mà không đi theo nó. Và khi có một ý niệm tốt khởi lên, chúng ta phải có thái độ đúng đắn để thực hành ý niệm tốt đó.

Hôm nọ là một ngày nghỉ ngơi, một người bạn tôi đến thăm và kể lại một vụ án rất nổi tiếng về phương diện tâm lý học. Có một cai ngục đâm một nhát dao vào tay một phạm nhân. Sau đó, vặn nước ở vòi nước, cách bên kia tường cho chảy từng giọt, rồi bảo phạm nhân rằng: “Huyết quản trên tay người đã bị cắt. Người có nghe tiếng máu chảy từng giọt, từng giọt hay không. Khi máu chảy hết thì người sẽ chết.” Phạm nhân khấn trương lại giường nằm, không dám cử động, bên tai cứ nghe giọt nước rơi từ vòi nước, cạnh bên kia tường. Kết quả là ngày thứ hai, phạm nhân bị phát hiện đã nằm chết trên giường. Tại sao vậy? Vì phạm nhân tưởng rằng, chính máu của mình đã chảy rơi từng giọt và mình nghe thấy được. Chính ý niệm của phạm nhân đã giết chết phạm nhân.

Cách đây không lâu, tôi có đọc cuốn sách “Màu đen, màu đen là nhan sắc đẹp nhất” của nữ văn sĩ Nhĩ Hoa Linh.

Trong sách viết: Trước đây, người Đức lừa người Do Thái vào phòng khí độc để giết hại, có những người Do Thái đã bị chết ngay trước khi khí độc thoát ra. Đó là do ý niệm đã giết chết họ.

Vì vậy ý niệm là chuyện rất đáng sợ. Anh muốn bớt béo đi. Hàng ngày trong tâm cứ nghĩ làm sao để gầy bớt, trở thành xinh đẹp. Chỉ cần mỗi ngày nghĩ như vậy, thì nhất định sẽ trở thành xinh đẹp. Trái lại, nếu trong người anh có chuyện rất u uất, thì anh nhất định sẽ ngày càng xấu đi. Điều này chứng tỏ, ý niệm trong cuộc sống hằng ngày có tác dụng rất lớn.

Từ đó, nảy sinh ra quan điểm trọng yếu này: Phải chú ý tới 6 thức của chúng ta. Phải để cho mắt thấy cái đẹp tai nghe âm thanh hay, lưỡi nếm mùi vị tự nhiên v.v... nghĩa là chú ý tới sáu thức, giữ chúng ở trạng thái bình lặng; như vậy, tâm chúng ta sẽ dễ dàng tỉnh giác. Nhờ quan sát không ngừng sáu thức mà chúng ta sẽ tương đối hiểu được tự tâm của chúng ta, dẫn đến mở các thất nút ra, và có ngày sẽ phát hiện cái khăn vốn có của chúng ta có những màu sắc đẹp đẽ vô cùng.

Vì các tướng khác nhau do tâm và ý niệm làm nảy sinh ra, sách Phật (Nhiếp Đại Thừa Luận) có đề xuất một quan điểm lý thú. Cuốn sách lấy nước làm ví dụ: ác quỷ thấy nước là máu, cá thấy nước là nhà của mình. Người thấy nước là nước, loài Trời thấy nước là cõi đất trang nghiêm, vì vậy mà nước nơi Long Vương ở gọi là Long Cung; nước nơi loài Trời ở là Thiên Cung; Người nhập cõi định Hư Không vô biên xứ thì thấy nước và hư không không khác gì nhau. Và vì họ hoàn toàn ở trong định, cho nên họ ở dưới nước, không cần hô hấp cũng sống được; còn Bồ Tát thì thấy nước là đất nước mát mẻ, thấy nơi nào cũng là nước trong mát, Bồ tát và người đều thấy nước là nước, chỉ có điểm khác nhau là Bồ Tát thấy nước đều trong mát, và mọi sự vật dưới con mắt của Bồ Tát cũng đều là trong mát như nước vậy, uống vào có thể không còn đói khát.

Do đó, tướng dạng của sự vật hoàn toàn theo ý niệm của chúng ta mà thôi. Khi ý niệm chúng ta thay đổi, thì tướng của sự vật cũng tùy theo mà thay đổi, đất nước chúng ta cũng tùy theo mà thay đổi. Vì vậy, tâm trong sạch thì đất nước trong sạch, Tâm của một người mà trong sạch thì đi đến nơi nào, nơi ấy cũng trong sạch. Chúng ta hãy thường xuyên kiểm điểm như vậy. Nếu tỉnh giác được như thế, thì sẽ hiểu biết được tự tâm mình như thật. Trong kinh Đại Nhật có câu: “Nếu biết được tự tâm mình như thật thì tức là Bồ Đề”. Nếu như thực hiểu biết tự tâm mình, thì dù cho khởi lên tướng niệm hay dục vọng gì cũng đều là Bồ Đề .

## SÁU PHƯƠNG PHÁP ĐỂ LẮNG NGHE TÂM

Chúng ta biết rằng, tất cả những gì chúng ta có, đều do tâm có nhu cầu, có khát vọng mà sinh ra. Bây giờ, tiếp theo, chúng ta hãy bàn phương pháp lắng nghe tin tức đến từ biên tâm của mình, cũng tức là phương pháp lắng nghe tự tâm của mình. Phương pháp thứ nhất là vĩnh viễn không được quên kiểm nghiệm thân, lời nói và ý nghĩ, phải giờ giờ, phút phút kiểm nghiệm; sự kiểm nghiệm đó trở thành tập quán, thì ngay trong giấc mơ cũng có thể kiểm nghiệm. Thí dụ, chúng ta trải qua một cơn ác mộng, chịu không nổi bèn lớn tiếng “A Di Đà Phật”. Đó tức là kiểm nghiệm có kết quả. Trước đây tôi từng đến học một vị đại sư tu hành rất tốt là Lão Sư Công Hạp. Xin lão sư dùng một câu giản đơn nhất để giải thích tu hành là thế nào? Lão sư nói: “Một khắc cũng là thân, lời nói, ý nghĩ; một phút cũng là thân, lời nói, ý nghĩ; một giờ cũng là thân, lời nói, ý nghĩ; Một ngày cũng là thân, lời nói, ý nghĩ; một tháng, một năm, một đời cũng là thân, lời nói, ý nghĩ. Vì vậy, chỉ cần nhớ ba chữ thân, lời nói, ý nghĩ. Đó là phương pháp tu hành tốt nhất?” Tức là thường xuyên kiểm nghiệm hành vi nơi thân, lời nói và ý nghĩ. nỗ lực quan sát chúng thì tức là anh đã không ngừng thẳng tiến trên con đường Bồ đề. Phương pháp thứ hai là “Không chấp trước bất cứ một pháp gì.” Không cho rằng có một pháp nào là cố định; hay một người phải làm như thế này mới gọi là tu hành. Thế thì không được chấp trước pháp hay là sinh hoạt. Hiểu được giá trị của sinh hoạt nhưng không chấp trước sinh hoạt. Trong Thiền Tông có câu: “Không cùng đi với hàng nghìn Thánh, không cùng làm bạn với vạn pháp.” Ý tứ không cùng đi bước đi của bậc Thánh nhân đời trước, không làm bạn với vạn pháp. Nghĩa là dù có một ngàn bậc Thánh hay một vạn pháp, cũng không chấp trước ở Phật Pháp. Mà tất cả mọi Pháp, đều là Phật Pháp. Không có một cái gì riêng biệt gọi là Phật Pháp. Khi anh đã có Phật Pháp rồi, thì đi đến đâu cũng là Phật Pháp. Khi anh đã không có Phật Pháp, thì đi đến đâu cũng không phải là Phật Pháp. Thiền sư Triệu Châu đã từng giảng câu kệ: “Người chân chánh nói pháp tà, thì pháp tà cũng trở thành chánh; Người tà mà nói chánh pháp thì chánh pháp cũng hóa thành tà.” Ý tứ là: Nếu anh đã là người chân chánh rồi, thì dù anh có nói gì cũng là chánh pháp; Nếu anh là con người tà, thì dù anh có nói gì cũng là tà pháp, dù anh có nói những câu, lời gọi là Phật pháp. Có suy nghĩ như vậy thì sẽ không có thái độ chấp trước đối với Phật Pháp cũng như đối với tất cả các pháp thế gian khác.

Phương pháp thứ ba là điều mà tôi hay nhấn mạnh, tức là một tâm một cảnh. Phật ở ngay trước mắt; Thường xuyên giữ vững một tâm, một cảnh; Một cảnh chỉ có một nội tâm. Như vậy, ý niệm của chúng ta mới không phân tán.



Như vậy, đối với cảnh trước mắt, uống nước là uống nước, đó chính là một tâm một cảnh. Trái lại, khi đang uống nước, mà nghĩ tới năm này tháng nọ, ngày nọ cùng với bạn bè trai gái đi uống nước với nhau... thì nước uống sẽ trở thành đắng, khó uống. Tình hình đó là một tâm hai cảnh. Có những lần thì một cảnh mà sanh ra nhiều tâm, rồi không dừng lại được, do đó tạo thành hai loại tình hình, tức là lo buồn và tán loạn. Với tình hình một tâm nhiều cảnh hay là một cảnh nhiều tâm, thì tâm chúng ta thường sanh ra lo buồn và tán loạn, khiến chúng ta không thể nào sống trọn vẹn trong thế giới hiện tiền được. Nếu chúng ta thường xuyên cảnh giác, ngự trị được tưởng niệm như trói chặt con khỉ vậy thì có thể sống trong trạng thái định tĩnh không tán loạn.

Phương pháp thứ tư là “siêng tu Giới, Định, Tuệ để diệt trừ tham, sân, si”. Đó là bài kệ để lại của lão Hòa Thượng Hư Vân. Siêng tu không phải là tu tập một cách khấn trương, mà là thường xuyên cần mẫn tu tập giới luật, thiền định và trí tuệ. Vì sao phải siêng tu Giới, Định, Tuệ? Chủ yếu là để chúng ta đoạn trừ được tham, sân, si. Bởi vì tham, sân, si đều sanh khởi từ trong tâm. Không có tâm cũng sẽ không có tham, sân, si vì vậy mà cần phải thường xuyên đoạn trừ chúng.

Phương pháp thứ năm là cần nhận thức cuộc sống của mình có khả năng rất lớn. Rất nhiều người cho rằng, cuộc sống này của mình, không có hy vọng tu hành được, vì rằng, người ta thì ngồi thiền, mình lại ngồi ngủ gật. Tuyệt đối không được mất niềm tin. Vì tâm Như Lai và tâm chúng ta không có gì khác nhau. Chúng ta cũng có thể trở thành Như Lai. Nếu kiếp sống này không thành Phật được thì thế nào? Không quan hệ gì; Chỉ cần gắng sức tu được một phần là được. Đương nhiên, chúng ta cũng có thể thành Phật ngay trong kiếp sống này. Khi có thái độ như vậy, nội tâm chúng ta như lớn mạnh lên, có cảm giác được mở mang. Lúc bấy giờ, có đi ra ngoài đường, khí mạch chúng ta cũng đổi khác, không còn co ro cúm rúm. Khi chúng ta cảm giác, chúng ta có thể thành Bồ tát, thì tâm chúng ta sẽ được chú ý lắng nghe nhiều hơn và mở mang khai phát hơn.

Phương pháp thứ sáu là giữ vững nhiệt tình tìm cầu thực tướng. Chúng ta thường thường nói thực tướng, kỳ thực thực tướng là không thể nói lên được, cũng như vậy. Tâm là thực tướng của chúng ta. Trước khi chúng ta hoàn toàn hiểu biết được tự tâm mình, chúng ta phải nỗ lực không ngừng nhìn cho rõ tự tâm mình. Khi chúng ta với thái độ nhiệt tình tìm hiểu thế giới tâm linh của mình thì sẽ sinh ra hai hiệu quả rõ rệt. Một là sức chuyển của vật chất đối với chúng ta giảm bớt đi; Hai là trí tuệ Bát Nhã được khai phát.

Vì vậy, làm một người Phật tử hay một người tu hành, nhiệt tình rất trọng yếu. Khi chúng ta tự nhận là tu hành rất tốt, mà lại thiếu nhiệt tình thì sự tu hành của chúng ta có thể có vấn đề. Chúng ta thấy các bậc Bồ tát đều rất nhiệt tình. Như Bồ Tát Quán Thế Âm, một nghìn nơi cầu nguyện Ngài, thì có nghìn nơi cảm ứng? Bồ Tát Văn Thù thường xuyên có thái độ giúp đỡ chúng ta mở mang trí tuệ. Các vị ấy đều có nhiệt tình rất lớn. Nếu chúng ta để mất nhiệt tình thì sẽ không cách nào lắng nghe được tin tức đến từ trong nội tâm của chúng ta.

---o0o---

## **GIỮ VỮNG BIÊN TÂM BÌNH LẶNG, THUẦN KHIẾT**

Tin tức từ biên tâm rộng lớn, vô biên một cách lạ lùng. Cũng như đại dương, trên mặt có thuyền bè, sóng nước biến hóa đủ các dạng, nhưng ở đáy sâu thì rất bình lặng. Chúng ta sờ dĩ đi theo con đường Bồ đề, là vì hy vọng khiến cho cuộc sống chúng ta bình lặng, thuần khiết. Nhờ bình lặng thuần khiết, mà chúng ta sẽ như đại dương có thể phản ánh màu sắc bầu trời. Cũng tức là nói: Thường xuyên giữ vững sự bình lặng, thuần khiết của chúng ta để thu nhận tin tức từ pháp giới đến.

Tôi thường dùng một ví dụ giản đơn để giải thích mối quan hệ giữa Người, Phật và Bồ tát. Chúng ta giống như có một chiếc máy thu thanh, có thể thu được rất nhiều đài. Những điện đài đều là tiếng nói của Bồ tát. Chỉ cần biết tần số là 24 trên 24 tiếng, có thể tùy nơi tùy lúc nghe được tin tức của điện đài phát ra. Đương nhiên, điều kiện tiên quyết là anh phải biết rõ tần số. Tần số ở đâu mà biết được? Tần số từ cuộc sống bình lặng, thuần khiết mà biết được. Nhờ tâm thuần khiết, cho nên không bị sự vật phức tạp chuyển động. Vì tâm có xu hướng đến sự bình lặng, cho nên tâm không dễ tán loạn. Khi ấy, chúng ta mới thu nhận được tin tức của pháp giới, thậm chí chúng ta dung hợp làm một với pháp giới, tiến lên mình cũng biến thành một điện đài phát tin tức, không ngừng phát ra các tần số.

Theo kinh Hoa Nghiêm thì tâm không có phân biệt. Tâm Phật là ở trong tâm ta. Tâm chúng sanh cũng ở trong tâm ta. Nói cách khác, chúng ta là điện đài, cũng là máy thu thanh, vì chúng ta đã biết rõ các tần số, tuy rằng các tần số đó thấy không được, sờ mó không được. Tôi chỉ có thể nói rằng, nếu anh không chấp trước, “một tâm một cảnh, sống ngay tại hiện tiền”, không ngừng tìm cầu Phật và Bồ tát, thì anh có thể vắn đúng tần số của pháp giới. Như vậy, có thể nói là khai ngộ và kiến tánh.

Khai ngộ và kiến tánh không có gì đặc biệt, mà là tình hình khi chúng ta nắm bắt được bí mật rất sâu xa, nếu biết ngữ ngôn của pháp giới. Có người hỏi tôi đã nắm bắt được tần số đó chưa? Tôi nói đã nắm bắt được một điểm, nhưng còn chưa rõ ràng, hy vọng càng tìm, càng nghe rõ ràng, tương lai có thể nghe được những tin tức từ rất xa. Đó chính là biển tâm mênh mông rộng, không bờ bến.

Vì vậy, tôi cho rằng, đi tìm đạo Bồ đề, điều trọng yếu, không phải chỉ ở mục tiêu, mà là một quá trình khai phát không ngừng, dù là thành Phật, cũng là một quá trình. Thí dụ như Bồ tát Quán Thế Âm từ rất lâu trước đây đã thành Phật rồi, danh hiệu là Chánh Pháp Minh Như Lai, nhưng Ngài đã trở lại làm Bồ tát. Cũng như cư sĩ Duy Ma Cật từ lâu cũng đã thành Phật rồi, danh hiệu Kim Túc Như Lai. Dựa vào kinh điển thì biết rằng, Phật Thích Ca đã thành Phật 9.000 lần rồi, đối với Ngài mà nói, tu hành là một quá trình tiếp diễn không ngừng, không có mục tiêu cuối cùng. Vì vậy, lâu nay ở thế gian này Ngài thị hiện cái gì? Ngài thị hiện sinh, già, bệnh, chết, thị hiện bệnh đường ruột, bệnh phong thấp v.v... Cho nên khi anh bị bệnh đường ruột, anh nên nhớ Phật Thích Ca cũng từng mắc bệnh đường ruột, nhờ đó, anh cũng cảm thấy hân hoan, an ủi. Hơn nữa, không những Phật đã lập gia đình, mà theo truyền thuyết thì có 3 vợ, sinh ra một con, rồi sau mới xuất gia. Tất cả những cái đó đều là sự thị hiện rất tốt, để chúng ta biết rằng quá trình tiến tới đạo Bồ đề là hết sức trọng yếu.

Tính trọng yếu đó như Thiên Tông nói: “Nhà là ở trên đường đi”, ý tứ là cạnh đường đâu đâu cũng là nhà, không có điểm kết thúc. Vì vậy, hãy trân trọng mọi quá trình. Quá trình này bắt đầu từ việc kiểm nghiệm tướng niệm, ý niệm; Và không được chấp trước, phải luôn luôn khai phát, luôn luôn quý trọng nhân duyên đã dẫn chúng ta đến thế giới hiện tại. Tôi tin rằng, ngồi nghe tôi hôm nay, có rất nhiều bạn đã từng phát nguyện Bồ đề, mới được tái sanh ở thế giới này. Nhưng cũng có người không tin mà nói “sao có thể được. Nếu trước đây tôi là Bồ tát thì sao bây giờ tôi khổ thế này?”. Tôi muốn cảnh tỉnh các vị là đừng có tự xem thường mình; Bồ tát đến thế giới này cũng chịu thống khổ, cũng gặp cảnh ngộ không sao nói được. Cũng như có nhà âm nhạc giỏi nhất mà không được người nghe hoan nghênh vậy.

Vì vậy chớ có lo âu. Chúng ta phải thường cảnh tỉnh mình. Ngày nay được học Phật là vì từ kiếp vô thủy đến nay đã từng phát nguyện Bồ đề. Vì vậy, vì sao cho đến nay chúng ta vẫn chưa biết được lời nguyện xưa kia của chúng ta?

Bây giờ, chúng ta hãy lắng nghe tin tức đến từ biển tâm, xem thử có thể thấy được cái mà Thiên Tông gọi là “Bộ mặt vốn có của chúng ta, trước khi cha mẹ sinh ra”, tức là tâm của chúng ta. Hãy thường kiểm nghiệm và tu hành như vậy thì có một ngày chính ta sẽ đích thực thấy rõ được tâm của mình.

---o0o---

## **MŨI DAO VÀ CÁN DAO**

### **CÁN DAO CÓ TÁC DỤNG GÌ?**

Thiên Tông có công án sau đây:

“Một ngày Thiền sư Thạch Đầu Hy Thiên cùng với học trò là Hòa Thượng Thạch Thất leo núi.

Thiền sư Thạch Đầu đi sau, lưng đeo con dao đốn củi. Hòa Thượng Thạch Thất đi trước, mở đường cho thầy. Đến lưng chừng núi thì đường bị tắc, vì có một cành cây lớn cản lối đi. Hòa Thượng Thạch Thất quay đầu lại nói với thầy: ‘Su phụ cầm hộ con dao ra đây.’

Thiền sư Thạch Đầu rút con dao đưa cho Thạch Thất. Thạch Thất giơ tay định cầm con dao bỗng thấy đó là con dao không có cán. Thạch Thất nói: ‘Su phụ! Su phụ hãy đưa cán dao cho con?’

Thiền sư Thạch Đầu hét to: cán dao thì dùng được gì?

Hòa Thượng Thạch Thất hốt nhiên đại ngộ, ngay ở trên đường giữa lưng chừng núi”

Tôi đọc công án này rất cảm động. Cán dao còn có tác dụng gì? Lời nói ấy bắt tôi phải suy nghĩ nhiều vấn đề. Trên thế giới này, có rất nhiều cái không dùng được, nhưng nếu không có những cái vô dụng đó thì những cái hữu dụng lại sẽ mất hết ý nghĩa.

Chúng ta sống nhiều nhất là khoảng 100 tuổi. Trong 100 năm của cuộc sống, thời gian chúng ta thực sự tu hành rất ít ỏi. Hãy xem thời gian tu hành ít ỏi đó như mũi dao. Còn đại bộ phận thời gian khác, chúng ta không tu hành mà chúng ta dùng để ăn cơm, làm việc để kiếm sống, ngủ, đi dạo, uống cà phê, xem phim, nghe nhạc v.v... ngoài ra làm một số việc, xem ra không có tác dụng gì. Nhưng sự thật, đối với một người tu hành mà nói, thì tất cả thời

gian giống như “cán dao” đó, đều là có ích bởi vì tu hành và học Phật là sự thể hiện và phát triển của toàn bộ cuộc sống và nhân cách, chứ không phải quy gọn trong thời gian rất ít ỏi ở chùa Phật, khi mình có cảm giác rằng đang thực sự tu hành.

Có thể đưa ra hai câu chuyện tương tự như vậy nữa trong Thiền Tông:

“Có lần, Bồ Tát Văn Thù đang thuyết pháp cho đại chúng. Ngài gọi Thiện Tài đồng tử đến và nói với Đồng Tử rằng: ‘Nhà ngươi hãy đi nhổ một cây cỏ không phải là cây thuốc đem về đây cho ta.’ Đồng Tử Thiện Tài chạy đi tìm nửa ngày cũng tìm không ra loại cỏ nào không thể dùng làm thuốc.

Bồ Tát Văn Thù nói: ‘Tốt? Bây giờ nhà ngươi hãy đi nhổ một cây cỏ có thể làm thuốc, đem về đây cho ta.’

Lúc bấy giờ, pháp hội đang được tổ chức ở giữa trời. Đồng Tử Thiện Tài quỳ xuống, nhổ một ít cỏ, đưa cho Bồ Tát Văn Thù. Bồ Tát Văn Thù nói: ‘Khắp thiên hạ, mọi cây cỏ đều dùng làm thuốc được.’”

Khắp thiên hạ, cây cỏ nào cũng dùng làm thuốc được. Lời tuyên bố này làm chúng ta cảm động. Nó cho chúng ta biết, không có một cái gì đặc biệt gọi là thuốc. Nếu bất cứ một cái gì, có bệnh mà nó đối trị được, có đối tượng để đối trị thì đó là thuốc. Trái lại, một cây thuốc gọi là quý, nhưng lại không đối trị được bệnh, thì cây thuốc ấy cũng là vô dụng.

Còn truyện thứ hai như sau: “Có một ngày, Phật Thích Ca cùng các đệ tử đi tản bộ ở trên đồng. Đi theo, còn có thần Đế Thích và các vị Bồ Tát. Đến một nơi phong cảnh rất xinh đẹp, Phật Thích Ca nói với các đệ tử: ‘Ở đây mà xây lên một ngôi tháp thì thực là tốt đẹp!’

Nghe vậy, thần Đế Thích bèn cúi xuống, lấy một cây cỏ, cắm trước mặt Phật và nói: ‘Bạch Thế Tôn! Tháp báu đã xây xong rồi, ở đây!’. Phật Thích Ca tán thán cảnh giới của Thần Đế Thích thực là đẹp.”

Trên sự thật, giữa một cây cỏ và một tòa tháp báu có gì là khác nhau. Vấn đề là tùy thuộc thái độ chúng ta đối với cây cỏ.

## THẤY ĐÚNG ĐẮN CẢNH GIỚI HIỆN THỰC TRƯỚC MẮT

Ba câu chuyện của Thiên Tông trên đây có thể giúp mở mang nhận thức của chúng ta.

Khi những người học Phật bắt đầu tu hành, thì họ thường vướng mắc vào những cái gì gọi là “hữu dụng”, như lễ Phật, vái Phật, niệm Phật, tụng Kinh, niệm chú, siêu độ, in kinh, phóng sanh, bố thí v.v... Còn các việc khác như đọc sách, lên lớp, cầu mở mang kiến thức, xem phim, nghe nhạc, nghỉ ngơi, vận động, leo núi, đánh cầu thì người học Phật đều cho là chuyện vô dụng.

Có một lần, tôi đến thăm Phật Quang Sơn, thấy các tu sĩ ở Phật Quang Sơn chơi bóng rổ. Mười tu sĩ chia làm hai đội, mỗi đội 5 người. Tôi xem họ chơi bóng rổ, trong lòng cảm động. Các tu sĩ cần đánh cầu để giữ gìn sức khỏe!

Người học Phật, khi bắt đầu tu hành, thường bị một số vướng mắc. Những vướng mắc đó là: “Phải làm tất cả những gì hữu dụng có ích.” Người tu Tịnh Độ chẳng hạn, có thể nói, tất cả những gì giúp cho sự vãng sinh là có ích, là hữu dụng. Còn tất cả những cái khác, thuộc về nhân gian, đều là chuyện vô ích.

Người tu Thiên Tông thì có thể nói: Tất cả những gì giúp cho sự khai ngộ là có ích. Mọi cái khác không giúp cho sự khai ngộ là vô dụng.

Ở đây, có một số vấn đề cần suy xét:

Thứ nhất, nếu tổ chức đám chay thì siêu độ là hữu dụng cho nên người giàu bỏ ra rất nhiều tiền để cầu siêu độ.

Người có tiền, phải chăng nhờ người làm lễ siêu độ mà được vãng sanh cả hay sao? Thế thì những người nghèo, không tiền, sẽ mãi mãi chịu cảnh luân hồi sinh tử hay sao?

Nói như vậy sẽ không công bằng. Sự thật, không phải như vậy. Điều quan trọng nhất là ở chỗ dụng tâm.

Tôi đã từng nói vấn đề bố thí. Bố thí cũng như pha trà. Khi một người pha một ấm trà, chúng ta bỏ vào ấm một lá trà. Bố thí như vậy là đủ. Vì lá trà ấy tuy ít nhưng hòa vào nước trà đun sôi, đem cho 100 người uống, người nào cũng hưởng được mùi vị của lá trà đó.

Bồ thí nhiều hay ít không phải ở chỗ bỏ ra nhiều hay ít, hay là làm ít hay nhiều công đức, mà quan trọng nhất là ở chỗ dụng tâm. Còn tất nhiên nếu dụng tâm đã tốt rồi thì bồ thí càng nhiều càng tốt.

Thứ hai, nếu người học Phật mà còn chấp trước vào những cái mà anh ta gọi là “có ích, hữu dụng” thì sẽ không nhận thức được đúng đắn sự vật trước mắt. Mà nếu không nhận thức được đúng đắn sự vật trước mắt, thì làm sao bảo đảm sau khi chết, sẽ được tái sinh ở cõi sống tốt đẹp?

Có người hỏi tôi: Xin hỏi làm thế nào, khi lâm chung, giữ được chánh niệm, để cho việc trợ niệm (của người thân) đối với mình có hiệu quả?

Anh ta tuy chưa chết, nhưng ngày nào cũng chuẩn bị cho việc giữ vững chánh niệm khi lâm chung, hy vọng khi chết sẽ có người trợ niệm cho anh ta.

Tôi trả lời rằng: “Từ bây giờ, hãy bắt đầu giữ chánh niệm. Từ bây giờ, anh hãy bắt đầu trợ niệm cho mình. Đó là biện pháp thiết yếu nhất.”

Chúng ta hãy triển khai lối suy nghĩ này: Không phải, ngồi mới tập thiền, mới chuyên chú tâm. Tuy rằng tư thế ngồi cũng có ích. Từ bỏ tư thế ngồi và theo các tư thế khác cũng có ích, vì sự tu tập là thể hiện và phát triển toàn bộ nhân cách của con người.

---o0o---

## **HÃY TRÂN TRỌNG CUỘC SỐNG HIỆN TẠI**

Có lần tôi đến hội quán Nghĩa trang ở đường Dân Quyền Đông để tham gia lễ tang cha một người bạn vừa quá cố. Về mặt mọi người đều bi thương. Không khí trầm lặng. Mỗi lần dự tang lễ xong ở Hội Quán Nghĩa Trang và ra về đến cửa hội quán, tôi đều thở ra vào thật sâu để làm nhẹ bớt gánh nặng trong tâm.

Ôi! Mỗi lần tôi thở sâu như vậy, tôi đều cảm tạ là mình còn được thở không khí sâu như thế này, mình còn chưa phải từ giã cõi đời này.

Sau đó, tôi rời Hội quán Nghĩa Trang ở đường Dân Quyền Đông, đi tản bộ đến tiệm ăn Á Đông, để uống cà phê. Uống một tách cà phê để chứng minh rằng mình còn tồn tại. Phòng uống cà phê ở tiệm ăn Á Đông rất là tốt, được kiến trúc theo phong cách của Châu Âu thế kỷ XVIII. Ngồi ở đây thường

thức một tách cà phê, lòng tôi tràn đầy sự biết ơn rằng, hôm nay còn được ngồi ở đây uống cà phê. Bởi lẽ sau đây 100 năm, tôi cũng như thân phụ người bạn kia, sẽ không còn sống ở cõi đời này nữa. Chỉ suy nghĩ như vậy thôi, đã thấy tình hình ở nhân gian này chuyển thành tương đối tốt đẹp hơn rồi.

Uống một cốc cà phê ngon, đọc một cuốn sách hay, nghe một bản nhạc, thậm chí hít thở không khí, đều là những chuyện đáng cảm ơn tất cả!

Nếu bây giờ, cũng không hít thở không khí một cách khoan khoái, không thưởng thức một tách cà phê ngon, thì sau 100 năm nữa, sẽ hối tiếc.

Chúng ta đều nghĩ rằng thế giới Cực Lạc rất xa xôi, phải kinh qua rất nhiều không gian và thời gian mới đến được. Thực ra, xa hay gần không thành vấn đề. Có người ở xa nhưng lại đến nhanh. Có người ở gần lại đến chậm.

Nhớ lại ngày tôi còn học tiểu học, anh học trò đến lớp chậm nhất là anh học trò ở cái nhà ngay trước cổng trường, chính vì anh ta nghĩ, chỉ cần đi một phút là đến trường, cho nên anh ta thường ngủ quá cái phút ấy. Còn bọn chúng tôi đều ở rất xa trường, chúng tôi phải đi 40 phút mới đến cho nên mọi người đều lo đến trước 20 phút. Vì rằng, chúng tôi biết là đường xa, cho nên ai cũng đều ra đi sớm hơn một giờ.

Xa hay gần không thành vấn đề! Cho nên hãy biết rất trân trọng những gì đang diễn ra trước mắt chúng ta.

Đường Dân Quyền Đông rất có ý nghĩa. Bên cạnh Hội quán Nghĩa Trang là vườn hoa Vinh Tinh. Ngày nào cũng có nhiều đôi trai gái đến đây chụp ảnh kỷ niệm ngày tân hôn. Đi thêm vài bước nữa thì đến một nơi gọi là Cung Hành Thiên, là nơi dân chúng đến lễ bái để cầu cho có nhiều tiền, cầu thi đỗ, cầu thành vợ thành chồng êm đẹp, cầu bình yên, cầu con v.v... Đúng là một đoạn đường có đủ sinh, lão, bệnh, tử mà chỉ cần đi có 10 phút?!

Nếu nhìn vấn đề từ một góc độ rộng lớn, thì cuộc sống con người ngắn ngủi như thời gian mười phút. Làm thế nào để trong khoảng thời gian ngắn ngủi đó, với thái độ nhanh nhất, đạt tới mục tiêu dự định?

Chỉ có một cách là dùng toàn bộ nhân cách trong suốt 24 tiếng đồng hồ để tu hành.



Nếu chỉ chú trọng thế giới Cực Lạc mà bỏ quên cuộc sống hiện thực thì đó là một loại tướng đoạn diệt. Trong kinh Phật, có nói tướng đoạn diệt là không tốt. Ngược lại, chỉ chú trọng cuộc sống hiện thực mà bỏ quên quá khứ và vị lai, thì cũng là một loại tướng đoạn diệt khác. Loại tướng đoạn diệt ấy, từng nơi, từng lúc, thường xuất hiện trong cuộc sống chúng ta, khiến chúng ta phải phát sanh cảm giác. Ôi! Cái xa xôi thì tốt đẹp hơn? Thế giới Cực Lạc thì tốt đẹp hơn? Ở đây không tốt đẹp. Cũng như chúng ta xem quảng cáo mì ăn liền trên màn ảnh truyền hình. Chúng ta có cảm giác mì ăn liền rất ngon, bèn đi mua ngay một gói về ăn, mới thấy rằng không ngon như mình đã cảm giác thấy trên màn ảnh truyền hình. Đây là do quảng cáo truyền hình thúc đẩy chúng ta hướng tới mục tiêu khiến mình có cảm giác là tốt đẹp. Nhưng sự thực thì không được như vậy.

Có lần tôi biểu một người bạn cuốn Kinh A Di Đà. Trong kinh có mô tả nhiều cảnh tượng của thế giới Cực Lạc, nói đất ở thế giới Cực Lạc lát bằng vàng, có những hoa sen to bằng bánh xe, nhà lầu làm bằng bảy báu, có tiếng âm nhạc thường xuyên réo rắt trên hư không, tiếng chim hót là tiếng thuyết pháp, trên trời mưa xuống toàn hoa!

Bạn tôi đọc xong cuốn kinh bèn nói: “Tôi không muốn sang thế giới Cực Lạc, vì tôi muốn sống ở nơi có cây cỏ. Nếu đến ở thế giới Cực Lạc lát toàn bằng vàng thì thực dễ sợ. Vì đi trên đường lát vàng, sẽ phát ra tiếng kêu leng keng, làm cho tâm hồn sinh ra khẩn trương. Tôi cũng không muốn nghe tiếng âm nhạc réo rắt từ sáng đến tối. Thỉnh thoảng khi cần có tiếng nhạc mới hay. Cũng không muốn tiếng chim toàn là tiếng thuyết pháp, bởi vì chim chỉ cần hót ca là tốt.”

Đó cũng là một quan điểm. Chúng ta không thể lấy phong cảnh ở cõi Cực Lạc phương Tây thay cho cuộc sống hiện thực được. Cũng vậy, chúng ta không thể lấy cuộc sống hiện thực thay thế cho thế giới Cực Lạc được. Đó là một đạo lý hết sức đơn giản. Hôm qua ăn no làm sao giúp chúng ta đỡ đói khát ngày hôm nay được. Hôm nay đói cào bụng, càng nhớ bữa ăn thịnh soạn ngày hôm qua lại càng có cảm giác đói thêm. Càng nhớ, càng tưởng tượng lại càng đói. Tưởng tượng thế giới Cực Lạc cũng là như vậy.

Ngày hôm qua, ăn uống no đủ, đói với tình cảnh đói khát ngày hôm nay, là không có ý nghĩa gì. Hôm nay, ăn uống no đủ, đói với tình cảnh đói khát ngày mai cũng là hoàn toàn vô nghĩa. Cái quan trọng nhất là sự no đủ ở thời điểm này, giờ này, phút này. Nghĩa là phải sống trong hiện tại.

## CHẤP THỦ LÀ ĐÁNG SỢ

Người học Phật vì chăm chú mặt trí tuệ, cho nên thường coi nhẹ phần tri giác của cảm quan. Sự thật, phần tri giác cảm quan cũng là hết sức quan trọng. Chính tác dụng của sáu thức giúp chúng ta mở mang trí tuệ. Mở mang trí tuệ như thế nào?

Chính là nhờ đoạn trừ vô minh và chấp thủ.

Vô minh và chấp thủ là hết sức đáng sợ. Hãy lấy một câu chuyện xảy ra trong nhà tôi để minh họa.

Một ngày, con tôi từ ở trường đem về nhà một hộp đựng các con tằm, khiến tôi phải lo lắng không biết phải nuôi những con tằm như thế nào. Bởi vì lúc còn nhỏ tôi đã từng nuôi tằm thất bại. Tôi hỏi con tôi: “Con đem các con tằm về nhà nuôi chúng thế nào? Có lá dâu cho chúng ăn không?” Con tôi nói: “Có lá dâu. Hợp tác xã Phúc Lợi của nhà trường có bán, 10 đồng một bao.” Tôi nghe mà giật mình. Bây giờ tiến bộ tới mức lá dâu cũng có bán! Tôi lại hỏi: “Ngày Chủ nhật hợp tác xã không bán lá dâu thì làm thế nào?” Con tôi trả lời: “Không lo, ngày thứ bảy mua thêm một bao đem về bỏ tủ lạnh.”

Thế là việc nuôi tằm ở trong nhà bắt đầu. Tôi thường hỏi con tôi: “Nếu chẳng may, hợp tác xã của trường thiếu lá dâu thì thế nào?”

“Không sao đâu! Làm sao thiếu được nếu thiếu hàng thì thiên hạ sẽ đại loạn. Bởi vì, ở nhà trường, hầu như học trò nào cũng nuôi một hộp dâu tằm.”

Quả nhiên, có một ngày, điều tôi lo lắng đã biến thành sự thật. Trời mưa to, hợp tác xã Phúc Lợi của trường thiếu lá dâu bán. Con tôi đi học và nói với tôi: “Ba ơi, thiên hạ đại loạn rồi, không có lá dâu biết làm thế nào đây!”

Tôi chỉ còn cách lái xe hơi đưa con tôi đến các nơi có thể có lá dâu ở Đài Bắc như Bắc Đầu, Nội Hồ, nhưng cuối cùng cũng không tìm ra. Thực là bi thảm? Chắc là các con tằm phải chết mất!

Con tôi bỗng có suy nghĩ độc đáo: “Này ba, con không tin rằng con tằm lại chịu chết đói mà không ăn một lá cây gì khác hay sao? Chúng ta hãy thử xem.” Tôi nói: “Được chứ!” Con tôi bèn đi hái về 10 lá cây thật tươi, mềm rải trong hộp nuôi tằm. Thế nhưng, lá nào chúng cũng không chịu ăn!

Lúc bấy giờ, cả con tôi cũng cảm thấy mấy con tằm chấp trước quá đáng. Con tôi nói với các con tằm rằng: “Chúng mày ăn một cái lá rồi chết lẫn cả ra hay sao? Tao không tin!” Mấy con tằm vẫn không chịu ăn. Con tôi lại nói: “Nhất định bọn tằm ăn lá dâu thành thói quen rồi. Nếu khi chúng mới sanh ra mà bắt chúng ăn một loại lá khác thì chúng sẽ chịu ăn ngay.” Tôi nói: “Đúng như vậy sao? Vậy chúng ta hãy thử xem!”

Để tìm ra đáp án, chúng tôi ngày nào cũng ra sức nuôi tằm. Tằm biến thành ngài, sanh ra trứng. Trứng chuyển màu đen vài ngày thì chúng tôi khăn trương đi hái các loại lá khác cho tằm ăn, hy vọng các con tằm mới sẽ bỏ được tập quán ăn lá dâu.

Đáp án thì chắc các vị đã biết rồi. Các con tằm nhất định không chịu ăn các loại lá khác. Kỳ lạ thật, chúng chưa có tập quán ăn lá dâu mà vẫn không chịu ăn các loại lá không phải lá dâu. Cuối cùng đành phải đem lá dâu về cho chúng ăn. Lá dâu vừa rải ra, các con tằm tranh nhau ăn rạo rạo, như là chúng khiêu vũ, nhảy múa vậy!

Lúc ấy, tôi cảm khái nghĩ rằng, sự chấp thủ thói quen thực là đáng sợ.

---o0o---

## **PHÁ CHẤP TRƯỚC, MỞ MANG TRÍ TUỆ**

Con tằm, đời này qua đời khác, đều ăn lá dâu không chịu ăn lá khác. Tằm xưa nay, trong nước, ngoài nước đều như vậy, không có ngoại lệ. Do chấp trước mà chúng không thể biến thành vật tiến bộ hơn, không thể tiến trên một con đường khác tốt đẹp hơn.

Con bướm, một loại động vật rất gần gũi với con tằm, cũng chỉ hút mật hoa, không chịu ăn cái gì khác, từ khi sanh ra cho đến khi chết đi cũng chỉ ăn như vậy mà thôi. Tôi bèn nghĩ rằng: “Con bướm kiếp trước chắc là không chịu ăn đồ đắng, chỉ muốn ăn ngọt, cho nên mới phải luân hồi làm bướm. Vì chấp trước, như vậy cho nên nó cũng không tiến hóa được.” Cùng một loại bướm thì các chấm trên thân cũng không thể nhiều hay ít hơn!. Lúc nhỏ tôi cũng có nuôi bướm. Một loại bướm có chín chấm đen trên mình thì tất cả con bướm cùng một loại cũng đều có chín chấm đen, không nhiều hơn hay ít hơn, và cũng không có ngoại lệ. Con ngài cũng vậy, mỗi đêm vào mùa hè, con ngài đều hay đâm đầu vào lửa, đời đời kiếp kiếp cũng như vậy.

Những hiện tượng như thế đều do chấp trước mà thành, nếu phá được bệnh chấp trước thì có thể tiến bộ nhanh. Tôi nghĩ rằng, nếu có một con tằm nào đó chịu ăn loại lá khác, và phát hiện: A! Loại lá khác ăn cũng rất ngon! Rồi chúng bắt đầu ăn loại lá khác đó, không ăn lá dâu nữa. Nhất định trong nội tâm con tằm đó, sẽ nổ ra một cuộc cách mạng, phá trừ chấp trước và con tằm sẽ phát triển nhanh trên con đường tiến hóa.

Không kể là loài động vật lớn hay bé, đều có bệnh chấp trước như vậy. Có con thú gọi là gấu mèo, loại gấu mèo này chỉ ăn măng ống, không ăn một loại thức ăn nào khác. Vì cây măng ống ngày càng ít đi, cho nên giống gấu mèo bị đe dọa tuyệt chủng. Nếu một ngày nào đó, gấu mèo chịu ăn dưa, thì giống gấu mèo sẽ có thể tồn tại và phát triển, trí tuệ gấu mèo có thể được mở mang.

Chấp trước là cái bệnh rất đáng sợ. Tôi thường ví chấp trước với nước đọng, nước ao tù, càng để lâu càng có mùi thối. Nước thì phải chảy, thường xuyên chảy sẽ không có mùi thối. Nước mà bị chấp trước, ở yên trong ao tù thì sẽ sanh ra mùi thối.

Vì vậy phá chấp trước là việc làm rất cấp thiết đối với chúng ta trong cuộc sống hiện nay. Chỉ cần nhận thức được sự chấp trước của mình hiện tại là thế nào thì có thể đoạn trừ nó một cách dễ dàng. Cũng như chúng ta cần một quả dưa để ăn, bỏ quả dưa ấy ra, thấy rõ trong quả dưa có bao nhiêu hạt. Vì đó là quả dưa chúng ta đang ăn. Nhưng chúng ta sẽ khó đoán biết, trên một cây dưa sẽ sanh ra bao nhiêu quả dưa.

Ăn dưa xong rồi, đem hạt chôn xuống đất, hạt mọc lên thành cây. Cây ấy sẽ sinh ra bao nhiêu quả dưa, đó là điều chúng ta không thể dự đoán được cái mà chúng ta nắm được là quả dưa mà chúng ta đang ăn, bỏ ra làm đôi, chúng ta thấy rõ có bao nhiêu hạt.

Cũng tức là nói, nếu nhận chân được sự chấp trước hiện tại của chúng ta thì có thể đoạn trừ được sự chấp trước tương lai, hay là sự chấp trước quá khứ. Sau đó mới dần dần xây dựng được nhân cách của chúng ta.

Vừa rồi có một cuộc tranh luận trên hai tờ báo, tờ Tự Lập và tờ Tự Do giữa nhà văn Tống Trạch Lai và nhiều Tăng sĩ, cư sĩ, về nếp tu hành khác biệt giữa Phật giáo Đại thừa và Phật giáo Tiểu thừa. Tôi có đọc các bài tham gia cuộc tranh luận đó và có nhận thức sâu sắc đó chỉ là sự tranh chấp giữa mũi dao và cán dao mà thôi.

---o0o---

## PHẬT GIÁO GIỐNG NHƯ MỘT CON DAO

Sự giáo hóa của Phật giáo Nguyên thủy cũng như tạo ra một cán dao rất kiên cố. Phật giáo Đại thừa chỉ là cắm mũi dao nhọn, sắc vào cán dao đó. Cho nên vĩnh viễn không thể giải quyết được sự tranh chấp hơn thua giữa mũi dao và cán dao!

Nếu Phật giáo là một con dao thì cán dao là cái gì?

Cán dao là Phật giáo căn bản. Đạo lý chủ yếu do Phật giáo căn bản giảng là Ba pháp ấn, Bốn chân lý thánh, con đường đạo tám nhánh, 12 nhân duyên.

Ba pháp ấn là: các hành là vô thường, các pháp là vô ngã, Niết Bàn là vắng lặng.

Bốn chân lý thánh là Khổ, Tập, Diệt, Đạo. Đời người là thống khổ; hiện nay chúng ta sống và cảm thấy những nỗi khổ đó. Chúng ta là một tập hợp, tức là một tập hợp khổ. Muốn xóa bỏ tập hợp khổ đó, phương pháp duy nhất là đi theo con đường giác ngộ (Bồ đề), con đường giải thoát, diệt hết cội nguồn của khổ.

Con đường đạo tám nhánh là Chánh kiến (thấy biết đúng đắn), Chánh tư duy (suy nghĩ đúng đắn), Chánh ngữ (lời nói đúng đắn); Chánh nghiệp (hành động đúng đắn); Chánh mạng (sinh sống đúng đắn); Chánh tinh tấn (siêng năng đúng đắn); Chánh niệm (nhớ nghĩ đúng đắn); Chánh định (tập trung tư tưởng đúng đắn).

Thuyết 12 nhân duyên giải thích quy trình một chúng sanh từ khi nhập thai, ra khỏi thai mẹ, lớn nên, trưởng thành rồi già chết như thế nào.

Những giáo lý căn bản đó của đạo Phật giống như cán dao của một con dao. Nếu không có những giáo lý căn bản đó, tức là ba pháp ấn, Bốn chân lý thánh, Con đường đạo Tám nhánh, 12 nhân duyên thì Phật giáo sẽ không có chỗ đứng chân vững chãi.

Mọi tranh chấp giữa Đại thừa và Tiểu thừa, nguyên nhân lớn nhất là người theo Tiểu thừa rất bất mãn với danh xưng “Tiểu thừa”. Vì vậy, chúng ta nên gọi Phật giáo Tiểu thừa là Phật giáo “căn bản”.

Còn nếu Phật giáo Đại thừa coi thường Tiểu thừa, thì đó là một thái độ sai lầm. Một người tu hành theo Đại thừa mà không có một nhận thức cơ sở đối với Phật giáo căn bản, thì Đại thừa chỉ là một lâu đài xây dựng trên hư không mà thôi. Cũng như một con dao phải đủ cả mũi dao và cán dao thì mới có thể dùng được.

---o0o---

## **HỌC PHẬT LÀ ĐỀ CHẾ TẠO MỘT CON DAO TỐT**

Người học Phật cũng giống như người chế tạo một con dao tốt; không kể là tu hành theo Đại thừa hay Tiểu thừa, tất cả Phật tử đều phải hấp thụ giáo hóa cơ bản của Phật Thích Ca truyền lại. Có hấp thụ được sự giáo hóa đó mới có biện pháp chế tạo ra được một con dao tốt, dùng được.

Điều kiện căn bản nhất để chế tạo ra một con dao dùng được là xây dựng cho mình một phẩm chất tốt, một bản chất sống tốt.

Thế nào gọi là một phẩm chất sống tốt? Xin lấy ví dụ sau đây để minh họa.

Có một loài sò gọi là ngọc trai, có thể tạo ra ngọc. Một đặc điểm của loài sò này là mỗi lần bị một vết thương là nó sinh ra ngọc trai. Người nuôi ngọc trai lợi dụng đặc điểm này, bèn bắt những con ngọc trai lớn, vạch miệng và cửa hai nhát dao rồi thả con sò xuống nước như cũ. Con sò ngay nơi bị thương tích, sinh ra ngọc trai. Thậm chí, người nuôi ngọc trai có thể tạo ra ngọc trai với hình dáng theo ý muốn của mình, tùy theo hình dáng vết thương trong thân con sò ngọc trai. Mỗi lần người ta tạo ra vết thương, thì con ngọc trai lại hàn vết thương đó bằng ngọc trai do nội thân tiết ra.

Các loài sò khác, nếu bị tạo ra vết thương như vậy, đều chết sau khi được thả lại xuống nước. Chỉ riêng loài sò ngọc trai là có phẩm chất nhẫn nhục tốt đẹp có khả năng chịu đựng và tự băng bó vết thương của mình.

Một người học Phật và tu hành, trước hết phải tạo cho mình một phẩm chất tốt đẹp như con sò ngọc trai, khéo chịu đựng mọi nỗi khổ ở đời và chế tạo ra ngọc trai của mình.

---o0o---

## **ĐẶT CON DAO BÁU Ở TRONG TÂM MÌNH**

Những nổi thống khổ của nhân sinh không khác nhau gì lắm đối với mọi người. Điều quan trọng đối với người tu hành, dù tu theo pháp môn nào, là xây dựng cho mình một phẩm chất tốt. Có một câu nói có thể minh họa:

“Trong thân có dao báu nhưng không giết người”. Trong người có dao báu, nhưng vẫn đi trên đường một cách bình thường, không giết ai cả.

Trong các tiểu thuyết võ hiệp và phim võ hiệp, có một loại người, chỉ cần gặp họ là biết họ có võ. Huyệt thái dương của họ lồi cao, các bắp thịt của họ đều nổi, lưng đeo kiếm. Gặp họ trên đường ai cũng nói : “Ái chà! Người này thật đáng sợ! Họ có thể giết người đấy! Võ công của họ rất cao cường.” Thế nhưng, trong tiểu thuyết và phim võ hiệp, .. loại người đó thông thường không phải là loại người có võ công cao nhất. Có võ công cao hơn loại người thường như Trịnh Thiếu Thu vậy. Áo quần rất sạch sẽ, đi đứng thì chậm rãi, ngâm thơ, xướng vịnh, tay phe phẩy quạt, đó là loại người có võ công cao nhất, bởi vì chất võ công của họ ẩn sâu bên trong, không lộ ra ngoài .

“Trong thân có dao báu mà không giết người.” Ý nghĩa câu này là: Một người mới bắt đầu tu hành, nên thường xuyên giữ gìn con dao báu trong tâm mình, để xử sự với thế giới này... không nên đi đâu cũ ng cao rao rằng mình là Phật tử đang tu hành đây, trên cổ đeo cái biển Phật tử rất là nghiêm túc.

Một người quá nghiêm túc cũng khó độ chúng sanh. Chúng sanh cũng khó nhờ mình mà được khai ngộ.

Tôi thấy rằng, muốn theo con đường Bồ tát, thì phải có các đặc chất, như trầm mặc, phóng khoáng, cởi mở. Những đặc chất ấy chúng ta thấy rõ ở Phật và các vị Bồ tát.

---o0o---

## **ĐỪNG CÓ CÁCH BIỆT VỚI CHÚNG SANH**

Kinh A Hàm chép rất nhiều hành trạng của Phật Thích Ca Mâu Ni trong quá trình tu hành của Ngài, cho ta thấy Phật Thích Ca Mâu Ni cũng biết cười to, cũng biết chảy nước mắt, cũng có khi bực tức. Giữa đường gặp trẻ con, Ngài cũng biết quỳ xuống nói chuyện với chúng. Phật Thích Ca là con người dễ

gần gũi. Chúng ta cảm thấy Phật có một nhân cách phi thường, nhưng không có cách biệt với thế gian này.

Có một lần tôi đến Bản Kiều thăm một nhà điêu khắc, ông chuyên môn điêu khắc tượng Phật. Tại nhà ông, có bày một tượng Phật Thích Ca Mâu Ni. Đây là tượng Phật Thích Ca tu khổ hạnh ở Tuyết Sơn, toàn thân Phật gầy gò từng đốt xương nổi lên rõ mồn một; các huyết quản cũng thấy rất rõ dưới da. Bức tượng này làm người xem rất cảm động; Phật Thích Ca đã từng tu khổ hạnh như vậy.

Nhưng các tượng Phật khác, bày trong nhà ông thì lại trông dáng người đầy đặn, béo tốt, phương phi, tướng báu trang nghiêm. Tôi hỏi ông: Tại sao ông lại bày tượng Phật Thích Ca gầy gò như củi khô ngay tại sảnh đường như vậy? Ông giải thích một hồi lâu. Lời giải thích của ông đến nay vẫn làm tôi cảm động. Ông nói: “Hiện nay chúng ta căn cứ vào nhận thức của chúng ta đối với Phật mà tạc tượng Phật đều béo tốt mặc y phục rất đẹp khiến cho người bình thường nhận thức rằng Phật và Bồ tát đều ăn tốt, mặc đẹp, béo phây phây. Còn tôi, khi tạc một tượng Phật, tôi hy vọng không quên tinh thần của Phật Thích Ca tu khổ hạnh ở núi Tuyết Sơn, vì vậy mà mỗi lần tôi tạc tượng Phật, tôi đều đến xem tượng Phật Thích Ca gầy gò tu khổ hạnh ở Tuyết Sơn, đặt ở sảnh đường. Tôi mong rằng, bên cạnh tượng Phật Thích Ca đầy đặn béo tốt, cũng có tượng Phật Thích Ca gầy gò như con mắt sắc sảo, phản ánh tinh thần bi thương của Ngài đối với thế giới.”

Phật không có một tướng nhất định. Phật có thể có rất nhiều tướng. Ngài có thể ôn hòa, rất gần gũi, rất dễ mến. Người học Phật cũng không nên quá mức nghiêm túc, nên ứng xử ở đời với thái độ phóng khoáng, cởi mở, vì rằng, tuy chúng ta học Phật, nhưng chúng ta không tách rời chúng sanh. Chúng ta cũng là một phần tử trong chúng sanh. Không nên vì chúng ta tu hành mà trở thành một người đặc biệt, không nên để cho người khác thấy chúng ta đi trên đường bèn nói: “A! Đây là một Phật tử”.

Hãy phóng khoáng một chút, để cho người khác thấy mình cũng không khác gì họ. Như vậy, gọi là không cách biệt với chúng sanh, hòa nhập vào chúng sanh.

Trước đây, khi tôi còn ở nông thôn, tôi thường bị người ta nhận lầm là công nhân hay nông dân. Tôi đi mua rau, người bán rau thấy tôi mặc quần áo rất bình thường, đi đôi ủng chống mưa giống hệt như nông dân. Một bó rau 12 đồng, tính rẻ cho tôi hai đồng. Người bán rau không thấy tôi là người đặc



biệt, mà thật sự, tôi cũng không có gì là đặc biệt. Có lần tôi đi mua trái cây. Chủ nhân vào nhà lấy tiền lẻ để đổi. Tôi đứng chờ bên quầy hàng, có ba, bốn thanh niên, nắm tay tôi bảo: “Này Thích Ca, một cân bao nhiêu tiền?” Tôi nói: “Thích Ca của tôi thì không bán, còn Thích Ca của ông kia thì 24 đồng một cân.”

Thích Ca của tôi không bán, nhưng trong tâm tôi có Thích Ca, tuy rằng tôi không tỏ cho ai biết. Người khác thấy tôi không có gì khác họ, như vậy mới gọi là đạo Bồ đề, hòa nhập vào chúng sanh, đó là thái độ tốt nhằm tạo duyên lành với chúng sanh.

\*\*\*

Tôi thường nói “dưới chân đèn sáp là chỗ tối nhất”. Cứ thắp một ngọn đèn lên thì sẽ thấy, chân đèn là nơi tối nhất. Cũng như vậy, người đem lại ánh sáng cho người khác, thì thường thường một mình bị đả kích đến khổ!

Việc Phật Thích Ca Mâu Ni vào núi hay xuống núi đều là bài học cho chúng ta. Một người có thể ẩn ở núi sâu để tu hành, tự mình cầu tam muội, cầu giải thoát, cầu chánh giác. Nhưng, một người chỉ cầu như vậy mà cho là đủ rồi thì thực là đáng tiếc vậy. Phật Thích Ca, sau khi tu khổ hạnh, mình gầy như củi khô, rồi mới xuống núi, truyền bá đạo pháp. Điều này chứng tỏ, ẩn vào núi không phải là mục tiêu cuối cùng của sự tu hành.

Một người có suy nghĩ rằng phải ở trong núi sâu mới có thể tu hành được. Phật giáo Đại thừa cho rằng người đó đã “bị say vì rượu tam muội”. Đó là vì cầu tam muội mà quên mất chúng sanh. Cũng như uống rượu tam muội mà bị say vậy. Người uống rượu tam muội mà bị say, thì sẽ không cách gì thông cảm với chúng sanh được. Làm thế nào để không bị say rượu tam muội? Có ba phương pháp:

Phương pháp thứ nhất là không chấp trước tam muội. Tam muội tức là chánh giác, chánh định, chánh thọ, chánh tinh tấn.

Phương pháp thứ hai là chia một phần rượu tam muội cho người khác uống. Tự mình thưởng thức được rất nhiều cảnh giới tốt đẹp trong tam muội, nhưng không muốn uống riêng một mình rượu tam muội mà chia xẻ một phần cho người khác uống.

Phương pháp thứ ba là bày vẽ cho mọi người chế tạo rượu tam muội, giúp cho mọi người sanh khởi tam muội ở tâm, đó mới là mục tiêu của tu hành Phật pháp.

Thực ra không có gì đáng tranh luận giữa Đại thừa và Tiểu thừa. Người có tâm địa rộng lớn, thì trong Phật giáo Tiểu thừa vẫn tìm thấy tinh thần Đại thừa. Một người có tâm địa nhỏ hẹp thì tuy học kinh Đại thừa, nhưng cũng không khác gì học kinh điển Tiểu thừa.

---o0o---

## **NHÂN SANH LÀ TƯƠNG ĐỐI**

Một cái nhìn khác đối với cán dao và mũi dao là Phiền não tức Bồ đề. Về vấn đề này, tôi đã nói rất nhiều lần rồi. Ở đây, lại nói nữa, với một hình thức diễn đạt mới.

Phiền não và Bồ đề có thể được xem xét từ góc độ tương đối.

Vì sao có phiền não? Đó là do mọi người đều có chấp trước tình ái. Có người chấp trước tiền của. Có người chấp trước danh lợi. Có người chấp trước quyền lực chức tước. Họ cho rằng đó là những điều quan trọng nhất ở đời. Nếu họ không được thỏa mãn về những điều ấy thì họ sinh ra phiền não. Mọi phiền não đều do sự không thỏa mãn đem lại.

Nếu thấy được những điều ấy chỉ có giá trị tương đối thì gánh nặng phiền não có thể giảm nhẹ.

Đúng như vậy, nhân sanh là tương đối. Phật pháp cũng nói, trên thế giới này không có cái gì là tuyệt đối.

Đối với một người rất đói mà cho họ ăn thì họ ăn rất ngon. Nhưng nếu bắt họ ăn một ngày 8 bữa thì họ sẽ cảm thấy ngay ăn là chuyện đáng sợ! Mùa đông, nằm ngủ trong chăn bông cảm thấy rất thoải mái, sáng không muốn dậy nữa, chỉ muốn ngủ tiếp. Nhưng nếu ra lệnh anh không được dậy nữa, bắt ngủ mãi thì lại thấy ngủ nhiều là không tốt. Thức dậy ra khỏi giường là tốt hơn.

Vui, mà sống vui mãi cũng không được khổ, vĩnh viễn chịu khổ, cũng chịu không nổi. Giữa cái vui và cái khổ, khoảng cách thực là ngắn vậy.

Điều hòa giây đàn sinh mạng cho khéo:

Trung đạo là dùng một thái độ cởi mở, phóng khoáng để sinh hoạt, học Phật, cũng giống như điều tiết giây đàn vậy.

Trong kinh “42 chương” có ghi, Phật Thích Ca có nói với một đệ tử: Phải điều tiết giây đàn ở mức vừa phải, không được căng quá, nếu căng quá thì sẽ đứt giây. Nếu chùng quá thì tiếng đàn sẽ không tốt.

Trung đạo là điều tiết giây đàn sinh mạng thế nào cho vừa phải, để có thể đánh lên một bản nhạc hay, giây đàn không bị đứt. Nếu một người tu hành mà để tinh thần quá căng thẳng, mới đàn đã đứt giây thì nhất định có vấn đề. Trái lại, nếu tu hành mà phóng túng, buông thả, đến nỗi không biết tu hành là thế nào, thì cũng lại có vấn đề.

Suốt ngày không nên giữ bộ mặt đăm chiêu căng thẳng. Tình hình phiền não khác nhau tùy theo người. Mặt càng đăm chiêu, phiền não càng nhiều, chứ không giảm bớt. Nếu có thái độ bình thản, thoải mái đối với phiền não thì phiền não sẽ giảm bớt.

---o0o---

## **PHẢI GIỮ CÁI HÒM HY VỌNG**

Tôi nhớ có một câu chuyện thần thoại Hy Lạp cổ đại, có thể dùng để nói về phiền não và Bồ đề:

Thần Jupité, đê phạt Promêtê, vì cái tội đem lửa của Thiên đường xuống trần gian, bèn sai Thần lửa, dùng nước và đất sét nung thành một thiếu nữ xinh đẹp, đặt tên là Pandôra. Các Thần trong thần thoại Hy Lạp thường có tánh rất đố kỵ ganh ghét. Lửa là nguồn gốc của văn minh và trí tuệ của nhân loại. Cõi trần gian mà có lửa thì sẽ biến thành Thiên đàng có khác chi. Đó là điều mà Thiên thần không thể chấp nhận được. Một bài học của câu chuyện là chúng ta chỉ cần sống tốt ở nhân gian thì cõi người sẽ không khác gì ở Thiên đàng.

Truyện thần thoại cho biết, Thần Jupité hết sức tức giận, ra lệnh xích Promêtê trên đỉnh núi Côcadơ, và đem Pandôra gả cho em trai Promêtê là Atlas để trừng phạt. Lối trừng phạt nặng đối với người đàn ông là gả cho anh ta một cô gái đẹp. Đó cũng là một bài học rất hay đối với chúng ta. Khi Pandôra đi lấy chồng, Thần Jupité cho cô ta một cái hòm báu làm của hồi

môn, nhưng lại dấn dò là cô không được mở cái hòm ấy ra. Tất nhiên Pandôra có hỏi thần Jupité lý do vì sao không được mở hòm, nhưng Thần Jupité chỉ nghiêm cấm mà không trả lời. Chúng ta thấy Thần Jupité thật là quái ác, ông ta hoàn toàn hiểu rõ tâm lý con người. Những việc càng bị cấm đoán thì con người càng làm.

Sau khi về nhà chồng, Pandôra ngày nào cũng suy nghĩ không biết trong hòm chứa đựng gì. Có một ngày, thừa cơ chồng đi vắng, cô không chịu đựng nổi sự tò mò bèn mở hòm ra. Một làn khói đen tỏa ra, nhiều thứ bay ra cùng với khói: tai họa, thống khổ, và bệnh tật.

Pandô ra hốt hoảng đóng nắp hòm lại nhưng mọi tai họa, thống khổ và bệnh tật đã bay ra cả nhân gian rồi. Chỉ có một thứ chưa kịp bay ra thì nắp hòm đã đóng lại. Đó là hy vọng. Chỉ có hy vọng là chưa kịp bay ra.

Mọi tai họa, thống khổ và bệnh tật từ đó bắt đầu lan rộng khắp nhân gian.

Câu chuyện xưa này rất có tác dụng thức tỉnh. Tuy chúng ta sống trong một hoàn cảnh đầy tai họa, thống khổ và bệnh tật ... một hoàn cảnh do Trời tạo ra, thế nhưng, trong cái hòm của chúng ta còn có hy vọng, vì vậy mà chúng ta có thể đối phó với tai họa, thống khổ và bệnh tật.

Bồ đề và phiền não kỳ thực là giống nhau. Phiền não là ở trong hoàn cảnh của chúng ta. Bồ đề là ở trong tâm của chúng ta. Nên có thái độ rất tốt đúng đắn để đối phó với phiền não thì sẽ vượt qua được phiền não.

---o0o---

## **KHAI PHÁ SỰ HOÀN MỸ NỘI TÂM**

Con người sinh ra có phiền não là vì trong quá khứ tìm cầu và ham muốn.

Tôi có biết một câu chuyện như sau: Ngày xưa, có một ông già, đã hơn 70 tuổi mà chưa lập gia đình. Ông đi nhiều nơi để tìm vợ. Mọi người thấy ông khó nhọc như vậy, hỏi ông ta tìm gì? Ông ta trả lời: Tôi đi tìm một phụ nữ hoàn mỹ để kết hôn. Người ta rất đồng tình với ông già, và hỏi tiếp: Ông đã đi nhiều đoạn đường như vậy mà không tìm được một phụ nữ hoàn mỹ hay sao? Ông già nói với giọng đau thương: Khi tôi còn trẻ tuổi cũng đã tìm được một phụ nữ hoàn mỹ, không người nào có thể so sánh được! Mọi người hỏi: Thế sao ông không cưới người phụ nữ đó? Ông già nói: Vì cô ta cũng đi tìm một người đàn ông hoàn mỹ.

Các vị xem, nếu hướng ra ngoài để tìm cái hoàn mỹ thì sẽ vĩnh viễn không tìm được. Nếu tìm ra được cái hoàn mỹ chẳng nữa thì anh cũng bắt lụy, vì bản thân nội tại anh chưa hoàn mỹ thì anh có tư cách gì, phúc phận gì để hưởng được cái hoàn mỹ đó.

Vì bản thân nội tại của chúng ta chưa hoàn mỹ cho nên mọi cái chúng ta thấy đều không hoàn mỹ.

Muốn cầu đạo Bồ đề, muốn phá trừ phiền não, điều quan trọng là giữ vững được hy vọng, để khai phá sự hoàn mỹ của bản thân, khiến mình trở thành một con người hoàn mỹ. Chỉ khi nào chúng ta biến thành được con người hoàn mỹ thì chúng ta sẽ thấy thế giới cũng là hoàn mỹ. Tới đâu, ở đó cũng tốt. Tới đâu ở đó cũng là cõi nước thanh tịnh.

Giải thoát là mục đích của việc học Phật. Một con người theo con đường hoàn mỹ, cuối cùng sẽ được giải thoát. Giải thoát có hai điều kiện; hoàn mỹ cũng có hai điều kiện. Thứ nhất là nội tâm thanh tịnh. Thứ hai là ngoại cảnh thuần tịnh.

Phật Thích Ca Mâu Ni từng dạy chúng ta: Nếu nội tâm không thanh tịnh thì ngoại cảnh không thể thanh tịnh được. Muốn tìm một hoàn cảnh lý tưởng, hoàn mỹ để tu hành là chuyện không thể được, bởi vì bản thân nội tại của chúng ta không phải là lý tưởng, cũng không phải là hoàn mỹ. Nhận thức hoàn cảnh hiện tại là không lý tưởng và không hoàn mỹ, và trong hoàn cảnh đó vẫn giữ vững hy vọng và tu hành. Đó chính là thái độ mà người tu hành nào cũng nên có.

---o0o---

## **LÀM CHO THANH TỊNH THÂN, MIỆNG, Ý**

Lại dựa vào mối quan hệ cán dao và mũi dao để bàn vấn đề làm thanh tịnh thân, miệng, ý.

Điều quan trọng nhất của học Phật là làm cho thanh tịnh thân, miệng, ý để đạt tới sự thanh tịnh của nội tâm. Thanh tịnh thân là hành vi thanh tịnh nơi thân. Thanh tịnh miệng là lời nói thanh tịnh. Thanh tịnh ý là ý thức, ý niệm đều thanh tịnh. Với thân, miệng, ý thanh tịnh thì con người mới được thanh tịnh. Để thân, miệng, ý được thanh tịnh thì chỉ có một cách là giữ cho ý niệm được thanh tịnh. Bởi vì hành vi và lời nói đều xuất phát từ ý niệm. Có ý niệm rồi mới có hành vi và lời nói thanh tịnh. Ý niệm là cái quan trọng nhất.

Người học Phật phải biết rằng, không chế được ý niệm là điều quan trọng nhất, chứ không cần tìm động cơ và ý thức của hành vi và lời nói. Hành vi và lời nói giống như mũi dao. Nếu không nắm vững được cán dao ý niệm, thì sẽ rất dễ phạm sai lầm trong hành vi và lời nói. Vì vậy phải nắm thật vững cán dao ý niệm, phải không chế được ý niệm của mình. Trong Phật giáo căn bản, có một phương pháp rất tốt và rất đơn giản để nắm vững ý niệm. Đó là pháp 10 niệm. Người nào muốn tiến theo con đường đạo Bồ đề, thì phải canh cánh trong lòng đừng quên 10 niệm này.

\* **Thứ nhất là niệm Phật:** Phải ngưỡng mộ, tìm cầu, tin tưởng những thành tựu của đức Phật, và nuôi hy vọng mình cũng sẽ thành Phật.

\* **Thứ hai là niệm Pháp:** Thường xuyên nhớ nghĩ Phật Pháp do Phật Thích Ca giảng dạy, hy vọng Phật Pháp đem lại lợi ích cho thân tâm mình.

\* **Thứ ba là niệm Tăng:** Thường xuyên nhớ nghĩ rằng, ở đời này đã từng có những bậc tu hành vĩ đại và noi gương theo họ .

\* **Thứ tư là niệm Giới:** Nhớ nghĩ tới Giới luật. Hành vi và lời nói của mình không được vi phạm giới luật.

\* **Thứ năm là niệm Thí:** Thí là bố thí. Bố thí là xả bỏ. Thường nhớ rằng phải xả bỏ những cái của mình, xả bỏ đến mức độ không còn xả bỏ được nữa, thì sẽ đạt tới cảnh giới “không tánh”.

\* **Thứ sáu là niệm Thiên:** Niệm Thiên là nhớ nghĩ tới các cõi trời thù thắng. Trong Phật giáo căn bản, đức Phật giảng về các cõi trời thù thắng, khuyên chúng ta nhớ nghĩ tới các cõi Trời, sống theo năm giới, 10 thiện, thì có thể tái sinh lên các cõi trời , vì đời sống ở nhân gian rất thống khổ.

\* **Thứ bảy là niệm nghỉ ngơi:** Nghỉ ngơi là rất quan trọng không phải là cái gì xấu. Ngồi thiền lâu thấy mệt, ngủ một giấc thì có quan hệ gì? Ngủ một giấc dậy lại ngồi thiền nữa. Nhưng nghỉ ngơi còn có một nghĩa khác, tức là nghĩ cách làm cho phiền não đừng nghỉ, yên nghỉ. Phiền não yên nghỉ tức là Bồ đề.

\* **Thứ tám là niệm An Ban:** Niệm An Ban là niệm hơi thở, thường niệm hơi thở ra vào. Theo Phật giáo có ba lớp hô hấp: Lớp 1 là suyễn. Leo núi, mệt quá thở khò khè gọi là suyễn. Đêm ngủ ngáy ồn cũng gọi là suyễn. Đó là cảnh giới thấp nhất. Lớp hai là khí. Người bình thường đều thở ra vào theo lớp hai tức lớp khí. Lớp ba là tức, thở ra vào nhẹ nhàng, như có như

không. Thở như con rùa, thở rất ổn định. Lối thở này làm cho con rùa sống rất thọ. Tôi có người bạn tên là Ngô Huyền Tam, đi du lịch ở Ba Tây (Brazil), mua được con rùa rất lớn, bỏ vào hòm, gửi theo đường hàng không về Đài Loan . Vì ông ta còn thăm một số nước khác, sau đó mới về nước. Ba tháng sau về nước, mở nắp hòm ra vẫn thấy con rùa còn sống, và ngẩng đầu cười với người chủ mới của mình. Hiện nay, con rùa vẫn được nuôi ở nhà ông Tam.

Ngài Kha Lộ Nhân Ba Thiết từng giảng rằng, một người chỉ chú trọng hô hấp mà không lo mở mang trí tuệ, thì khi tái sinh anh ta có thể thành con rùa, hay một loại động vật ngủ suốt mùa đông, như con rắn, con báo v.v... Chúng ta niệm hơi thở ra vào, nên vào lúc đi đường, đi tản bộ, khi đi ngủ, khi ngồi thiền, chúng ta đều phải chú ý tới hơi thở ra vào cho thật ổn định.

\* **Thứ chín là niệm thân:** Nghĩ tới thân này là vô thường, không thể là vĩnh hằng, tồn tại mãi được, có ngày phải chết, rời bỏ thế gian này. Không phải chỉ riêng thân mình như vậy mà thân các chúng sanh cũng đều như vậy. Nếu biết niệm thân là vô thường, thì sẽ siêng năng, tinh tấn. Nếu không thì suy nghĩ: Hôm nay, khoan đã chưa tu hành vội gì tu hành quá khổ. Ngày mai rồi lại ngày mai, lần lựa mãi, cho đến lúc không còn ngày mai nữa. Khi ấy hối tiếc cũng không kịp.

\* **Thứ mười là:** Thường nghĩ nhớ rằng mình rồi đây sẽ chết, người nào cũng phải chết, thấy cái chết trước mặt, thì mới mở mang trí tuệ được.

Nhớ nghĩ mười niệm như vậy sẽ không đánh mất bản thân mình. Tu hành đến chỗ không có niệm là chuyện hết sức khó khăn. Nhưng tu phép 10 niệm thì không khó khăn. Hãy nên bắt đầu bằng phép tu 10 niệm.

---o0o---

## **GIỮ TÂM LÒNG CẢM ƠN VÔ HẠN**

Chúng ta nắm vững được ý niệm, cũng như nắm vững cán dao vậy. Chỉ cần nắm cán dao cho vững thì khi dùng dao sẽ không sợ hãi.

Qua ví dụ con dao, cán dao và mũi dao, chúng ta sẽ có nhiều cách nhìn mới đối với nhân sinh, đối với trí tuệ. Mỗi người hằng ngày đều có cơ hội cầm dao. Cái dao bản thân không phải tốt hay xấu, cũng như Bồ đề và phiền não, cũng không phải tốt hay xấu, vấn đề là ở chỗ, người nắm cán dao dùng dao

như thế nào? Không nắm vững cán dao mà học Phật thì trở lại gây thương tích cho bản thân mình.

Hằng ngày cầm dao mà có cách nhìn như vậy, trí tuệ như vậy, thì sẽ có ngày được khai ngộ, giống như Hòa Thượng Thạch Thất vậy. Đến ngày đó sẽ thấy, giữa trời đất này, cây cỏ nào cũng dùng làm thuốc được, bất cứ gì cũng có thể dùng mở mang trí tuệ được. Phải biết sống ở đây, sống trong hiện tại biết nhìn dưới chân mình.

Ngày nào, thức dậy cũng giữ một thái độ rất tốt để tu hành. Khi ăn sáng, hãy biết ăn với tâm rất hoan hỷ. Ăn trưa, ăn tối và ngủ cũng với tâm trạng như vậy. Đó là tâm trạng cảm ơn, chân thành cũng như khi lễ Phật, tụng kinh, vái Phật ở Phật đường vậy.

Người học Phật, mỗi bữa ăn, đều có thái độ cảm ơn như vậy. Tức là cúng dường Phật, cúng dường Pháp, cúng dường Tăng, cúng dường tất cả chúng sanh, rồi sau đó mới cúng dường bản thân mình. Tâm trạng thuần thành đó, thái độ trang nghiêm không khác gì lúc cúng dường Phật tại Phật đường vậy. Chỉ có làm đến trình độ như thế, thì mới thật sự kết hợp tu hành với cuộc sống, mỗi ngày 24 giờ đều có tu hành.

Tôi nghĩ rằng, khi chư Phật thấy chúng ta ăn sáng một cách ngon lành, các Ngài sẽ tán thán chúng ta: Hãy xem người này với thái độ cảm ân thuần thành biết dường nào, đang ăn thức ăn cúng dường của chúng sanh.

---o0o---

## **TÂM HOAN HỠ VÔ LƯỢNG**

Đức Phật Thích Ca, trước khi giảng kinh, thường mặc áo, cầm bát, đi vào làng hóa duyên. Sau khi về, ăn xong. Ngài mới bắt đầu giảng kinh. Mỗi lần đọc kinh “Kim Cang”, đọc phần mở đầu như vậy, tôi đều hết sức cảm động. Điều cảm động là, Phật cũng ăn no rồi mới có thể giảng kinh. Phật cũng như chúng ta, cũng ăn cơm, cũng sống giữa nhân gian.

Khi học Phật, phải quyết tâm không tách rời cuộc sống. Nếu tách rời cuộc sống mà học Phật, thì học Phật sẽ trở thành vọng niệm, trở thành hư vọng, không thực tế, không nắm vững được. Nếu gắn liền chặt chẽ cuộc sống với học Phật thì sẽ phát hiện, mỗi bước đi của chúng ta đều đặt chân trên thực địa, cuộc sống sẽ đầy hỷ lạc, đầy chuyện tốt lành.



Trong Phật giáo căn bản cũng như trong Phật giáo Đại thừa, Phật Thích Ca đều dạy chúng ta tu tập bốn vô lượng tâm: Từ vô lượng tâm, Bi vô lượng tâm, Hỷ vô lượng tâm, Xả vô lượng tâm.

Trong bốn Vô lượng tâm nói trên, thường bị bỏ quên là Hỷ vô lượng tâm. Hãy thấy cái tâm vui vẻ tràn đầy đó chính là tâm Bồ tát. Đây là lời giáo hóa rất quan trọng trong Phật Pháp cơ bản.

Nếu anh tự cảm thấy quá nghiêm túc quá đăm chiêu thì hãy thư giãn một tí, hãy thả lỏng thất lưng và cởi bỏ bộ âu phục ra. Làm như vậy, không có can hệ gì, cũng không ảnh hưởng gì tới tu hành.

Hãy thư giãn một chút ít! Chúng ta hãy điều chỉnh lại bước đi, với một thái độ tốt đẹp, bình thản, chúng ta bước tới!

Nên thường xuyên ghi nhớ: Lòng hoan hỷ phải là vô lượng, vô biên. Cũng như lòng từ bi, cũng như hạnh bố thí vô biên. Tu hành được như thế thì sẽ không phát sanh vấn đề, và trong quá trình tu hành, cũng sẽ thực sự thể nghiệm được pháp lạc, thể nghiệm học Phật Pháp là vui.

Pháp lạc là gì? Cũng gọi là niềm vui của Thiền, niềm vui của Pháp. “No bụng bằng niềm vui của Pháp”. Đó là kinh nghiệm rất trọng yếu của sự tu hành.

Tâm hỷ vô lượng! Trước hết hãy chiếu cố đầy đủ người trong nhà anh, đảm bảo họ ăn uống đầy đủ, và mình cũng ăn uống đầy đủ. Sau đó mới có tâm tình và sức mạnh để giảng kinh cho họ nghe. Đức Phật cũng làm như vậy.

---o0o---

## **BẦY BÁU VÀ BẦY TÌNH ĐỪNG ĐỂ CHO PHẬT GIÁO BIẾN THÀNH HÌNH THỨC**

Gần đây, tôi có đi thăm Thái Lan, để quan sát sự khác biệt giữa Phật giáo Tiểu thừa mà nhân dân Thái Lan tín ngưỡng và Phật giáo Đại thừa.

Pháp luật Thái Lan quy định mọi người đàn ông đều phải xuất gia, cũng như ở Đài Loan quy định người đàn ông nào cũng phải phục vụ trong quân đội. Đà n ông Thái i không xuất gia cũng như đàn ông ở Đài Loan chưa phục vụ trong quân ngũ, và sẽ bị xã hội coi khinh. Chỉ có điều khác với Đài Loan là, đàn ông Thái có thể phân chia thời gian để hoàn thành nghĩa vụ xuất gia của

mình: Thí dụ, một năm xuất gia một tháng, sau sáu năm thì hoàn thành nghĩa vụ xuất gia.

Việc nhà nước quy định xuất gia, tạo thành hậu quả nghiêm trọng, là thái độ của nhân dân đối với Phật giáo bị phân hóa thành hai cực: Đối với người hoan hỷ xuất gia thì đó là con đường tiến tới giác ngộ (Bồ đề). Nhưng đối với những người không muốn xuất gia, thì sinh ra một phản cảm đối với Phật giáo. Đó là vấn đề mà tôi trực tiếp quan sát được.

Còn có một hiện tượng khác nữa, là ở Thái Lan cũng như ở các nước khác theo Phật giáo Tiểu thừa, nhân dân chỉ tin Phật và đệ tử Phật, về căn bản họ không tin Bồ tát.

Vì không tin Bồ tát cho nên cho rằng, cư sĩ không thể tu hành và nữ cư sĩ còn bị coi khinh nữa. Địa vị nữ cư sĩ trong xã hội Thái Lan rất thấp kém. Nếu chúng ta cử bà Pháp sư Chứng Nghiệm ở Đài Loan qua Thái Lan thuyết pháp, thì nhân dân Thái sẽ không biết đến bà, mặc dù ở Đài Loan bà Chứng Nghiệm được mọi người tôn trọng là vĩ đại, tuyệt vời. Bởi vì, nhân dân Thái không tin là phụ nữ có thể thành đạo. Trong quan niệm của người Thái Lan, không có người đàn bà tu hành. Đàn ông mà không xuất gia cũng không thể tu hành. Nếu so sánh thì nam cư sĩ cũng như nữ cư sĩ ở Đài Loan thực là rất hạnh phúc.

Ngoài ra, một điều nữa làm tôi cảm xúc sâu sắc là sự tôn kính của nhân dân Thái đối với Phật giáo và người xuất gia. Ở Đài Loan không được như thế. Trước cửa các chùa lớn ở Thái Lan, đều có cấm biển ghi kiến trúc đó là chùa. Mọi người đều biết tôn trọng chùa. Các loại xe qua lại đều giảm tốc độ. Một cảnh tượng lý thú là có những chiếc xe hơi đang chạy với tốc độ cao, đến ngang chùa đều hãm chậm lại, vì không dám xâm phạm phong cảnh yên tĩnh của chùa.

Thị trưởng Băng Cốc sở dĩ đắc cử là vì có quan hệ tới Phật giáo. Khi ông còn nhỏ và xuất gia ở chùa, ông đã tỏ ra là người tu hành nghiêm túc và xuất sắc. Nhờ tiếng tăm đó nên sau này ứng cử thị trưởng, ông được đa số nhân dân bầu. Điều này chứng tỏ ảnh hưởng lớn của Phật giáo ở xứ Thái. Một người đối với đạo Phật càng tín ngưỡng thuần thành bao nhiêu thì nhân dân càng tín nhiệm người ấy bấy nhiêu.

Tuy rằng, ở xứ Thái, mọi người đều tín ngưỡng Phật giáo, nhưng trên sự thực, lại có rất ít người hiểu Phật giáo. Cũng tức là nói, trên phương diện: Tín, giải, hành, chứng, đại đa số dân chúng đều dừng ở giai đoạn tín mà

thôi. Đến nỗi, Phật giáo ở Thái Lan, cuối cùng biến thành một thứ Phật giáo hình thức. Đó thực là đáng tiếc! Điều này làm tôi cảm nhận rằng, các Tổ sư Trung Hoa ngày xưa của chúng ta thật vô cùng từ bi, dạy dỗ chúng ta phải đi con đường trung đạo, không được một chiều, không được cực đoan.

Kinh nghiệm Thái Lan cho tôi một nhận thức quan trọng: Nếu tôn giáo bị biến thành một quy định có tính cưỡng bức trong sinh hoạt, thì sẽ có thể khiến cuộc sống có một biến chất lớn. Tôi cho rằng, nếu tôn giáo không hòa nhập vào sinh hoạt, mà là một thứ quy định thì nó sẽ là một tai họa đối với sinh hoạt.

Đó là tình hình xảy ra ở xứ Thái Lan và các nước khác tin theo Phật giáo Tiểu thừa: xã hội phân thành hai cực. Một bộ phận nhân dân tin tưởng thuần thành ở đạo Phật, và có bản tính hết sức ôn hòa, lương thiện. Một bộ phận khác thì không có việc gì không dám làm. Một người bạn Thái nói với tôi rằng, nước Thái có một số đặc sản như thế này: một là chùa chiền, hai là Tăng sĩ, ba là gái mãi dâm, bốn là người yêu quái. Cứ thử tưởng tượng xem: Tăng sĩ đầy đường nhưng gái mãi dâm cũng đầy đường. Đó là một xã hội cắt làm đôi rõ rệt. Cũng có người nói với tôi ở Thái Lan, có thể tìm một người giết thuê, chỉ cần 1000 đồng bạc Thái là xong ngay. Bỏ ra 1000 đồng là có thể giết một mạng người! Mà ở Thái Lan, một người cầm 1000 đồng đi giết thuê có thể là một tín đồ Phật giáo, đã từng là Tăng sĩ. Nghe ra phát sợ và không có đạo vị chút nào? Chỉ có đau lòng mà thôi.

Vì vậy tôi thể hội một cách sâu sắc rằng, muốn cho đạo Phật trở thành một bộ phận của cuộc sống thì phải trên cơ sở một tâm trạng hài hòa, vui vẻ, tình nguyện. Nếu bắt buộc người nào cũng phải làm Tăng sĩ thì tất nhiên sẽ có một số người không thích làm Tăng sĩ. Cũng như ở Đài Loan, có quy định người đàn ông nào đến tuổi cũng phải làm binh dịch, phục vụ trong quân ngũ. Do đó, mà tất nhiên sẽ có những người không thích phục vụ trong quân ngũ.

Tin đạo Phật, phải chú ý hai điểm: Một là đã phá bệnh hình thức trong Phật giáo. Hai là không được biến đạo Phật thành nguyên nhân làm chúng ta đau khổ, làm chúng ta bị ràng buộc.

## **ĐỪNG ĐỂ PHẬT GIÁO THÀNH RÀNG BUỘC ĐỐI VỚI CUỘC SỐNG**

Rất nhiều Phật tử trước khi học Phật, sống rất sung sướng. Nhưng sau khi học Phật rồi, thì người xung quanh cảm thấy họ sống rất đau khổ. Họ cũng tự cảm thấy mình sống rất đau khổ, vì rằng có nhiều ràng buộc, có nhiều giới luật.

Có người hỏi tôi nên giải quyết thế nào? Tôi khuyên anh ta, trước hết, nên ngưng học Phật một thời gian. Bởi vì học Phật đã tạo thành một áp lực và thống khổ đối với cuộc sống, nên nếu cứ tiếp tục, không chịu hóa giải thì một ngày kia sẽ tích lũy thành một phản ứng cực lớn. Người đó sẽ giống như Phật tử Thái Lan, có thể do phản ứng mà trở thành một người rất xấu, một người yêu quái.

Phật pháp của chúng ta không được biến thành hình thức. Cái gì có phẩm chất rất tốt cũng không phải là hình thức chủ nghĩa. Học Phật pháp là để mở mang phẩm chất nội tại của chúng ta, chứ không phải để ràng buộc cuộc sống, tạo thành thống khổ và áp lực đối với cuộc sống. Phật pháp là sức mạnh giúp chúng ta được tự do tự tại. Nếu người học Phật mà ngày càng không được tự do, ngày càng không được tự tại thì trong việc học Phật, có vấn đề cần được xem xét lại.

---o0o---

## **HỌC PHẬT LÀ ĐỂ MONG CẦU CẢI CÁCH VÀ SÁNG TẠO TÂM LINH**

Khi tôi diễn giảng ở Thái Lan, có rất đông người đến nghe. Họ nghe xong, cảm thấy điều rất bất ngờ, là sao có một Phật pháp khác biệt thế? Trong số người nghe, có ông Bộ Trưởng Bộ Giáo Dục Thái. Sau khi nghe tôi diễn giảng, liền cho phiên dịch bài giảng của tôi bằng tiếng Thái. Bài giảng thứ nhất có tiêu đề “Bài kệ báu của Bồ tát” được dịch và phổ biến bằng tiếng Thái, với hy vọng đem lại quan điểm mới cho Phật giáo Thái. Phật pháp mà tôi giảng không thể là mãi mãi không thay đổi, vì trên hiện thực, Phật pháp là một cuộc cách mạng tâm linh, một sự sáng tạo tâm linh.

Chữ Phật 佛 rất có ý nghĩa. Bên trái là chữ nhân 亻 là người. Bên phải là chữ phát 弗 nghĩa là không phải, Phật không phải là người. Vì Phật là do cải

cách con người mà thành. Điều quan trọng nhất đối với Phật, đối với Bồ tát theo Đại thừa là gì? Là từ bi. Chữ từ 慈 là tâm như vậy. Tâm vốn có như vậy. Còn bi 悲 là phi tâm, không phải là tâm 非心, tức không phải là tâm người.

Cũng tức là nói, một người muốn tạo ra lòng từ bi chân chánh thì phải bắt đầu từ phi tâm, tức là bắt đầu từ cải cách và sáng tạo tâm.

Tôi đã từng xem vở kịch về một con người. Cha anh ta chết trong hầm mỏ. Con anh ta cũng chết trong hầm mỏ. Về sau cháu anh ta cũng chết trong hầm mỏ. Vở bi kịch diễn đi diễn lại từ thế hệ này sang thế hệ khác. Đó không phải là số phận mà là do người trong gia đình ấy không biết cải cách và sáng tạo. Nếu sau khi cha chết mà con cháu rời bỏ hầm mỏ đi nơi khác thì mạng vận của họ ắt đã thay đổi. Đó cũng là một sự cải cách và sáng tạo của tâm.

Có người yêu đương gặp thất bại, yêu đương nữa lại thất bại, cứ một lần yêu là một lần thất bại, và mỗi một lần như vậy là cả người đây “thương tích”. Có một cô gái biên thư cho tôi, kể cô ta liên tục bị ba thanh niên từ bỏ. Lần thứ nhất, bị từ bỏ cô nghĩ: “Đây là nghiệp chướng của mình”. Lần thứ hai, bị từ bỏ, cô nghĩ: “Đây có thể không phải là nghiệp, tôi phải báo thù”. Đến lần thứ ba bị từ bỏ, cô nghĩ: “Tôi phải giết chết anh ta mới được”.

Cách suy nghĩ của cô ta càng ngày càng hung bạo. Tôi hỏi cô ta: “Sao cô không suy nghĩ thế này: Vì sao mình bị họ từ bỏ?” Đó là một ý nghĩ sáng tạo, một cách suy nghĩ mới đối với sinh mạng và cuộc sống.

Trong cuộc sống có rất nhiều mô hình hành vi ảnh hưởng đến chúng ta. Thí dụ cô gái đã biên thư cho tôi. Cô ta thất bại trong tình yêu, vì sao lại oán giận? Vì sao phải báo thù? Vì sao phải giết đối phương? Tôi suy nghĩ về vấn đề này và cho rằng, phản ứng đó không phải là do tình cảm chân thực của cô ta, mà là do bắt chước các mô hình ứng xử trong kịch truyền hình, trong các vụ thất tình, có sự kiện đánh bạt tai hay đổ nước vào đối phương. Tình tiết đó thường xuất hiện trên quảng cáo, kịch truyền hình, trong tiểu thuyết, thành một loạt mô hình ứng xử. Gặp sự việc như vậy thì phải phản ứng một cách cứng nhắc như vậy, tuy rằng sự phản ứng đó không phải là phản ứng chân thực của mình.

Nếu nói chuyện duyên ái thì trong 100 người thất tình, không phải người nào cũng sanh lòng oán giận, có thể là có 50 người không oán hận. Vì sao, anh

lại oán hận? Chính là vì từ nhỏ, anh đã được giáo dục và huấn tập theo mô hình ứng xử oán hận như vậy.

## **CẢI CÁCH TÂM BẮT ĐẦU TỪ ĐÂU?**

Ngày xưa, khi tôi gặp phải thất bại trong tình yêu, tôi suy nghĩ: “Có thể hay không đừng có thù hận? Vì sao phải thù hận?”.

Người khác ôm hận thù trong tâm, nhưng chúng ta không nhất định phải hận thù; suy nghĩ như vậy, sẽ cảm thấy nhân cách của mình được nâng cao lên.

Đó là một bước khai phát mới, khiến cho tâm linh có cải cách mới, sáng tạo mới.

Trong xã hội ngày nay, mọi người đều theo đuổi danh lợi, đều thờ không khí ô nhiễm, đều chịu đựng cảnh giao thông hỗn loạn. Tuyệt đại đa số người đều phải chịu đựng, không biết làm thế nào, không nghĩ ra cách sáng tạo một không gian mới. Con người vì sao phải tu hành? Đây là do hy vọng có được cải cách và sáng tạo trong nội tâm, có được không gian mới trong nội tâm.

---o0o---

## **TÌM RA CỬA BÁU TRONG MÌNH VÀ ĐẦU MỐI CỦA BẢY TÌNH**

Bảy tình là hỷ, nộ, ái, lạc, ái, ố, dục. Tức là bảy phản ứng tình cảm của con người. Theo Phật giáo thì bản chất của bảy tình là một. Vì bản chất của chúng là một cho nên chúng ta có thể kết luận: “Chỉ có người khóc rất tốt mới cười được rất tốt”.

Khóc và cười, bản chất là một. Nếu chúng ta không biết khóc cho tốt thì chúng ta cũng không biết thế nào là cười cho tốt vì khóc và cười là cùng một đầu mối. Nếu chúng ta tìm được đầu mối ấy, thì khi chúng ta sướng (hỷ), chúng ta sẽ sướng rất tốt, khi chúng ta giận (nộ), chúng ta sẽ giận rất tốt; khi chúng ta bi ai (ái), chúng ta sẽ bi ai rất tốt; khi chúng ta vui (lạc), chúng ta sẽ vui rất tốt. Chú ng ta có cảm thọ gì cũng đều cảm thọ rất tốt, chứ không phải là vì học Phật mà chúng ta biến thành người hoàn toàn không có cảm thọ.

Nếu chúng ta học Phật mà biến thành người hoàn toàn không có cảm thọ, như gốc cây khô thì tức là học Phật sai rồi. Con người phải có hỷ, nộ, ái, lạc, nhưng cần biết rõ, đầu mối của chúng là ở đâu? Nếu biết rõ đầu mối ở đâu thì sẽ không còn sợ bóng tối nữa! Cũng như một người biết rõ cửa khóa của

phòng mình ở đâu, thì dù là đi vào một gian phòng tối om cũng không còn sợ hãi. Dù có nhắm mắt cũng thấp thỏm được đèn sáng lên.

Chúng ta sợ bóng tối vì chúng ta không biết cánh cửa phòng là ở đâu. Chúng ta suy nghĩ: “Ái chà tối quá! Làm thế nào đây?” Do đó mà lo lắng sợ hãi.

Bảy vật báu là vàng, bạc, lưu ly, mã não, xà cừ, hổ phách, thủy tinh. Các kinh Phật nói về bảy báu tuy không giống nhau, nhưng nói chung, vật báu nào cũng đẹp đẽ, cũng rất tốt.

Vì sao bảy vật báu được nói trong các kinh lại khác nhau? Vì rằng “báu” là do nhận định chủ quan. Vật này, tôi cho là báu nhưng người khác lại không cho là báu.

Tôi có một người bạn. Anh ta thích sưu tập các bô. Trong nhà tích lũy đến 40, 50 cái bô. Mỗi ngày thay đổi dùng một cái. Anh ta cho là rất quý, còn chúng tôi thì không chịu nổi, sao ở trong một nhà lại bày ra có nhiều bô như vậy, và vui thích gì mà tích lũy cái bô chứ!

Thực ra, trong kinh Phật, bảy báu chỉ có giá trị tượng trưng, tượng trưng cho những cái gì đẹp.

Nếu một người có vật báu ở trong người thì anh ta sẽ thấy bất cứ vật gì cũng đều rất quý báu. Đó là một sáng tạo mới, sáng tạo ra một không gian nội tại mới.

---o0o---

## **QUÉT TRỪ MÊ CHƯỚNG ĐỂ THẤY TỰ TÁNH TỰ TÁNH CHÍNH LÀ ĐẦU MỐI**

Vật báu ở trong chúng ta là gì? Đầu mối của bảy tình ở trong chúng ta là gì?

Theo đạo Phật thì vật báu nội tại, đầu mối nội tại chính là tự tánh, chính là Phật tánh.

Phật tánh là đầu mối cuối cùng của tất cả.

Bảy báu và bảy tình cũng giống như mây trên trời. Một người muốn nhận thức được tự tánh thì đầu tiên phải nhận thức được ở sau đám mây có khoảng trời, phải quét sạch đám mây đi thì sẽ thấy được bầu trời rộng lớn.

Bất quá, khi chúng ta chưa nhìn thấy được bầu trời ở sau đám mây, chúng ta vẫn nhận định: dù có mây đen bao phủ, dù có mưa lớn sầm sập, nhưng ở đằng sau vẫn là một bầu trời quang đặng không có thay đổi; bầu trời đó, tự tánh đó cuối cùng là như thế nào? Có kinh điển nào mô tả rõ nét “tự tánh” hay không?

Có một bộ kinh mô tả “tự tánh” rất rõ ràng, có lớp lang minh bạch. Bộ kinh đó là Tâm kinh. Tâm kinh được gọi là Kinh vương, là vua của kinh điển, được quý trọng phi thường. Tuy có rất nhiều người hàng ngày đọc tụng Tâm kinh rất nhiều lần, thế nhưng hiểu biết đúng đắn ý nghĩa của “Tâm kinh” thì lại có rất ít người.

Nói một cách đơn giản, nội dung của “Tâm kinh” là giảng về cải cách và sáng tạo tâm linh.

Quán chiếu thế giới và tự thân, khai phát ở chỗ sâu nhất. Quán Tự Tại Bồ Tát hành thâm Bát Nhã ba la mật đa thời (Tâm kinh), nghĩa là: Bồ Tát Quán Tự Tại khi thực hành sâu sắc trí tuệ Bát Nhã...

Thường thường nghe người ta tụng “Tâm kinh”, đoạn cuối có câu “Yết đế yết đế, Ba la yết đế, Ba la tăng yết đế, Bồ đề tát bà ha”. Ý tứ đoạn câu này là gì? Tôi hỏi hàng trăm người, không có người nào trả lời được.

Hàng ngày đọc tụng mà không hiểu ý tứ câu kinh, phải chăng là uổng công. Thực sự, “Tâm kinh” ngắn và giản dị, dễ hiểu, ý nghĩa hàm súc tinh vi. Đó là điều người học Phật không được bỏ qua.

Dưới đây là sự giải thích giản đơn của tôi đối với Tâm kinh, không dám so sánh với sự giải thích có mạch lạc của các bậc sư phụ.

Câu thứ nhất của “Tâm kinh” là Bồ Tát Quán Tự Tại.

Bồ Tát Quán Tự Tại tức là Bồ Tát Quán Thế Âm.

Nếu ở trong cửa hàng đồ cổ, anh thấy tượng một vị Bồ tát, một chân duỗi ra ngoài, một chân xếp bằng trên hoa sen, thì đó là Bồ Tát Quán Thế Âm.

Vì sao Bồ Tát Quán Tự Tại lại có tư thế đặc biệt như vậy. Một chân hướng ra ngoài, đó là tư thế của Bồ Tát sẵn sàng đi cứu giúp chúng sanh.



Vì sao cả hai chân đều không duỗi ra ngoài? Nếu cả hai chân duỗi ra ngoài, thì tốc độ đi giải cứu chúng sanh sẽ nhanh hơn chứ? Nguyên do là, cái chân xếp tròn trên hoa sen là bất động. Dù là trong tâm Ngài thấy có chúng sanh, Ngài vẫn an trú bất động. Nhưng thoát nghe tiếng kêu cứu của chúng sanh, Ngài liền nhanh chóng đứng dậy đi cứu chúng sanh.

Trong nhà tôi, cũng có thỉnh một tượng Bồ Tát Quán Thế Âm như vậy.

Mỗi người đều biết Bồ Tát Quán Thế Âm, sở dĩ có danh hiệu “Quán Thế Âm” là vì Ngài quán chiếu âm thanh trong thế gian, tùy theo âm thanh mà cứu khổ chúng sanh. Một danh hiệu khác của Ngài là “Quán Tự Tại”, cũng thường bị người ta bỏ quên. “Quán Tự Tại” là quán chiếu thế giới nội tâm của mình mà được tự tại.

Trong phẩm “Phổ Môn Quán Thế Âm Bồ Tát”, có sự mô tả rõ ràng sức quán chiếu rộng lớn của Bồ Tát.

Chân quán, thanh tịnh quán  
Bi quán cập từ quán.  
Quảng đại trí tuệ quán,  
Thường nguyện thường chiêm ngưỡng.

Dùng văn Bạch Thoại, giải thích các câu trên như sau:

Quán chiếu thế giới này một cách chân thực và thanh tịnh. Quán chiếu thế giới này với trí tuệ rộng lớn.  
Quán chiếu thế giới này với lòng bi, lòng từ.  
Thường thường có nguyện vọng như vậy.

Mỗi người đều có thể tiến vào cảnh giới của Bồ Tát Quán Thế Âm. Năm phép quán đó gọi là “Bồ Tát Ngũ Quán”.

Nếu biết quán chiếu một cách rộng lớn và sâu sắc như vậy, cuối cùng sẽ được tự tại

Câu thứ hai của “Tâm kinh” là: “Hành thâm Bát Nhã ba la mật đa thời”.  
Hành thâm là càng đi, càng tiến sâu vào thế giới nội tâm.

Trong các truyện của Thiên Tông, có truyện của Thiên Sư Hy Vận Hoàng Bích làm tôi hết sức cảm động; trước đây Thiên sư Hoàng Bích Hy Vận và mẹ sống nương tựa vào nhau. Nhưng sau khi Ngài xuất gia tu hành, Ngài phải rời khỏi mẹ. Sau khi người con độc nhất của mình ra đi tu hành, bà mẹ ngày đêm nhớ con than khóc, đến nỗi thành mù lòa. Bà quyết tâm tìm và

đoàn tụ lại với con mình, nhưng tìm sao được vì không biết con mình ở phương xa nào mà mình thì già cả mù lòa. Bà nghĩ một cách: Dựng một quán trà trên đường trước nhà; có Tăng sĩ đi qua bà đều bung nước trà mời, và giúp Tăng sĩ rửa chân. Vì Hoàng Bích chân trái có một nốt u bà hy vọng có thể bằng cách này tìm lại được người con của mình chăng? Nhiều năm đã trôi qua như vậy.

Hoàng Bích sau khi xuất gia cũng rất nhớ mẹ . Có một ngày, ông tự nhiên, không cố ý đi trên đường trở về nhà. Thấy có quán trà, bèn dừng lại vào quán, ông thấy bà mẹ đã bao năm xa cách.

Mẹ ông bung trà cho ông uống, sau đó lại giúp ông rửa chân. Hoàng Bích do dự hồi lâu mới đưa chân phải cho mẹ rửa. Khi mẹ ông giúp ông rửa chân, ông nói Phật Thích Ca Mâu Ni rất là vĩ đại. Phật Thích Ca Mâu Ni từ bỏ gia đình là vì nguyên nhân gì. Bà mẹ rửa xong chân phải cho Hoàng Bích, muốn rửa chân trái, thì Hoàng Bích nói: “Chân trái của tôi bị thương, không để cho bà rửa được”. Nói xong bèn đứng dậy rút lui. Hoàng Bích đi rồi, có người nói với mẹ ông: “Người vừa mới đi ra chính là vị Thiên sư rất vĩ đại hiện nay là Hoàng Bích Hy Vận”. Bà mẹ khổ quá vì không đoàn tụ được với con, bèn nhảy xuống sông tự tử.

Hoàng Bích khi biết chuyện này, chỉ nói một câu: “Chỉ khi được giải thoát mới thật sự đền ơn”.

Ôi! Tôi đọc xong truyện Thiên sư Hoàng Bích mà toát mồ hôi như tắm. Chỉ khi được giải thoát mới thật sự là đền ơn. Hoàng Bích đúng là một nhà tu hành vĩ đại phi thường.

Đó mới thực là “hành thâm”. Thiên sư Hoàng Bích tuy trong nội tâm còn do dự, nhưng vẫn giữ được cảnh giới bất động.

Nếu một người không có biện pháp “hành thâm” cũng rất dễ thử nghiệm.

Nhớ lại lúc nhỏ, thường theo cha lên núi Lục Quy Sơn để hái hoa lan dại. Chúng tôi mỗi người đeo một cái thúng đi suốt hai ngày một đêm. Cậu bé nhỏ tuổi như tôi không cách nào hiểu được vì sao cha mình phải leo núi hai ngày một đêm chỉ để hái hoa lan dại!. Tôi hỏi cha tôi: Ba hái hoa lan dại để làm gì?

Ông trả lời: “Để về nhà thưởng thức” .

Tôi nói: “Hoa nào mà không thưởng thức được. Cần gì phải leo núi hai ngày một đêm liền để hái hoa lan dại?”

Cha tôi đáp: “Đây là vì có rất nhiều người trước đây chưa từng biết đến hoa lan dại đẹp tuyệt vời thế này. Vì vậy, phải hái về cho họ thưởng thức. Chỉ có đi nhiều ngày đêm, đến những nơi không có vết chân người mới hái được thứ hoa lan dại rất đẹp và rất quý báu này”.

Kinh nghiệm này làm cho tôi hết sức động tâm, phải đến tận chỗ không có chân người mới thấy được cái mà người khác không có.

Thiền Tông gọi đó là “Hương vạn lý vô thốn thảo xử hành khứ”. Nghĩa là đến nơi xa hàng vạn dặm không cỏ mọc. Cũng nói: “Cao sơn đỉnh lập, thâm thâm hải đế hành”. Một mình đi trên núi cao, và đi dưới đáy biển sâu. Cũng nói: “Độc tọa đại hùng phong thượng”. Nghĩa là một mình ngồi trên đỉnh núi cao.

Có lần tôi đi thăm người bạn ở Bình Đông. Bạn tôi dẫn tôi đi xem các cây chè dại. Loại cây chè này cao bằng tòa nhà một lầu. Ở những nơi khác, các cây chè đều thấp bé. Bởi vì hàng ngày, chúng bị người ta hái lá, cho nên chúng không có cơ hội để lớn lên.

Cũng phải đi quãng đường nhiều ngày mới đến nơi có cây chè dại mọc trên núi cao. Loại cây chè này mọc ở đây đã hơn 100 năm rồi. Nó cho tôi một nhận thức sâu sắc: đó là “hành thâm”, đi đến nơi sâu thẳm để có được nhận thức mới. Đương nhiên, đó chỉ là sự phát hiện ở bên ngoài. Thế giới nội tại cũng là như vậy. Nó cũng là không cùng tận. Hãy đi sâu hơn nữa vào nội tâm để tìm tòi. Đó chính là hành thâm.

“Bát Nhã” là trí tuệ. “Ba la mật” là đến bờ bên kia. “Bát Nhã ba la mật” là trí tuệ đạt tới bờ bên kia. Còn chữ “thời” là thế nào? Khi anh hết sức chú ý làm một việc nhất định, chuyên chú tới mức quên mình, thành ra vô tâm thì tức là anh đã nhập vào trong thời gian. Trong cuộc sống, cũng không khó thể nghiệm trạng thái “Vô tâm” đó.

Mùa hè nóng bức, làm việc bận rộn suốt một ngày rồi được về nhà, tắm nước nóng, ngồi trên ghế dài rất tiện nghi đọc một cuốn sách hay và nghe âm nhạc. Lúc ấy chính là nhập “thời” tức là một tình trạng hết sức vô tâm, vì cả toàn thân của anh đều thư giãn. Trên thực tế, anh đã tiến vào một thời gian khác, một không gian khác, nó chòng lênh trên cuộc sống bình thường của anh, nhưng ở một cấp độ khác.

Tình trạng vô tâm này, dù là rất cao quý hay rất bình thường, đều có thể xuất hiện. Trong cuộc sống, có rất nhiều thời điểm như vậy.

Trong “Tâm kinh”, chữ “thời” là chỉ thời điểm sanh khởi ra trí tuệ đến bờ bên kia (cũng tức là trí tuệ thanh tịnh, trí tuệ sáng suốt, trong mát; phàm là trí tuệ tốt đẹp, đều có thể gọi là trí tuệ đến bờ bên kia) sanh khởi ra cảnh giới tốt đẹp, thì tức là anh tiến vào thời điểm ấy.

Nhận thức rõ nhân duyên khởi diệt đều là tướng không, thì sẽ siêu việt được khổ đau tai nạn (Tâm kinh).

“Quán chiếu ngũ uẩn giai không, độ nhất thiết khổ ách”. Quán chiếu 5 uẩn đều là không, thoát khỏi mọi khổ ách.

Năm uẩn là sắc, thọ, tưởng, hành, thức.

Sắc là hình dáng, màu sắc, hình tượng.

Thọ là cảm thọ, cảm giác.

Tưởng là do cảm giác mà sanh ra ý niệm.

Hành là do cảm giác, ý niệm mà sanh ra động tác, hà nh vi, cũng gọi là mạng sống nối tiếp không dứt.

Thức là trạng thái ý thức, nảy sinh trên cơ sở bốn uẩn nói trên.

Hãy đưa ra một ví dụ đơn giản: Trên núi, anh thấy một đóa hoa bách hợp. Nếu anh không biết đó là hoa bách hợp, thì anh cũng thấy đó là loài hoa màu trắng, hình dáng giống như cái loa. Anh thấy màu sắc và hình dáng của hoa. Đó chính là sắc.

Rồi anh cảm giác thấy đóa hoa trong sạch thuần khiết xiết bao? Đó là thọ. Anh lại suy nghĩ: Đóa hoa thuần khiết này thật là đẹp, tôi rất là ưa thích. Đó là tưởng.

Đóa hoa đẹp này, hãy hái nó đưa về nhà, thực là tốt. Rồi anh hái hoa. Đó là hành.

Anh đưa đóa hoa về nhà. Người nhà nói cho anh biết đây là hoa bách hợp. Anh bèn đem đóa hoa hòa hợp với từ “bách hợp”, sanh ra nhận thức đó là hoa bách hợp. Đó là thức.

Năm uẩn che mắt tự tánh của chúng ta, cũng như đám mây che bầu trời. Muốn thấy được tự tánh, phải chiếu kiến 5 uẩn đều là không. Khi nhìn đóa hoa bách hợp, anh chỉ thấy hoa bách hợp, không để bị ảnh hưởng bởi một cái nhìn thế tục cố định nào. Giả sử chúng ta đánh giá một đóa hoa bách hợp. Sự đánh giá của chúng ta không làm cho hoa ấy tăng hay giảm vẻ đẹp

của nó một chút nào. Thực tướng của nó là không thay đổi. Do đó mà năm uẩn của chúng ta, sắc, thọ, tưởng, hành, thức đối với đóa hoa là không có tác dụng. Như vậy có thể thấy rõ, 5 uẩn chủ quan của chúng ta, sắc, thọ, tưởng, hành, thức đối với mọi sự vật khách quan là không có tác dụng. Năm uẩn đó là “tánh không” không thể nắm bắt. Do đó, chúng ta có nhận thức: Năm uẩn là tướng không, nó khởi và diệt, nó không có thực thể.

Từ hoa bách hợp, tôi liên tưởng đến cái cây, tôi trồng ở nhà, gọi là “cây bà cô” (Cô Bà Diệp). Cây này có lá to bản. Gọi nó là cây bà cô, vì nó giống như các cô các bà, sanh sản rất nhanh! Bà mẹ tôi lấy làm lạ hỏi: Đó là loại cây không ai cần đến cả. Con trồng nó để làm gì?

Ngày nay, cây bà cô không có giá trị, không ai hỏi mua nó. Nhưng, ngày xưa lá của nó có ích. Người làng dùng lá của nó để bọc thịt lợn. Một lá bà cô có thể tách làm 2, 3 mảnh, đem bọc các miếng thịt lợn. Dùng xong vứt xuống đất, rồi về nhà một cách tự nhiên.

Bây giờ, toàn dùng bao ny lông. Mua 10 gói miến là đem 10 bao nylon về nhà. Đâu đâu cũng tràn ngập bao nylon, thực là đáng sợ. Về mặt đó mà nói, lá cây bà cô rất có giá trị. Nhưng nếu nhìn theo góc độ khác, thì nó lại không có giá trị. Thế nhưng, dù cho anh nhìn nó như thế nào, nó không có thay đổi, nó vẫn là lá cây bà cô. Cây lá bà cô vẫn sinh sản nhanh, mọc khắp các nơi.

Nếu chúng ta thấy được nhân duyên khởi diệt như thế nào, chúng ta sẽ thấy được bầu trời ở đằng sau đám mây 5 uẩn: sắc, thọ, tưởng, hành, thức, và sẽ tiến được vào cảnh giới, thấy 5 uẩn đều là không.

\*\*\*

Độ nhất thiết khổ ách (Tâm kinh) nghĩa là siêu việt, vượt qua mọi thống khổ và khó khăn.

Con người thấy được 5 uẩn đều là không thì sẽ vượt qua lên trên mọi thống khổ và khó khăn.

Bởi vì thấy rõ được nhân duyên khởi diệt như thế nào thì siêu việt thống khổ và khó khăn sẽ rất dễ dàng.

Gần đây, trên một tờ báo, tôi có đọc một báo cáo của Thị trưởng Đài Bắc là tiên sanh Hoàng Đại Châu. Ông kể chuyện ngày xưa ông thi đại học, năm thứ nhất không may, làm bài không tốt, hỏng thi. Năm thứ hai lại thi đỗ vào

trường Đại Học Nông Nghiệp Đài Bắc. Ông nói, nhờ thi lại năm sau nên được quen biết giáo sư Lý Đăng Huy, gây ấn tượng tốt với giáo sư Huy. Cho nên về sau, khi giáo sư Huy nhậm chức chủ tịch tỉnh, thì mời ông làm bí thư trưởng ở phủ chủ tịch. Và hiện nay ông chuyển sang làm thị trưởng Đài Bắc.

Từ giác độ rộng lớn của nhân sanh mà xét, nhân duyên khởi diệt phải chăng là chuyện khó nghĩ bàn. Thành công và thất bại, tiêu chuẩn là gì đây?

Người ta thường nói: “Thất bại là mẹ của thành công”. Kỳ thực, thành công cũng là cha của thất bại. Câu thứ hai này cũng quan trọng, và thường hay bị lãng quên. Nếu không có thành công, sẽ không có thất bại. Bản chất của hai cái đó là một.

---o0o---

## **SẮC VÀ KHÔNG ĐỀU CÓ THỂ GIÚP CHÚNG TA KHAI NGỘ**

“Xá Lợi Tử! Sắc bất dị không, không bất dị sắc, sắc tức thị không, không tức thị sắc”. (Tâm Kinh)

Mỗi lần đọc Tâm Kinh đến câu “Xá Lợi Tử, sắc bất dị không, không bất dị sắc, sắc tức thị không, không tức thị sắc”, tôi cảm thấy lòng bỗng nhiên âm áp. Tiếng gọi “Xá Lợi Tử” của đức Phật như là văng vẳng bên tai chúng tôi. Như chính đang nhấn nhủ và kêu gọi chúng tôi.

Xá Lợi Tử là tên Phật gọi học trò của mình, cũng như trong kinh Kim Cang, Phật gọi Tu Bồ Đề, này Tu Bồ Đề. Cũng như Phật gọi chúng ta: Này thiện nam tử, thiện nữ nhân! Nghe rất là thân thiết, cảm động, không khác nào Phật nói bên tai chúng ta vậy, để hướng dẫn tâm linh chúng ta đi theo con đường của Ngài.

Xá Lợi Tử là vị đệ tử đứng hàng đầu về trí tuệ của Phật Thích Ca Mâu Ni. Phật Thích Ca giảng “Tâm Kinh” cho Xá Lợi Tử nghe, điều này chứng tỏ Tâm Kinh là bộ kinh bao hàm trí tuệ rất cao siêu phi phàm.

Tên Xá Lợi Tử là do người mẹ, khi có thai ông, bỗng nhiên trí tuệ bộc phát, trở thành thông minh lạ thường, lại nói năng biện luận rất hoạt bát. Vì vậy người ta gọi bà là Xá Lợi. Xá Lợi chữ phạn là mắt con chim linh thú. Linh thú là con chim ưng bay cao trên hư không, có con mắt rất sắc sảo dù bay ở độ cao hàng nghìn thước vẫn nhìn thấy được con người và chuột chạy trên

thảo nguyên. Do đó , đem mắt con linh thú ví với trí tuệ sáng suốt vô cùng. Bà Xá Lợi sanh ra con trai gọi là Xá Lợi Tử (con trai bà Xá Lợi), cũng là người có trí tuệ phi thường..

Phật nói với ông Xá Lợi Tử rằng: Sắc và không là hai mặt của một thể.

Hãy trở lại với ví dụ hoa bách hợp. Khi chúng ta nhìn đóa hoa bách hợp, thì trên thực tế cũng đã thấy nó khô héo. Vì sao nói như vậy? Vì đóa hoa ấy do nhân duyên hòa hợp mà sanh ra, và khi nhân duyên ly tán thì nó cũng mất. Do có đủ nhân duyên trong một thời điểm nhất định mà có đóa hoa. Đóa hoa ấy trên sự thật là không có thực thể.

“Sắc tức thị không, không tức thị sắc” hai cái đó không có phân biệt, không có sự khác biệt về tầng thứ cao thấp. Tất cả đều xuất phát từ hư không và sẽ trở vào hư không.

Ngộ được đạo lý ấy sẽ nắm được tâm mình.

Biết được sắc là không, cho nên sẽ không bị sắc chuyển. Vì biết rằng mọi vật chất và hình tướng, tất cả đều là không.

Biết được không tức là sắc, thì sẽ không xem nhẹ vật chất và hình tướng. Đó là điều rất trọng yếu. Nếu chỉ biết sắc tức là không, thì đó là thấy cây mà không thấy rừng.

Kinh “Hoa Nghiêm”, đem thế giới chia làm ba thế gian: Thế gian thứ nhất là khí thế gian, là thế gian vật chất, thế gian của sắc. Thế gian thứ hai là thế gian hữu tình, là thế giới có cảm tình. Thế gian thứ ba là thế gian chánh giác (sự giác ngộ chân chánh), là thế gian không tánh.

Kỳ thực, sắc tức là thế gian vật chất. Không tức là thế gian chánh giác. Còn hữu tình thì nằm ở giữa sắc và không, nếu hữu tình mà có thể chuyển được khí, thì có thể nhập vào thế gian chánh giác; nếu mà hữu tình lại bị khí chuyển thì nó nhập vào thế giới của sắc.

Sắc và không vốn là hai mặt của cùng một thể. Nhưng, sắc cũng có giá trị của sắc, không thể đoạn trừ nó toàn bộ được. Tất cả những hình dáng và vật chất của thế gian này đều có thể được dùng để giúp cho chúng ta khai ngộ.

Tập “Truyện Tỳ Kheo Ni” có câu chuyện sau đây, có khả năng giúp chúng ta khai ngộ:

Có một thiếu nữ xinh đẹp muốn tu hành. Nhưng cô đẹp tới mức bản thân cô cũng lo lắng sợ mình không tu hành được. Do đó, cô lấy than nung đỏ hủy sắc đẹp của mình đi, để có thể chuyên tâm tu hành.

Đọc câu chuyện trên, tôi rất là cảm động, nghĩ rằng cô thiếu nữ đã xử sự quá u cực đoan.

Có bộ mặt đẹp, ai thấy cũng ưa thích, có phải là rất tốt không? Đáng tiếc là cô ta chỉ thấy một chiều sắc tức thị không, sợ mình quá đẹp, sợ sắc đẹp của mình gây họa cho thế gian, cho nên không tiếc mà hủy bộ mặt của mình! Hãy nghĩ xem! Bộ mặt sau khi bị hủy, trở thành đáng sợ, khiến ai thấy cũng khiếp? Như vậy lại càng gây tai họa.

---o0o---

## **CHUYỆN NGU MUỘI THÀNH TRÍ TUỆ**

Thọ tướng hành thức diệt phục như thị. Xá Lợi Tử, thị chư pháp không tướng, bất sinh, bất diệt, bất cấu, bất tịnh, bất tăng, bất giảm (Tâm Kinh)

Thọ, tướng, hành, thức cũng là như vậy. Nay Xá Lợi Tử, đó là các pháp có tánh không sinh, không diệt, không bản, không sạch, không tăng, không giảm...

Đối với cảm thọ, tướng niệm, hành vi, ý thức cũng giống như màu sắc tướng mạo không được bỏ qua mà cũng không được chấp là có thực.

Trong kinh điển Phật giáo, biến 5 độc thành 5 trí, cho rằng 5 độc và 5 trí không khác gì nhau. Dem 5 độc, tức tham, sân, si, mạn, nghi của chúng ta chuyển thành trí tuệ. Bởi vì khi chúng ta nhìn rõ được tham, sân, si, mạn, nghi của chúng ta thì có thể nói đó là bước tiến bộ lớn về trí tuệ rồi.

Vì vậy đừng có sợ tham, sân, si, đó là bước tiến bộ lớn về trí tuệ rồi.

Chỉ có điều đáng tiếc là người ta thường bị vướng mắc vào tướng giả dối của tham, sân, si, mạn, nghi không có cách nào thoát ra được. Thậm chí, vướng mắc ngày càng nặng, đến mức đánh mất cả lý trí.

Có câu chuyện hài hước về một người phụ nữ tính rất hay ghen tuông. Cô ta không bao giờ an tâm khi chồng đi ra ngoài. Mỗi lần chồng đi đâu thì cô ta hết sức lo lắng, chỉ sợ chồng có bồ. Mỗi lần chồng về, cô lập tức tra hỏi,



kiểm tra trên người có sợi tóc dài nào của phụ nữ không, có dấu môi son không. Chỉ cần tìm ra được dấu vết dù là nhỏ xíu, cô ta cũng làm toáng lên.

Về sau, cô ta không tìm thấy trên quần áo chồng một sợi tóc hay một vết son môi nào nữa nhưng cô vẫn không chịu, tiếp tục kiểm tra thêm bảy ngày nữa, cùng không có gì. Nhưng cô vợ đã không vì vậy mà được an ủi, lại còn khóc rống lên. Người chồng không hiểu lý do và hỏi cô: “Em vì sao mà khóc to dữ vậy, đáng lẽ em phải vui thích mới đúng chứ. Em thấy độ này anh tốt đấy chứ, có đi ra ngoài tìm hoa thơm cỏ lạ gì đâu”. Nào ngờ cô vợ càng khóc to hơn và nói: “Nào ngờ anh đọa lạc đến mức cả đàn bà hói tóc mà anh cũng yêu được”.

Tất nhiên, đây chỉ là một câu chuyện đùa không xứng đáng để bàn! Chỉ cần nhớ rằng, khi một người đã vướng mắc vào lòng ghen tuông thì có thể trở thành một người hoàn toàn mất trí khôn.

Do đó, chúng ta cần luôn giữ thái độ rất sáng suốt. Đó là thái độ tốt đẹp nhất.

Thọ, tướng, hành, thức... kỳ thực đều là không. Điều này gọi cho chúng ta nhiều suy nghĩ mới.

Sáng suốt thấy rõ bản thân mình.

Trước khi sanh và sau khi chết.

“Thị cố, không trung vô sắc, vô thọ, tướng, hành, thức, vô nhãn, nhĩ tỷ, thiệt, thân, ý, vô sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp, vô nhãn giới, nãi chí vô ý thức giới. Vô vô minh diệt vô vô minh tận. Nãi chí vô lão tử, diệt vô lão tử tận. Vô khổ tập diệt đạo. Vô trí, diệt vô đắc” (Tâm Kinh).

Dịch: “Vì vậy ở trong không, không có sắc không có thọ, tướng hành, thức. Không có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Không có sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Không có nhãn giới cho đến ý thức giới. Không có vô minh, cũng không có sự đoạn tận vô minh. Cho đến không có già chết, cũng không có sự đoạn tận già chết. Không có khổ, tập, diệt, đạo. Không có trí, cũng không có gì sở đắc”.

Một người, nếu có thể đột phá được sắc thọ, tướng, hành, thức tức là 5 uẩn thì sẽ không bị lay chuyển bởi mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, cũng sẽ không bị lay chuyển bởi sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp.

Hoàn toàn không bị lay chuyển, tức là nhập vào cảnh giới không sinh, không diệt, không sạch, không bẩn, không tăng, không giảm, cũng không có việc đoạn tận vô minh, không có việc đoạn tận già chết, cũng không có trí, và không có gì là sở đắc. Không có một cái gì đặc biệt gọi là trí tuệ, không có một cái gì đặc biệt gọi là sở đắc. Tất cả đều là không, đều ở trong phạm vi không.

Tiến vào phạm vi vô tâm và tánh không, quét sạch mọi chướng ngại về tư tưởng, ý thức, hành vi, cảm thọ, hình dáng, màu sắc và sẽ phát hiện tất cả chỉ là biến chuyển, vô thường và sinh diệt mà thôi.

Thế nhưng, điều quan trọng nhất là trong cái sanh diệt biến chuyển vô thường đó, vẫn có một cái gì không thay đổi, đó là tự tánh.

Người phụ nữ, thức dậy buổi sáng, thường chải tóc trước gương. Không biết có một người phụ nữ nào cầm cái gương và tự hỏi: “Con người trong gương có phải là ta không?”

Nếu trả lời khẳng định là phải, thì người phụ nữ làm sao mà biết được người trong gương chính là cô ta. Sự thực, từ khi sinh ra cho tới nay, 20 tuổi, 30 tuổi, cô ta đã thay đổi quá nhiều rồi. Và sự thay đổi ấy nay vẫn tiếp tục.

Theo các nhà khoa học nghiên cứu, thì cứ qua 7 năm, tất cả tế bào trong thân người đều chết, và đổi mới hoàn toàn. Nói một cách khác, cứ 7 năm một lần, thân chúng ta có một sự thay đổi hoàn toàn, không còn có một tế bào nào của cái thân 7 năm trước tồn tại nữa.

Thân và tâm biến đổi mau lẹ như vậy, con người dựa vào đâu mà nói rằng “Đây là ta”.

Có lần tôi về làng, mẹ tôi đưa cho tôi xem một số bức ảnh cũ, bảo tôi tìm xem trong đám trẻ con chụp chung trong bức ảnh, ai là tôi? Tôi tìm mãi không ra. Đó là 18 anh chị em rất giống nhau. Tôi tìm hồi lâu mà không biết ai là mình trong đám trẻ con. Cuối cùng tìm được mừng rỡ, chỉ cho mẹ xem “Đây là con!” Bà mẹ nói: “Không phải, người đứng bên cạnh mới là con!”.

Thay đổi nhiều như vậy, đến bản thân mình cũng không nhận ra nữa!

Nếu anh không tin thì hãy làm thử xem! Anh lấy một bức ảnh của anh lúc còn nhỏ, đưa cho người khác xem và hỏi họ ai đấy. Chắc chắn, không ai biết

người trong ảnh chính là anh, trừ phi là người biết rõ anh, đã theo dõi anh lớn lên như thế nào.

Bởi vì, khi lớn lên, con người chúng ta có sự thay đổi rất lớn.

Ở đây chúng ta dựa vào đâu để nói: “Chúng ta tồn tại?”. Để nói, con người thấy trong gương mỗi buổi sáng đúng là ta?

Dựa vào một cái trước không sanh, không diệt, không tăng, không giảm.

Đáng tiếc là, người ta tuy biết là cái đó tồn tại, nhưng lại không nhận thức được rõ.

Cái đó là tự tánh. Nó ẩn sâu ở trong chúng ta: Chúng ta cảm thọ được nó, biết nó, nó chính là cái thật của chúng ta.

Dù chúng ta có béo lên 10 cân, chúng ta vẫn biết đó là chúng ta. Trên thế giới, không có một người nào, sau khi điều trị gầy đi lại không còn nhận ra mình nữa!

Từ 1 tuổi đến 100 tuổi, trong quá trình lớn lên đó, chúng ta biết có một cái ta. Tự tánh của chúng ta không có thay đổi và tăng giảm. Nó không những không tăng giảm, không sinh diệt, mà còn vĩnh viễn duy trì trạng thái vốn có của mình.

Hãy suy nghĩ xa thêm nữa! Trước khi ta sinh ra, nhất định cái ta đó vẫn thế, và sau khi ta chết đi, thì cái ta đó vẫn như thế!

Thấy được cái ta trước khi cha mẹ sinh ra, tức là thấy được “bộ mặt vốn có của mình trước khi cha mẹ sinh ra”, tức là thấy được cái ta, trước khi chúng ta sinh ra ở thế giới này.

Thấy rõ được cái ta sau khi chết, tức là biết được nơi tái sinh tương lai của ta, biết được cái ta vị lai, nơi chúng ta thừa nguyện mà đến.

Thấy biết được cái ta trước khi sanh và sau khi chết, tức là giác ngộ cứu kính, tức là không sanh, không diệt nữa. Ngay khi chúng ta không còn ở thế giới này nữa, tự tánh của chúng ta vẫn tồn tại.

## ĐI TÌM CẢNH GIỚI VÔ TÂM

“Dĩ vô sở đắc cố, Bồ đề tát đỏa, y bát nhã ba la mật đa cố, tâm vô quá ngại, vô hữu khủng bố, viễn ly điên đảo mộng tưởng, cứu kính Niết Bàn”.

Dịch: “Vì không có sở đắc, cho nên vị Bồ Tát, nhờ dựa vào trí tuệ Bát Nhã ba la mật, mà tâm không bị chướng ngại, không có lo sợ, xa rời mọi điên đảo mộng tưởng, đạt tới cảnh giới Niết Bàn cứu kính”.

Mỗi lần đọc lại đoạn “Tâm Kinh” này, tôi đều tán thán, ca ngợi đoạn này thực là hay!

Bồ đề tát đỏa là Bồ tát. Dịch nghĩa là chúng sanh hữu tình được giác ngộ. Chúng sanh hữu tình, dựa vào trí tuệ thanh tịnh, hoàn thiện, nên trong tâm không bị chướng ngại gì nữa, vì không có chướng ngại cho nên tâm cũng không có lo sợ, và do đó không có vọng tưởng điên đảo.

Không bị chướng ngại, không có lo sợ. Sự thực, đó là điều rất dễ hiểu. Đối với một vật gì không gây trở ngại đối với chúng ta thì chúng ta không còn sợ hãi đối với vật ấy nữa.

Cũng giống như con gái nhỏ của tôi, đi công ty Bách hóa, thấy có món hàng rất ưa thích, muốn mua nhưng tiền trong túi không đủ. Chạy về nhà lấy đủ tiền ra thì có người khác mua mất rồi. Cứ tiếc mãi, sao lúc ban đầu ra cửa hàng Bách hóa lại không mang đủ tiền. Tại sao lòng cô bé lại hối tiếc, là vì trong tâm của nó có vướng mắc (với món hàng nó thích mua). Nếu không có vướng mắc thì sẽ không còn sợ hãi, hối tiếc nữa.

Tôi thi vào đại học ba năm liền. Năm đầu thi hỏng, rất khổ tâm. Năm thứ hai thi hỏng nhưng không có khổ tâm gì, vì trong tâm không còn vướng mắc nữa, không còn lo sợ. Năm thứ ba, thi đỗ đúng vào bộ môn mình ước mong tức là khoa điện ảnh. Về nhà, tôi mua bánh pháo dài, treo từ lầu 4 xuống, đốt lên để khao! Anh, chị em tôi đều đến chúc mừng, vì tôi thi đỗ vào bộ môn mà tôi thích.

Nhưng trên báo chí, có thể đọc tin học sinh thi vào đại học, không trúng vào môn học ưa thích của mình mà cũng nhảy xuống sông tự sát! Đó là do trong tâm có vướng mắc. Vì vướng mắc cho nên sanh ra lo âu, sợ hãi và cuối cùng chọn con đường chết. Thật là sự kiện đáng tiếc.

Vì vậy đối với sự vật càng không vướng mắc, thì càng khỏi lo âu sợ hãi nữa.

Làm thế nào để bớt vướng mắc? Câu trả lời là phải có trí tuệ Ba la mật, tức là tâm thanh tịnh, trí tuệ thanh tịnh “đến bờ bên kia” (đáo bỉ ngạn). Nếu trí tuệ của anh rất rộng lớn thì anh sẽ bớt bị vướng mắc vào những chuyện nhỏ. Mất đi một viên đá kim cương, anh cũng không hối tiếc. Vì thật ra đối với người có trí, đá kim cương cũng như đá thường có khác biệt gì nhau. Kinh “42 chương” nói rất hay: “Đối với bậc có trí thì xem vàng và đá như nhau” (Kim thạch đồng nhất quán). Người có trí tuệ thì xem viên đá thường và đá kim cương cũng như nhau mà thôi.

Có viên đá kim cương, anh sẽ lo lắng bị mất, có viên đá thường, anh sẽ không lo lắng gì hết.

Tôi rất thích sưu tập các hòn đá. Có khi cùng con về làng, tải một bọc đá đem về nhà, cùng nhau rửa ở sân. Tôi hỏi con tôi: “Hòn đá này đẹp không?”. Con tôi nói không đẹp. Thế là tôi vứt đi. Nó cũng cầm một hòn đá lên hỏi tôi: “Hòn đá đẹp không ba?”. Tôi nói không đẹp, nó cũng vứt ra một bên. Nếu cả hai đồng ý cho là đẹp, thì giữ hòn đá lại. Trong quá trình chọn đá, tôi không bị vướng mắc vào cái gì hết. Không có chuyện vứt một hòn đá mà không đành, giữ một hòn mà không muốn.

Các hòn đá được giữ lại rất nhiều, các bạn bè xem ai cũng ưa.

Tôi lại cùng với bạn bè đi nhặt các hòn đá, và cùng nhau lựa chọn. Bạn tôi rất ưa thích các hòn đá, cho nên sưu tầm và chọn lựa rất là cao hứng, nhiệt tình. Còn tôi thì bỏ hòn đá nào cũng được, tôi không có thắc mắc, vì các hòn đá đối với tôi không có gì là quan trọng.

Tôi yêu cuộc sống, nhưng cuộc sống cũng không làm tôi vướng mắc, bởi vì nội tâm tôi thanh tịnh trong sáng.

Nếu tâm thanh tịnh thì không có vướng mắc. Không vướng mắc thì không lo sợ xa lìa điên đảo vọng tưởng. Nhờ đó mà ngủ rất ngon và rất ngon giấc.

Không để tâm nơi ngủ thì ngủ sẽ rất tốt. Nếu để tâm nơi ngủ thì sẽ mất ngủ. Điên đảo mộng tưởng là do có để tâm. Có để tâm thì sẽ không thanh tịnh.

---o0o---

## **NIỆM CHÚ, KHÔNG BẰNG ĐẦU TIÊN HÃY MỞ MANG TRÍ TUỆ NỘI TẠI CỦA MÌNH**

“Tam thế chư Phật, y Bát Nhã ba la mật đa cố, đấng A nậu đa la tam miệu tam Bồ đề. Cổ tri Bát Nhã ba la mật đa thị đại thần chú, thị đại minh chú, thị vô thượng chú, thị vô đẳng đẳng chú, năng trừ nhất thiết khổ. Chân thực bất hư, cố thuyết Bát Nhã ba la mật đa chú. Tức thuyết chú viết: Yết đế, yết đế, ba la yết đế, ba la tăng yết đế, Bồ đề tát bà ha”.

Dịch: “Cho nên chư Phật trong ba đời đều dựa vào trí tuệ Bát Nhã ba la mật mà chứng được đạo Bồ đề vô thượng. Cho nên biết rằng trí tuệ Ba la mật là đại thần chú, đại minh chú, vô thượng chú, là câu chú không gì so sánh được; có thể đoạn trừ mọi đau khổ, chân thực không hư vọng. Vì vậy mà nói câu chú Bát Nhã ba la mật đa, nói câu rằng: Yết đế, yết đế, ba la yết đế ba la tăng yết đế, Bồ đề tát bà ha”.

Chư Phật ba đời, đại biểu cho tất cả các chư Phật đã từng tồn tại ở thế gian này, đang tồn tại ở thế giới này, và cả các chư Phật sẽ thành đạo trong tương lai.

Tất cả các đức Phật trong ba đời đều dựa vào Trí tuệ Bát Nhã ba la mật đa, trí tuệ thanh tịnh “Đến bờ bên kia” để chứng đạo Bồ đề vô thượng (Vô thượng chánh đẳng chánh giác), là sự giác ngộ thanh tịnh, cao nhất, tức là cảnh giới Niết Bàn.

Theo Phật giáo thì quá trình vãng sanh qua cõi Tịnh Độ rất là nhanh chóng, cõi này mất, cõi kia (Tịnh Độ) hiện ra trước mắt.

Hoa sen biểu trưng cho tâm, Hoa sen của một người ở bờ bên này (bờ sanh tử, bờ khổ đau) diệt thì hoa sen ở bờ bên kia sinh ra. Thực ra, đó là cùng một đóa hoa sen.

Bờ bên kia cũng là bờ bên này, không có phân biệt. Hoa sen của chúng ta ở đây mềm mại, thơm tho thì hoa sen ở Tịnh Độ cũng mềm mại, thơm tho như thế. Đó là do cõi này mất thì cõi kia hiện, giữa hai bên không có sự khác biệt về thời gian và không gian.

Các đức Phật trong ba đời, vì đã đoạn trừ sự khác biệt về bờ bên này, bờ bên kia, thời gian, không gian mà chứng được vô thượng chánh đẳng chánh giác.

Cho nên, biết được Bát nhã ba la mật đa là đại thần chú có thể đoạn trừ mọi thống khổ, là chân thực, không hư vọng. Phật Thích Ca dạy chúng ta rằng Bát nhã ba la mật đa là trí tuệ đến bờ bên kia, là trí tuệ cao nhất, sáng suốt nhất, không có gì hơn, không có gì để so sánh đặng, nó có thể giải thoát chúng ta ra khỏi mọi thống khổ. Dù chúng ta có niệm thần chú gì cũng không quan trọng bằng khai phát trí tuệ “đến bờ bên kia” tức là trí tuệ hoàn thiện.

Trí tuệ “Đến bờ bên kia” chính là câu thần chú tốt đẹp nhất. Nếu chúng ta muốn niệm chú, thì không gì bằng trước hết chúng ta hãy khai phát trí tuệ nội tại của chúng ta.

Chúng ta thường niệm chú “úm ma ni bát mê hồng”, dịch theo tiếng Bạch Thoại là: Cầu cho hoa sen nở ra. Ý nghĩa câu chú này thực là tốt đẹp. Không có một câu thần chú nào tốt hơn việc mong cầu khai mở hoa sen trong nội tâm chúng ta.

Dù cho hiện nay, anh niệm câu thần chú gì, lên khóa lễ sớm chiều như thế nào, tụng kinh gì, trước hết là phải khai phát trí tuệ, trí tuệ thanh tịnh dẫn tới bờ bên kia.

---o0o---

## **THỂ NGHIỆM, THỂ NGHIỆM, THỂ NGHIỆM NGÀY CÀNG SÂU SẮC**

“Cổ thuyết Bát Nhã ba la mật đa chú, tức thuyết chú viết: Yết đế, yết đế, ba la yết đế, ba la tăng yết đế, bồ đề tát bà ha” (Tâm Kinh)

Dịch: “Cho nên nói câu chú Bát Nhã ba la mật đa, tức nói câu chú rằng: yết đế, yết đế... tát bà ha”.

Yết đế, chữ Phạn nghĩa là thể nghiệm. Ý tứ của câu chú là : “Thể nghiệm, hãy thể nghiệm, thể nghiệm theo chiều sâu, thể nghiệm sâu sắc hơn nữa”.

Bồ đề là trí tuệ. Tát bà ha là câu xưng tán.

Câu xưng tán hay nhất là gì? Đại khái là: “Muôn năm, muôn muôn năm!”

Bồ đề muôn năm! Muôn muôn năm! Câu chú thật là tốt đẹp!

Thể nghiệm là phương pháp duy nhất để khai phát trí tuệ Bát Nhã ba la mật đa, không còn có phương pháp nào khác. Đó là luận điểm rất trọng yếu, kết thúc bài “Tâm Kinh” không được quên!

Thể nghiệm là gì?

Thể nghiệm cuộc sống của anh! Thể nghiệm những thất bại mà anh đã gặp phải, thể nghiệm sắc, thọ, tưởng, hành, thức của anh, thể nghiệm mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý của anh, thể nghiệm sắc, thanh, hương, vị, xúc pháp của anh, thể nghiệm tất cả những cảnh ngộ anh gặp phải trên thế gian này.

Sau khi thể nghiệm rồi, vẫn chưa đủ. Phải tiếp tục thể nghiệm nữa. Thể nghiệm sâu hơn nữa tất cả những sự kiện đó xem có ý nghĩa gì?

Thể nghiệm ý nghĩa của tất cả những sự kiện đó rồi lại đi sâu phát hiện giá trị của chúng là gì, và dùng giá trị đó để khai phát trí tuệ.

Sau khi anh thể nghiệm sâu sắc và thể hội được tánh không của những sự kiện đó, anh sẽ hô to: Bồ đề muôn năm! Muôn năm, muôn muôn năm!

Bồ đề có rất nhiều ý nghĩa. Nó nói lên sự giác ngộ, lòng từ bi, trí tuệ quang minh, vô lượng. Tất cả những trí tuệ đó đều gọi là Bồ đề. Thực là chuyện phi thường, khiến chúng ta không thể không ca ngợi, và hô: muôn năm, muôn năm, muôn muôn năm! Vì vậy, chúng ta hãy theo gót chân Phật, tiến tới cảnh giới Bồ đề!

---o0o---

## **ĐỪNG NHÌN PHẬT GIÁO QUA HÌNH TƯỢNG**

Giải thích “Tâm Kinh” một cách đơn giản phi thường như vậy, là hy vọng mọi người, thông qua sự giải thích đó mà hiểu được “Tâm” là điều hết sức quan trọng.

Trong số kinh điển bàn về “Thực tướng của Tâm”, hai bộ “Tâm Kinh” và “Kim Cương Kinh” là tương đối đơn giản nhất.

Về thực tướng của tâm thì trong kinh Kim Cương có câu: “Phàm sở hữu tướng, giai thuộc hư vọng”. Nghĩa là cái gì có tướng trạng, đều thuộc hư vọng, cũng phù hợp với nội dung của “Tâm Kinh”. Nó dạy chúng ta không được chấp thủ “tướng” của sinh mạng và sinh hoạt. Bởi vì tất cả mọi tướng



đều là hư vọng. Thậm chí, cũng không được chấp tướng của cõi Tịnh Độ, vì rằng tướng của cõi Tịnh Độ cũng là hư vọng. Bờ này tức là bờ kia, không có khác biệt.

Thiền sư Không Hải có để lại một số câu gây ấn tượng rất sâu sắc: “Không có bờ này, cũng không có bờ kia. Trốn bỏ đời sống này, sẽ không có đời sống kế tiếp. Bờ này tức là bờ kia”.

Cũng giống với câu trong kinh Kim Cương: “Tất cả các pháp hữu vi đều như mộng huyễn, bóng nước, như ảnh trong gương, như chớp nên quan sát như vậy”.

Chỉ cần suy nghĩ câu kệ đó theo chiều sâu thì sẽ thấy Bát nhã ba la mật đa là ở đây!

Trong kinh Kim Cương, còn có một câu nữa rất hay: “Nhược dĩ sắc kiến ngã, dĩ âm thanh cầu ngã, thị nhân hành tà đạo, bất năng kiến Như Lai”.

Ý tứ câu kệ là : “Nếu các người dùng tướng để thấy Ta, dùng âm thanh để cầu Ta, thì tức là các người muốn đi con đường vòng, không đúng và sẽ không thấy được Như Lai”. Bởi vì cái Ta thực, tức Như Lai không phải thuộc loại màu sắc, tướng trạng, không phải là một thứ chủ nghĩa hình thức, không phải là cội nguồn đem lại cho chúng ta đau khổ. Như Lai chính là Phật tánh, là cái Ta thực vốn có của chúng ta.

Giả sử có một người học Phật mà lại bị đau khổ, vì vướng mắc vào chủ nghĩa hình thức, thì người ấy hãy tụng “Kinh Kim Cương”, tụng “Tâm Kinh”, sẽ hiểu được ý nghĩa chân thực của những kinh đó, đoạn trừ được sự chấp thủ đối với sinh mạng, thấy được tánh không là cái cơ bản nhất, cũng tức là thấy tự tánh.

Nếu thấy được tự tánh thì trên thế giới này, sẽ không có cái gì ràng buộc được chúng ta, áp bức được chúng ta, làm chúng ta mất tự tại. Chúng ta đã tiến vào cảnh giới tự do, tự tại.

---o0o---

## **VĨNH VIỄN ĐỂ LẠI CHÚT TÌNH CẢM Ở NHÂN GIAN**

Đừng có sợ học Phật, đừng có cho rằng Phật giáo là khó hiểu, giới luật là đáng sợ.

Luật Tông giả ng giới luật nói câu “A La Hán không ngủ ba đêm liền ở một gốc cây dâu, để khỏi vướng mắc tình cảm đối với gốc cây dâu”. Nếu sống theo giới luật đó thì phải chãng mỗi ngày chúng ta phải thay đổi giường nằm để khỏi vướng mắc tình cảm đối với giường ngủ?

Lại nói Bồ tát không được nghe tiếng vòng đeo của phụ nữ ở cách tường. Vì rằng nghe tiếng vòng đeo leng xeng thì sẽ nghĩ tới đàn bà, tức là phạm giới.

Những giới luật như thế làm cho người học Phật có nỗi sợ rất lớn: Liệu chúng ta đi vào thế giới Phật giáo có phải tuân thủ những giới luật như vậy hay không? Ta và gia đình ta có bị áp lực như vậy hay không?

Không can hệ gì! Chỉ cần chúng ta khai phát tự tánh, nhận thức được trí tuệ Bát nhã ba la mật, thì chúng ta sẽ được tự tại không còn lo sợ gì!

Tiếng vòng đeo của phụ nữ nghe cũng êm tai, chứ có sao? Giữ lại chút tình cảm đối với gốc dâu cũng không có gì là không tốt.

Trong Kinh Hoa Nghiêm có câu: “Bồ tát vĩnh viễn để lại nhân gian một chút tình cảm”.

Vì sao? Vì nếu không lưu lại nhân gian một chút tình cảm thì sẽ không trở lại nhân gian nữa!

Vì vậy, đừng có e ngại để lại tình cảm! Đừng có sợ tiếp xúc với mọi sự ở nhân gian. Phải đối đãi mọi sự vật với thái độ sáng suốt.

Thái độ sáng suốt tức là giác ngộ, khai phát tự tánh của chúng ta. Quán chiếu, duy trì trí tuệ Bát Nhã ba la mật, tiến trên con đường dẫn tới “bờ bên kia”.

---o0o---

## **CUỘC SỐNG HIỆN NAY, THẾ GIỚI HIỆN NAY**

### **CHỚ QUÊN CUỘC SỐNG HIỆN NAY**

Khi tôi nghĩ tới chủ đề “Cuộc sống hiện nay, thế giới hiện nay”, nghĩ tới con người luôn luôn bị thời gian, cuộc sống thúc đẩy, tôi liền nghĩ rằng cuộc sống này, đời sống này phải chãng cũng như thế ư? Có khi chưa kịp nghĩ ngợi, suy xét một số vấn đề thì thời gian đã trôi qua rồi. Nói chung, cũng vì

lẽ đó mà có rất nhiều người sắp xếp “kế hoạch đời sống”, “quy hoạch thời gian”. Điều vô lý là, dù anh có sắp xếp tốt đẹp thế nào, quy hoạch hoàn thiện thế nào, thời gian vẫn vô tình trôi qua, từng giây, từng phút.

Vì vậy đừng quên phải làm một cái gì đó, cho cuộc sống hiện tại của mình.

Từ khi tôi học Phật đến nay, thường xuyên có người đến bày tỏ nỗi khổ với tôi: Vì sao, trước khi học Phật, tôi rất vui vẻ, sau khi học Phật, tôi lại cảm thấy đau khổ, nguyên nhân là đâu?

Có một ngày, khi tôi đang đi bộ theo con đường Đôn Hóa Nam, thì gặp một nữ sĩ, trạc tuổi tôi. Cô ta chạy theo tôi và hỏi: Ông có phải là Lâm Thanh Huyền không?

Tôi trả lời: “Phải”

Cô ta nói: “Hay thật! Tôi đang định gọi điện thoại nhờ ông giúp đỡ, nào ngờ được gặp ông ở đây”.

Tôi hỏi: “Cô có chuyện gì thế?”

Cô ta nói: “Tôi cảm thấy, trước khi học Phật, tôi còn sống rất sung sướng, nhưng nay sau khi học Phật lại sống rất đau khổ”.

Tôi lại hỏi: “Vì sao cô lại khổ?”

Cô ta nói: “Tôi mỗi ngày đều lên khóa lễ sớm và chiều, mỗi buổi một giờ. Chồng tôi không tán thành tôi lên hai khóa lễ sớm và chiều, cho rằng tôi bỏ mất quá nhiều thời gian vào một việc vô ích. Con trai tôi thích nghe loại nhạc sôi động ồn ào, nhưng cả nhà tôi chỉ có một đài nghe mà thôi. Khi tôi lên khóa lễ sớm và chiều thì con tôi không nghe nhạc được, thường do đó mà sanh ra mâu thuẫn. Ngày nào, trong khi nấu cơm tôi đều niệm Nam Mô A Di Đà Phật, có lúc không chú ý, bàn tay bị bỏng...”

Cô ấy cũng thật lạ. Vì sao, sau khi học Phật, lại cảm thấy cuộc sống đau khổ không tự tại, lại không có cách gì sống êm đẹp với người trong nhà. Trước hết, tôi hỏi cô ta một số vấn đề. Câu hỏi thứ nhất: “Vì sao cô lại niệm danh hiệu Phật A Di Đà”. Cô nói: “Tôi muốn cầu vãng sanh về cõi Cực Lạc phương Tây”.

Tôi lại hỏi: “Vì sao cô lên hai khóa lễ sớm và chiều?”

Cô nói: “Vì nghiệp chướng của tôi rất nặng, cho nên tôi phải làm công phu lên khóa lễ sớm chiều để sám hối nghiệp chướng ngày xưa của tôi”.

Tôi nói: “Cô có nghĩ rằng nên làm một việc gì đó cho cuộc sống hiện tại của cô hay không?”

Cô ta đứng ngây người ra. Vì cô ta chỉ lo sám hối nghiệp chướng quá khứ, và tương lai cầu vãng sanh về thế giới Cực Lạc phương Tây mà thôi.

Nếu người học Phật chỉ lo quá khứ và vị lai, vậy thì, trong khoảng thời gian này, cuộc sống hiện nay, đời anh trong hiện tại, anh làm gì?

Chớ quên cuộc sống đời này! Chớ có lo vì sám hối quá khứ, mong đợi tương lai mà quên mất cái trọng yếu nhất là cuộc sống hiện tại, đời sống hiện tại.

---o0o---

## **SỰ KHÁC NHAU GIỮA TẠI GIA VÀ XUẤT GIA**

Học Phật có người là tại gia, có người là xuất gia. Người cư sĩ tại gia khác với người xuất gia về thái độ tu hành cơ bản và về phương pháp tu hành.

Điểm khác biệt thứ nhất: Người xuất gia là người tu hành chuyên nghiệp, còn người tại gia tu hành nghiệp dư.

Hiện nay, tôi là một nhà văn chuyên nghiệp, ngày nào tôi cũng phải viết văn. Nếu không là m như thế, tôi sẽ tự thẹn với mình. Nhưng nếu nhà văn nghiệp dư thì khác, nhà văn nghiệp dư có thể ba năm mới viết một cuốn sách cũng có thể 30 năm mới viết một cuốn. Mỗi ngày chỉ cần viết 100 chữ. Họ thực là thoải mái? Vì họ là nghiệp dư.

Người xuất gia là chuyên nghiệp cho nên nhiệm vụ chủ yếu là tu hành, phải để rất nhiều thời gian niệm Phật tu hành. Người tại gia thì không như vậy vì chúng tôi là nghiệp dư, nếu chúng tôi mỗi ngày bỏ ra 8 tiếng đồng hồ để tu hành thì kết quả cuối cùng sẽ làm cảm tình vợ chồng bị đổ vỡ, con cái sẽ không còn nhận chúng tôi là cha, là mẹ nữa, họ hàng bạn bè đều cho chúng tôi làm như vậy là không phải. Bởi vì chúng tôi đã biến thân phận nghiệp dư thành chuyên nghiệp, nhưng đừng có cho rằng nghiệp dư thì phải thua chuyên nghiệp. Có một số nhà văn nghiệp dư trong cả một đời chỉ viết được một cuốn sách, nhưng quyển đó viết rất hay. Trái lại, nhà văn chuyên nghiệp

có thể trong một năm viết đến hàng chục cuốn sách, nhưng cả đời không viết được một quyển nào hay cả.

Điểm khác biệt thứ hai: Người tại gia có nếp sống của người tại gia, không giống với nếp sống của người xuất gia. Người xuất gia ở trong cảnh chùa rất yên tĩnh. Mỗi ngày, sáng sớm 3 giờ rưỡi đã thức dậy, lên khóa lễ sớm để lạy Phật. Chúng tôi người tại gia không có cách nào sống như vậy được, chúng tôi buổi tối có thể còn phải làm việc mãi tới 11 giờ, 12 giờ khuya mới về. Nếu chúng tôi lại nghĩ rằng sống như người xuất gia mới là phải, nhưng lại không thể thay đổi nếp sống hiện tại của mình được, thế là sinh ra mâu thuẫn, xung đột lớn (với tự thân).

---o0o---

## **TU HÀNH CHÂN CHÍNH LÀ RẤT GIẢN ĐƠN**

Tôi cho rằng, người tại gia nên lấy “cuộc sống” làm cơ sở cho sự tu hành, đem tu hành vào cuộc sống, chứ không phải lấy ngôi chùa làm giới tuyến, phân biệt rành mạch hai bên: Một bên ở trong chùa thì niệm Phật, lễ Phật sám hối, đọc kinh, như vậy mới là tu hành, còn bên kia, ở ngoài chùa thì không phải là tu hành.

Đức Phật Thích Ca dạy rằng: Ba điều trọng yếu nhất của tu hành là thân, miệng, ý nghĩ mà không nói là niệm Phật, lễ Phật, đọc kinh. Nếu tu hành là ở nơi thân làm, miệng nói và đầu óc suy nghĩ, thì có thể kết hợp được sự tu hành của chúng ta với cuộc sống. Người tu hành cần chú ý làm cho hành vi của mình mỗi ngày đều trở nên trong sạch và siêu thoát, làm cho lời nói của mình mỗi ngày đều tốt đẹp, hiền hòa có ích đối với người khác, làm cho mỗi ý nghĩ của mình đều thanh tịnh, thiện lành.

Tu hành chân chính thật ra rất là giản đơn. Chỉ cần khiến cho mỗi hành vi lời nói và ý nghĩ của chúng ta đều dần dần trở thành chân chính, biến hành động thô bạo dễ phẫn nộ, thành hành động hết sức ôn hòa tốt đẹp, biến lời nói khó nghe thành lời nói dịu hiền dễ nghe, biến ý nghĩ không tốt đẹp thành ý nghĩ từ bi và siêu thoát.

Qua sự chuyển hóa đó, chúng ta sẽ không ngừng hưởng thượng và thăng hoa.

Ngoài việc hướng thượng và thăng hoa, còn phải làm cho thân, miệng, ý nghĩ không có vướng mắc (chấp trước) vào một sự việc đặc biệt như là sinh hoạt, sinh mạng, thậm chí cả đến Phật pháp cũng không được chấp trước.

Trong kinh A Hàm, kể một lần có một đệ tử hỏi Phật Thích Ca: “Bạch Thế Tôn, giáo pháp của Thế Tôn có thể tóm tắt nói lên bằng một câu rất đơn giản hay không?”

Phật trả lời: “Có thể”.

Đệ tử lại hỏi: “Đó là câu gì?”

Phật nói: “Đối với tất cả, đều không chấp trước. Đó là lời nói quan trọng nhất trong tất cả giáo pháp của ta”. Tiếp theo Phật lại nói: “Nếu có người nào đó hiểu được câu ấy thì sẽ tin theo toàn bộ giáo pháp của Ta, nếu có một người nào đó thực hành được câu ấy thì tức là thực hành được toàn bộ giáo pháp của Ta”.

Ôi! Đối với tất cả đều không được chấp trước, đức Phật Thích Ca giảng pháp thực là tuyệt vời!

Không được chấp trước đối với pháp cũng như đối với sinh hoạt. Pháp vị tất đã tôn quý hơn sinh hoạt. Ngồi quán tưởng Bồ tát Quán Thế Âm cũng không phải là tôn quý hơn bòn cho trẻ con ăn. Cũng như vậy, bòn cho trẻ con ăn, cũng không phải là tôn quý hơn pháp. Cả hai đều là bình đẳng. Suy nghĩ như vậy mới có thể không còn chấp trước pháp, mới đoạn trừ được bệnh chấp trước.

---o0o---

## **TRONG SINH HOẠT TOÀN LÀ PHẬT PHÁP**

Trên thế giới này, không có một cái gì cố định gọi là Phật Pháp. Niệm danh hiệu Bồ Tát Quán Thế Âm, hay là niệm câu chú Đại Minh sáu chữ cũng không phải là đại biểu cho Phật Pháp. Vì rằng, Phật dạy: Nếu anh cho rằng, ở ngoài cuộc sống, có Phật pháp, thì tức là trên đầu anh, anh lại đặt thêm một cái đầu nữa, mình vốn có đầu rồi, lại đi tìm một cái đầu khác! Nếu anh không chú ý tới cuộc sống của anh thì không thể có sự canh tân, sáng tạo và siêu việt trong thân làm, miệng nói và đầu óc suy nghĩ, và mọi tìm tòi, yêu cầu của anh đối với Phật pháp đều là hư vọng.

Ngài Lục Tổ Huệ Năng cũng nói: “Phật Pháp là ở trong thế gian, không tách rời thế gian mà giác ngộ được, tách rời thế gian mà đi tìm sự giác ngộ, cũng như tìm sừng trên đầu con thỏ vậy”. Nếu chúng ta muốn tách khỏi thế gian này để cầu tìm sự giác ngộ (Bồ đề) thì sẽ không khác gì đi tìm một con thỏ có sừng. Đây là chuyện không thể có được. Trên thực tế, Bồ đề chính ở ngay trong cuộc sống, trong những việc như khi anh cho con nhỏ của anh ăn cơm, như khi anh nấu canh, canh ngọt mà tay không bị bỏng, ở trong tâm tình của anh, trong tư thế của anh khi anh đi đường, ở quan điểm của anh khi anh nhìn một vật gì đó. Thực ra không có một vật gì cố định gọi là Phật pháp, mà trong cuộc sống toàn là Phật pháp.

Có người nghe nói như vậy, sinh ra lo sợ: Như vậy thì ông phủ định sự tồn tại của 8 vạn bốn ngàn pháp môn mà Phật đã từng giảng thuyết hay sao? Không phải, đâu có phủ định sự tồn tại của 84.000 pháp môn, mà biết rõ 84.000 pháp môn đều là phương pháp giúp chúng ta cách tân, sáng tạo, đề cao hành vi, lời nói và ý nghĩ của chúng ta, nhưng chúng không phải là mục tiêu. Cũng như hằng ngày, chúng ta niệm “Nam mô Quan Thế Âm Bồ Tát”, Nam Mô Quan Thế Âm Bồ Tát không phải là mục tiêu, mà là phương pháp giúp cho tâm của chúng ta được đề cao, siêu việt và sáng tạo. Chúng ta mỗi ngày đều lễ Phật. Lễ Phật cũng không phải là mục tiêu mà là phương pháp giúp cho tâm chúng ta được hòa dịu, nhờ đó mà mở mang được trí tuệ và lòng từ bi.

---o0o---

## **KIỂM NGHIỆM ĐỘNG CƠ HỌC PHẬT**

Người ta nói chung, thường đặt Phật Pháp hoặc là trong quá khứ, hoặc là trong tương lai, rất ít người đặt Phật pháp trong hiện tại, ngay trong giờ phút của cuộc sống hiện tại.

Trong tình hình đó, chúng ta cần kiểm nghiệm lại động cơ học Phật của mình là gì? Mục tiêu học Phật là gì? Rất nhiều tín đồ Phật giáo sẽ nói rằng: “Mục đích của tôi học Phật là để thành Phật”.

Thành Phật ư? Phật Thích Ca tu hành trải qua ba A Tăng kỳ kiếp mới thành Phật. Tôi đã từng tính toán xem ba A tăng kỳ kiếp là mấy chục triệu năm. Mỗi lần tính toán, cứ đến ngày thứ hai là quên mất, vì thời gian ấy dài quá. Phật Thích Ca, trí tuệ như vậy, tu hành tinh tấn như vậy, mà còn phải trải qua ba A tăng kỳ kiếp, một thời gian dài lâu như vậy mới thành Phật. Nếu

anh cũng đặt mục tiêu thà nh Phật, e rằng mục tiêu ấy xa vời quá không với tới được.

Cũng có người nói: “Mục đích của tôi học Phật là để tiêu trừ mọi nghiệp chướng trước kia”.

Nghiệp chướng trước đây cũng rất dài lâu xa xôi. Về căn bản, chúng ta không hiểu rõ được, biết được nghiệp chướng ngày trước của chúng ta. Vậy thì làm sao mà tiêu trừ? Và cả phương pháp nào để biết sau khi tu hành, nghiệp chướng nào được tiêu trừ?

Thật ra, phải đứng vững trong giờ phút hiện tại này! Quá khứ thì không thấy nữa. Vị lai thì không thể biết. Vậy thì dựa vào đâu để chúng ta có thể tu hành Phật Pháp một cách thực tiễn?

Chỉ có hiện tại, chỉ có giờ phút này!

---o0o---

## **HÃY SỐNG TRỌN ĐỜI SỐNG NÀY, NHƯNG KHÔNG ĐƯỢC CHẤP TRƯỚC ĐỜI SỐNG NÀY**

Người tu theo tông phái Tịnh Độ nói với tôi rằng, điều quan trọng nhất trong sự tu hành của họ là có được tâm nhàm chán, tức là nhàm chán thế giới này.

Nếu học Phật pháp là để có tâm nhàm chán đối với đời sống này, thế gian này, thì đức Phật hà tất đã bỏ ra hơn 40 năm để truyền bá giáo pháp của Ngài? Đây quả là một công án rất lớn. Ngoài ra, các vị Tổ sư Tông Tịnh Độ như Đại sư Tuệ Viễn, Đại sư Ngẫu ích, Đại sư Ấn Quang, ít nhất cũng để lại những tác phẩm trên hàng trăm vạn chữ. Nếu thiệt sự, họ nhàm chán thế giới này, xa rời thế giới này, thì sao mỗi ngày họ lại mất nhiều thời gian để viết hàng trăm vạn lời. Vì vậy, tôi nghĩ rằng, nếu sửa đổi lời thuyết pháp đề cao tâm nhàm chán thì sẽ dễ hiểu và dễ tiếp thu hơn, chúng ta sẽ có tâm quý trọng cuộc sống nhưng lại không chấp trước cuộc sống đó.

Lại nói: Ngoài cuộc sống này, thế gian này, còn một thế giới khác tốt đẹp. Nhưng vấn đề là: Chúng ta không biết bao giờ chúng ta sẽ chết, cũng không biết sau khi chết, có được đến thế giới Cực Lạc phương Tây hay không?

Trước tiên, hãy xét vấn đề: Thế giới Cực Lạc phương Tây có quan hệ đến cuộc sống này của chúng ta hay không? Hay là thế giới đó tồn tại một cách



độc lập trong thời gian và không gian vị lai? Kinh sách Tịnh Độ viết: Một người không thể có ít nhân duyên phúc đức và thiện căn mà được sanh ở thế giới Cực Lạc. Nhân duyên, phúc đức và thiện căn đều có quan hệ với cuộc sống này và thế giới này. Tách rời cuộc sống này, sẽ không thể nói gì đến thiện căn, phúc đức và nhân duyên được. Trong Kinh lại nói, phải niệm Phật, niệm đến chỗ “Nhất tâm bất loạn” thì mới được vãng sanh qua cõi Cực Lạc phương Tây. Muốn niệm Phật đến chỗ nhất tâm bất loạn, thì phải bắt đầu từ trong hiện tại mới có thể đạt tới cảnh giới niệm Phật nhất tâm bất loạn. Muốn được vãng sanh, nếu hy vọng được người khác hộ niệm, thì cũng phải được hộ niệm ngay trong đời này, chứ không phải chờ chết rồi, mãi lâu về sau, mới được người khác hộ niệm.

---o0o---

## **TƯỚNG THẬT CỦA THẾ GIỚI CỰC LẠC**

Tiếp đó cần nhận thức tướng thật của thế giới Cực Lạc là thế nào? Thế giới Cực Lạc có thể được xem xét từ ba góc độ:

Thứ nhất, thế giới Cực Lạc là một báo độ, một cõi nước thực sự, hết sức cụ thể do hạnh nguyện rất lớn của đức Phật A Di Đà sáng tạo ra. Đến đây, chỉ có sờ tay là có bàn ghế, đi trên đất toàn là vàng bạc, trên hư không có tiếng nhạc kỳ diệu du dương.

Thứ hai, thế giới Cực Lạc không những là báo độ mà còn là pháp độ, không phải chỉ là báo độ. Nếu thế giới Cực Lạc chỉ là một báo độ, thì hạnh nguyện của đức Phật A Di Đà không tránh khỏi bị chúng ta hạn chế. Cõi Cực Lạc còn là cõi nước của pháp thân thọ mạng vô lượng và ánh sáng vô lượng, từ lâu vẫn tồn tại và cho đến tương lai xa xôi vẫn tồn tại. Nó xuyên suốt mọi thời gian, và tràn đầy mọi không gian. Vì nó tồn tại khắp mọi thời gian, khắp mọi không gian cho nên chúng ta chỉ cần thể nghiệm được Phật Pháp, nhận thức được Phật pháp thì đều có thể khiến tâm chúng ta giống như thế giới Cực Lạc phương Tây vậy.

Thứ ba, thế giới Cực Lạc là một hóa độ, đức Phật có ba thân: pháp thân, báo thân và hóa thân. Mỗi đệ tử Phật từng niệm danh hiệu Phật A Di Đà đều có thể lập tức đến cõi hóa độ của Phật A Di Đà. Chỉ miễn lòng chúng ta trong sáng, thì sẽ đến được cõi nước trong sáng, như vậy trong giờ phút lòng trong sáng đó, chúng ta đã ở cõi nước của Phật A Di Đà.

Đứng trên quan điểm ấy mà xem xét thì đời này, thế gian này không phân biệt với Tịnh Độ. Từ ở đây mà vãng sanh sang Tịnh Độ, không phải đi một lộ trình đến mỗi chân, không cần xem thế giới Cực Lạc phương Tây như một vùng nào rất xa xôi, hư huyền không thể đến được. Rất có thể, ở đây đã là thế giới Cực Lạc, hiện tại đã là thế giới Cực Lạc. Nếu so sánh với một quốc gia bạo động và hỗn loạn, lửa cháy đầy trời thì nơi này có khác gì là thế giới Cực Lạc phương Tây và chúng ta đang ở đây.

Có lần, tôi đưa con trai tôi đến chùa nghe một pháp sư giảng Kinh A Di Đà nội dung bài giảng của pháp sư rất nghiêm túc nhưng con tôi nghe lại buồn ngủ. Ra khỏi chùa, câu đầu tiên nó hỏi tôi là: “Ở thế giới Cực Lạc phương Tây có thể vui chơi được không ba?”. Tôi trả lời: “Ba không biết vì ba chưa đến thế giới Cực Lạc phương Tây”. Nó nói: “Nếu ở thế giới Cực Lạc phương Tây không có chỗ cho mọi người vui chơi thì con cũng không muốn đến đây”.

Lời nói của con tôi làm tôi suy nghĩ: “Đúng thực vậy!”

Chúng ta đã có thể tưởng tượng thế giới Cực lạc phương Tây quá nghiêm túc, quá xa xôi, quá cố định, nhưng thế giới Cực Lạc phương Tây có thể là rất tự do, rất rộng lớn, rất tự tại.

---o0o---

## **HỌC PHẬT NẾU MẮC HÌNH THỨC, SẼ THÀNH HƯ VỌNG**

Bây giờ, nói tới một quan điểm rất hệ trọng: Tất cả mọi pháp môn đều chỉ là phương pháp giúp chúng ta cách tân và sáng tạo nội tâm, động cơ học Phật của chúng ta là để không ngừng biến đổi theo chiều hoàn thiện thế giới nội tại của chúng ta.

Nếu một người học Phật mà không biết dùng đời mình để cải cách nội tâm của mình, hàng ngày chỉ cùng với trẻ con mở nhạc, nghe đài thì học Phật của anh chỉ là hình thức mà thôi.

Về sau, tôi có nói với bà bạn khổ não của tôi rằng: “Sao bà lại không cùng nghe âm nhạc với con bà?”. Bà nói: “Nghe âm nhạc ồn ào như vậy có tác dụng gì?”

Trong lịch sử, có rất nhiều Tổ sư dùng nhiều phương pháp khác nhau để khai ngộ. Có người đập vỡ chén mà khai ngộ, có người ném đá vào cây tre mà khai ngộ, có người đâm vào gai mà khai ngộ, có người đang tắm mà khai ngộ, mỗi người khai ngộ trong một tình trạng đặc biệt.

Chỉ cốt nội tâm có một khát vọng như thế tức là khát vọng tự mình hướng thượng, biến thành một người có sức sáng tạo, khiến cho thế giới nội tại tâm hoàn toàn mở rộng và hoàn thiện, thì anh có thể được khai ngộ trong bất cứ hoàn cảnh nào.

Đã từng có người đập đất mà khai ngộ, vậy thì bà chủ gia đình khi làm cơm cũng có thể khai ngộ được chứ sao? Và bà sẽ là người đầu tiên nấu cơm mà khai ngộ.

Những ví dụ trên đều thuyết minh rằng, Phật pháp không tách rời chúng ta, không kể là tu hành theo pháp môn gì nếu tách rời cuộc sống mà tu hành thì cá i gọi là Phật pháp đã trở thành hư vọng, cuộc sống trở thà nh đau khổ bất an.

Tôi thường khuyên bảo mọi người, nếu học Phật mà phải đau khổ thì đừng có học Phật mà làm gì, để tránh không hạ thấp Phật giáo. Nếu ăn chay mà thấy khổ quá, thì đừng có ăn chay, để khỏi ảnh hưởng đến người khác ăn chay.

Tôi có một người bà con ăn chay, nhưng lại oán việc ăn chay. Mỗi lần anh ta bị cảm sốt hay đau bụng, đều nói tại ăn chay, thức ăn chay có tính quá hàn (?) cho nên làm anh ta bị cảm, bị đau bụng. Sau khi nghe anh ta oán ăn chay dữ quá, cho nên tôi khuyên anh ta rằng “Thôi xin anh đừng có ăn chay nữa, vì ăn chay làm anh quá khổ”.

Nếu có một điều gì đó làm anh ta đau khổ thì sao anh lại không bỏ điều ấy đi? Có thể là sau khi bỏ, anh đạt tới một cảnh giới mới.

Ăn chay mà thấy khổ, thì thôi đừng ăn chay nữa, chờ khi nào anh có được nhận thức mới, thể nghiệm mới thì ăn chay trở lại cũng không muộn.

Chớ có ép mình vào một hình thức cứng nhắc, thí dụ quy định mỗi ngày phải làm khóa lễ một tiếng đồng hồ, đến nỗi sinh ra mất đoàn kết trong gia đình mà không biết. Đó là chuyện đáng sợ? Vì sao lại không điều chỉnh thời gian khóa lễ xuống 10 phút chẳng hạn? Nếu anh biết quý trọng 10 phút đó

thì khóa lễ vẫn có thể làm rất tốt. Như vậy sẽ đảm bảo hòa thuận trong gia đình, lại giúp cho mọi người thấy lợi ích thực tế của việc học Phật.

Thiền Tông thường dạy rằng, điều quan trọng nhất của việc học Phật là được tự do tự tại.

Một người học Phật mà học thành mình không được tự do, không được tự tại thì học Phật đối với anh ta chỉ là hình thức, anh ta thực sự không có được ích lợi lớn lao gì trong việc học Phật.

---o0o---

## **NGƯỜI NHƯ THỂ NÀO THÌ ĐƯỢC TỰ DO, TỰ TẠI**

### **NGƯỜI NHƯ THỂ NÀO LÀ TỰ DO?**

Rộng lớn vô cùng, khiêm nhường vô cùng, nhu hòa vô cùng, và không có hạn hẹp, đó là con người tự do.

Không có yêu cầu nhất định gì đối với sự vật, đó là tự do.

Giả sử có người nói với tôi: Anh sao lại đặt cái chén này ở bên phải? Đặt ở bên trái mới đúng chứ?

Tôi bèn lập tức đặt cái chén bên trái, để cho người ấy vui lòng. Thực ra, cái chén ấy có thể đặt bên trái hay bên phải đều được cả, có thể tùy thời mà thay đổi.

Nếu đối với việc gì, anh cũng đặt ra giới hạn, thí dụ nói trong vòng ba năm sẽ được đốn ngộ, nhất định trong vòng ba năm sẽ thành Phật. Nếu thời gian ba năm đã đến rồi mà anh chưa đốn ngộ, chưa thành Phật thì có phải là đau khổ không! Bởi vì, giới hạn thời gian đó lúc nào cũng ràng buộc anh, khiến cho anh không được tự do. Thí dụ, tôi không tự quy định thời gian cho mình mỗi ngày phải lên khóa lễ bao nhiêu thời gian. Những ngày tôi rất bận, thì tôi thưa với Phật và Bồ tát rằng: “Kính thưa Phật và Bồ tát thân mến! Con hôm nay chỉ có 3 phút để vái ba vái, cầu xin Phật và Bồ tát tiếp thu ba vái hết sức chân thành này của con”, tôi tin rằng, một giờ khóa lễ với tâm phân tán không hơn gì khóa lễ rút ngắn nửa giờ, nhưng làm rất tốt đẹp. Khi tôi bận mà vái Phật ba vái, ý nghĩa của 3 vái đó đối với tôi rất là hệ trọng, thời gian dài hay ngắn không thành vấn đề, nhưng cũng không thể hoàn toàn không làm.

Mọi hình thức được dùng, là để khai phát sự tự do nội tại của mình, chứ không phải là hy sinh sự tự do nội tại cho một số hình thức bề ngoài.

Nếu suy nghĩ như vậy, thì có thể sống rất tự do.

---o0o---

## **NGƯỜI NHƯ THẾ NÀO CÓ THỂ GỌI LÀ TỰ TẠI?**

Có một nhận thức rất kiên cường đối với sự tu hành, đối với thái độ sinh hoạt của mình, không vì người ngoài nói, cũng không vì hoàn cảnh mà thay đổi đó là con người tự tại.

Có một phương pháp để sống được tự do, đó là có một sự khẳng định cao nhất đối với giá trị bản thân. Và sự khẳng định cao nhất đó là điều mà Phật Thích Ca nói, tức là “Tất cả chúng sanh đều có đầy đủ trí tuệ và đức tướng của Như Lai, chỉ vì do vọng tưởng chấp trước mà không chứng ngộ được mà thôi”.

“Chúng ta cũng là một chúng sanh, cũng có đầy đủ trí tuệ và đức tướng của Như Lai”. Chúng ta đã sẵn có tiêu chuẩn cao như vậy trong nội tâm đối với bản thân, cho nên dù là trong chỗ đông người, cũng như khi ngồi một mình, chúng ta đều tự tại.

Tôi hết sức thích thú hai câu này của Thiền sư Tôn Diễn: “Ở chỗ đông người phải có cái tâm của riêng mình, khi ở riêng một mình, phải có hoài bão của số đông” (Tại nhân quần lý, yếu hữu độc xứ đích tâm, tại độc cư thời, yếu hữu nhân quần đích hoài bão). Không những phải có hoài bão lớn mà còn có thể giữ đông người kiểm nghiệm hành vi, lời nói và ý nghĩ của mình, khiến cho nội tâm được hướng thượng, giá trị của mình được khẳng định. Và cũng nhờ đó mà con người được tự tại.

Học Phật là để được tự do tự tại, mà không phải là để bị ràng buộc và đau khổ.

Mỗi người học Phật đều phải xác định mục tiêu của mình. Mục tiêu đó có thể là vãng sanh qua thế giới Cực Lạc phương Tây, cũng có thể là thành Phật. Mặc dù mục tiêu như thế nào, chúng ta phải nhớ kỹ điều này: Học Phật là để khai phát trí tuệ của chúng ta, và để chúng ta có được tâm từ bi rộng lớn. Dù cho chúng ta cầu thành Phật, làm Bồ tát hay là cầu vãng sanh về cõi Cực Lạc, trí tuệ và từ bi là hai điều kiện không thể thiếu được.

Trí tuệ và từ bi giống như hai bánh xe của Phật giáo, hai cánh của con chim, thiếu một cũng không được. Dù mục tiêu của chúng ta gần hay xa, cũng không thể bỏ qua trí tuệ và từ bi được. Phải thực hiện ngay trí tuệ và từ bi trong đời sống hiện tiền, thế giới hiện nay.

---o0o---

## MỜ MANG KHÔNG NGỪNG TRÍ TUỆ

Làm sao đạt tới trí tuệ, ở mức giản đơn nhất, cơ bản nhất. Đầu tiên, cần nhận thức rõ hai chữ trí tuệ.

Chữ trí, ở trên có chữ tri 知 trong từ ghép tri thức, và ở dưới có chữ nhật 日 là mặt trời. Trí tuệ là tri thức chói sáng như mặt trời. Có bốn đặc sắc của mặt trời là: Thứ nhất, mặt trời tự mình phát sáng, có năng lực soi chiếu. Nơi nào được mặt trời soi chiếu đều trở nên rõ ràng, minh bạch. Năng lực soi chiếu đó trong sách Phật gọi là “Diệu quan sát trí” (trí tuệ quan sát kỳ diệu). Thứ hai, mặt trời hết sức bình đẳng. Không kể anh là người nghèo hay người giàu, là con muỗi hay con châu chấu, mặt trời đều bình đẳng soi chiếu tới. Sự bình đẳng ấy, trong sách Phật gọi là “bình đẳng tánh trí”. Thứ ba, nơi nào mặt trời soi chiếu tới, đều trở nên sống động, mọi vật được sanh trưởng, đặc điểm này, trong Phật giáo gọi là “thành sơ tác trí”. Thứ tư, mặt trời rộng lớn vô cùng, tràn đầy khắp thế giới. Đặc điểm này gọi là “đại viên cảnh trí” (trí tuệ như tấm gương rộng lớn, tràn đầy) vì mặt trời giống như tấm gương lớn chiếu sáng khắp thế giới.

Chữ trí bao gồm đầy đủ 4 ý nghĩa sau đây:

Một là năng lực quan sát. Phải bồi dưỡng cho mình có được năng lực quan sát sự vật theo quan điểm mới, với thái độ mới. Hai là phải có thái độ bình đẳng. Không có thái độ bình đẳng thì sẽ không thể có trí tuệ chân thực. Ba là duy trì sức mạnh sống động, sinh trưởng và phát triển không ngừng. Trí tuệ là sanh trưởng, phát triển không ngừng. Có thái độ bao dung rộng lớn đối với tất cả mọi cảnh ngộ.

Có được như vậy sẽ dần dần sanh ra trí tuệ .

Chữ Tuệ 慧, dưới có chữ tâm 心. Tâm nói lên năng lực cảm thọ. Đối với thế giới này, phải có năng lực cảm thọ, không được để mất nhiệt tình.

Đề mất tình thương đối với thế giới này, mất lòng quý trọng đối với thế giới này thì không gọi là trí tuệ được, bởi vì đã đề mất Tâm! Vì có tâm cho nên mới có cảm thọ. Có cảm thọ nhưng không chấp trước, đó chính là tuệ. Có lần, tôi dự tiệc tại phòng ăn ở nhà một người bạn. Trong phòng ăn, có một bàn có tám thanh niên ngồi. Họ nói chuyện rất to. Chủ đề câu chuyện của họ là chiến tranh vùng vịnh Ba Tư, thời sự nóng hổi. Họ nói chuyện rất hào hứng. Cười nói ồn ào khiến cho mọi người trong phòng ăn để ý. Nhưng, không có ai can thiệp. Bỗng nhiên, có một vị khách già đứng dậy, đến bàn ăn những người thanh niên và nói với giọng rất nghiêm túc: Chiến tranh có gì là đáng cho các anh cười!

Mọi người trong phòng ăn đều ngừng tay, các thanh niên ngồi ở bàn cũng sững sốt, không dè có một câu hỏi như vậy đối với họ. Lúc ấy người già mới rút găng tay bên trái, để lộ một cánh tay cụt không có bàn tay. Cuối cánh tay chỉ là một bọc lớn. Vị khách già nói: “Tôi đã mất bàn tay trong chiến tranh. Chiến tranh không có gì đáng cười. Đã có chiến tranh là có người chết, dù người chết đó là Mỹ hay là Iraq. Người chết đó là con, là chồng, là cha của một số người khác. Cũng có thể là con gái, vợ, mẹ, của một số người khác. Chiến tranh là chuyện rất bi thảm”. Nói xong vị khách đó trở về chỗ ngồi với thái độ bình thản.

Hôm ấy, mọi người ăn như nuốt không vào! Nghĩ tới lời nói của vị khách già: “Chiến tranh có gì đáng cười!” Tôi cũng cảm thấy tự hổ thẹn. Nhớ tới cách đây 2 ngày mình cũng thảo luận sôi nổi với các bạn về chiến tranh vùng vịnh Ba Tư. Nhưng lại không nhìn chiến tranh với quan điểm đó của vị khách già. Trong chiến tranh có người đã hy sinh. Những người đó là con là chồng, là cha v.v. . . Nếu nghĩ như vậy thì sẽ sinh lòng thương xót vô cùng đối với chiến tranh.

Đó tức là thay đổi quan điểm vốn có của chúng ta, quán sát thế giới với cái nhìn đôi mới, nhìn thế giới với con mắt bình đẳng. Tâm chúng ta cảm xúc, có một nét sống mới. Tâm chúng ta trở thành rộng lớn, đến mức không còn phân biệt người Mỹ, người Iraq hay là người Chilê. Không kể là người nước nào, đã có người chết đều là chuyện bi thảm giống nhau. Trí tuệ của chúng ta, cũng nhờ sự kiện này mà được mở mang.

Tám người thanh niên kia có thể nhờ sự kiện này mà được giác ngộ, cũng có thể là không được giác ngộ. Nếu họ không được giác ngộ, tức là họ thiếu một cái gì đó. Tức là họ thiếu năng lực cảm thọ, thiếu tuệ... Vì thiếu trí tuệ cho nên họ không có được cảm xúc mới.

Cảm xúc mới rất là quan trọng. Khi chúng ta có đầy đủ trí tuệ để đối diện với thế giới này thì quan điểm của chúng ta có thể tùy thời mà điều chỉnh cho thích hợp.

Nhìn sự vật với một quan điểm đổi mới, thường thường là một bước ngoặt lớn, đời sống không phải là một cái gì cố định.

Nếu chúng ta có trí tuệ và biết không ngừng thay đổi năng lực quan sát và cảm thọ của chúng ta, thì tôi tin rằng, chúng ta có thể “nhờ đó mà sống được những ngày hạnh phúc và an lạc”. Vì chúng ta có thái độ quan sát bình đẳng, sống động và rộng lớn, cho nên sẽ không có gì làm chúng ta thất bại được. Đó chính là trí tuệ.

---o0o---

## **TỪ BI LÀ CHO VUI, TRỪ KHỔ**

Từ bi là gì?

Rất nhiều các bậc thầy bảo chúng ta rằng: “Từ bi là cho vui, trừ khổ”, đem lại cho người khác niềm vui, đoạn trừ mọi đau khổ cho họ.

Nhưng ta lại bàn về từ bi theo một góc độ khác.

Chữ từ 慈, ở trên là chữ tư 茲, nói theo văn Bạch Thoại là chữ như thị 如是 nghĩa là như vậy. Dưới là chữ tâm. Từ là tâm như vậy.

Tâm như vậy, là khi thấy người khác đau khổ hay vui sướng, đều có cái tâm như vậy. Tức là cái tâm cảm thọ nỗi đau khổ của người khác, mong mỏi cho họ đoạn trừ được đau khổ. Khi thấy người khác vui, cũng cầu mong mọi người đều được vui như vậy.

Bi 悲 trên là chữ phi 非 là không phải. Dưới là chữ tâm. Bi là chữ phi tâm 非心. Bi là biến đổi, không ngừng biến đổi cái tâm của chúng ta, khiến tâm chúng ta tiếp cận “cái tâm như vậy”, cái tâm có khả năng cảm thọ nỗi đau khổ và niềm vui sướng của người khác. Khi ấy chúng ta mới có được lòng từ bi đích thực.

Nếu như không biến đổi được, hay là tìm ra được “cái tâm như vậy”, thì lòng từ bi của chúng ta sẽ không được chân thật.



“Cái tâm như vậy” cũng tức là tự tánh hay Phật tánh của chúng ta, trước khi cha mẹ sanh ra chúng ta. Bộ mặt vốn có ấy hiện nay đang bị che lấp. Vì vậy cần phải không ngừng phi tâm, không ngừng biến đổi.

Chữ Phật 佛, bên trái là chữ nhân 亻 (là người), bên phải là chữ phát 弗 là không phải... không phải là người tức là Phật. Không phải người tức là đoạn trừ tất cả mặt tình cảm tiêu cực của con người, đoạn trừ hết thầy tham, sân, si, mạn, nghi. Con người như vậy, gọi là Phật. Tức là nói, Phật cũng không phải là một cá nhân đặc biệt, cũng không phải có cái tâm đặc biệt. Phật là con người bình thường như chúng ta, có cái tâm bình thường, nhưng nhờ giác ngộ cảnh tâm không ngừng mà đoạn trừ được tất cả mặt trái, mặt tiêu cực của tình cảm con người. Con người như vậy, gọi là Phật.

Có một lần tôi diễn giảng về chủ đề Hoằng Nhất đại sư. Một người nghe, hỏi cư sĩ Trần Tuệ Kiếm (người cùng diễn giảng với tôi): “Vì sao Đại sư Hoằng Nhất lại vô tình đến thế. Bỏ vợ, bỏ con để tu hành”. Trần cư sĩ trả lời: “Chớ có trách Hoằng Nhất đại sư, nếu Ngài không tu hành như vậy, thì sẽ không có Hoằng Nhất đại sư”. Quan điểm của tôi cũng giống như của Trần cư sĩ. Tôi rất cảm ơn Hoằng Nhất đại sư có lập gia đình, có con rồi mới xuất gia tu hành, rất cảm ơn Phật Thích Ca Mâu Ni, cũng lập gia đình, có con rồi mới xuất gia tu hành. Trong Phật giáo đã từng có rất nhiều ví dụ như vậy, như Nan Đà, Liên Trì đại sư, cũng đều lập gia đình, có con rồi mới xuất gia. Có người còn lấy nhiều vợ, như Hoằng Nhất đại sư, trước khi xuất gia đã có hai vợ, Liên Trì đại sư cũng có hai vợ.

Vì sao lại cần cảm ơn như vậy? Vì đó là sự thị hiện vĩ đại của các vị ấy, cho chúng ta thấy rằng, các vị tuy có gia đình, có con nhưng vẫn không nhụt chí, vẫn có hy vọng thành tựu mục đích tu hành một cách viên mãn, hoàn thiện. Bất cứ người nào cũng đều có thể giác ngộ bắt đầu từ một thời điểm nhất định và tu hành đạt tới kết quả viên mãn.

Có một bài kinh (Kinh bà già), trong đó Phật thuyết pháp cho một bà già. Bà già ấy, sau khi được nghe Phật thuyết pháp bèn được giác ngộ rồi chứng ngộ. Những ví dụ như thế rất nhiều. Vì vậy, đừng có lo lắng hiện nay mình bao nhiêu tuổi, đừng có lo lắng mình bây giờ đã có mấy con, chỉ cần từ giờ phút này anh giác ngộ, nỗ lực tu hành thì sẽ thành công.

Tâm từ bi là nhờ biến cải tâm mình ở đời này mà chứng được Phật tánh. Nếu đời này chưa hoàn thành được thì chờ đời sau. Nhưng vì chúng ta chưa biết đời sau chúng ta thế nào cho nên ngay ở đời này hãy sống hết sức mình.

Chúng ta lại cũng không biết ngày nào chúng ta sẽ từ giã cõi đời này, cho nên phải vĩnh viễn giữ vững tư thế tiến tới, hướng thượng. Không ngừng phát huy trí tuệ và từ bi cho tới giờ phút cuối cùng.

---o0o---

## **TRỞ VỀ ĐỜI SỐNG NÀY, THẾ GIAN NÀY**

Trong một lần diễn giảng, do Hội Công Đức Từ Tế tổ chức, tôi được gặp nữ sĩ Tạ Băng Oanh, năm ấy 86 tuổi. Bà một mình theo thang gác lên tận lầu năm. Tôi đến bà và nói: “Chào giáo sư, tôi xin giúp bà”. Bà ta nói: “Anh khỏi phải nâng đỡ tôi, anh nâng đỡ tôi, tôi sẽ không đi được”. Tôi vô cùng cảm động, không rõ đến năm 86 tuổi, tôi có được như bà không, không cần đến người nâng đỡ mà vẫn đi được.

Nhà vũ đạo Masa Hạt Lan Mẫu, năm bà 96 tuổi, đã đưa đoàn múa đến biểu diễn ở Đài Loan và tự mình ra sân khấu cảm tạ khán giả, làm cho mọi người phải kính trọng. Nếu tôi sống được đến 96 tuổi, tôi không biết mình có đủ dũng khí như bà, đáp máy bay từ Mỹ sang Đài Loan biểu diễn, tự mình ra sân khấu chào, cảm ơn khán giả, mở cuộc họp báo, bàn luận về nghệ thuật múa của bà.

Sau ngày biểu diễn đầu tiên của đoàn múa Masa Hạt Lan Mẫu, Hội Văn Kiến bố trí cho một nhà nhiếp ảnh đến gặp bà ở sau sân khấu, nhà nhiếp ảnh đó là cụ Lang Tịnh Sơn năm ấy thọ 100 tuổi. Khi hai bậc lão thành ấy gặp và bắt tay nhau ở đằng sau sân khấu, mọi người đều đứng dậy bày tỏ lòng kính trọng. Hai bậc niên lão ấy, nếu cộng tuổi lại là 196 tuổi. Bà Masa nói là bà hi vọng tương lai sẽ có dịp trở lại Đài Loan biểu diễn. Còn tiên sanh Lang Tịnh Sơn thì nói là ông hy vọng, sau cuộc triển lãm nhiếp ảnh kỷ niệm năm ông 100 tuổi, sang năm sẽ tổ chức một cuộc triển lãm nhiếp ảnh mới nữa. Lúc bấy giờ tôi thấy thái độ của hai vị niên lão đối với cuộc sống này, thế gian này đúng là rất thực tế, mọi người thấy đều phải nể.

Cả ba vị niên lão ấy đều có một đặc sắc mà mọi người không biết: Cả ba người đều có lòng tin tôn giáo thuần thành, nữ văn sĩ Tạ Băng Oanh và nhà nhiếp ảnh Lang Tịnh Sơn là Phật tử thuần thành, còn nhà vũ đạo Masa Hạt Lan Mẫu là tín đồ Cơ Đốc giáo thuần thành. Qua họ thấy rõ tôn giáo đúng là có lợi ích đối với nhân sanh.

Nếu như anh không có được ích lợi nhờ tôn giáo thì đó không phải là vấn đề của tôn giáo, mà là vấn đề của bản thân anh. Có thể là thái độ của anh đối

với nhân sanh, đối với tôn giáo đều có vấn đề. Phật giáo đồ thường nói: “Không được rơi vào hai bên”. Hai bên tức là không và có. Tu hành là không. Có là chỉ thấy có cuộc sống, chỉ biết có đi đứng, cơm ăn, áo mặc mà không biết phải không ngừng cải cách và khai phát nội tâm. Mắc vào không hay có, bất cứ một bên nào, đều là có vấn đề. Không được vướng mắc vào một bên nào cả, mà chỉ có cải cách và sáng tạo.

---o0o---

## **PHÓNG HẠ VÀ CHỊU TRÁCH NHIỆM**

Có một phương pháp rất tốt để đề cao quan điểm về cuộc sống, đó là khi bắt đầu học Phật, phải nhận thức cho được tính trọng yếu của phóng hạ và thái độ chịu trách nhiệm.

Có những cái mà sớm hay muộn chúng ta phải từ bỏ (phóng hạ) đó là sanh mạng của chúng ta và tất cả những gì chúng ta có, đồng thời cũng có những cái mà chúng ta phải nhận lãnh, tức là nhận lãnh trách nhiệm của chúng ta hiện nay.

Tôi hết sức coi trọng sự tích của đạo sư Hoằng Nhất và đạo sư Liên Trì nhưng tôi không thể học tập các ngài được bởi vì cuộc sống của hai Ngài và của tôi có đặc điểm khác nhau. Tôi đọc tiểu sử của pháp sư Hoằng Nhất, thấy khi Hoằng Nhất xuất gia, vợ của Ngài chạy tới chùa nơi ngài xuất gia, chạy vòng quanh chùa, vừa chạy vừa khóc, nhưng Hoằng Nhất làm như không nghe biết gì cả, cuối cùng bà vợ của ngài, tức là Nhật Tịch phu nhân phải rời bỏ chùa mà đi. Đọc đến đoạn này, tôi xúc cảm biết mình không làm được như Hoằng Nhất, nếu là tôi thì tôi nhất định ra mở cửa ngay. Mở cửa chưa chắc là nối lại duyên xưa, chưa chắc là chuyện xấu, hà tất phải đóng cửa kín mít như vậy.

Đại khái, chỉ trên điểm ấy, có sự bất đồng giữa đại sư Hoằng Nhất và tôi. Chúng tôi không có được cái cao siêu của đại sư Hoằng Nhất, vì vậy nên phải nhận lãnh trách nhiệm hiện tại. Gia đình tôi, hoàn cảnh nơi tôi ở, Đài Loan của tôi, thế giới của tôi, đối với tất cả những cái đó, tôi phải nhận lãnh trách nhiệm.

Một khi chúng ta đã có một nhận thức đúng đắn về cái phải từ bỏ và cái phải nhận lãnh trách nhiệm, thì quan điểm của chúng ta sẽ được nâng cao lên. Có người xin tôi một bộ quần áo hay một cái bát, tôi thấy thiếu đi một bộ quần áo hay một cái bát cũng không tổn hại gì đến tôi cả, bởi vì đó là những cái

có thể từ bỏ được. Từ bỏ càng nhiều thì có thể nhận lãnh trách nhiệm càng nhiều hơn, chứ không phải là từ bỏ hết là hết trách nhiệm!

Chúng ta hãy xem đại sư Hoảng Nhất phóng hạ cái gì? Ngài phóng hạ vợ, bà dì, con cái, gia sản, nghệ thuật rồi xuất gia, nhưng Ngài nhận lãnh trách nhiệm sự nghiệp của Như Lai, trở thành một nhà tu hành vĩ đại, làm cảm động lòng người. Nếu Ngài không có sự phóng hạ lớn như vậy, thì Ngài cũng sẽ khó nhận lãnh một trách nhiệm vĩ đại như vậy.

Không có sự phóng hạ lớn thì không thể nhận lãnh được trách nhiệm lớn.

Mọi cái đều dứt bỏ, hư hỏng, hủy hoại, đây là điều không quan trọng. Bởi vì mọi cái đều phải xả bỏ, đều sẽ hư hỏng, hủy hoại nhưng cái vứt bỏ, hư hỏng, hủy hoại đó đều là ở trong tay mình. Rồi những người thân thích của anh cũng sẽ chết đi, có người chết lúc anh 20 tuổi, có người chết lúc anh 10 tuổi.

Hiểu được đạo lý nhân duyên đó thì phóng hạ cũng dễ, nhận lãnh trách nhiệm cũng dễ.

---o0o---

## **BỒI DƯỠNG SỨC SÁNG TẠO CỦA NỘI TÂM**

Không ngừng bồi dưỡng sức sáng tạo nội tâm là điều hết sức quan trọng.

Điều khiến người ta tán thán Phật là sức sáng tạo kinh người của Phật. Đọc kinh điển của Phật Thích Ca, chúng ta cảm thấy mình bé nhỏ như con kiến so với Ngài. Tôi vốn là người không dễ bái phục ai, vì tôi tự cho mình là có nhiều sức sáng tạo, nhưng sau khi đọc kinh sách Phật, thì phải ngàn vạn lần bái phục, tán thán Ngài, tự cho mình không thể nào đạt tới cảnh giới của Phật được.

Gần đây, tôi đang viết một cuốn sách về Bồ Tát Quán Thế Âm. Tôi muốn rút ra trong Đại Tạng tất cả những kinh điển có liên quan đến Bồ Tát Quán Thế Âm và viết thành một cuốn sách có đầu đề: Bi, trí, hạnh, nguyện. Mục bi nói về Bồ Tát Quán Thế Âm, tôi cho rằng, độc giả muốn biết về Bồ Tát Quán Thế Âm, chỉ cần đọc cuốn “Bồ Tát Quán Thế Âm” do Lâm Thanh Huyền chủ biên là đủ.

Khi mới bắt tay vào công việc, tôi cho rằng kinh sách nói về Bồ Tát Quán Thế Âm, chỉ là “Phẩm Phổ Môn”, “Đại Bi Tâm Đà La Ni”, “Kinh Lăng

Nghiêm” (pháp môn nhĩ căn viên thông) tức là 5, 6 bộ kinh chứ không nhiều. Nhưng, về sau, tìm đến hơn 30 bộ kinh, mà cũng chưa hết. Đức Phật thực là vô cùng! Phật có thể thông qua nhiều giác độ khác nhau để nói về Bồ Tát Quán Thế Âm.

Công việc này lúc đầu dự định trong ba tháng, hiện nay đã hơn nửa năm rồi. Càng làm việc càng phát hiện trí tuệ của Phật thực là cao siêu, sức sáng tạo của Phật thực là vô tận!

Một đệ tử Phật hỏi Phật Thích Ca Mâu Ni: “Xin Thế Tôn giảng về Bồ Tát Quán Thế Âm!” Phật Thích Ca bèn giảng một bài dài về Bồ Tát Quán Thế Âm. Một đệ tử khác xin Phật giảng về chủ đề ấy, Phật lại giảng một bài khác. Đối với những người khác nhau hỏi Phật về Bồ Tát Quán Thế Âm, Phật giảng các bài kinh khác nhau về Bồ Tát Quán Thế Âm, bởi vì căn bản, không thể nói hết được về Bồ Tát Quán Thế Âm. Vì Phật gặp những đối tượng khác nhau, những căn cơ khác nhau, cho nên Phật cũng giảng nhiều bộ kinh khác nhau về Bồ Tát Quán Thế Âm. Sức sáng tạo của Phật thực là đáng kính và đáng bái phục. Nguồn gốc của sức sáng tạo đó chính là sức sống của sanh mạng.

---o0o---

## **GIỮ VỮNG SỨC SỐNG CỦA SANH MẠNG**

Sức sống của sanh mạng đó không phải chỉ có Phật mới có. Trong lịch sử, các vị Bồ Tát đều có sức sống phi thường. Đọc kinh điển của các Ngài, tâm tính chúng ta như là bị chấn động, và chúng ta hy vọng chúng ta cũng được giống như các Ngài. Bởi vì, ngang qua kinh điển, chúng ta vẫn cảm nhận được một cách mạnh mẽ tính cao siêu và sức sống của các Ngài.

Các Tổ sư trong lịch sử cũng đều có sức sống phi thường. Không có vị nào trầm trầm ủ ê như người chết. Mà các vị đều ngẩng cao đầu thẳng bước, có tư thế tiến lên, vĩnh viễn không chịu khuất phục trước sinh mệnh, cho đến giờ nhắm mắt xuôi tay mới thôi.

Thiền sư Bách Trượng là một ví dụ. Ngài viết cuốn “Bách Trượng thiên lâm thanh quy”, là bộ sách xưa nhất về quy tắc của Tòng lâm. Trong cuốn sách có hai câu đáng ghi nhớ nhất là: “Một ngày không làm, một ngày không ăn”, không làm tức là đánh mất sức sống của sanh mạng, cho nên Thiền sư Bách Trượng đã 90 tuổi rồi vẫn ra đồng làm việc. Học trò thấy, không đành lòng bèn lén dẫu cái lưỡi cày của Bách Trượng, khiến Ngài không còn làm ruộng

được. Thiền sư Bách Trượng bèn tuyệt thực ba ngày liền để kháng nghị, đói đến gần tắt thở. Học trò hỏi Ngài đau gì? Ngài nói: “Đây là do ta quy định, một ngày không làm một ngày không ăn!” Học trò không còn cách nào khác là đem lưởi cày trả lại cho thầy, cũng có người học trò, nhân đó mà được giác ngộ.

Thiền sư Bách Trượng lao động liên tục như vậy cho đến lúc 96 tuổi khi ngài tịch mới thôi. Đó chính là sức sống của sanh mạng.

---o0o---

## **QUÝ TRỌNG GIỜ PHÚT TRƯỚC MẮT**

Rất nhiều người tu hành không thể nào thể nghiệm được, cũng không cách nào thực hành được lối sống “Sống trong giờ phút này”. Nguyên nhân là họ luôn luôn vướng mắc vào quá khứ hoặc tương lai, khiến cho cuộc sống của họ bị hỗn loạn.

Quá khứ hay tương lai đều không thể nắm bắt được. Giờ phút hiện tại mới thật trọng yếu, giờ phút này qua đi không biết là có giờ phút tiếp theo hay không. Theo quan niệm vô thường mà xét thì giờ phút này qua đi, rất có thể là không có giờ phút tiếp nữa. Chúng ta phải có một sự thể nghiệm sâu sắc thân thiết đối với lẽ vô thường thì mới có thể sống trong giờ phút này được.

Đại sư Nguyên Hiểu nói rằng: “Dù có gắng sức mấy, cũng không ngăn được một đóa hoa tàn tạ”. Lời nói ấy, giúp chúng ta thể nghiệm lẽ vô thường một cách sâu sắc hơn.

Sinh mạng chúng ta giống như hoa hồng. Mặc dù cố gắng hết sức, cũng không ngăn được sinh mạng tàn tạ. Rất dễ thể nghiệm sự tàn tạ của sinh mạng. Mấy năm gần đây, tôi cảm thấy rõ, thân thể không được như trước.

Ngày còn trẻ, tôi có thể thức liên tục 7 ngày 7 đêm không ngủ. Bây giờ, ba ngày đêm không ngủ chắc là chết mất, thân người ta không ngừng tàn tạ. Mỗi ngày, xem lại mình thấy già hơn hôm qua một chút, không biết mình còn sống được bao lâu nữa, thậm chí không biết có sống được ở giờ phút sau hay không. Vì không biết, cho nên phải trân trọng giờ phút hiện tại, phải sống trong giờ phút hiện tại.

Sống trong giờ phút hiện tại là như thế nào?

Phương pháp của Thiền Tông là một tâm một cảnh.

Rất nhiều người, trong khóa lễ cũng niệm Phật, đi đường cũng niệm Phật, ăn cơm cũng niệm Phật, thậm chí đi nhà xí cũng niệm Phật. Tôi muốn hỏi họ: Niệm Phật như vậy thì ăn cơm còn có thấy ngon không? Uống trà còn thấy có mùi vị gì không?

Người còn biết được mùi vị thì cảnh giới của họ cao siêu lắm rồi. Nhưng người bình thường thì không được. Bởi vì làm như vậy là một tâm mà có nhiều cảnh.

Vừa ăn cơm vừa niệm Phật, niệm tới mức “ăn không còn biết mùi vị thì đó là một tâm một cảnh rồi”. Nhưng đáng tiếc là người bình thường, vừa ăn cơm vừa niệm Phật, thì niệm Phật cũng không tốt mà ăn cơm cũng không ngon.

Đó là một tâm sanh ra nhiều cảnh; hay là một cảnh mà có hai tâm. Lên khóa lễ tại Phật đường, một mặt thì vái vái, một mặt thì lo nồi cơm khô. Đó là một cảnh giới mà có hai tâm, nếu một tâm mà có hai cảnh giới, hay một cảnh giới mà hai tâm thì vĩnh viễn không cách nào sống hết mình trong giờ phút hiện tại được. Khi ăn cơm không phải là không có thể niệm Phật, nhưng chỉ khi hòa mình được vào giờ phút đó của sinh mạng thì mới có thể hòa mình được vào giờ phút niệm Phật. Nếu ăn cơm mà không thưởng thức được mùi vị của cơm ăn thì làm thế nào thưởng thức được đạo vị của cõi Tịnh Độ? Tịnh Độ là rất vĩ đại rất là kỳ diệu, ăn cơm còn không thưởng thức được mùi vị, thì là sao mà thưởng thức được mùi vị của Tịnh Độ?

Nếu anh trước đây không biết âm nhạc, làm sao đến cõi Tịnh Độ, anh hiểu được âm nhạc của Tịnh Độ?

Nếu anh không biết cái hoa ở thế giới này, thì đến cõi Tịnh Độ mưa hoa đầy trời, làm sao anh thưởng thức được những đóa hoa bay trên cõi Trời Tịnh Độ?

Nếu anh không thể nghiệm được sâu sắc tính thanh tịnh của cuộc sống, thì làm sao anh biết được có vãng sanh Tịnh Độ hay không? Làm sao biết mình đang ở cõi Tịnh Độ?

Suy nghĩ như vậy, đầu tôi như vãi mồ hôi ra.

Sự thể nghiệm giờ này, phút này, giây phút này rất là trọng yếu.

Từ đời nhà Tống đến nay, có nhiều vị đại đức đề xướng việc người tu Tịnh Độ nên kiêm tu Thiền, người tu Thiền nên kiêm tu Tịnh Độ tức là kiêm cả tu Thiền và Tịnh, như vậy sẽ không đi sai lệch quỹ đạo, không chán bỏ thế giới này. Thiền Tông hết sức coi trọng cuộc sống hiện tại, theo quan điểm Thiền Tông thì căn bản “Không có thời điểm tương lai”.

Mỗi giây phút đều hết sức trọng yếu. Liên hợp các thời điểm lại thì đó là thời điểm tương lai, và mỗi thời điểm hiện tại tức là sự tích lũy của các thời điểm quá khứ. Nắm được ý nghĩa của giây phút hiện tại, thì mọi thời điểm quá khứ đều biến thành có ý nghĩa. Muốn cho “tương lai” có ý nghĩa thì cũng phải nắm bắt ý nghĩa của giây phút hiện tại.

Trong giây phút tôi vừa nói xong một câu ở đây thì giây phút đó đã trôi qua rồi.

Giây phút ngắn ngủi như tay xâu kim, chân tơ kẽ tóc, như ngọn gió thoảng . . . tất cả đều trôi qua. Các anh không thấy điều đó chẳng? Nếu anh mà thấy được điều ấy thì tôi có thể khẳng định, mỗi lần anh ngồi niệm Phật, mỗi câu niệm Phật của anh sẽ được rất rõ ràng, rất trang nghiêm, không khác gì ở cõi Tịnh Độ vậy.

Hãy sống thực trong giây phút này của cuộc sống!

Dù anh bao nhiêu tuổi, 5 tuổi hay 80 tuổi, hãy trân trọng giây phút này của cuộc sống? Bởi vì giây phút này mà trôi qua thì cũng không có gì đáng được nói nữa.

Có một lần, trong một quán cà phê, tôi gặp lại một cô bạn người yêu cũ trước đây đã từng bỏ tôi. Tôi cũng đã từng ôm mối hận đối với cô ta, nhiều năm trôi qua và bây giờ bất chợt gặp lại. Tôi nói: “Hãy cùng uống một tách cà phê đi” vừa uống cà phê, vừa nói chuyện tình xưa, cô ta nói: “Ngày trước khi tôi muốn từ bỏ anh mà anh nói một câu: Xin em đừng bỏ anh, thì tôi sẽ ở lại ngay”.

Tôi nói: “Vì sao, trước kia cô không nói. Bây giờ nói thì có ích gì nữa?” Câu chuyện này đã trải qua 20 năm rồi! Lúc bấy giờ, không nói, không làm. Thời gian qua rồi không còn gì để nói nữa.

Cuộc sống là như vậy. Anh thích một người này, muốn kết duyên, nhưng lúc bấy giờ, anh không biết tranh thủ để cho thời gian trôi qua, thế là anh sai lầm cả đời.



Có ngày tôi gặp lại một người bạn gái cũ. Cô ta nói : “Không ngờ hiện nay, anh sống tốt quá, nếu biết trước thì em đã lấy anh rồi”. Tôi nói: “Nếu ngày xưa cô lấy tôi thì chưa chắc hiện nay tôi được sống tốt như vậy”.

Đúng vậy, mỗi giây phút có sự chân thực của giây phút ấy, mỗi giây phút có thực tướng của giây phút ấy, mỗi giây phút đều có mặt “không” và “có” của giây phút ấy. Mỗi giây phút đều có đầy đủ không lẫn có. Giây phút này có đầy đủ cả thiện và ác, giây phút này có đầy đủ tất cả. Vì vậy mà đại sư Hoàng Nhất, khi tịch có lưu lại bốn chữ: “Bi Hân Giao Tập”. Nghĩa là buồn vui giao xen, nếu anh thấy được giây phút rất chân thực này, thì anh sẽ thấy được sự giao xen của vui buồn trong mỗi giây phút.

Điều đáng tiếc là rất nhiều người học Phật lại học đến nỗi thành ra đau khổ, bị ràng buộc, không tự tại, nguyên nhân là ở chỗ không biết sống trong giây phút hiện tại, không sống trong hiện tại, không nhìn được dưới chân mình. Vì rằng, không nhìn được dưới chân mình, cho nên chỉ sống trong quá khứ hay trong vị lai.

---o0o---

## **SO SÁNH VỚI GIÂY PHÚT TRƯỚC ĐÂY**

Nhớ lại thức ăn đầy đủ của ngày hôm qua không có giúp gì cho cơn đói ngày hôm nay. Hôm nay ăn rất no, cũng không giúp gì được cho cơn đói ngày hôm sau. Giờ phút nào cũng có tình trạng của giờ phút đó. Tình trạng của các giờ phút khác nhau đều không giống nhau.

Có thể nghiệm như vậy mới không chấp trước vào giờ phút trước cũng như giờ phút sau. Mà muốn không có chấp trước vào giờ phút trước cũng như giờ phút sau, thì đừng có chiếm hữu gì, mong cầu gì.

Chúng ta học Phật cũng đừng có hy vọng được gì, ngoài hy vọng không ngừng khai phát con người chân chính của chúng ta mà thôi.

Thường có người đến so sánh “công phu” với tôi, nói là tôi rất có danh tiếng, tôi phải là người tu hành rất tốt. Hỏi tôi: Xin hỏi ông tu hành được bao nhiêu quả?

Và nói tiếp một cách rất nghiêm túc rằng ông đã tu hành chứng được tam quả .

Tôi trả lời là tôi tu hành chưa chứng được quả nào hết. Chỉ được mỗi ngày ăn quả dưa, ngon và bổ, có vị đạo. Đó là cái mà đạo Phật gọi là vô sở đắc. Nếu trong lòng cứ nghĩ tu được “bao nhiêu quả”, thì đời sống sẽ là một gánh nặng, có chỗ không thông.

Xin đừng có nghĩ anh tu được “bao nhiêu quả”, mà hãy nghĩ tới giờ phút này của anh, so với giờ phút trước có được trí tuệ hơn, nhận thức của anh về “không tánh” được tốt hơn, giờ phút này so với giờ phút trước, anh sống từ bi hơn, sống hoàn thiện hơn.

Và cứ như vậy tiến lên, thì sẽ có ngày đạt tới cả nh giới từ bi, trí tuệ toàn diện và tự tại.

Đừng có nên một mặt tu hành, một mặt cứ nghĩ là mình đã đạt tới trình độ nào rồi? Nếu ngày nào cũng nghĩ tới vấn đề đó, thì lấy thì giờ đâu mà tu hành?

Hãy sống tốt đẹp từng giờ phút, hãy sống tốt đẹp từng ngày, hãy sống một cuộc sống tốt đẹp. Nếu trong khi anh niệm Phật, lễ Phật mà con anh khóc, gọi mẹ, thì xin anh hãy tạm thời nghỉ niệm Phật và đến với con anh, vì giờ phút này, con anh đang cần tới anh, còn giờ phút này, Phật không nhất định là cần tới anh, Phật không cần gì hết. Phật và Bồ tát là không có sở đắc gì hết, không cần gì.

Có câu chuyện hài hước kể một người đi qua sa mạc, đi giữa đường vừa mệt, vừa đói khát. Anh ta cầu nguyện Bồ tát đến cứu. Trên đường anh gặp một cây đèn Thần, cầm lên xoa xoa. Quả nhiên một người khổng lồ hiện ra, nói: “Tôi là đây tớ của ông đây, xin ông có gì dạy bảo?”

Anh nói: “Tôi đang rất khát đây, hãy đem cho tôi một bát nước”. Người khổng lồ trả lời: “Tôi ở đây không có nước”.

Anh nói: “Hãy đem cho tôi một bộ quần áo, vì tôi rất rét”. Người khổng lồ trả lời: “Ở đây tôi không có quần áo”.

Anh nói: “Hãy cho tôi một bát cơm”.

Trả lời: “Ở đây, không có cơm”

Anh nói: “Hãy đem cho tôi một quả dưa”.

Trả lời: “Ở đây không có quả dưa”.

Cuối cùng, anh ta hỏi: “Vậy thì nhà người có thể cho ta cái gì nào?”

Trả lời: “Tôi có thể cho ông Phật pháp”.

Nghe nói, người lữ hành ngã bất tỉnh trên sa mạc.

Phật pháp là gì? Khi người khác khát, hãy cho họ uống nước. Đó là Phật pháp. Khi người khác đói, anh cho người ta ăn cơm. Đó là Phật pháp. Cho mãi mãi mà không yêu cầu gì, đó là Phật pháp chân thực nhất.

---o0o---

## **CUỘC SỐNG TỐT ĐẸP NHẤT LÀ Ở ĐỜI NÀY, THẾ GIAN NÀY**

Phật pháp không tách rời cuộc sống, cũng không tách rời cuộc sống hiện tại, thế gian hiện nay.

Trong những lời giáo hóa ban đầu của Phật Thích Ca, có bốn câu rất quan trọng, gọi là bốn gia hạnh: Sanh mạng vô thường, thân người khó được, nhân quả là chân lý, luân hồi là khổ.

Điều đáng ghi nhớ hàng đầu là vô thường.

Đời sống con người là vô thường, cho nên phải trân trọng giờ phút này.

Thứ hai là hãy nhớ: Thân người là khó được.

Đời này, thế gian này là cuộc sống tốt đẹp nhất.

Thân này, không được độ trong cuộc sống này, thì còn chờ cuộc sống nào khác?

Suy nghĩ như vậy chúng ta sẽ khẳng định giá trị của thân này của chúng ta, khẳng định cuộc sống của chúng ta tại thế gian này, khẳng định cuộc sống hiện nay và thế gian hiện nay của chúng ta.

Nếu chúng ta biết trân trọng thân người, cuộc sống của con người, thì chúng ta sẽ biết trân trọng cõi Tịnh Độ trân trọng mỗi một chúng sanh.

Nếu ngay đời này, thế gian này mà không biết trân trọng, thì tất cả Phật Pháp sẽ biến thành hư vọng, sẽ không có chỗ nào đặt vững chân nữa.

Ngày nào cũng kiểm nghiệm, thân, lời nói và ý nghĩ. Tháng nào cũng kiểm nghiệm thân, lời nói và ý nghĩ như vậy. Cả năm cũng kiểm nghiệm thân, lời nói và ý nghĩ như vậy.

Trong cuộc sống này, thế gian này không ngừng kiểm nghiệm thân, lời nói và ý nghĩ như vậy. Đời này qua đời khác, cũng đều kiểm nghiệm thân, lời nói và ý nghĩ như vậy, thì đó là sự tu hành căn bản nhất, trân trọng nhất.

---o0o---

## **VƯỢT QUA SÔNG TÌNH DỤC BẢY TÌNH, SÁU DỤC**

Trong đạo Phật, tình dục là vấn đề hết sức trọng yếu. Tình dục là gì? Nói một cách giản đơn, tức là bảy tình sáu dục. Bảy tình là hỷ (mừng), nộ (giận), ái (bi thương), lạc (vui), ái (yêu), ó (ghét), dục (thèm muốn). Hỷ là hoan hỷ. Nộ là nổi nóng. Ái là bi ai. Lạc là khoái lạc. Ái là yêu thích. Ó là chán ghét. Dục là cầu mong.

Sáu dục là sắc dục, hành mạo dục, uy nghi tư thái dục, ngữ ngôn âm thanh dục, tế hoạt dục, nhân tượng dục. Sắc dục là do thân trai, gái khác nhau mà khởi lên. Gái thấy trai sinh ra sắc dục. Trai thấy gái cũng sinh ra sắc dục. Hành mạo dục là do sắc đẹp khác nhau mà khởi lên. Đó là vì dáng mạo bên ngoài của con người khác nhau. Đã làm người thì hay chấp trước, tham cầu dáng mạo bên ngoài. Uy nghi tư thái dục, là nhìn thấy tư thế của một người, khi đi, khi cười, bèn sinh lòng thèm muốn. Ngữ ngôn âm thanh dục là nghe người ta nói, nghe giọng nói mà sinh ra thèm muốn, ưa thích. Tế hoạt dục là nhìn màu da người khác trong sáng mượt mà mà sinh ra ưa thích. Nhân tượng dục là do tướng mạo người khác đáng yêu mà sinh ra ham muốn.

Nói tóm lại, bảy tình là tình cảm, tình ái khiến chúng sanh trôi nổi, lưu chuyển. Sáu dục là thèm khát, hướng tới chấp thủ nhiệm trước. Theo đạo Phật nguyên thủy thì bảy tình, sáu dục đều là những chuyện không tốt, và người tu hành phải đoạn trừ bảy tình sáu dục, vì bảy tình sáu dục là chướng ngại trên con đường tiến tới giác ngộ, Bồ đề. Phải đoạn trừ chúng rồi mới mong được giải thoát.

Ai nghe nói như vậy cũng rất sợ. Chúng ta như vậy sẽ vĩnh viễn không được giải thoát bởi vì đoạn trừ bảy tình sáu dục là chuyện rất khó. Trong thời kỳ đầu của Phật giáo Nguyên thủy, vấn đề tình dục bị quy định và hạn chế rất nghiêm khắc. Chỉ cần đưa ra hai ví dụ:

Thứ nhất, trong kinh điển có câu: “La Hán bất tam túc không tang”. Nghĩa là người tu hạnh A La Hán không ngủ hay ngồi liên tục ba ngày dưới một gốc cây dâu, sợ rằng sinh ra thích thú đối với gốc cây dâu đó. Tốt nhất là mỗi

ngày một gốc cây, để tránh khỏi thích thú đối với một gốc cây nhất định, tránh không chấp trước vào thế gian này. Đối với gốc cây còn sợ có cảm tình huống hồ là đối với người? Qua đó, có thể thấy tính nghiêm khắc của giới luật.

Ví dụ thứ hai, nếu nghe qua tường tiếng vòng đeo trang sức của phụ nữ là phạm giới. Tuy là tiếng vòng xúng xểng, nhưng người nghe biết đó là tiếng vòng của phụ nữ, thế là phạm giới. Nếu nghĩ đó là phụ nữ trẻ, thế là phạm giới, nếu nghĩ là phụ nữ đẹp lại càng phạm giới nặng. Vì vậy mà cảm xúc người tu hành nghe tiếng vòng xúng xểng của phụ nữ phải giống như tiếng chuông rung trong gió mà thôi, không được nghĩ rằng đó là tiếng xúng xểng của vòng đeo của phụ nữ.

Nếu cứ dựa vào giới luật như vậy mà tu hành thì chúng ta sẽ ngày ngày phạm giới, bởi vì ngày nào chúng ta cũng ngủ trong một phòng, nếu nói phải đoạn trừ bảy tình sáu dục mới tu hành được thì e khó như bay lên trời. Phải có quyết tâm lớn lắm mới tu hành được, chứ người bình thường không thể tu nổi.

---o0o---

## **KHI LUYỆN VÀNG, KHÔNG ĐƯỢC NGHĨ TỚI CON KHỈ**

Vậy thì lấy thái độ gì để đối xử với tình dục? Có hay không một phương pháp giản đơn, có thể dùng được để cho người tu tại gia có thể chuyển hóa được tình dục, không để cho tình dục gây trở ngại cho sự tu hành.

Có một chuyện xưa Ấn Độ, có thể giúp khai thông vấn đề, ngày xưa ở vùng Bắc Ấn Độ, gần chân núi Hi Mã Lạp Sơn (Himalaya) có một làng rất nghèo, người dân trong làng rất thiếu thốn tiền. Một ngày, có một cụ già từ xa đến, mang trên vai một cái nồi và một chiếc gậy sắt. Cụ già chọn một nơi trống, trải một miếng vải ra rồi nằm ngủ. Vì làng này nhỏ và ở xa, rất ít người ngoài đến, cho nên dân làng tò mò, chú ý theo dõi cử động của cụ già.

Cụ già, sau khi nghỉ ngơi một lát, bèn thức dậy, bắc nồi châm lửa, rồi lấy gậy sắt khua trong nồi. Khua mãi, khua mãi, không ngừng tay. Dân làng tụ tập xung quanh nhìn. Một người hỏi: “Thưa cụ, cụ khua cái gì trong nồi?” Cụ già trả lời: “Ta đang luyện vàng”. Người làng nhao nhao hỏi: “Luyện vàng thế nào nhỉ?”. Cụ già nói: “Cứ xem thì khắc biết”. Nói xong lại tiếp tục khua, khua mãi và cuối cùng lấy ra một cục vàng. Dân chúng trong làng nhón nháo cả lên và chạy về nói cho nhau biết về chuyện đó.

Buổi tối cụ già ngủ, nhưng cả làng đều thức. Và thảo luận với nhau về câu chuyện kỳ lạ đó. Kết quả cuộc thảo luận là người làng quyết tâm phải học cho được thuật luyện vàng, trước khi cụ già rời khỏi làng, để cho dân làng trở nên giàu có. Họ bèn quyết định thu thập tiền của tất cả người làng lại, để mua cho được thuật luyện vàng của cụ già. Ngày hôm sau, dân làng cử một vị trưởng lão đại diện đến gặp cụ già.

Sớm ngày thứ hai, cụ già lại luyện vàng. Mọi người thấy cụ già lại lấy gậy sắt khua nồi, và luyện ra được một cục vàng nữa. Người làng bái phục cụ già sát đất. Vị trưởng lão đại diện cho làng bèn đề nghị cụ già dạy cho thuật luyện vàng. Cụ già nói: “Không được. Thuật này rất khó học”. Người làng đồng thanh nói: “Không can chi, chúng tôi đều muốn học, và xin nộp tiền để cụ dạy cho”. Cuối cùng, cụ già cũng đồng ý. Cụ thu tiền và giao lại cái nồi và cây gậy sắt cho vị trưởng lão, và nói với trưởng lão rằng: “Luyện vàng rất dễ, chỉ cần lấy gậy sắt này khua trong nồi thì lập tức có vàng, nhưng cần đặc biệt chú ý một điều, là khi khua nồi, không được nghĩ tới con khi. Nếu nghĩ tới con khi thì sẽ không có vàng xuất hiện”.

Trưởng lão nói: “Thực là quá dễ”. Bèn ngồi xuống luyện vàng. Nhưng không biết vì sao, vị trưởng lão một mặt khua nồi, một mặt cứ nghĩ tới con khi, cho nên khua nồi mãi không ra vàng. Tuyệt vọng bèn thôi không khua nồi nữa. Ngày thứ hai, giao cho người khác khua nồi, và nhắn lại người này rằng: “Chỉ cần khua nồi, sẽ có vàng nhưng không được nghĩ tới con khi...”

Kết quả là người thứ hai cũng thế. Một mặt khua nồi, một mặt nghĩ tới con khi.

Người cả làng thay nhau luyện vàng, nhưng không có người nào thành công, vì người nào cũng vừa khua nồi vừa nghĩ tới con khi.

Câu chuyện xưa rất có ý nghĩa. Nó cho thấy rất khó không chế được ý nghĩ của mình. Người có thể không chế được hoàn toàn ý nghĩ của mình thì sẽ luyện ra vàng ngay!

Đoạn trừ tình dục, thì sẽ lẫn lộn trong tình dục. Hãy thử đấu sức với tình dục, sẽ không khác gì người dân làng luyện vàng muốn không chế ý nghĩ của mình cố gắng không nhớ tới con khi.

## **DÒNG CHẢY CẢM TÌNH, CON SÔNG ÁI DỤC, CHÌM NỔI Ở TRONG ĐÓ KIẾP NÀY QUA KIẾP KHÁC**

Tình dục là gốc của sanh tử. Siêu việt tình dục tức là siêu việt sanh tử, Phật giáo thường giảng về giải thoát. Giải thoát tức là siêu việt sanh tử. Có thể thấy, siêu việt tình dục, thì sẽ được giải thoát.

Tình dục giống như con sông vậy.

Con sông có hình dáng và đặc điểm ra sao?

Thứ nhất, con sông luôn luôn chảy tới không ngừng.

Thứ hai, con sông do hoàn cảnh thay đổi mà biến động, không cố định. Đáy sông đột nhiên sụt xuống thì thành thác chảy. Dòng sông hốt nhiên thu hẹp, sẽ thành dòng chảy xiết. Dòng sông hốt nhiên mở rộng, tốc độ nước sẽ chậm lại hẳn. Như vậy, dòng chảy của con sông tùy theo hoàn cảnh mà thay đổi.

Thứ ba, con sông có thể làm chìm đắm người, trừ những người rất giỏi bơi lội còn những người khác bị chìm đắm. Ngay đối với người giỏi bơi lội, cũng không phải bơi lội dễ dàng trong dòng sông.

Thứ tư, nước sông có sức mạnh làm ô nhiễm, dần dần xâm nhiễm và hủy hoại sự vật.

Thứ năm, dòng sông không thể vĩnh viễn giữ được tính trong sạch của nó, vì từ thượng nguồn cho đến hạ nguồn, cho đến lúc chảy vào biển cả, có rất nhiều sông suối và dòng chảy khác hội nhập vào nó.

Cả năm đặc điểm đó của dòng sông đều cũng xuất hiện trong dòng chảy tình dục.

1. Dòng nước chảy tới không ngừng. Dòng chảy tình dục cũng không ngừng lại được, dù cho có sức mạnh lớn hơn cũng không ngăn nổi được tình cảm và ham muốn.

2. Tình dục cũng tùy hoàn cảnh mà biến động. Tuy rằng mọi người đều hy vọng trong tình cảm và ham muốn, có yếu tố nào đó vĩnh cửu không biến động, nhưng sự thực là không thể được. Cảm tình của con người, qua một ngày đã thay đổi, hôm nay khác với hôm qua. Hôm nay yêu một người đến có thể chết vì người đó, nhưng qua ngày hôm sau đã thấy kém phần tha thiết

rồi. Có thể nói, đối với người, với sự vật, tình thương gắn bó của chúng ta thay đổi tới mức, không phải tính từng ngày mà tính từng giờ, từng giây phút, khi thì tăng lên, khi thì giảm xuống, nghĩa là có sự biến động liên tục.

3. Tình dục làm người ta bị chìm đắm, rất khó cất đầu lên được. Nếu không có thuyền tốt, không có kỹ thuật bơi lội rất tốt, nhất định sẽ bị chìm. Vì vậy người tu cần có thuyền, cần rèn luyện kỹ thuật bơi lội rất tốt mới có thể vượt qua được con sông lớn tình dục.

4. Tình dục có sức mạnh làm ô nhiễm con người, cũng như nước sông có thể làm ô nhiễm và hao mòn những hòn đá nằm ở chỗ sâu nhất của đáy sông. Tình dục cũng vậy, cũng có thể xâm nhiễm những chỗ sâu kín nhất của con người.

Chúng ta rất thích lượm các hòn đá ven sông, đập vỡ những hòn đá ấy và phát hiện thấy trong lòng những hòn đá vẫn có nước thấm ướt, và biết được sức xâm nhiễm của nước thật là mạnh mẽ. Tình dục cũng có sức mạnh xâm nhiễm vào sâu như vậy của nội tâm con người.

5. Sống trong thế gian này, con người không thể tránh khỏi không giao tiếp với những người khác. Con sông tình dục cũng vậy, luôn luôn có ngoại vật xen vào.

Tình dục có thể ví với sông. Kinh Phật (Hoa Nghiêm) có câu: “Tùy theo dòng sanh tử, chảy vào sông ái lớn. Chúng ta cũng tùy theo dòng sanh tử lưu chuyển mà không ngừng chảy vào sông ái rộng lớn.

Hiện nay, người ta thường cho rằng chảy vào sông ái lớn là chuyện rất tốt, nào ngờ rằng, vào sông ái chính là gốc của sanh tử luân hồi. Khi mừng một người sắp lập gia đình, thường tặng câu “Vĩnh dục ái hà”. Nghĩa là, vĩnh viễn tắm trong dòng tình ái. Câu đó diễn dịch nôm na là: Chim đắm vĩnh viễn, trôi dạt vĩnh viễn trong sanh tử, đời đời kiếp kiếp bị trôi buột.

Nhớ lại, có một năm, một người bạn của tôi kết hôn. Tôi gửi tặng một cái bánh kem lớn, trên có câu: “Vĩnh dục ái hà”. Khi cắt bánh, bạn tôi người cắt bánh trước cắt mất chữ “vĩnh”. Chỉ còn lại ba chữ “dục ái hà”. Lát dao thứ hai cắt mất chữ ái, chỉ còn lại hai chữ làm người ta phát sợ là “dục hà”, nghĩa là vĩnh viễn chìm đắm trong dòng sông dục vọng.



Sau khi hiểu ý nghĩa của câu “vĩnh đực ái hà” thì khi bạn tôi kết hôn, không nên chúc mừng anh ta với câu ấy. Vì rằng, vĩnh viễn chìm đắm trong sông sanh tử không phải là chuyện đáng chúc mừng.

---o0o---

## **TÌNH DỤC VÀ SANH TỬ**

Tình dục không những có đủ 5 đặc điểm của dòng sông, mà còn là bản chất của cuộc sống con người.

Người sanh ra là có tình dục. Một đứa bé 2 tháng đã biết ai là mẹ nó, thích được mẹ bế, không muốn người khác bế. Sự yêu ghét ấy mới sanh ra đã có rồi.

Người cũng do tình dục mà sanh ra. Một người hoàn toàn không có tình dục, sẽ không sanh ra ở cõi dục giới này.

Trong kinh Viên Giác có câu: “Nên biết ái là gốc của luân hồi, do có các thèm muốn mà giúp cho tham ái, làm cho sanh tử nối tiếp nhau. Thèm muốn là do ái sanh, sinh mạng là do thèm muốn mà có; chúng sanh yêu thích mạng sống, đều lấy thèm muốn làm gốc. Ái dục làm nhân, yêu mạng sống làm quả”. Nếu diễn nôm na đoạn văn trên, sẽ là: Con người sở dĩ phải sanh tử luân hồi, là vì có gốc là ái. Có ái là vì có những thèm muốn không thanh tịnh. Có ái cho nên không từ bỏ xa lìa được. Vì từ bỏ không được cho nên mới trở lại, sanh một kiếp nữa, để có đủ nhân duyên thỏa mãn sự thèm muốn.

Một người không từ bỏ được vợ, con, có thể kiếp sau sanh trở lại làm con trai, hay con gái của vợ, con xưa của mình. Đó là vì lòng yêu thương, muốn nối duyên xưa với những người ấy. Nối duyên xưa, cũng có nghĩa là nối tiếp sanh tử.

Thèm muốn, yêu thương, mạng sống: ba cái này quyện chặt vào một chỗ.

Ái (yêu thương) sanh ra là vì yêu thương mạng sống của mình mà sanh ra thèm muốn (dục vọng), có thèm muốn, lại sanh ra yêu thương, có yêu thương lại sanh ra mạng sống. Như vậy, nối tiếp mãi trong vòng luân hồi, vĩnh viễn không được giải thoát. Một người hoàn toàn không có tình dục, sẽ không trở lại thế giới này nữa.

Tình dục, phải chăng là cái đáng sợ? Cũng không hoàn toàn như vậy. Ngay Bồ tát cũng có tình. Kinh Hoa Nghiêm nói, Bồ tát vì có tình ở cõi người này cho nên luôn luôn trở lại cõi người. Đó là một cảnh giới đẹp vô cùng.

Tình ái bản thân không phải tốt hay xấu. Đó là bản chất thứ nhất của tình dục. Bản chất thứ hai của tình dục là dù là kẻ ác nhất, hay là bậc thánh hiền, đều có tình cảm. Người người sống ở thế giới này đều là như vậy.

Kinh Lăng Nghiêm có câu: “Tuồng thuần túy thì bay, tình thuần túy thì chìm”. Một người hoàn toàn không tình dục, sống dựa vào trí tuệ và tư tưởng, thì sau khi chết sẽ tái sinh lên các cõi trời. Nếu trong trí tuệ và tư tưởng của người ấy có Bồ đề, và “tánh không Bát nhã” thì có thể bay tới cõi Phật. Một người có chín phần tuồng (trí tuệ, tư tưởng), một phần tình (tình dục), sau khi chết sẽ bay lên các cõi trời, trở thành loài Trời. Một người có bảy phần tuồng, ba phần tình, sau khi chết sẽ trở thành A tu la hay thiên long bát hộ. Còn những người được tái sinh làm người đều là tình, tuồng cân bằng nhau, tức là 5 phần tuồng, 5 phần tình.

Loại người như thế nào sẽ phải tái sinh ở cõi súc sanh? Đó là loại người bảy phần tình, ba phần tuồng. Chó, mèo cũng có trí tuệ, cũng rất thông minh, nhưng không thông minh bằng người. Chúng không có đủ trí tuệ để khống chế tình dục. Như con chó nhà tôi nếu đói bụng thì phá nồi cơm, vì trí tuệ của nó chỉ có ba phần, nó bị tình dục khống chế. Một con mèo của bạn tôi biết ngồi bô để đại tiện, ngồi xong biết đem đi rửa. Một con khỉ của bạn tôi ăn xong biết rửa tay bằng xà phòng. Người ta khen con mèo và con khỉ đó là có trí tuệ. Sự thật, đó là những thao tác đơn giản nhất của con người. Càng khen càng làm nổi bật hơn tính hạn chế của trí tuệ ở loài súc vật.

Loại người nào phải tái sinh ở cõi ngạ quỷ và ở địa ngục? Kinh Lăng Nghiêm nói là người tình cảm thuần túy sẽ đọa xuống địa ngục. Vì vậy, không được sống bằng tình cảm hoàn toàn. Những người hoàn toàn không có trí tuệ để khống chế tình dục, hoàn toàn sống bằng tình dục, sau khi chết sẽ đọa địa ngục.

Chúng ta nhất định phải nhớ câu: “Thuần tuồng thì bay, thuần tình thì chìm”, nhờ nhận thức điểm này mà chúng ta biết được, những người sinh ra ở thế giới này đều có 5 phần tình dục và năm phần tư tưởng. Chỉ có hình tướng bên ngoài là sai biệt mà thôi, như có người thì tương đối nhu hòa, có người tương đối thô bạo, có người tương đối thiên về lý tánh, có người

tương đối thiên về tình cảm, nhưng nói chung, mọi người đều là tình và tương cân phân.

Vì trong thế giới mà chúng ta sống, tình và tương cân bằng cho nên Kinh Phật gọi thế giới này là Dục giới. Chúng sanh ở Dục giới có đầy đủ tâm tán loạn, tâm phiền não, tâm chiếm hữu. Nhưng vì tương và tình cân bằng, cho nên có lúc trí tuệ chiếm ưu thế, có lúc tình dục chiếm ưu thế. Đó gọi là tâm tán loạn.

Con người cũng chịu đựng phiền não. Trên địa cầu này, có rất nhiều người bị đói, bị khổ vì chiến tranh. Hàng ngày, đọc báo, chúng ta thấy đầy rẫy phiền não. Trước đây, có ba trang lớn trong báo đăng về phiền não, thì bây giờ có đến 8, 9 trang lớn toàn là chuyện phiền não, bởi vì phiền não càng ngày càng có thêm nhiều.

Con người lại còn có tâm chiếm hữu: cái này là của tôi, cái kia là của tôi. Người nào cũng chiếm hữu mảnh đất để xây cất nhà ở, buôn cổ phiếu, vui chơi âm nhạc, càng chiếm hữu nhiều cho mình càng tốt.

“Ba cái tâm ấy” là đặc điểm của chúng sanh ở Dục giới, do tình trạng và tư tưởng cân bằng mà có. Cũng không cần hâm mộ người khác thái quá, bởi vì về cơ bản họ cũng là tình tương cân bằng. Nếu họ đặc biệt có trí tuệ thì họ đã xa lìa thế giới này rồi.

Kết quả của tình trạng tình tương cân bằng là ở thế giới này, không thể có trường hợp tình dục được thỏa mãn đầy đủ và tình cảm thỏa mãn đầy đủ, không có cặp vợ chồng nào hạnh phúc viên mãn.

Chúng ta sống trong thế giới gọi là thế giới Sa Bà. Trong sách Phật, Sa Bà có nghĩa là “kham nhẫn”, thế giới trong đó chúng sanh phải nhẫn nại để mà sống, vì là thế giới có khuyết điểm, không hoàn thiện.

Chúng ta đối với người và việc, thường có nhiều chuyện không vừa ý, đi trên đường, gặp người khác, tưởng tượng rằng họ hạnh phúc hơn mình, thông minh hơn mình, giàu có hơn mình... So sánh với họ, thấy mình có nhiều khuyết điểm, họ có nhiều ưu điểm, hay ngược lại thấy mình có rất nhiều ưu điểm, họ có rất nhiều khuyết điểm.

Thực ra, không nên quá đắc ý, cũng không nên quá thất vọng. Những người sanh ra ở thế giới này đều khá tương đương nhau, nhận thức điểm này cũng là một niềm vui.

Cuộc sống của con người không thể hoàn thiện, không thể hoàn toàn vui vẻ sung sướng. Mọi người đều giống nhau ở điểm này. Người giàu có nỗi khổ của người giàu, người nghèo có nỗi khổ của người nghèo, người có trí tuệ cũng khổ, người không có trí tuệ cũng khổ. Về nỗi khổ, mọi người đều giống nhau, chỉ có hình thức bề ngoài là khác nhau.

Có lần, tôi cùng với vợ đến thăm một người bạn, ăn cơm xong mọi người ngồi uống trà. Bỗng nhiên, hai ông bà chủ nhà cãi nhau, càng cãi càng to tiếng. Ông chồng cầm cái gạt tàn thuốc lá đánh vào đầu vợ. Người vợ ôm cái máy truyền hình đánh vào đầu chồng, khiến người chồng kêu oai oái. Tôi và vợ tôi ngồi trên ghế xô pha sừng sốt, không nói được nửa lời, vì chưa từng chứng kiến cảnh tượng này bao giờ. Bà vợ cảnh cáo ông chồng: “Tối nay, mày đừng có ngủ nghe! Nếu mày ngủ thì tao lấy dao cứa cổ mày”. Ông chồng cũng không chịu thua: “Để xem ai ngủ trước! Ai cắt cổ ai!” Hai vợ chồng lại to tiếng cãi nhau không ngừng. Chúng tôi hợp sức lại kéo bà vợ ra, khuyên bà về nhà chúng tôi nghỉ một ngày, chờ mọi việc yên rồi hãy về nhà. Về đến nhà chúng tôi bà vợ không ngớt tỏ lời oán ông chồng là ích kỷ, tàn bạo, nhẫn tâm. Bà trách ông chồng đến 3, 4 tiếng đồng hồ liên tục như vậy, vợ chồng chúng tôi cũng đồng tình với bà và an ủi bà.

Sáng sớm ngày hôm sau, chúng tôi dậy thấy bà bạn đi đâu mất, vội đánh điện thoại hỏi thăm các nhà bạn quen không ai biết tin tức bà. Trừ nhà bà ra, chúng tôi đã hỏi thăm khắp mọi nơi, nhưng không ai biết cả. Chúng tôi vô cùng lo lắng vì đã đưa bà ta về nhà rồi lại để bà ta mất hút! Cuối cùng chúng tôi đánh điện thoại về nhà bà, hỏi thăm thì chồng bà trả lời là trời chưa sáng thì bà đã về nhà. Té ra, gia đình họ cứ ba hay năm ngày một lần lại diễn ra một cuộc ẩu đả như vậy, vợ chồng không đánh nhau không chịu được, đánh nhau rồi lại ái ân như cũ. Đối với họ, thỉnh thoảng đánh nhau vỡ đầu như thế còn hơn là chiến tranh lạnh kéo dài, nhưng chúng tôi là người ngoài cuộc, thật không thể hiểu được.

---o0o---

## **TÌNH DỤC LÀ GỐC CỦA KHỔ**

Tình dục là gốc của khổ. Bởi vì có tình, có dục là có chấp trước. Trong kinh “A Hàm” có câu chuyện kể Phật Thích Ca một lần cùng với học trò đi tản bộ bên bờ sông Hằng. Phật hỏi các học trò: “Các người nói xem nước bốn đại dương nhiều hay là nước mắt chúng ta đổ ra vì trong quá khứ phải biệt ly với người thân, bên nào nhiều hơn?”

Các học trò trả lời: “Nước mắt đổ ra nhiều hơn”.

Đức Phật tỏ ra vui vẻ, vì học trò của mình đã trả lời đúng, chúng ta từ vô số kiếp đến nay, đã bao lần khóc vì mẹ cha chết, con cái chết, bạn bè thân thuộc, cùng người mình yêu thương ly biệt... thu thập tất cả dòng nước mắt ấy lại nhiều hơn nước trong bốn bể.

Có tình dục là có đau khổ, bị ai, nước mắt chảy. Tình dục đúng là gốc của đau khổ. Cái khổ đó là do chấp trước. Chấp trước vào tình dục cho nên đau khổ.

Nếu anh có người bạn, bị người yêu là nam hay nữ từ bỏ, anh không cảm thấy đau khổ, nhưng nếu bản thân anh bị người yêu là nam hay nữ từ bỏ, anh sẽ cảm thấy rất đau khổ, bởi vì anh cảm thấy đối phương, tức người mình yêu là “của anh”. Nhưng sự thực không phải như vậy, đối phương không phải là do anh đẻ ra, dựa vào đâu mà nói rằng là “của anh”, thân thể, tư tưởng, ý nghĩ đều là của cô ta, đâu phải là của anh. Chỉ cần anh nhận thức rõ, cô ta không phải là của anh, thì anh sẽ bớt đau khổ. Anh khổ là vì anh chấp trước cô ấy là của anh.

Vì sao chúng ta đau khổ khi phải từ bỏ thế giới này? Là vì chúng ta không muốn từ bỏ cái thân này. Nếu chúng ta không chấp trước cái thân này, chúng ta sẽ không đau khổ. Có rất nhiều thanh niên vì thất tình nên đến tìm tôi. Trong số này, có người muốn quyên sinh để làm cho người mình yêu khổ cả đời. Tôi trả lời: “Anh tự tử thì chỉ có anh đau khổ mà thôi. Người yêu của anh đâu có khổ, nếu cô ta là người tốt thì có chịu khổ nữa năm cũng chịu không nổi. Còn các cô gái khác thì đại khái khổ một tháng hoặc nửa tháng, hay là đi viếng anh một bó hoa trắng. Nếu người yêu định sớm từ bỏ anh mà anh tự sát, thì có khác nào cô ta cởi bỏ gánh nặng, mừng thầm trong bụng”.

Cái vui, cái buồn của một người, do chính người ấy làm chủ. Cái vui, cái buồn của người khác làm sao chúng ta không chế được. Chúng ta đau khổ là vì chúng ta tưởng có thể làm chủ được sự đau khổ của người khác. Kỳ thực, tự sát chỉ là mình tự làm khổ mình, người khác không đau khổ. Bạn trai, bạn gái của người thất tình mà tự sát, về sau đều kết hôn, lấy vợ, lấy chồng cả và sống hạnh phúc.

Vì bản chất tình dục là thống khổ, cho nên tình dục vĩnh viễn không thể nào thỏa mãn đầy đủ được. Đau khổ là có chấp trước. Không phải chỉ có chúng ta là phạm phu mới chấp trước. Có những người tu hành rất tốt cũng chấp trước.

Trong kinh “A Hàm” kể một câu chuyện rất thú vị: Sau khi đức Phật Thích Ca thành đạo, có rất nhiều đệ tử đi theo Ngài. Nhưng, trong đó, có rất nhiều người vẫn còn chấp trước. Người xuất gia không có gì làm vui, có người thu thập nhiều bát ăn, có bát bằng vàng, bằng bạc, bằng ngọc, mỗi ngày đổi dùng một bát. Phật Thích Ca biết được bèn răn dạy người học trò đó không được chấp trước vì ngay cái bát ăn cơm mà không xả được thì làm sao có thể giải thoát?

Những vấn đề giống như vậy rất là nhiều. Trong số người học Phật, có người rất thích sưu tầm tượng Phật, trong nhà có tới hàng trăm tượng Phật, có người thu thập nhiều vòng tràng hạt, nhưng lại không niệm Phật, kiêu chấp trước như vậy rất là nhiều.

Người tu hành theo Tiểu thừa, thì nhờ đoạn trừ tình dục mà được giải thoát. Còn người tu hành theo Đại thừa thì dùng phương pháp khác. Họ nói: “Phiền não tức Bồ đề; không đoạn trừ hết thân tình dục mà vẫn chứng được trí tuệ Bát nhã, không đoạn trừ phiền não mà vẫn chứng được Niết Bàn. Nói một cách nôm na, tức là triển khai tâm địa rộng lớn để chuyển hóa sự chấp trước của tình dục, dùng “tính không” của trí tuệ để “bao dung” tất cả mọi phiền não, chứ không phải là trực tiếp đoạn trừ phiền não.

---o0o---

## **CHUYỂN HÓA TÌNH DỤC**

Phật giáo Đại thừa không đoạn trừ phiền não, không đoạn trừ tình dục, mà là chuyển hóa tình dục, cũng tức là lấy trí tuệ Bát Nhã để chuyển hóa tham, sân, si.

Bồ Tát thường giảng 8 chữ: “Đồng thể đại bi, vô duyên đại từ”. Đó chính là nói về chuyển hóa tình dục, khuyên chúng ta không phải đoạn trừ cha mẹ mình, như vậy là khác với việc đoạn trừ tình cảm đối với cha mẹ.

Chúng ta có thể yêu thương cha mẹ, nhưng đối với mọi người, chúng ta cũng yêu thương như cha mẹ chúng ta vậy. Thương yêu con cái mình, cũng phải thương yêu con cái của thiên hạ.

Dùng phương pháp đó để chuyển hóa tình dục và phiền não, tức là “đồng thể đại bi, vô duyên đại từ”.

Khi một người mở rộng và chuyển hóa lòng từ bi và trí tuệ thì tình dục cũng tùy theo mà được chuyển hóa.

Rất nhiều người tu hành theo Mật Tông. Mật Tông có một vị Hộ Pháp lớn nhất gọi là “Ma hợp Hạc Lai Đại hắc thiên”. Ông ta trước khi tu hành vốn là một người rất hung bạo và hay giận dữ, Bồ Tát Quan Thế Âm muốn độ cho ông bèn hóa thân làm vợ ông để chuyển hóa ông. Sau khi được chuyển hóa, ông giữ tính tình hung bạo và hay giận giữ, nhưng ông lại là vị Hộ Pháp rất vĩ đại của Phật giáo. Theo lời kể thì mỗi lần ông ta xuất hiện đều có mưa đá từ trên trời dội xuống, cục đá nào cũng rất to làm cho tất cả tà ma ngoại đạo phải sợ hãi bỏ chạy, nghe tên ông, tiếng ông tất cả đều sợ hãi khiếp đảm.

Ở Ấn Độ cổ đại hay Trung Quốc cổ đại người tu hành thường có phong cách rất trong sáng như Bồ Tát Quan Thế Âm là người hết sức từ bi, Bồ Tát Văn Thù là người rất có trí tuệ, đó là không phải đoạn trừ nhân cách mà là nâng cao hoàn thiện nhân cách.

Chuyển hóa nhân cách, không phải là đoạn trừ nhân cách cho nên trong lịch sử, các Thiền sư đều là những người rất sống động và có phong cách cá biệt. Có người thì mềm mỏng, nhu hòa, có người thì như ù ù cạc cạc, có người thì la hét đánh gậy. Trong sách Thiền tông, thậm chí có ghi trường hợp thầy cắt ngón tay học trò, nhảy xuống từ vách núi cao, cắt bắp vế v.v... những Thiền sư đó đều có phong cách vĩ đại. Vì họ đã chuyển hóa được nhân cách, tình cảm của mình, đồng thời cũng duy trì đặc tính của mình.

Nếu đoạn trừ hoàn toàn phong cách vốn có của mình để được giải thoát, thì mọi người sẽ giống nhau tất cả.

Người con hiếu thuận với cha mẹ, không rời bỏ cha mẹ mình được, thì cũng không rời bỏ cha mẹ thiên hạ được. Người cha yêu thương con cái của mình, không rời bỏ con cái của mình được, có thể hay không, cũng không rời bỏ con cái của thiên hạ. Không rời bỏ được chồng vợ, thì cũng một lòng thương yêu chồng vợ người khác! Đó gọi là chuyển hóa tình dục, mở rộng lòng từ, lòng bi và trí tuệ.

Thiền sư Hoàng Bích rời bỏ bà mẹ cô đơn của mình, dù trong lòng có chút vương mắc. Nhưng ông nghĩ tới chúng sanh, chúng sanh cũng có mẹ, chứ không phải riêng mình có mẹ phải cứu độ. Đó chính là tâm trạng của người tu theo Đại thừa: Không quên người mẹ của thiên hạ. Một thí dụ của bậc tu hành đã giác ngộ rồi mà không để mất cuộc sống tình cảm, là Phật Thích Ca.

Sau khi thành đạo, Phật đã nhiều lần trở về tổ quốc cứu độ cho cha rồi lại lên cõi trời, cứu độ cho mẹ! Sau lại cứu độ cho em, cho vợ, cho con. Nhờ vậy mà về sau, cả nhà đều theo Ngài xuất gia.

Phật không có đoạn trừ tình cảm trong lòng mình, không những hóa độ cho người nhà mà còn hóa độ cho tất cả chúng sanh.

Sau khi Phật Thích Ca thành đạo, cả nhà đều theo Ngài xuất gia, chỉ trừ có người em là Nan Đà, là người duy nhất còn ở lại để thừa kế ngôi vua, cho nên vua Tịnh Phạn rất lo lắng và sợ Nan Đà xuất gia. Vua quản Nan Đà rất chặt, bắt Nan Đà suốt ngày trong hoàng cung. Vợ Nan Đà cũng rất nghiêm, mỗi lần Nan Đà ra khỏi cung, nàng đều điểm trên trán một điểm son, quy định trước khi son khô thì Nan Đà phải trở về cung. Vợ Nan Đà là người rất xinh đẹp, được Nan Đà hết lòng yêu thương. Để người vợ khỏi phải lo lắng, Nan Đà mỗi lần ra vào cũng đều rất khăn trương, tất bật.

Một ngày, Phật Thích Ca biết nhân n xuất gia của Nan Đà đã chín muồi, bèn đến trước hoàng cung khát thực. Nan Đà dự định cầm bát thức ăn đi ra để cúng dường thì vợ không chịu. Hai bên cãi nhau một hồi, cuối cùng, theo lệ thường, người vợ điểm trên trán Nan Đà một điểm son, quy định Nan Đà xong việc phải về ngay, không được bắt chuyện với Phật Thích Ca.

Nan Đà không có bắt chuyện với Phật Thích Ca, nhưng Phật bảo Nan Đà đi theo mình, và Nan Đà đi theo. Đi được một vài bước, bèn xóa sạch điểm son trên trán mình và theo Phật xuất gia. Sau khi xuất gia, Nan Đà rất nhớ vợ, Phật bèn hỏi vì sao Nan Đà nhớ vợ đến thế. Nan Đà trả lời: “Cô ta đẹp quá đẹp không ai bằng”. Phật bèn đưa Nan Đà đi Đông Hải chơi, thấy xác một phụ nữ còn đẹp hơn vợ của Nan Đà nữa. Phật bảo Nan Đà : “Chú có thấy không? Cô gái này hết sức đẹp: con dòi trên mặt cô ta chính là cô ta biến thành vì cô ta tự cho mình quá đẹp, không từ bỏ sắc đẹp ấy được, cho nên sắc đẹp là cái không nên nương tựa”.

Qua sự việc xảy ra, Nan Đà nỗ lực tu hành nhưng lòng nhớ vợ vẫn không nguôi. Phật Thích Ca thấy Nan Đà còn thích sắc đẹp, bèn đưa Nan Đà lên các cõi Trời. Thiên nữ trên cõi Trời người nào cũng đẹp hơn vợ Nan Đà hàng nghìn vạn lần. Nan Đà hỏi: “Có nhiều thiếu nữ xinh đẹp dường này; sao lại không có nam giới?”. Một thiên nữ trả lời: Có chứ, nhưng anh ta chưa lại, anh ta tên là Nan Đà, hiện nay anh Nan Đà đang cùng với người anh trai tu hành ở Ấn Độ. Năm trăm thiên nữ chúng tôi đều thuộc về anh ta”. Nan Đà nghe xong liền kéo tay Phật Thích Ca về, và ra sức tu hành, hy vọng sau khi



chết, sẽ được tái sinh lên cõi Trời. Phật Thích Ca biết động cơ tu hành của Nan Đà không chân chính, bèn đưa Nan Đà xuống địa ngục, thăm viếng những cảnh khổ sở bi thảm ở đây. Khắp nơi, ở địa ngục đều đầy rẫy các cảnh lửa thiêu đốt rét cắt da, dao kiếm v.v... hành hạ con người. Đang đi, Nan Đà thấy một vạc dầu, hai bên có hai con quỷ nhen đống lửa. Trong vạc, dầu đang sôi sục, nhưng không thấy ai đến. Nan Đà hỏi: “Các ông chờ đợi ai đó?” Một con quỷ trả lời: “Chúng tôi đang đợi một người tên Nan mà anh ta hiện đang tu hành cùng với một người anh trai ở Ấn Độ. Anh ta tu hành là để hưởng thụ các tiên nữ trên cõi trời. Vì vậy, sau khi anh ta ở cõi trời 500 kiếp, sẽ phải đọa địa ngục và rơi vào vạc dầu này”. Nan Đà nghe nói hoảng quá, từ đó về sau chăm chỉ tu hành, cuối cùng chứng quả A La Hán.

Chuyện Nan Đà cho chúng ta bài học:

Một, đừng có vì tình dục mà tu hành. Người tu hành không nên có mong cầu riêng gì.

Hai, cõi Trời, Địa ngục, Tịnh Độ, cõi Người, tuy rằng chúng ta cảm giác là những không gian khác nhau, thế nhưng những không gian đó thực ra đồng thời cùng tồn tại đối với một con người, tùy theo tâm trạng của người đó.

Thí dụ chúng ta đang sống ở không gian cõi người, nhưng tâm chúng ta lại đầy lửa sân như ở địa ngục và liên tục mãi như thế, thì sau khi chết, chúng ta ắt phải đọa địa ngục. Trái lại, sống ở cõi người mà tâm chúng ta thanh tịnh siêu thoát như ở cõi Trời, thì sau khi chết, ắt chúng ta sẽ tái sinh lên cõi Trời. Vì vậy cho nên sống ở cõi người này, trong vấn đề tình dục chúng ta phải cảnh giác, đừng để bị lửa địa ngục nung nấu như ở địa ngục, chúng ta sẽ có tâm trạng địa ngục và sau khi chết sẽ bị đọa địa ngục.

Các vị Bồ Tát, dù sống ở không gian nào, cũng đều giữ vững tâm niệm hóa độ chúng sanh, dù chúng sanh có duyên hay không có duyên.

---o0o---

## **CẢM ƠN VÀ HỌC TẬP**

Bản chất của tình dục không phải là hại người, nhưng vì bị nhiễm trước cho nên người bị hại. Dùng tâm lượng rộng lớn, trí tuệ cao siêu để đối đãi với tình dục, để siêu việt tình dục, không để cho tình dục nhiễm trước, mà không phải giữ thái độ đối lập với tình dục, đó chính là thái độ nên có của người tu hành.

Một người tu hành, phải tiếp thu tất cả những cái tốt đẹp trong cuộc sống, có trách nhiệm và chủ động đối với tất cả những cái gì ác xấu trong cuộc sống, khiến cho tất cả, vô tình hay hữu tình, nghịch cảnh hay thuận cảnh, đều trở thành yếu tố tăng trưởng Bồ đề và trí tuệ của mình. “vĩnh dục ái hà” (Vĩnh viễn sống trong sông tình dục). Đối với vị Bồ Tát mà nói, thực ra không có sông tồn tại, bởi vì Bồ Tát để cho dòng sông tình dục trôi qua mà vẫn giữ tâm mình trong sáng; vị Bồ tát có con mắt tốt đẹp ấy, tức là mãi mãi giữ thái độ cảm ơn và học tập.

Sống ở thế gian này, chúng ta gặp rất nhiều chúng sanh và rất nhiều nhân duyên. Những chúng sanh và nhân duyên đó có thể là không tốt đẹp, thí dụ, hôn nhân tan vỡ, luyến ái thất bại, anh chị em bất hòa...

Chúng ta phải dùng thái độ cảm ơn và học tập để chuyển hóa những nhân duyên xấu đó. Thấy chúng là xấu, bèn sinh tâm cảnh giác, không để bản thân mình cũng trở thành xấu xa theo.

Đó chính là thái độ học tập tốt, là thái độ cảm ơn.

Đối với người nhà, đối với con cái, chúng ta cũng nên có thái độ cảm ơn và học tập như vậy.

Có lần, tôi bị nước sôi làm bỏng tay, không khỏi được. Con tôi đem một bát nước lại, cũng không rõ nó học ở đâu mà nó niệm một thôi một hồi rồi nói: “Bát nước đã được gia hộ. Ba hãy uống đi, khắc khỏi”.

Tôi chưa uống hết bát nước mà tay đã khỏi một nửa rồi, tôi hết sức cảm ơn. Con tôi thấy tôi đau tay, trong lòng không yên. Tôi uống bát nước xong, thấy bàn tay đỡ rất nhiều. Đó chính là thái độ cảm ơn.

Tái sanh ở thế gian này toàn là những bậc tiền bối của anh cả, không có ai thua kém anh đâu, kể cả con cái của anh. Vì sao khi giảng Phật học cho con cái, anh lại có thái độ phóng túng thiếu phụ trách, còn khi giảng Phật học cho người lớn thì anh lại hết sức thận trọng, phụ trách. Phải chăng vì chúng ta đánh mất bản tính thiên chân của chúng ta, vì thiếu thái độ cảm ơn và học tập đối với người đời.

Có trường hợp, về mặt trí tuệ, con cái chúng ta hơn chúng ta rất nhiều.

Các bài diễn giảng của tôi sờ dĩ ghi âm lại trong băng là do nhân duyên như sau:

Tôi thường hay đi diễn giảng, có lúc đem con đi theo. Một lần, con tôi nói: “Ba hay diễn giảng, sao ba không ứng cử tổng thống?” Tôi rất ngạc nhiên: “Diễn giảng và ứng cử tổng thống thì có quan hệ gì”. Con tôi nói: “Ba xem năm vừa rồi, tổng thống diễn giảng, bài diễn giảng được dịch ra nhiều tiếng, kể cả tiếng Đài Loan và tiếng Quan Thoại, và được phát nhiều lần trên đài vô tuyến truyền hình, mọi người đều được nghe. Ông ta chỉ giảng một lần là đủ...”

Con tôi nói tôi nên cho ghi âm trên băng từ, ai mời diễn giảng cứ gọi băng từ đi là được. Tôi nói: “Không được vì người ta muốn nhìn mặt ba!” Con tôi nói: “Ba cho phóng đại ảnh của ba rồi đặt trên bục giảng, và mở băng ghi âm, nghe xong băng ghi âm, sẽ gửi thù lao diễn giảng cho ba, tốt nhất là gửi ngân phiếu. Vì bu cục có khắp nơi, cho nên ở đâu nhận tiền cũng được”.

Tôi rất khen ngợi bầm tánh thiên chân của con tôi. Nó nói thẳng thắn ý kiến của nó về điều nó không thích, đồng thời cũng bày tỏ quan điểm của nó về cách thức giải quyết vấn đề. Về sau, nơi nào mời tôi diễn giảng mà tôi đi không được, tôi đều gọi băng ghi âm bài giảng của tôi nhưng không có thu tiền.

---o0o---

## **HỒI HƯỚNG LÀM CHO NHÂN DUYÊN THANH TỊNH**

Người có thái độ cảm ứng và học tập sẽ ít có vấn đề tình dục phải giải quyết. Tình dục của chúng ta thông thường nảy sinh từ những người có liên quan đến chúng ta: vợ, con, bè bạn, người quen, bạn đồng sự, những người này khiến chúng ta chấp trước, không được giải thoát. Chúng ta phải tỏ ra khiêm nhường đối với họ, phải cảm ơn họ, thì có thể đối trị được tình dục.

Còn có một phương pháp nữa để đối trị tình dục, đó là đem công đức của mình, sức mạnh trong sạch của mình hồi hướng cho đối tượng đang bị vướng mắc trong tình dục.

Đối tượng ấy có thể không phải là người, mà có thể là một cái chén, một đồ cổ. Có người sưu tập đồ cổ, chết rồi không vãng sanh được vì ham đồ cổ quá sau tái sanh lại trong gia đình cũ để giữ đồ cổ. Nhưng sau khi tái sanh lại quên rằng chính vì đồ cổ mà mình tái sanh lại ở đây, về sau lại đem bán hết những đồ cổ ấy đi.

Đối tượng của tình dục không phải chỉ là người mà là sự vật, nhân duyên.

Chúng ta phải có thái độ hồi hướng, đem công đức của chúng ta, sức mạnh thanh tịnh của chúng ta hồi hướng cho thế giới này, hồi hướng cho những người có nhân duyên hay không có nhân duyên đối với chúng ta. Làm như vậy chắc chắn có thể đối trị được sự ràng buộc của tình dục.

Có lần, nhà tôi bị nạn dấn hoành hành. Tôi bèn đọc kinh, làm công đức, hồi hướng cho các con dấn, cầu cho chúng được tái sanh với thân phận tốt đẹp hơn thân phận con dấn.

Nếu ngày nào, anh cũng phải gặp người mà anh ghét, thì mỗi ngày hãy tụng một biến kinh Kim Cang và hồi hướng công đức tụng kinh cho anh ta, tự khắc sẽ thấy quan hệ giữa hai người trở nên tốt đẹp hơn.

Hồi hướng có thể khiến cho ác duyên trở thành thiện duyên, khiến nhân duyên ràng buộc biến thành nhân duyên sáng suốt tốt lành.

---o0o---

## **HOAN HỠ SÓNG, TÙY TỤC, TÙY DUYÊN**

Có câu chuyện sau đây về Thiền sư Hoàng Bích. Khi Thiền sư còn là đệ tử một vị Hòa Thượng trụ trì một ngôi chùa, thì có Đường Tuyên Tôn, lúc bấy giờ chưa lên ngôi vua, chạy loạn đến ngôi chùa, trong khi Thiền sư Hoàng Bích ngồi tham thiền. Một ngày, Đường Tuyên Tôn thấy Thiền sư Hoàng Bích đang lễ Phật, bèn hỏi: “Người cầu đạo không được chấp trước ở Phật, Pháp, Tăng, sao sư còn lễ bái?” Thiền sư Hoàng Bích trả lời: “Tôi không có chấp trước ở Phật, Pháp, Tăng. Tôi chỉ tùy tục mà thôi”. Sự lễ bái của Thiền sư Hoàng Bích không nhằm một đối tượng cụ thể mà là nhằm khai phát nội tâm, chỉ là tùy tục, không có mong cầu, không có nhiệm trước, không có tham trước, chấp trước và hoàn toàn thanh tịnh.

Chúng ta đối với tình dục trong cuộc sống, cũng phải tùy tục, tùy duyên.

Yêu thương cha mẹ, vợ, con bạn bè mình, đều không có mong cầu riêng. Yêu thương cha mẹ không phải vì cha mẹ có tiền, dù cha mẹ có nghèo không đồng xu dính túi, cũng yêu thương cha mẹ. Yêu vợ không phải vì được vợ nấu cơm, quét dọn nhà cửa, giặt dũ quần áo mà là vì nhân duyên vợ chồng, yêu thương con cái cũng không có mong cầu riêng, để cho chúng nó sau này lớn sẽ nuôi dưỡng mình, mà cũng là tùy tục, tùy duyên mà thôi.

Có lần con tôi hỏi: “Này ba, khi ba già rồi, con không muốn ở cùng với ba nữa, vì người già rất khó tính. Nhưng tháng nào, con cũng gửi tiền cho ba”. Tôi bèn nói: “Ngày mai, con phải dọn ở một nơi khác, vì con quá nhỏ tuổi, hay gây phiền phức, nhưng ba sẽ gửi tiền cho con”. Con tôi rất hổ thẹn, nói: “Thưa ba, con xin lỗi ba, khi ba già con sẽ ở với ba”.

Chúng ta săn sóc con cái, không phải để sau này, chúng phụng dưỡng chúng ta. Chúng ta có bạn bè, cũng không phải vì bạn bè cho chúng ta nhiều lợi ích. Chúng ta trong quan hệ bạn bè cũng không có mong cầu riêng gì hết.

---o0o---

## **BỐ THÍ MÀ KHÔNG CHẤP NGÃ**

Học Phật cũng phải như vậy. Niệm Phật mà không cầu mong gì thì mới được thanh tịnh. Lễ Phật mà không cầu mong gì thì thân tâm mới nhu hòa. Trì chú cũng chỉ cầu mong cho sức mạnh của chú sẽ đem lại lợi ích cho chúng sanh. Chúng ta chỉ nghĩ đến giúp người, giúp chúng sanh, không có chấp ngã.

Khi có cơ hội bố thí, thì đừng có chấp ngã .

Có lần tôi đến thăm hội “Tù tế công đức”, thấy có hàng trăm người tình nguyện hàng ngày đến phục vụ ở bệnh viện của hội. Tôi hỏi những người ấy rằng: “Sức mạnh gì thúc đẩy các anh đến làm việc ở đây?” Một người trả lời: “Người phục vụ bệnh nhân hạnh phúc hơn bệnh nhân”.

Đúng vậy! Họ phục vụ bệnh nhân, bởi vì họ là người có sức khỏe. Đó thực là hạnh phúc vậy.

Tôi lại hỏi pháp sư Chứng Nghiêm, là người sáng lập ra hội Từ tế: “Bà hàng ngày cứu giúp những người bệnh nghèo, hàng ngày chứng kiến những cảnh bi thảm. Bà có thấy gian khổ hay không?”.

Bà nói: “Người ham thích leo núi, đường leo núi gian khổ, nhưng trong tâm không thấy là khổ, chỉ có người không ham thích leo núi mới thấy leo núi là rất khổ”.

Lời của Pháp sư Chứng Nghiêm làm tôi rất cảm động, một người có thể hoàn toàn quên mình thì không thấy khổ. Pháp sư Chứng Nghiêm là người

có bệnh, mắc bệnh tim nặng, ngày nào cũng uống thuốc, tiêm thuốc rất là gian khổ, nhưng bà lại không thấy khổ, vì bà luôn nghĩ tới người khác.

Tôi thường khuyên những người thất tình rằng: “Trên thế giới, những người thất tình đều khổ như anh. Nghĩ tới nỗi đau khổ của người khác thì anh cũng giảm bớt đau khổ”.

Nếu biết nghĩ tới mặt tốt của sự việc, nghĩ tới người khác và bỏ chấp ngã thì sẽ không còn thống khổ.

Làm thế nào để đoạn trừ chấp trước, giải thoát khỏi sự ràng buộc. Hãy đừng có mong cầu gì hết! Đối với chúng sanh, không có mong cầu. Đối với Phật cũng không có mong cầu.

Không có mong cầu là thái độ có lợi đối với bản thân. Có người đốt hương cúng dường Phật, Bồ Tát. Tôi nói với họ: “Phật và Bồ tát không cần các anh thắp hương cúng dường, bởi vì là Phật là Bồ tát. Các anh thắp hương là để cho tâm mình thanh tịnh, là để có lợi ích cho bản thân các anh. Đối với Phật không có mong cầu, đối với chúng sanh cũng không có mong cầu, đừng có hy vọng chúng sanh cho mình cái gì cả”.

Bồ Tát Phổ Hiền dạy chúng ta rằng: “Phải tùy thuận chúng sanh, phải tùy theo nhân duyên của chúng sanh mà chuyển hóa, mà không có yêu cầu gì đối với chúng sanh, không phải lên lớp cho chúng sanh mà lên lớp cho bản thân mình; bởi vì mình cũng là chúng sanh”.

Tôi có một người bạn mới học Phật, có lần anh đến tìm tôi, với giọng nói rất kích động: “Chúng ta không thể hằng ngày cứ ngồi trong nhà niệm Phật mà phải đi ra ngoài cứu độ chúng sanh”. Tôi trả lời: “Đúng là chúng ta phải cứu độ chúng sanh. Nhưng trước tiên phải cứu độ chúng sanh ở trong cái nhà này đã”. Anh bạn tôi ngạc nhiên hỏi: “Trong nhà này có chúng sanh ư?” Tôi nói với anh ta rằng anh ta và tôi đều là chúng sanh.

Khi chúng ta nói cứu độ chúng sanh, thường thường chúng ta quên chúng ta là chúng sanh, vì chúng ta tự cho mình là ở trên chúng sanh. Thực ra, chúng ta cũng là chúng sanh; chúng sanh cũng là Bồ Tát. Chúng ta chỉ là nhân duyên di động giữa chúng sanh và Bồ Tát mà thôi!

## TÙY DUYÊN MÀ ỨNG XỬ VỚI TÌNH CẢM TỐT NHẤT KHÔNG THAY ĐỔI

Trong kinh điển có câu: “Tùy duyên bất biến, bất biến tùy duyên”.

Tùy theo nhân duyên, tình dục và thể giới mà chuyển động, còn tâm tánh mình thì không biến hóa. Đó là tùy duyên bất biến. Tâm tánh của một người không thay đổi, vẫn giữ được chất vắng lặng thiện lành, nhờ vậy là có thể tùy duyên một cách vui vẻ.

Không có sợ hãi mình bị biến chất mà không dám tùy duyên. Vì rằng, khi một người mở rộng được bản tính trong sáng của mình thì anh ta phát hiện thấy bản tính đó kiên cường hơn nhiều, so với nhân duyên, và không bị dao động.

Một người giác ngộ sẽ biết rằng, nhân duyên thời gian và không gian rất là rộng lớn. Phải yêu thương cha mẹ mình, cũng phải yêu thương tất cả chúng sanh như là yêu thương cha mẹ vậy. Sự thật, tất cả chúng sanh mà chúng ta có nhân duyên gặp gỡ, rất có thể trong các đời sống quá khứ, đã từng làm cha mẹ chúng ta. Từ kiếp vô thủy đến nay, chúng sanh đã từng là cha mẹ chúng ta.

Có người bị thất bại trong hôn nhân hay trong luyện ái, bèn nói: “Đó là nhân duyên. Số mệnh đã quyết định rồi”. Sự thực thì không phải như vậy. Nếu mở rộng quan điểm thời gian và không gian ra nữa, thì sẽ phát hiện thấy, trên thế giới có rất nhiều người cùng ở với chúng ta đã có quan hệ vợ chồng. Những nhân duyên đó trong tương lai dần dần chín mùi mà chưa chắc là ở đời này. Trong đời này có rất nhiều nhân duyên chín mùi, nhưng còn do chúng ta lựa chọn trong số nhân duyên chín mùi đó, chúng ta lựa chọn lấy ông này, bà kia làm chồng làm vợ. Còn đối với những nhân duyên chưa chín mùi, thì hãy chờ đợi ở vị lai.

Người với người đều có nhân duyên. Nhưng lựa chọn và phán đoán cũng rất quan trọng. Chúng ta không nên vì học Phật mà trở thành nhà túc mạng luận. Tất cả đều là quan hệ nhân quả nhưng vẫn có phạm vi để chúng ta cân nhắc, lựa chọn. Đó là vì bản tính chúng ta mạnh hơn nhân duyên.

Thế giới nội tại ở trong chúng ta lớn mạnh hơn nhân duyên.

Vì vậy mà chúng ta không bị tình dục chuyển, mà có thể siêu việt lên trên tình dục.

Trong Thiền tông, có câu chuyện này: Có một người tu hành, đã tu hành hơn 20 năm, và được một bà già thường xuyên cúng dường mỗi ngày, và đều cho một cô gái xinh đẹp đem cơm cúng dường nhà tu hành. Một ngày bà già muốn thử trình độ của nhà tu hành, bèn dặn cô con gái đưa cơm ngồi trên đùi nhà tu hành và hỏi nhà tu hành cảm giác thế nào. Cô gái trở về, thuật lại với bà già rằng, nhà tu hành chỉ nói:

“Khô mộc y hàn nham  
Tam đông vô hoàn khí”.  
(Cây khô dựa vào tảng đá lạnh  
Ba mùa đông không có hơi ấm)

Bà già nghe nói rất bực, cho rằng 20 năm cúng dường là uổng công, bèn phóng hỏa đốt am và đuổi nhà tu hành đi chỗ khác. Bà cho rằng tu hành mà biến thành người vô tình thì không phải là người tu hành chân chính.

Siêu việt tình cảm cha mẹ không phải là vô tình mà là chí tình. Chí tình là thăng hoa tình cảm đến trình độ cao nhất. Như xem cha mẹ thiên hạ như cha mẹ mình, vợ con thiên hạ như vợ con mình. Nâng cao tâm tánh, mở rộng tâm tánh, để bao dung mọi phiền não và chuyển hóa tình dục.

Nên nhớ bốn chữ này: “Tùy duyên, nhậm vận” là ứng xử một cách tự tại với nhân duyên, không dao động, không thay đổi. Trên thế giới này, có rất nhiều nhân duyên gặp gỡ, làm tâm người dao động. Chúng ta vẫn có thể không né tránh, không đoạn trừ tất cả những nhân duyên đó mà vẫn tu hành được nếu biết nhậm vận tùy duyên. Tình dục sẽ được làm cho thanh tịnh và con người sẽ được giải thoát.

---o0o---

## **SO SÁNH VỚI GIỜ PHÚT TRƯỚC**

Có nhớ tới mâm cỗ thịnh soạn hôm qua cũng không giúp gì cho cơn đói ngày hôm nay. Bây giờ ăn no căng bụng, cũng không giúp gì cho cơn đói của giờ phút sau! Mỗi giờ phút đều có tình hình của giờ phút ấy. Các giờ phút đều không giống nhau.

Có sự thể nghiệm như vậy, mới không chấp trước vào giờ phút trước hay giờ phút sau; không chiếm hữu gì cũng không cầu mong gì thì sẽ không chấp trước vào giờ phút trước cũng không chấp trước vào giờ phút sau.



Chúng ta học Phật không cầu mong được gì, chỉ cầu mong làm cho nhân cách con người được nâng cao và hoàn thiện không ngừng.

Thường có người đến gặp tôi, như là để so sánh “thành tích” vậy. Họ cho rằng tôi rất có danh tiếng, chắc là tu hành rất tốt. Họ hỏi: “Ông tu hành được quả vị nào rồi?”, đồng thời cũng nói với tôi một cách nghiêm túc là họ đã chứng đệ tam quả. Tôi trả lời là tôi tu hành chưa chứng được quả nào hết. Chỉ có ngày nào cũng được ăn quả chuối, được nuôi dưỡng tốt, thưởng thức mùi vị. Tức là không được gì! Nếu tâm còn nghĩ được nhiều, ít quả, thì trong cuộc sống sẽ có vương mắc, bị trở ngại.

Xin đừng có nghĩ tu được “bao nhiêu quả”, mà nên làm sao cho giờ phút này so với giờ phút trước, giờ phút sau này so với giờ phút này anh nhận thức “tánh không” một cách tốt hơn, giờ phút này so với giờ phút trước, anh sống từ bi hơn, anh gần gũi hơn với chúng sanh, nhân cách anh hoàn thiện hơn.

Hằng ngày, cứ tiến bộ như thế thì sẽ có ngày, anh tiến tới đích từ bi, trí tuệ hoàn thiện và tự tại.

Đừng có một mặt tu hành, một mặt lo nghĩ rằng mình đã tu đến trình độ nào! Nếu ngày nào cũng nghĩ tới vấn đề đó thì lấy thời gian đâu mà tu hành?

Hãy sống mỗi giây phút một cuộc sống tốt đẹp. Hãy sống qua mỗi ngày một cách tốt đẹp, nói chung hãy sống một cách tốt đẹp.

Anh đang lễ Phật, vái Phật. Nếu con anh khóc, đòi mẹ thì xin anh hãy tạm thời ngưng lễ Phật, đến chăm sóc đứa bé. Bởi vì, trong giây phút này, đứa bé đang cần anh, chứ Phật không nhất định cần đến anh, Đức Phật, không cần gì hết. Phật và Bồ Tát đều không muốn được gì, không cần gì hết ở nơi anh.

Có câu chuyện vui như sau: một người đi trong sa mạc, mới đi được nửa đường, thì vừa mệt, vừa đói, vừa khát. Anh ta bắt đầu cầu nguyện Bồ Tát đến cứu anh ta. Đi mãi, đi mãi, anh tìm được giữa quãng đường một cây đèn thần. Anh rất thích bèn lượm lên và xoa xoa. Quả nhiên, hiện ra một người khổng lồ, người khổng lồ nói với anh ta rằng: “Tôi là đầy tớ của ông, ông có gì sai bảo?” Anh ta nói: “Tôi đang rất khát, xin cho tôi một bát nước”. Người khổng lồ trả lời: “Ở đây tôi không có nước”. “Vậy thì hãy cho tôi một bộ quần áo, vì tôi đang rét”. Người khổng lồ nói: “Tôi ở đây, không có quần áo”. “Vậy thì hãy cho tôi một quả dưa”. “Tôi cũng không có quả dưa”. Cuối cùng, người khách bộ hành hỏi: “Thế thì anh cho tôi cái gì nào?” Người

khổng lồ trả lời: “Tôi có thể cho ông Phật pháp”. Người khách bộ hành nghe xong bèn chết xiu trong sa mạc.

Phật pháp là gì? Khi người khác khát, anh cho họ chén nước. Đó là Phật Pháp. Khi người khác đói anh cho họ bát cơm, đó là Phật pháp. Giúp đỡ người khác, với tâm không cầu đền đáp, và luôn luôn như vậy, đó là Phật pháp.

---o0o---

## **NHÂN SANH TỐT ĐẸP NHẤT CHÍNH LÀ Ở ĐỜI NÀY, THẾ GIAN NÀY**

Phật pháp không có xa lìa cuộc sống, cũng không xa lìa đời sống này, thế gian này.

Trong nội dung các bài giảng đầu tiên của Phật Thích Ca, có bốn câu rất trọng yếu, gọi là bốn gia hạnh: “Cuộc sống vô thường, thân người khó được, lý nhân quả là chân thực, luân hồi là đau khổ”.

Điều nên đặc biệt chú ý là lẽ vô thường.

Cuộc sống là vô thường, cho nên phải biết trân trọng giờ phút này. Sau đó cần ghi nhớ, thân người là khó được. Cuộc sống này, thế gian này là nhân sanh tốt đẹp nhất. Hãy cứu cái thân này ngay tại cuộc sống này, đừng có chờ đợi một cuộc sống nào khác. Phải suy nghĩ thế này: Chúng ta hãy khẳng định cái thân này của chúng ta là đáng trân trọng, hãy khẳng định cuộc sống của chúng ta trên thế giới này là đáng trân trọng, khẳng định cuộc sống này, thế gian này của chúng ta là đáng trân trọng.

Nếu chúng ta có thể trân trọng thân người này, cuộc sống này của con người, thì chúng ta sẽ biết trân trọng cõi Tịnh Độ, và trân trọng mọi chúng sanh.

Nếu đối với cuộc sống này và thế gian này mà không biết trân trọng thì tất cả Phật pháp sẽ trở thành hư vọng, chúng ta sẽ không có nơi nào để đứng vững chân cả.

Hằng ngày chúng ta hãy kiểm điểm hành vi nơi thân ta, lời nói của ta, ý nghĩ của ta, và hằng tháng, hằng năm, chúng ta cũng kiểm điểm như vậy.

Ở đời sống này, thế gian này, không ngừng kiểm điểm hành vi nơi thân ta, lời nói của ta, ý nghĩ của ta. Và đời này qua đời khác, cũng kiểm điểm như vậy. Đó chính là sự tu hành căn bản, trọng yếu nhất.

---o0o---

## **ÁI HẬN TÌNH THÙ TRONG NHÂN GIAN, ĐÂU ĐÂU CŨNG CÓ YÊU GHÉT TÌNH THÙ**

Ai cũng có kinh nghiệm yêu người, ghét người, và cũng đều hiểu rõ thế nào là ái tình, thế nào là thù hận.

Nếu anh là người ít kinh nghiệm, thì hãy xem tiểu thuyết hay các phim truyền hình. Nội dung của các tiểu thuyết và phim truyền hình, nói chung cũng không vượt ngoài phạm vi yêu, ghét, tình, thù.

Xem phim truyền hình và tiểu thuyết, chúng ta biết được nhiều chuyện kỳ lạ trên đời. Chúng thực ra không có gì là đặc biệt, mà chỉ là những bức ảnh thu nhỏ lại của đời sống thực tế. Những câu chuyện trong tiểu thuyết, trong kịch truyền hình đều có thể xảy ra trong cuộc sống hiện thực, và hàng ngày đều có thể xảy ra.

Cách đây vài ngày tôi có nhận được thư một nữ độc giả ở miền Nam. Đó là một cô gái tuổi còn trẻ, câu chuyện của cô ta kể lại trong bức thư có đủ tính kỳ lạ và bi kịch để viết thành một thiên tiểu thuyết.

Cô ta, sau khi tốt nghiệp trường Cao Trung ở miền Nam, bèn lên Đài Bắc học đại học, sau yêu một sinh viên đồng học, và mặc dù gia đình phản đối, hai người vẫn lấy nhau và sống 3 năm rất hạnh phúc.

Cha của cô gái là lái xe cho một công ty vận tải hàng. Một ngày, ông ta chở hàng từ miền Nam lên Đài Bắc. Dọc đường, xe ông cán chết một người đi đường. Người đó chính là con rể của ông ta. Thực là một ngẫu nhiên bất hạnh, không thể nói xiết được.

Cô gái, với người con 3 tuổi, không có cách gì sống được ở Đài Bắc, chỉ có thể trở về miền Nam sống với cha mẹ. Hàng ngày gặp người lái xe đã cán chết chồng mình, mà người đó lại chính là cha mình, mâu thuẫn trong nội tâm cô ta thật là đau đớn.

Còn người cha thì hằng ngày gặp con gái mình, rất lấy làm đau lòng nhưng không làm sao được. Làm sao ông biết được người rể của ông trên đường ông đang chạy xe, và bị xe ông cán chết?

Trong thư, người i con gái hỏi tôi: “Đó là do nhân duyên gì?”

Tôi không trả lời được. Làm sao có một tình tiết kiểu “điện ảnh” như vậy xảy ra trong đời sống hiện thực? Có đấy, tôi có đọc một truyện gián điệp rất có ý nghĩa như sau: “Đầu cuộc thế giới đại chiến lần thứ nhất, có một gián điệp người Đức tên là Karl đến Pháp làm tình báo, bị Pháp bắt được và giam lại, rồi lấy danh nghĩa của Karl cung cấp tin tình báo giả cho Đức, sau đó lại thu thập tin tình báo của Đức gửi cho Karl”.

Ba năm sau, Karl được trả tự do. Bên Pháp thu được một khoản tiền lớn, là tiền lương hàng tháng của Karl. Không biết dùng làm gì, bèn mua một chiếc xe hơi đặt tên là Karl, để kỷ niệm việc dùng tên người này mà thuthập được nhiều tin tình báo quan trọng.

Một ngày năm 1919, chiếc xe hơi đó đang chạy trên đường thì cán chết một người. Mà người đó lại chính là Karl, một gián điệp lừng danh thế giới”.

Tôi đọc truyện ấy rất đổi kinh ngạc. Sao trên đời này lại có những ngẫu hợp lạ lùng như vậy? Có đấy, nhất là những truyện liên quan đến ái tình và cừ hận.

Không có người nào, kể cả người rất giàu, dám nói với người khác: “Tôi hoàn toàn hiểu rõ ái tình” (hay là cừ hận).

Bởi vì ái tình cũng như cừ hận đều không thể tăng theo lũy tích được, lần này, anh nói bị thất bại trong luyện ái, và anh nghĩ rằng: “Lần sau, tôi sẽ khéo và thông minh hơn, tôi có thể yêu đương thành công hơn”. Nhưng, anh lại có thể thất bại lần nữa.

Luyện ái vĩnh viễn không có cách nào tích lũy kiến thức, trí tuệ “cho anh đâu”. Đối với cừ hận cũng vậy. Bởi vì, mỗi lần yêu đương hay hận thù đều có bộ mặt riêng của nó.

## MỞ MANG TRÍ TUỆ TRONG LUYẾN ÁI VÀ HẬN THÙ

Người học Phật nên giải quyết vấn đề luyến ái và hận thù như thế nào cho phải?

Cũng tức là trong luyến ái và hận thù, tìm sự giác ngộ như thế nào? Trong luyến ái và hận thù, mở mang trí tuệ như thế nào? Làm thế nào gạt bỏ được bộ mặt bên ngoài của luyến ái và hận thù để thấy được bộ mặt thật ở bên trong!.

Trong kinh Phật có câu chuyện này:

Một ngày, Phật cùng với học trò đến một địa phương, thấy một số tín đồ đạo Bà-la-môn tập họp và tụng kinh xung quanh xác một người chết. Học trò hỏi Phật: “Họ tập họp xung quanh người chết như vậy để tụng kinh, thì có thể làm cho người chết tái sinh lên các cõi lành được không?”

Phật không trả lời mà hỏi lại học trò: “Nếu đem một hòn đá ném xuống giếng, rồi tập họp người xung quanh giếng tụng kinh cầu cho hòn đá nổi lên, thì hòn đá nó có nổi lên mặt nước không?”

Các học trò đều trả lời: “Hòn đá không thể nổi lên được”.

Phật lại hỏi: “Vì sao?”

Học trò trả lời: “Hòn đá vì bản chất nó không nổi lên được”.

Phật nói: “Điều này cũng giống như những người Bà-la-môn kia, khi họ tụng kinh xung quanh người chết vậy. Khi hành vi của bản thân một người quyết định mạng vận của người ấy sau khi chết rồi, thì người khác không có cách gì thay đổi được”.

Đọc câu chuyện này, tôi kinh sợ: Một người chết rồi lại dựa vào người khác để thay đổi mạng vận của mình! Hi vọng thật là mỏng manh xa vời, cũng như hòn đá chìm xuống giếng rồi, khiến nổi lên sao đặng. Nếu hiện nay, không ra sức nâng cao bản thân mình, thì có khác gì mạng vận của hòn đá bị ném xuống giếng!

Bài học của câu chuyện đó là:

1. Tự giác là điều trọng yếu nhất. Người khác có thể sám hối, hồi hướng, tụng kinh hộ cho mình, tuy cũng có công đức lớn nhưng vẫn là hạn chế.

2. Phật giáo có tính nhân gian rất mạnh. Nếu như ở đời này, thế gian này, anh không có cách nào tự giải thoát thì sau khi chết đi sẽ rất khó giải thoát; khi còn sống, không giải quyết được vấn đề thì sau khi chết đi, cũng sẽ không giải quyết được vấn đề.

3. Hành vi của người có thể quyết định tương lai của người đó, quyết định đời sống tiếp sau của người đó, quyết định bước chuyển của người đó trong luân hồi. Hành vi của con người có thể quyết định tất cả.

---o0o---

## **SUY NGHĨ LẠI HÀNH VI VÀ NHÂN SANH**

Qua câu chuyện kể trên, mới thấy được “hành vi” của con người thực là trọng yếu.

Làm người mà có hành vi và ý nghĩ yêu thương và hận thù là chuyện rất tự nhiên. Một người không có yêu thương, cũng không có hận thù sẽ bị xem như là kỳ dị. Do yêu thương mà chúng ta có các hành vi này, hành vi khác kể cả từ bỏ sinh mạng, còn đối với người mình oán hận, thì thậm chí một trang giấy mình cũng không muốn bỏ ra.

Tuy rằng yêu thương, hận thù là chuyện rất tự nhiên, nhưng ban đêm, khi tinh thần vắng lặng, sáng suốt, chúng ta hãy suy nghĩ lại vấn đề ấy xem sao?

Yêu thương, hận thù có phải là bản chất của con người không?

Con người có thể hay không vượt lên trên những tình cảm đó để sống với một đời sống an tịnh?

Làm người, phải chăng cả đời đều phải quanh quẩn trong vòng yêu thương, hận thù hay sao?

Biết suy nghĩ như vậy, thì sẽ phản tỉnh và tìm ra được lối suy nghĩ mới.

Một người nếu sống đến tuổi 70, tức là đã sống qua 2 vạn, năm nghìn, năm trăm năm mươi ngày, cũng tức là 61 vạn 3 nghìn 2 trăm giờ, hay là 3.679 vạn 2 nghìn phút. Nếu tính thành khắc, thì sẽ là 22 ức, 752 vạn khắc (Khắc

là giây (30 giây bằng một phút); 1 ức = 100 triệu. 22 ức = 2.200.000.000).  
Một thời gian dài như vậy dùng để làm gì?

Bạn tôi có một ví dụ rất hay. Hơn 2 vạn 5 nghìn ngày sinh mạng có thể ví với 2 vạn 5 nghìn đồng gửi ngân hàng, chỉ có điểm khác là ngân hàng sinh mạng quy định mỗi ngày chỉ được phép rút một số tiền nhất định để chi dùng mà thôi. Mỗi ngày chỉ được dùng một số tiền. Tự nhiên số tiền ấy rất có giá trị. Người rút tiền phải suy nghĩ, trong một ngày dùng số tiền đó như thế nào. Mỗi ngày trước khi ngủ, phải suy nghĩ xem số tiền đó trong ngày có được dùng vào những việc có ý nghĩa hay không; nếu đó hoàn toàn là những việc vô nghĩa thì số tiền đó xem như là đã hoang phí.

Mỗi ngày, một người làm việc bình thường tám tiếng, ngủ tám tiếng và nghỉ ngơi tám tiếng. Suốt ngày công tác rất là bận. Thu được tiền vào cũng có hạn. Để có số tiền thu vào, cũng phải rất gian khổ. Bởi vì ngoài công tác ra, còn có các vấn đề nhân sự phải xử lý, và trong xử lý, thế nào cũng có mâu thuẫn.

Trong công tác thường có những nỗi khổ lớn, mà đức Phật nói, tức là xa người mình mến: người mà anh ưa thích không phải là đồng sự của mình. Gần người mình ghét: người mình ghét, lại hàng ngày làm việc với mình. Cầu không được: mỗi tháng đều muốn tăng lương mà không được; hàng ngày trong công việc, gặp những thứ phiền muộn. Có thể nói trong số một trăm người làm việc ở thời buổi này, hết chín mươi người không làm việc được thoải mái.

Rất nhiều người đến gặp tôi và kể về hoàn cảnh công tác khó khăn của họ. Có thể thấy vấn đề lớn của con người hiện đại là rất ít người hiểu rõ được ý nghĩa của nhân sinh quan trong công tác. Đặc biệt là những người thuộc lứa tuổi thành niên của chúng tôi, phải làm việc để nuôi sống gia đình, mỗi chiều tối đi làm việc về, vắt tay lên trán tự hỏi: Vì sao lại phải sống qua ngày như thế này?

Trong kinh Phật, có câu chuyện như sau:

Có con một nhà giàu, dùng đạn vàng để bắn chim. Mọi người đều cho anh ta là ngu xuẩn. Vàng là cái quý báu nhất, lại đem bắn chim. Nếu bắn trúng thì còn được, nhưng đại bộ phận đạn bắn ra đều không trúng đích, bay đi đâu không ai biết.

Đức Phật mượn chuyện cổ tích “Đạn vàng bắn chim” để răn dạy chúng ta rằng, số đông người đều dùng sinh mạng rất quý báu để làm những việc không có ý nghĩa, không có lợi ích đối với bản thân.

Hàng ngày, vẫn có một số người sống như gã con nhà giàu trong truyện, lấy đạn vàng bắn chim sẻ. Dùng thời gian rất quý báu để đổi lấy đồng lương không có giá trị, hay chỉ có giá trị ít ỏi. Trong công tác lại không thấy có tiến bộ. Phải chăng đó là 8 giờ công tác bị lãng phí?

Còn 8 giờ ngủ?

Phần lớn 8 giờ ngủ là trải qua những giấc mơ, phản ứng lại những sự cố trong ngày. Những tình cảm bị ức chế trong ngày lại bộc phát kịch liệt trong giấc mơ ban đêm. Giấc mơ cũng đầy rẫy những chuyện đáng sợ, ít có giấc mơ tốt đẹp làm tăng trưởng trí tuệ. Như vậy, 8 giờ ngủ ban đêm cũng là lãng phí.

Còn 8 giờ nghỉ ngơi còn lại thì sao?

Thông thường, đàn ông thì giao tiếp bạn bè, phụ nữ thì xem truyền hình, phần lớn số tiền kiếm được trong công tác gian khổ, đều đem chi dùng cho sự nghỉ ngơi. Trước ngày lập gia đình thì đại bộ phận thời gian nghỉ ngơi, đàn ông dành cho hẹn hò, uống cà phê, nói chuyện điện thoại. Sau khi kết hôn thì thời gian nghỉ ngơi lại dành để vợ chồng cãi nhau, to tiếng, thậm chí còn đánh nhau nữa. Đánh nhau rồi, lên giường, vợ chồng mỗi người nằm một góc giường, mỗi người theo đuổi dòng suy nghĩ riêng của mình. Thế là 8 giờ nghỉ ngơi trôi qua!

Tóm lại, 8 giờ công tác là 8 giờ theo đuổi dục vọng, 8 giờ nghỉ ngơi là 8 giờ thỏa mãn dục vọng, 8 giờ ngủ là 8 giờ mê mờ trong dục vọng.

Sống qua những ngày như vậy, thực là đáng sợ. Dù có tới 22 ức giây phút cũng là trôi qua mau chóng một cách hư vọng.

Những người sống như vậy là phàm phu. Trong chữ phàm có một điểm tâm 凡. Đó là cái tâm theo đuổi dục vọng. Nếu bỏ được cái tâm ấy đi, thì con người trở nên thanh tịnh.

Cái tâm trong chữ phàm là cái tâm luyến ái và thù hận, là cái tâm khiến cho chúng ta lẩn quẩn ở trong thế gian này.



---o0o---

## THƯƠNG YÊU, HẬN THÙ LÀ CÓ THỂ THAY ĐỔI

Mỗi cá nhân chúng ta đều đã nếm mùi ái tình. Nếu ái tình mà thất bại thì sinh ra hận thù. Ái tình, thù hận đan xen nhau mà sản sinh ra. Yêu biến thành hận; tình biến thành thù. Người yêu chia tay với mình rất khó trở thành bạn tốt của mình được, bởi vì mình không có cách nào khác tha lỗi cho đối phương, vì lòng thương trước đây đã biến thành hận thù rồi.

Khi tình yêu đã biến thành hận thù, mà hóa giải hận thù thành ra không có gì hết, là chuyện hết sức khó khăn. Nhưng nếu gắng sức thì vẫn có thể làm được.

Khi đã thương yêu đến mức có thể hi sinh tính mạng thì cũng có thể làm nhiều chuyện ngốc xuẩn, như là đâm mình trong mưa, lấy dao cắt ngón tay để viết bức thư tình bằng máu (nhưng đối phương nghĩ là anh dùng thuốc màu để viết). Thậm chí, nếu người yêu bảo anh nhảy từ trên lầu cao xuống để chứng tỏ tình yêu say đắm, anh cũng nhảy. Khi còn nhỏ, tôi cũng là con người như thế.

Có người tự sát vì thất tình. Vì sao? Vì muốn tỏ cho người yêu biết, mình yêu cô ta nồng nàn tới mức nào, và cũng muốn chứng minh cho bản thân mình thấy là mình thành tâm yêu cô ta tha thiết. Chỉ vì như vậy thôi mà hy sinh cuộc sống quý báu của mình?

Khi tôi còn nhỏ, tôi cũng bị thất tình, cũng muốn tự sát. Lại còn cho rằng, trên thế giới này người mà không có tư tưởng tự sát, nhất định là người ngu. Đã là người tài hoa thì phải có tư tưởng tự sát!

Có bao nhiêu chuyện thú vị về vấn đề này. Người bị thất tình vì muốn tự sát cho rằng sống trên thế gian này không còn có ý nghĩa gì nữa. Đó toàn là những người bị hãm vào cảnh yêu thương và hận thù mãnh liệt, không cách nào thoát ra được, nếu may mà thoát ra được cơn khốn khổ đó thì sẽ thấy không tự sát thực là hạnh phúc!

Như vậy, chúng ta thấy rất rõ, luyện ái và hận thù đều có tính không gian và thời gian, không thể bao hàm tất cả mọi thời gian và không gian được.

Thí dụ , anh bị một người hàng xóm lừa lấy một món tiền, rồi người ấy bỏ trốn sang Mỹ. Anh không cách nào đòi lại số tiền ấy được. Qua ba năm, lại

vì đường xá xa xôi, anh cũng quên mất số tiền nợ đó. Bởi vì mối hận thù của anh cũng đã vơi đi nhiều.

Yêu thương hay hận thù đều có thể biến đổi. Suốt cả đời chỉ yêu một người hay ghét một người đều là chuyện khó khăn, bởi vì thời gian làm thay đổi tâm tính của chúng ta.

Cô gái mà ngày xưa tôi yêu mến đến mức muốn tự sát, thì vài năm sau, ngồi trong phòng làm việc, cố gắng mãi cũng không hình dung được dáng mặt thân hình của cô ta như thế nào. Lúc này, tôi mới thấy rõ, tôi hoàn toàn thoát khỏi vòng khốn quẫn của mối tình xưa!

Cho nên, phương pháp tốt nhất để giải quyết vấn đề yêu đương và hận thù là đột phá sự hạn chế của không gian và thời gian, đứng ở một vị trí cao hơn để xem xét.

---o0o---

## **MỘT VỊ TRÍ TƯƠNG ĐỐI CAO HƠN, VỚI TRÍ TUỆ MỚI HƠN**

Có một loài cá, gọi là đầu ngư. Muốn nuôi giống cá này, phải nuôi riêng mỗi con một nơi, nếu không thì chúng sẽ tàn sát nhau. Ngay đối với con cá nuôi riêng lẻ, nếu đặt trước chậu nước một cái gương soi thì con cá cũng sẽ húc đầu tấn công vào cái gương cho đến khi nó chết mới thôi.

Lúc đầu, tôi rất lấy làm lạ về tính chiến đấu của giống cá này, không hiểu làm sao quần thể giống cá này có thể sinh sôi được. Sau khi nghiên cứu mới hiểu, giống cá này có thói quen, mỗi con sống ở một địa bàn riêng, không được xâm phạm địa bàn của nhau. Ở sông và suối, địa bàn không gian rộng, mỗi con sống ở địa bàn riêng của mình, tự nhiên có thể hòa bình cùng tồn tại, không xâm phạm lẫn nhau. Còn nếu nuôi giống cá này trong cùng một chậu nước thì chúng phải đánh nhau đến chết mới thôi.

Nếu mở rộng không gian thì sẽ phát hiện đấu tranh không còn có ý nghĩa gì nữa.

Con người hiện đại đấu tranh là vì không gian quá hẹp, và người nào cũng muốn mở rộng phạm vi thế lực của mình.

Đột phá sự hạn chế của không gian và thời gian thì có thể giải quyết vấn đề yêu thương và hận thù. Tuy nhiên, nói như vậy, cũng không phải là dễ hiểu.

Có lần, tôi từ Đài Bắc, đáp phi cơ đi Cao Hùng. Sau khi phi cơ bay, tôi nhìn thấy dưới đất có một quả núi đẹp đẽ lạ lùng, đầy hoa màu lam, màu xanh, màu hồng. Tôi lấy làm lạ, sao mình ở Đài Bắc cũng đã lâu rồi mà không biết có núi đẹp đẽ dường này, bèn hỏi một thiếu nữ ngồi gần: “Thưa cô, nhờ cô xem hộ tôi, xem núi đẹp kia là ngọn núi nào?” Cô gái liếc mắt ngó xuống rồi trả lời: “Đó là núi Lạp Sắc”.

“Núi Lạp Sắc!”

Núi Lạp Sắc này, nhìn dưới đất thì không đẹp, và còn dơ bẩn nữa, chonên mới có tên như vậy (Lạp sắc : bụi bặm, dơ bẩn), nhưng nhìn từ trên cao xuống thì lại khác hẳn, vì sao? Vì có một không gian rất rộng, và nhìn từ cự ly xa!

Trong cuộc sống, chúng ta gặp rất nhiều chuyện tình ái và hận thù, giống như núi Lạp Sắc vậy. Sở dĩ chúng ta không kham nhân chịu đựng nổi là vì chúng ta ở ngay trong núi Lạp Sắc, nếu chúng ta ở một vị trí cao hơn thì núi Lạp Sắc không còn đáng ghê sợ, và chúng ta cũng đỡ bị nguy hại.

Ban đêm, tôi ngồi viết thường nghe tiếng như trẻ con khóc, kỳ thực không phải là tiếng trẻ con khóc mà là tiếng mèo kêu. Tiếng mèo kêu thực đáng sợ, đủ làm cho người ta sồn tóc gáy. Vì sao con mèo lại kêu dữ sợ như vậy? Đó là tiếng gọi ái tình của con mèo. Tiếng kêu đó có thể làm cho mèo cái xiêu lòng!

Nghe tiếng gọi ái tình của mèo, tôi thấy mình thực là may mắn, vì con người có thể có thái độ hòa dịu hơn để nói chuyện tình yêu.

Trước đây, tôi có nuôi một con mèo Xiêm. Lớn lên, nó cũng kêu gọi ái tình. Tôi sợ mất con mèo Xiêm quý, cho nên đóng chặt cửa không cho con mèo đi đâu cả. Nhưng có một ngày nó xông qua cửa sổ mất hút. Năm ngày sau mới về cả mình đầy đầy thương tích, một bên tai đứt hẳn, chân lại bị què.

Tôi nhìn con mèo mà sững sờ. Một mặt băng bó thương tích cho nó, một mặt nghĩ rằng, giống mèo làm chuyện ái tình thực là kinh thiên động địa, với tất cả tính thú vật của nó. Thực là may mà giống người chúng ta không làm chuyện ái tình đến mức độ ác liệt như vậy.

Nhưng chúng ta lại có thể thấy rất nhiều người làm chuyện ái tình cũng không khác giống mèo! Làm đến mức bản thân bị tổn thương hay là cả hai bên đều bị tổn thương.

Điều này giúp tôi nhận thức được rằng, nếu thay đổi quan điểm để nhìn cùng một sự kiện thì sẽ sanh ra trí tuệ mới.

Hãy mở rộng không gian để nhìn sự kiện mà chúng ta gặp phải: Những khó khăn và thất bại, luyến ái và thù hận. Chúng ta sẽ phát hiện thấy sự thực, ảnh hưởng của chúng cũng không lớn lao mạnh mẽ gì, chúng ta sẽ thấy, ngày trước bị ái tình hay thù hận làm cho khốn quẫn, thực là ngu xuẩn.

---o0o---

## **THẤY RÕ THỰC TƯỚNG CỦA NHÂN DUYÊN**

Đứng trên quan điểm Phật giáo mà nói, thì trong phương pháp tu hành của Phật giáo, điều cơ bản nhất là thay đổi quan niệm về không gian và thời gian để đối xử với hiện thực.

Đối với thời gian chẳng hạn, cần nhận thức rằng, trước khi chúng ta sanh, thời gian đã tồn tại, và sau khi chúng ta chết, thời gian vẫn tồn tại. Do đó mà có quan niệm về ba đời: quá khứ, hiện tại và vị lai.

Đối với không gian, chúng ta cũng cần có quan niệm mở rộng thì mới hiểu được đạo lý luân hồi và nhân quả. Cuộc tình duyên hiện tại của chúng ta chỉ là cuộc tình duyên cmột đời sống trước chưa kết thúc; mỗi hận thù hiện tại chỉ là một mối oan trái đời sống trước chưa trả xong. Nghiệp chướng cũng chỉ là món nợ của chúng ta đối với thế giới này, sẽ được bồi hoàn dần dần với cuộc sống này của chúng ta.

“Vô minh” là một sức mạnh đen tối đang làm chúng ta đau khổ hiện nay, nó từ ở đâu đến nhỉ? Nó đến từ một thời vô thủy, từ vô số lượng kiếp trước không kể xiết được, và từ một không gian rất lớn, vô cùng.

Chúng ta thực không hiểu rõ, từ các kiếp trước, chúng ta đã gây ra bao oan trái, mà hiện nay, chúng ta gặp lại bao nhiêu điều bất hạnh như bị chà đạp bị vu nhục, bị đào thải. Nếu nghĩ rằng, trước đây, chúng ta cũng đã từng biết bao nhiêu lần chà đạp, vu nhục, đào thải những người khác? Cứ nghĩ như vậy, chúng ta sẽ bớt oán giận.

Có hai quan điểm, có thể rút ra từ suy nghĩ trên:

Một là yêu thương hay oán giận không thể không có nguyên do của chúng.

Hai là bản chất của yêu thương và oán giận là một.

Đối với người tu hành, thì thanh toán hết các món nợ quá khứ còn lại là việc làm trọng yếu nhất. Sám hối, hồi hướng cứu giúp người khác... tất cả những việc làm đó là để trả nợ. Một trong những bộ kinh Phật quan trọng là Kinh Lăng Nghiêm. Một nửa đầu của bộ kinh nói về quan niệm “bồi hoàn”, trả nợ. Chỉ sau khi chúng ta trả lại sáu căn tức mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý cho trời đất, trả lại sáu trần tức là sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp cho thế giới này thì chúng ta mới có thể thấy được minh bạch Phật tánh của chúng ta.

Thế nhưng, công việc “bồi hoàn” không phải là vứt bỏ sáu căn, sáu thức của chúng ta, mà đầu tiên là phải mở rộng không gian và thời gian, thì mới có thể thấy được thực tướng của nhân duyên.

---o0o---

## **THIỆN ĐỊNH VÀ BÁT NHÃ, LÀM CHO TÂM TÍNH KHÔNG DAO ĐỘNG**

Muốn cho yêu thương và oán giận không làm dao động tâm tánh của chúng ta, có hai phương pháp:

Một là thiện định, sẽ giúp chúng ta đoạn trừ được ảnh hưởng của tình ái và thèm muốn.

Hai là Bát nhã, tức là lấy trí tuệ để mở rộng quan điểm của chúng ta về không gian và thời gian, thấy rõ được lý chân không diệu hữu.

Nói như trên quá huyền diệu. Nhưng có một ví dụ có thể dùng để minh họa. Một ví dụ mà mọi người đều biết, nhưng tôi sẽ giải thích theo một quan điểm khác.

Thần Tú là người học trò giỏi của Tổ thứ năm Hoàng Nhãn, bất luận về mặt học vấn, tri thức hay là công phu thiện định. Nhưng ông vẫn không được truyền y bát t tụy trình độ tu hành của ông rất cao, nhưng đáng tiếc là trong lịch sử, tên tuổi của ông bị ánh sáng của Huệ Năng che mờ.

Câu kệ của Thần Tú được nhiều người thảo luận:

“Thân như Bồ đề thụ,  
Tâm như minh kính đài  
Thời thời cần phát thức,  
Mặc sử nhạ trần ai”  
(Thân như cây Bồ đề,  
Tâm như đài gương sáng,  
Luôn luôn siêng quét lau,  
Chớ để dính bụi trần)

Ý tứ bài kệ là: Muốn có trí tuệ Bồ đề phải giữ cho được cái gương tâm thức được trong sáng. Và để giữ gương được trong sáng thì phải luôn lau chùi, đừng để cho trong tư tưởng, tâm niệm của mình có cái gì như bản dính vào.

Có thể xét bài kệ trên của Thần Tú trên ba giác độ:

Một là bài kệ của Thần Tú vẫn ở trong phạm vi “hữu” (có). Có cái thân này, cái tâm này, có bụi bặm. Do đó, chưa hiểu được triệt để “tính không” của sự vật.

Hai là Thần Tú cho rằng Thiên có mục tiêu để đạt tới. Mục tiêu và phương pháp là quét chùi thật sạch, quét chùi không ngừng mọi bụi bặm trong tâm thức. Thế nhưng, mục tiêu của Thiên không phải là quét chùi bụi bặm của tâm. Công năng của thiên định không phải là để “có” được một cái gì hết.

Ba là Thần Tú cho rằng, một người muốn nhập cảnh giới Thiên, thì phải phấn đấu không ngừng (luôn luôn lau chùi bụi bặm nơi tâm). Muốn nhập cảnh giới thiên, đúng là phải phấn đấu. Thế nhưng, kinh Phật lại dạy chúng ta Bát nhã là không có tranh đấu, là không có Người, Ta không có mục tiêu có thể đạt tới. Bài kệ của Thần Tú được xem là chưa ngộ đạo, không có cách nào để thấy được thực tướng chân chính.

Còn bài kệ của Lục Tổ Huệ Năng là:

“Bồ đề bản vô thụ  
Minh kính diệt phi đài,  
Bổn lai vô nhất vật,  
Hà xứ nhạ trần ai!”  
(Bồ đề vốn không có cây,  
Gương sáng cũng không đài,

Xưa nay vốn không có vật nào hết,  
Có nơi nào để dính bụi?)

Bài kệ của Huệ Năng cũng có thể xét trên ba giác độ:

Một là bài kệ này nói về thực tướng của Bát nhã. Không có một danh tướng nào có thể bao hàm Bát Nhã, không thể nói Bát nhã là “cây Bồ đề” hay “đài gương sáng”, không thể nói Bát nhã là “cái này” hay “cái kia”, hay “một cái gì đó cố định”, Bát nhã chính là Tánh không tuyệt đối.

Hai là công phu thiền định là để mở cửa Bát Nhã. Người nào thấy được tướng thật của Bát nhã, thì căn bản sẽ không có cửa để mở, cũng không có bụi bặm, căn bản không có nhiễm ô, cũng không cần lau chùi.

Ba là ra sức cầu Bát Nhã tam muội không có gì là sai. Nhưng nếu dừng lại trên ý nghĩa của sự tìm cầu đó thì Bát Nhã “không phải là ở đây”.

Bài kệ của Thần Tú cho chúng ta thấy Thiền định là quan trọng. Bài kệ của Huệ Năng cho chúng ta thấy, ngoài thiền định ra, còn có một cái siêu việt thiền định, quan trọng hơn thiền định. Đó là Bát Nhã. Bát Nhã là trí tuệ sâu xa vi diệu nhất.

---o0o---

## **TỪ THIỀN ĐỊNH VÀ BÁT NHÃ XEM XÉT LUYẾN ÁI VÀ HẬN THÙ**

Một người dùng công phu Thiền định để khắc phục tình dục là chuyện hết sức khó khăn và gian khổ, nhất là con người hiện đại, có nhiều vọng niệm lại càng khó dùng công phu Thiền định để khắc phục tình dục.

Nhà văn Nhật Bản Thực Đốc có viết một truyện cổ tích nội dung như sau: có một vị tiên, tên là Cửu Mễ vì thất tình cho nên xuất gia tu hành, cho rằng đó là phương pháp tốt nhất để giải quyết tình dục. Ông tu hành trong núi 30 năm, và tự cho rằng mình đã hoàn toàn khắc phục được tình dục. Lúc bấy giờ, ông đã có được nhiều phép thần thông bèn gọi một đám mây lại, nghĩ rằng sau khi mình đã hoàn toàn chế ngự được tình dục thì có thể xuống nhân gian đi chơi một chuyến. Bèn cưỡi mây đi chơi. Khi bay qua một con sông, ông thấy một phụ nữ đang giặt quần áo. Ông lại gần xem xét thì động niệm:

“Đùi cô gái này sao mà trắng đẹp thế?” Niệm vừa động như vậy thì mây tản ra, nên ông rơi xuống đất!

Dùng phương pháp Thiền định để khắc phục tình dục thì cũng giống như tiên ông Cửu Mễ, nhất là trong xã hội hiện nay, con người hiện đại muốn dùng Thiền định để khắc phục tình dục thì cũng giống như vào thời Phật Thích Ca còn tại thế, hầu như không thể làm được. Trừ phi đó là người có năng khiếu đặc biệt, còn người bình thường thì không thể.

Con người hiện đại, muốn khắc phục tình dục, giải quyết tình dục thì phương pháp duy nhất là mở mang trí tuệ Bát Nhã. Vì sao mở mang trí tuệ Bát Nhã lại có thể giải quyết được vấn đề tình dục?

Bởi vì con người có một bản thể siêu việt cảm quan. Dù rằng trước kia, anh có phạm tội lỗi gì, có tình yêu hay thù hận gì, bản thể đó cũng không bị ô nhiễm.

Khi học tập Thiền định, mà có một tư tưởng xấu nảy sinh thì phương pháp của Thần Tú sẽ là đoạn trừ tư tưởng đó. Sự vĩ đại của Lục Tổ Huệ Năng chính là ở chỗ ông nhận thức được rằng, trong con người có một bản thể không bị ô nhiễm, do đó có thể hoàn toàn không cần xử lý bụi bặm trong đời sống, không cần phải chùi quét ý thức khỏi tư tưởng xấu. Ông đề cao tâm tánh con người lên vị trí thanh tịnh tối cao. Nhờ đứng ở vị trí thanh tịnh như vậy, cho nên đối với mọi chuyện ở đời, dù là rất nhỏ nhặt cũng có thể dùng cái nhìn trực quan để thấy rõ ràng minh bạch.

Nhận định chủ quan rằng, trong con người, có một bản thể thanh tịnh không nhiễm, có thể giúp người học Phật chúng ta có được niềm tin rất lớn, tức là dù có lúc mắc vào chuyện tình ái cũng không có quan hệ gì. Bồ Tát là như vậy, nhờ chúng ta có niềm tin đó, thấy rằng luyến ái cũng không làm ô nhiễm được tâm tánh chúng ta, cho nên mới có thể có được thái độ tương đối tốt đẹp để đối xử vấn đề tình dục.

Bây giờ hãy đứng ở giác độ khác để nói chuyện. Thần Tú nói về một kinh nghiệm đặc thù của Thiền định. Ông cho rằng muốn tu hành thì tâm phải được định tĩnh lại và luôn luôn chùi quét tư tưởng.

Còn Lục Tổ Huệ Năng thì nói với chúng ta rằng, Thiền định không phải là một kinh nghiệm gì đặc thù, nó không khác gì kinh nghiệm của cuộc sống hằng ngày. Kinh nghiệm Thiền định khai ngộ có thể rút ra được từ tất cả mọi kinh nghiệm.



Nói một cách giản đơn, Thần Tú cho rằng phải dùng phương pháp thường xuyên quét sạch bụi bặm nơi tâm, thì rồi mới có được cái tâm thật của con người.

Tâm thật của con người giống như tâm của trẻ con, thiên chân, thông dong, không có hư dối, tức cái tâm của con người dù có phải ngủ trong điện thờ Phật cũng ngủ được thoải mái.

Còn bài kệ của Lục Tổ Huệ Năng thì sâu sắc và cảm động lòng người hơn rất nhiều. Bài kệ của ông nói rằng, cái chân tâm đó của con người ở đâu cũng có, nơi nào cũng có, bởi vì không bao giờ bị nhiễm ô!

Nghe Lục Tổ Huệ Năng nói, người nào mà không có được niềm tin lớn.

Chúng ta sống trong thế giới này, tuy chúng ta bị bao nhiêu ràng buộc, thống khổ, thử thách, thế nhưng về chủ quan chúng ta phải có nhận định: Chúng ta có một Phật tánh siêu việt tất cả mọi chuyện đó!

---o0o---

## **KHÔNG CẦN BÀI XÍCH CẢM QUAN, PHẢI KHÉO LÉO DỪNG CẢM QUAN ĐỂ TU HÀNH**

Ái tình hay thù hận của chúng ta đều đến từ cảm quan. Một người sống trên thế giới này không thể không có cảm quan. Cảm quan tức là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Thông qua các cảm quan, xâm nhập vào nội thân thì có sắc âm thanh, mùi, vị, xúc, pháp.

Con người không thể thoát li khỏi thế giới của cảm quan. Nếu hoàn toàn phủ định thế giới cảm quan, thì cũng không thể sống trong thế giới này được. Một thế giới hoàn toàn mất cảm quan là một thế giới đáng sợ. Một người mất cảm quan sẽ không thể phân biệt các mùi phân, mùi thịt, mùi hoa sen. Anh ta sẽ không còn cách gì phân biệt cái đẹp cái xấu, cái hay, cái dở của thế giới này.

Huệ Năng xác định là, ở đằng sau cảm quan của chúng ta có một cái siêu việt cảm quan. Trong kinh Phật, cái siêu việt cảm quan đó gọi là Phật tánh hay tự tánh. Điều rất có ý nghĩa là cái siêu việt cảm quan đó, không phải từ trên hư không đến, mà chính là từ ở cảm quan đến, cho nên chúng ta không được phủ nhận tầm quan trọng của cảm quan.

Trong nửa phần sau của kinh Lăng Nghiêm, Phật bảo với 25 vị Bồ Tát có mặt báo cáo về kinh nghiệm tu hành của họ: 25 vị Bồ tát ấy báo cáo về 25 phương pháp tu hành. Xem đoạn ấy của kinh Lăng Nghiêm mới phát hiện thấy, đại bộ phận các vị Bồ Tát đều khai phát tánh không, khai phát trí tuệ Bát Nhã từ 6 cảm quan: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý.

Trong số Bồ Tát này, tôi nhớ có một vị tên Hỏa Đầu Kim Cương, vốn rất mãnh liệt về tình dục. Nhưng ông lại bắt đầu sự tu hành của mình, xuất phát từ lòng ái dục của ông, chuyển hóa được lòng ái dục đó thành lòng từ bi đối với thế giới này, và cuối cùng, ông chứng ngộ được Thật tánh là cái không thể bị hủy hoại—tức là Kim Cương.

Trong Mật Tông, cũng có một vị thần Kim Cương, gọi là Ái nhiễm Kim Cương. Vị này cũng vậy, xuất phát từ tham ái, nhiễm trước mà khai ngộ, tu hành, chứng được quả vị.

Bây giờ, lấy Bồ Tát Quán Thế Âm là m ví dụ, một vị Bồ Tát mà mọi người đều biết rất rõ. Bồ Tát Quán Thế Âm tu hành như thế nào? Ngài dựa vào đâu để tu hành pháp môn mà trong kinh Lăng Nghiêm gọi là “Nhĩ căn viên thông pháp môn”. Nghĩa là Ngài dựa vào thính giác để tu hành. Ngài dùng thính giác để nghe những âm thanh nội tại để nghe những âm thanh xin cứu khổ của chúng sanh. Dựa vào thính giác mà Ngài chứng nhập tánh không, chứng ngộ được Bát Nhã của Phật, mở mang được lòng từ bi và trí tuệ rộng lớn nhất.

Vì vậy tu hành không nhất định là đóng bít cửa các cảm quan lại, không nhất định là phải bít tai lại hay là cắt xẻo tai đi! Bồ Tát Quán Thế Âm từng dạy chúng ta rằng, phải khôn khéo dùng tai của người, lại có một số Bồ

Tát dạy chúng ta, hãy khôn khéo dùng mũi, dùng mắt của người. Chúng đều là công cụ tu hành cả.

---o0o---

## **LUYẾN ÁI VÀ HẬN THÙ ĐỀU LÀ BÀI HỌC ĐỂ TU HÀNH**

Bồ Tát đã biết lợi dụng cảm quan để tu hành thì các chuyện luyện ái hận thù trong nhân gian không phải là không có ý nghĩa. Nếu có người cho rằng đều là không có ý nghĩa thì người ấy sẽ không thấy được cái có ý nghĩa hơn, ở

đăng sau luyện ái và hận thù. Tu hành như vậy không phải là tu hành theo Đại thừa, cũng không phải là tu hành của nhân gian.

Các kinh Tiểu thừa bảo chúng ta rằng, phải đoạn trừ mọi lòng ái dục mới có thể được giải thoát; mới có thể ngộ được tự tánh; tu hành theo Đại thừa thì không như vậy. Về sự khác biệt giữa Đại thừa và Tiểu thừa, tôi xin đưa ra hai ví dụ dễ hiểu:

Ví dụ thứ nhất là trồng cây. Một người muốn trồng cây, sau khi trồng, anh ta ra sức làm cho cây trồng được lớn mạnh. Một người khác, khi bắt đầu trồng cây đã có ý định: Ta sẽ bắt cây này có hình thù một cái dùi đầu tròn. Sau khi cây lớn, anh ta bèn sửa sang cắt dọn để cây mang hình một cái dùi đầu tròn. Làm như vậy, anh ta không làm cho cây lớn tốt được. Còn người thứ nhất thì đầu tiên tập trung sức lại làm cho cây trồng được tốt, rồi sau mới lo cắt dọn. Đó là phương pháp của Đại thừa. Còn phương pháp của người thứ hai là phương pháp Tiểu thừa.

Tu hành ở nhân gian, điều quan trọng nhất là trồng cây của anh cho tốt. Trồng cây của anh cho tốt là thế nào? Nghĩa là làm cho anh có tâm từ bi rộng lớn, có trí tuệ rộng lớn. Sau đó mới sử dụng lòng từ bi và trí tuệ của anh, để xem xét luyện ái và hận thù. Xem xét như vậy sẽ thấy sự vật rất rõ ràng, minh bạch.

Ví dụ thứ hai là trồng hoa. Người Tiểu thừa trồng hoa, thì chỉ trồng một cây hoa. Nếu gần cây hoa đó có cỏ mọc thì lập tức nhổ cỏ đi. Chỉ canh cánh chăm sóc cho cây hoa mọc tốt là được. Còn người Đại thừa thì trồng rất nhiều hoa, vì có rất nhiều người cần tới hoa của anh ta, và anh ta cũng không ngừng gởi hoa đến những người khác. Vì phải chăm sóc nhiều cây hoa như vậy, và phải làm cho cây nào cũng lớn tốt, cho nên có lúc không chú ý được tới những cỏ dại, mọc lên giữa các cây hoa. Chờ khi các cây hoa lớn, nếu có một vài sợi cỏ cũng không thành vấn đề. Nhưng nếu chỉ trồng có một cây hoa mà thôi thì chỉ một ít cỏ cũng thành vấn đề rất nghiêm trọng.

Hiểu như vậy rồi, sẽ có quan điểm rất tốt để xem xét vấn đề dục vọng của nhân gian. Tôi luôn luôn tin rằng, mọi sự vật ở thế gian này đều thuộc phạm vi tu hành của con người, mọi đối tượng chúng ta gặp trong nhân gian đều là đối tượng của từ bi, chứ từ bi không phải chỉ là mua cá hay chim để rồi thả gọi là phóng sanh. Anh gặp một người đau khổ trên đường, người ấy cũng là đối tượng từ bi của anh. Mỗi nhân duyên gặp gỡ đều là nhân duyên khai mở

trí tuệ, ở bất cứ nơi nào hay lúc nào đều có thể tu tập Thiền định. Đối với người học Phật, sống một ngày là một ngày tu hành.

Rất nhiều Phật tử, mỗi ngày đêm đều lên khóa lễ sớm chiều nghiêm túc. Sáng dậy, lập tức đánh chuông đánh mõ tụng kinh. Tối đến cũng như vậy. Trong chùa Phật là người thành kính thanh tịnh, ra khỏi chùa thì lập tức biến thành người khác rồi. Tu hành như vậy là không triệt để. Trong chùa, ngoài chùa, và ở khắp mọi nơi, sự ứng xử của chúng ta phải không thay đổi.

Đối với người yêu, chúng ta hy vọng người yêu cũng như mình đều có được đời sống hạnh phúc. Nhưng nếu chẳng may, tình yêu không thành thì cả hai người đều rút ra được bài học trong thất bại, mở mang trí tuệ, đi theo con đường trí tuệ. Đó chính là khóa tu hành của chúng ta: là sự giác ngộ trong ái tình, và có lòng khoan dung đối với người mình thù hận, thậm chí còn cười với họ nữa.

Giữa những người cấp tháo nóng nảy, hãy chịu đựng và bình tĩnh.

Giữa những người hung bạo hãy ôn hòa.

Giữa những người có lòng tham, hãy sống khăng khái.

Giữa những người buồn khổ, hãy sống từ bi.

Giữa những người lòng tràn đầy cừu hận, hãy sống với lòng không hận thù.

Tất cả những cái đó đều là công khóa tu hành.

Cho nên, luyện ái và hận thù đối với chúng ta cũng là công khóa tu hành.

---o0o---

## **KHIẾN CHO DANH HIỆU PHẬT VÀ TÂM NIỆM CHÚNG TA THỐNG NHẤT**

Có người miệng thì niệm Phật nhưng hành vi vẫn ác xấu. Niệm Phật như vậy sẽ không có hiệu quả. Mà phải làm cho danh hiệu Phật và tâm niệm chúng ta thống nhất với nhau.

Cũng như thiền định không nhất định phải ngồi thiền mới có kết quả. Mỗi người, trong cuộc sống thường ngày của mình, đều có thể đạt được thiền định. Một người lắng nghe âm nhạc, một người chuyên tâm suy nghĩ, đến mức người ngoài gọi mà không hay, sự chuyên chú ấy cũng giúp họ đạt được định tâm. Người nhập thiền chân chính cũng là như vậy, tức là không bị ngoại cảnh làm xao động.

Nhờ chuyên chú nên đạt tới cảnh giới quên mình, đó là một loại định, nhưng loại định này không được sâu sắc sáng láng như tam muội định, hơn nữa nó là từ ở bên ngoài vào, thí dụ, nhờ vào tiếng nhạc mới có định. Chỉ có định khai thác từ bên trong mới có được kiến địa (chỗ thấy), có kiến địa mới có Bát Nhã.

Chuyên chú là một phương pháp để nhập định. Sự chuyên tâm sâu sắc vào cảnh giới định có thể giúp làm cho tâm thần được thống nhất. Chúng ta không phải từ bỏ cảm quan như là một cái gì xấu, mà chúng ta phải biết lợi dụng cảm quan của chúng ta. Các pháp môn thiền định đều dựa vào cảm quan mà tu hành. Trong sinh hoạt, giờ phút nào cũng là tu hành. Như vậy, trong một ngày, 24 tiếng đồng hồ, lúc nào cũng giữ được trạng thái giác ngộ rất tốt bất cứ ở đâu và khi nào cũng ở trạng thái tỉnh giác đó thì sẽ có một ngày bỗng nhiên bừng sáng, khai ngộ.

Các vị đại Thiên sư ngày xưa cũng giác ngộ theo kiểu như vậy. Sự giác ngộ của các vị ấy không phải do thiền định, mà là do trong mỗi giờ phút họ đều giữ được tâm trạng tỉnh giác.

Người tu tập phương pháp bốn tôn của Mật giáo đều biết tu theo phương pháp bốn tôn thì phải quán tưởng, trì chú, bắt ấn, có người mỗi ngày tu hành vài giờ như vậy, cảm thấy rất đủ rồi, kỳ thực vẫn chưa đủ.

---o0o---

## **KHIẾN CHO TÂM MÌNH VÀ TÂM BỒ TÁT ÁN CHỨNG NHAU**

Bốn tôn tu tập là thế nào? Tức là gặp bất cứ vật gì, cũng đều xử trí như là ở trong tâm mình, có bốn tôn đang ngồi. Thí dụ, tu theo phép thờ Bồ Tát Quán Thế Âm là Bốn tôn, khi gặp sự kiện gì, sự vật gì chúng ta cũng đều xử trí như là Bồ Tát Quán Thế Âm đang ngồi trong tâm chúng ta. Dùng quan điểm của Bốn tôn (Bồ Tát Quán Thế Âm) để đối xử với thế giới này, dùng con mắt của Bồ Tát Quán Thế Âm để nhìn thế giới này. Trong cuộc sống mà gặp khó khăn, gặp luyến ái hay hận thù thì phải suy nghĩ: Bồ Tát Quán Thế Âm gặp phải hoàn cảnh khó khăn này thì Ngài giải quyết thế nào? Nếu Ngài gặp phải cảnh ngộ luyến ái hay thù hận như thế này thì Ngài giải quyết ra sao? Gặp bất cứ sự vật gì đều suy nghĩ: Bồ Tát xử trí như thế nào? Phương pháp đó gọi là ngoại quán tưởng.

Nếu chúng ta thường xuyên quán chiếu Bồ Tát Quán Thế Âm, ở trong nội tâm của chúng ta, lại thường xuyên dùng con mắt Bồ Tát của Bồ Tát Quán Thế Âm để xem xét thế giới này, một mặt lấy tâm của Bồ Tát để đối đãi với chúng sanh, một mặt lấy tâm của chúng sanh để quán tưởng Bồ tát. Như vậy tâm chúng ta sẽ dần dần cùng với tâm Bồ tát ấn chứng nhau, dần dần lâu dài về sau, có thể hòa hợp với Bốn tôn, đạt tới chỗ “Tâm tâm tương ấn”.

Trong cuộc sống, mỗi giờ mỗi phút đều tu hành, chúng ta sẽ thấy chúng ta có biện pháp để duy trì được cái tâm giác ngộ đó.

Kỳ thực, hòa hợp với Bốn tôn không phải là phương pháp riêng có của Mật giáo. Trong Hiền giáo cũng dùng phương pháp đó, dù chúng ta tu hành theo pháp môn nào. Khi chúng ta niệm danh hiệu Bồ Tát Quán Thế Âm, và lấy Bồ Tát Quán Thế Âm làm gương sáng soi theo, thường xuyên nâng cao quan điểm nhìn của mình lên đến trình độ của Bồ Tát Quán Thế Âm. Nếu tu hành như vậy sẽ dễ dàng có hiệu quả hơn, nhanh chóng hơn so với phương pháp ngày ngày chỉ tụng kinh ở điện thờ Phật.

---o0o---

## **MỌI NGƯỜI ĐỀU CÓ PHẬT TÁNH NHƯ LẠI**

Giả sử nếu Bồ Tát Quán Thế Âm gặp cảnh ngộ luyến ái và thù hận, thì

Ngài suy nghĩ như thế nào? Xử trí như thế nào đây? Ngài sẽ chuyển hóa ái tình của người thành lòng đại từ đại bi. Trong kinh Lăng Nghiêm nói Ngài “nhập lưu vong sở, văn sở văn tận, giác sở giác không”.

Có nhiều người không hiểu nghĩa bốn chữ nhập lưu vong sở. Nay phân tích như sau: nhập lưu, vong sở ý tứ là: Bồ Tát Quán Thế Âm nhập vào con sông lớn của sanh mạng vũ trụ, từ bỏ chấp trước của tự ngã. Vì không còn ngã chấp, cho nên khi nghe tiếng kêu khổ, kêu cứu khổ của tất cả chúng sanh trong vũ trụ, Ngài đều giác ngộ với trí tuệ rộng lớn, tất cả đều là không rỗng, sáng suốt, không còn bị sự động giao của tất cả mọi sự biến hóa đó.

Hiểu được cảnh giới của Bồ Tát thì khi nói vấn đề luyến ái, sẽ biết lấy lòng từ bi để đối đãi với đối tượng yêu thương. Trong nhà thì lấy lòng từ bi mà đối đãi với cha mẹ, con cái, nếu chẳng may, phải chia tay với người yêu thì cũng lấy lòng từ bi đối đãi với họ, không sanh lòng oán hận đối với họ. Như vậy, sẽ không còn có hận thù.

Sự thực, yêu và hận, tình và thù không có khác biệt gì với lòng đại từ đại bi của Bồ Tát. Vấn đề là chúng ta có hay không có biện pháp chiếm được vị trí cao để xem xét, xử lý vấn đề đó. Phật Thích Ca Mâu Ni từng nói: “Tất cả chúng sanh đều có đức tướng, trí tuệ của Như Lai, chỉ vì do có vọng tưởng và chấp trước mà không chứng ngộ được mà thôi”. Đúng về Phật tánh mà nói, Phật tức là mỗi một chúng ta, bởi vì ở trong mỗi người, đều có Phật tánh của Phật, vì vậy mọi người đều có thể thành Phật. Dưới con mắt của Phật thì chúng sanh tất yếu sẽ có ngày thành Phật. Quan điểm này, trong kinh điển Phật giáo, cũng được xác định là: “Phật, ta, chúng sanh về bản thể là không có phân biệt”.

Chúng ta yêu, chúng ta hận thù. Các vị Bồ Tát từ vô lượng kiếp tới nay cũng đều trải qua kinh nghiệm yêu thương và hận thù, và các Ngài đã siêu việt lên trên thương yêu và hận thù, mà phương pháp siêu việt thì hết sức đơn giản. Tóm tắt chỉ có mấy chữ: Tự giác, từ bi, mở mang trí tuệ Bát Nhã.

---o0o---

## **TÌNH CẢM PHONG PHÚ TU HÀNH VÔ NGẠI**

Tôi rất thích xem điện ảnh, sau khi học Phật, tôi cũng thường xem điện ảnh. Gần đây, tôi có xem bộ phim đầu đề là “Lưu dân đại hạnh” do Chu Nhuận Phát và Chu Sở Hồng chủ diễn. Đây là một câu chuyện ái tình làm động lòng người. Kết thúc của câu chuyện là đôi trai gái phải chia tay nhau, xem phim mà tim tôi như nát ra và tôi đã khóc. Những người học Phật cùng với tôi xem phim, thấy tôi khóc, không hiểu được bèn hỏi: “Ông học Phật lâu năm như vậy, sao mà cảm tình nhiều và nhạy bén thế?”

Vì sao học Phật lâu năm lại không thể có cảm tình? Học Phật càng lâu năm, cảm tình càng phong phú lên mới phải. Tôi chảy nước mắt vì tôi cảm thông với nỗi đau khổ do ái tình đem lại, cảm thông với nỗi khổ phân ly của đôi trai gái. Tuy câu chuyện điện ảnh là giả, hư huyền, thế nhưng trong cuộc sống hiện thực của con người, những cảnh ngộ như vậy phải chăng cũng đã xảy ra?

Nếu có một người thất tình đến khóc với anh thì anh xử trí thế nào? Biện pháp của tôi là cùng khóc với họ.

Gần đây, có nhiều người đến gặp tôi và vừa khóc, vừa kể lại những cảnh ngộ éo le của đời họ. Tôi không có cách gì giúp họ, nhưng tôi cũng cảm thấy đau

khổ như họ, vì tôi đặt mình trong hoàn cảnh của họ, tâm tôi có khác gì tâm họ.

Nếu anh là người có cảm tình phong phú, anh đừng có mặc cảm tự ty, vì có rất nhiều vị Bồ Tát cũng có cảm tình phong phú như anh vậy.

Trong kinh Phật, có nói đến vị Bồ Tát thường bi, nghĩa là luôn thương người xót vật, lại có vị gọi là vị Bồ Tát thường hay khóc (Thường Đề Bồ tát), 24 tiếng trong ngày đều rơi lệ. Bồ tát không sợ chảy nước mắt, chỉ sợ không có cách gì để trong nước mắt được giác ngộ, sanh khởi trí tuệ mới.

Nếu như trong nước mắt mà phát hiện được trí tuệ mới, giác ngộ mới, vậy thì có lúc chảy nước mắt cũng có quan hệ gì?

Tôi cho rằng, một người có lòng từ bi chân thực, thì có thể bình thân đối diện với dục vọng trong đời sống. Nếu một người có thể tự giác, mở mang trí tuệ thì có thể tìm được cái ta chân thực ở ngay trên cảm quan và ở trong dục vọng.

Khi chúng ta tìm được cái ta chân thực rồi, thì ta sẽ hòa hợp được với pháp tánh của Phật, Bồ tát.

Hãy giác ngộ ngay từ đó! Từ ở trong ái tình của chúng ta, từ ở trong thù hận của chúng ta. Từ ở trong yêu, hận, tình, thù v.v... từ ở trong những dục vọng của con người mà được giác ngộ, đạt được một trí tuệ siêu việt hơn, phát hiện được một cái Ta thanh tịnh hơn!./.

---o0o---

**HẾT**