

## GIẢI THOÁT LÀ CỐT LÕI CỦA ĐẠO PHẬT



HT. Thanh Từ

---o0o---

*Nguồn*

*<http://thuvienhoasen.org>*

*Chuyển sang ebook 8-8-2009*

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

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

Vấn đề này tôi nghĩ chư tăng không ai không quan tâm. Tại sao tu Phật lấy giải thoát làm cốt lõi? Bởi vì tất cả chúng ta tu đều có sở nguyện giải thoát sanh tử luân hồi. Muốn xứng đáng với mục đích tối quan trọng đó chúng ta phải tu như thế nào? Trước hết phải biết giải thoát cái gì, mới tìm ra cách tu để được giải thoát. Đây là vấn đề hết sức quan trọng.

Phật đã dạy thân này vô thường, vô ngã cho nên giải thoát không phải là giải thoát thân này. Vì thân này tới ngày cuối cùng cũng phải bỏ, phải hoại diệt thì đâu có gì để giải thoát. Thân bại hoại không thể giải thoát được thì chỉ còn tâm. Vậy tâm giải thoát là không còn kẹt vướng trong sanh tử nữa, gọi là giải thoát. Tâm đó là tâm nào? Tâm nghĩ thiện nghĩ ác, nghĩ phải nghĩ quấy, nghĩ tốt nghĩ xấu phải không? Không phải, vì tâm đó cũng là tâm sanh diệt, có rồi mất, làm sao giải thoát được. Đây là vấn đề thứ hai.

Thân sanh diệt, tâm sanh diệt không thể giải thoát được. Vậy cái gì giải thoát sanh tử? Đó là vấn đề chính yếu nhất của người tu mà lâu nay ít ai để ý tới. Thường chúng ta cứ nghĩ giữ giới, ăn chay, làm những việc công đức là tu, là tiến trên con đường giải thoát, không ngờ các việc ấy chỉ được phước sanh diệt thôi, chưa phải giải thoát. Chúng ta tu muốn giải thoát phải tìm cho ra lẽ thực của nó. Chừng nào thấy được lẽ thực đó mới có thể tin rằng mình tu giải thoát sanh tử. Còn không tìm được thì không thể tin mình giải thoát.

Người ta hay nói tâm là cái biết phải biết quấy, biết thương biết ghét, biết buồn biết giận. Nếu thế tâm có cả trăm ngàn thứ thì ta là cả trăm thứ đó sao?

Thương là ta, giận ghét cũng là ta, tâm suy tính phân biệt ấy lại sanh diệt vô thường, như vậy khi mình có khi mình không chẳng?

Trong kinh Lăng Nghiêm, đức Phật hỏi ngài A-nan:

- Lý do gì ông đi tu?

Ngài A-nan thưa:

- Bởi con thấy đức Thế Tôn có ba mươi hai tướng tốt, tám mươi vẻ đẹp, con kính mến nên phát tâm xuất gia.

Phật hỏi:

- Ông lấy cái gì để thấy và lấy cái gì để kính mến?

Ngài A-nan trả lời:

- Con lấy mắt thấy và lấy tâm hiểu biết.

Đó là nguyên do có thất xứ trung tâm, tức bảy chỗ hỏi tâm của đức Phật. Theo thứ tự Phật gạn hỏi tâm, ngài A-nan trả lời tâm ở trong thân, ở ngoài thân, ở giữa thân v.v... cho tới cuối cùng Ngài nói cái hay suy nghĩ phân biệt là tâm con. Tất cả đều bị Phật quở và bác bỏ: “Đó là ông nhận định sai lầm, cái suy nghĩ không phải là tâm của ông”. Ngài A-nan hoảng hốt thưa như vậy con không tâm sao. Phật bảo không phải ông không có tâm, nhưng cái suy nghĩ là tướng sanh diệt, không phải tâm của ông.

Chúng ta lâu nay cũng lầm nhận như ngài A-nan vậy, cho cái suy nghĩ sanh diệt vô thường đó là tâm của mình. Phật muốn chỉ ngay nơi mình có cái chân thật nhưng chúng ta bỏ quên, nên cứ nhận thân sanh diệt là mình, tâm sanh diệt là tâm mình. Thân là tướng vô thường sanh diệt, tâm là bóng dáng các trần không thật, nhận hai cái đó là mình nên phải chịu sanh tử luân hồi. Bây giờ muốn ra khỏi luân hồi sanh tử, phải tìm cho ra cội gốc sai lầm ấy. Nếu còn bám vào thân tâm sanh diệt thì không thể giải thoát được.

Người tu là người thực hiện một chí nguyện rất cao thượng, siêu xuất trần thế. Vì vậy ai đi tu rồi cũng phải biết rõ mục đích giải thoát sanh tử, cứu độ chúng sanh, chứ không chỉ để có phước đời này, đời sau thôi. Tu như vậy không đúng mục đích siêu thoát của một tu sĩ.

Trong kinh Lăng Nghiêm đức Phật chia tâm ra làm hai thứ: một là vọng tâm, hai là chân tâm. Vọng tâm là tâm hư dối, chân tâm là tâm chân thật. Lâu nay người ta thường cho phần tinh thần là tâm, nhưng không hiểu nghĩa chánh của tâm là gì. Tâm là biết. Cái biết sanh diệt, luôn luôn đổi thay gọi là cái biết hư dối. Còn cái biết thường còn không sanh không diệt là cái biết chân thật, gọi là chân tâm.

Như vậy muốn nhận ra tâm phải phân biệt rõ tâm nào thật, tâm nào không thật. Tâm thật là chân tâm, tâm không thật là vọng tâm. Tất cả những suy nghĩ của chúng ta thuộc về vọng tâm. Nếu cho suy nghĩ buồn thương giận ghét là tâm mình tức chúng ta nhận vọng làm chân. Cái vọng là dối, dối thì làm sao giải thoát được. Như vậy giải thoát phải là cái chân thật, bất sanh bất diệt, chớ không phải cái hư dối. Đó là chỗ chúng ta phải suy gẫm nhận xét cho thật chính chắn.

Muốn chỉ ra cái chân thật đó, đức Phật đã đưa tay lên hỏi ngài A-nan: “Ông thấy không?”. Ngài A-nan đáp: “Dạ thấy”. Phật để tay xuống hỏi: “Ông thấy không?”. Ngài A-nan thưa: “Dạ không thấy”. Phật quở: “Ông là người quên mình theo vật. Tay ta đưa lên là thấy có tay, khi ta để xuống là thấy không có tay. Tay là vật, còn cái thấy là mình. Tại sao lại lầm lẫn giữa mình và vật như vậy?”

Lâu nay chúng ta cũng lầm lẫn thế ấy. Thấy tức là biết. Thấy cảnh vật xanh vàng đỏ trắng, biết rõ ràng. Thấy là có biết, cái thấy đó có suy nghĩ không? Thấy trắng là trắng, vàng là vàng, xanh là xanh, đâu cần suy nghĩ gì. Chỉ khi cộng với ý thức phân biệt mới có suy nghĩ, chớ cái thấy ban đầu không suy nghĩ.

Kế đến Phật bảo ngài La-hầu-la đánh tiếng chuông rồi hỏi ngài A-nan: “Ông có nghe không?” Ngài A-nan thưa: “Dạ nghe”. Giây lâu tiếng chuông bật, Phật hỏi: “Ông có nghe không?”. Ngài A-nan thưa: “Dạ không nghe”, liền bị Phật quở lần nữa. Đánh tiếng chuông “boong” thì nghe có tiếng chuông, tiếng chuông bật thì nghe không có tiếng chuông, chớ đâu phải điếc. Sao lại nói không nghe?

Nếu không nghe làm sao biết không tiếng? Không tiếng là vì âm thanh bên ngoài không có, nhưng cái nghe của mình luôn hiện tiền. Vậy mà không có tiếng lại nói không nghe. Đó là quên mất tánh hay nghe, hay thấy của mình, chạy theo sắc tướng âm thanh bên ngoài, vì vậy Phật quở quên mình theo vật. Đó là điều đáng thương của chúng ta.

Trong nhà Phật nói nơi sáu căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý đều có cái biết. Cái biết đó hằng hữu, nhưng chúng ta lại bị cái biết phân biệt của ý theo đuôi, hợp tác, rồi cuộc quên cái biết hằng hữu chân thật đó. Thí dụ khi ngồi thiền có dấy niệm, lúc đó ta biết mình khởi nghĩ và đang chạy theo vọng tưởng không? Biết rõ rằng mình đang bị vọng tưởng, đang khởi nghĩ. Như vậy cái khởi nghĩ, cái vọng tưởng là cái bị biết. Nếu nó là cái bị biết thì ai là cái hay biết? Rõ ràng mình là cái hay biết. Cái biết này không có tướng trạng, không khởi nghĩ gì cả.

Cho nên chúng ta tu ngay nơi thân này, có cả chân tâm và vọng tâm. Vọng tâm là tâm phân biệt tốt xấu, hơn thua, phải quấy. Tâm này tạo nghiệp sanh tử luân hồi khiến ta phải chịu vô lượng khổ đau. Bởi vì nghĩ thiện thì tạo nghiệp lành, nghĩ ác thì tạo nghiệp dữ, thì phải đi trong ba đường lành hoặc ba đường dữ. Nhà Phật khuyên tu là bỏ dữ làm lành, đó là giai đoạn đầu tu trong sanh tử, nhưng sanh tử theo đường tốt, chớ chưa phải giải thoát sanh tử.

Lâu nay chúng ta cứ nhận cái nghĩ thiện nghĩ ác là tâm mình, nhưng nó không phải là tâm thật. Chỉ khi nào buông hết thiện ác, các thứ nghĩ tưởng hai bên lặng xuống, mà vẫn thường biết đó mới thật là tâm mình. Bản lai diện mục là bộ mặt thật muôn đời của chúng ta, mình có từ thuở nào nhưng bị các thứ nghĩ thiện, nghĩ ác phủ che nên nó không hiện ra. Chừng nào dứt hết niệm đối đãi thì tâm chân thật hiện tiền.

Chúng ta từ người thế gian tới người tu, đa số chỉ nhận tâm sanh diệt thôi, mà không thấy được tâm chân thật bất sanh bất diệt của chính mình. Do đó cứ lẩn quẩn, không biết mình ngồi thiền để làm gì. Có người nghĩ thiền định để được thần thông, điều này rất sai lầm. Định là dừng tâm suy nghĩ đối đãi tạo nghiệp. Dừng được tâm ấy rồi là dừng được nghiệp, dừng được nghiệp thì cái gì trói buộc, cái gì dẫn mình đi trong sanh tử nữa? Chỉ còn một tâm chân thật bất sanh bất diệt, đó là giải thoát sanh tử. Tâm giải thoát sanh tử đã sẵn ngay nơi mình, chỉ cần quày đầu lại là nhận được thôi.

Ví dụ tôi ngồi trong thất, có khách tới tôi chào và nói chuyện. Khách về tôi lặng yên, thấy vắng khách. Thấy khách đến, biết khách đi là ai thấy ai biết? Là chủ thấy chủ biết, chớ còn ai nữa. Cũng vậy, khi ngồi thiền chúng ta thấy vọng tưởng dấy lên, thấy vọng tưởng lặng xuống thì rõ ràng ông chủ thấy. Nếu không có ông chủ làm sao biết có vọng tưởng hay không vọng tưởng. Cái biết có vọng tưởng, cái biết đang lặng lẽ đó là cái biết thật của chính mình. Lâu nay chúng ta cứ ngỡ hết suy nghĩ là hết mình. Đó là chỗ lầm lẫn.

Tâm chân thật ấy không có tướng mạo, không dấy động, không khởi một niệm suy nghĩ, nó bàng bạc khắp cả, ở đâu cũng có. Dưới chân vừa đạp cây gai liền thấy đau, trên tay con muỗi vừa cắn liền thấy ngứa. Tất cả chỗ nào trên thân cũng biết hết, mà không cần phải suy nghĩ. Chúng ta tu là để trở về với tâm chân thật đó. Biết mình có tâm chân thật rồi, ta mới mạnh dạn kiên quyết dẹp bỏ tâm nghĩ suy hư dối. Nếu không, ta cứ cho cái suy nghĩ là tâm mình nên không dám bỏ, nuôi dưỡng tâm sanh diệt ấy mãi nên không được giải thoát.

Tất cả pháp tu của Phật dạy đều đưa chúng ta đến chỗ cuối cùng, nhưng phương tiện có khác. Có người dùng trí tuệ quán chiếu nhận hiểu rồi tu. Có người đặt lòng tin tha thiết mà tu. Cho nên dùng trí tuệ quán chiếu thì Phật dạy tu Thiền. Quán chiếu lại thân này hư giả không thật, tâm sanh diệt lăng xăng cũng không thật, buông hết hai thứ giả đó thì cái thật hiện ra. Từ quán sát ấy ta dùng không chạy theo vọng tưởng nữa, đó là nhờ trí tuệ mà tâm được an định. Tâm lăng xăng dùng là định, trí tuệ quán chiếu soi sáng là tuệ. Đây gọi là định tuệ song tu.

Người nhiều lòng tin Phật dạy niệm Phật. Niệm tới chừng nào nhất tâm, tức niệm đến chỗ vô niệm, không còn một nghĩ suy gì hết, tâm hoàn toàn lặng lẽ thanh tịnh. Lúc đó nhắm mắt thấy Phật Di Đà cùng chư Thánh chúng đến tiếp dẫn. Như vậy phương tiện tuy có khác, nhưng mục đích đều dẹp những suy nghĩ lăng xăng.

Tu Thiền định để chặn đứng, buông bỏ suy nghĩ, tu Tịnh độ dẹp hết suy nghĩ, cuối cùng tới chỗ không còn một niệm, đó là giải thoát sanh tử. Cho nên nói niệm được nhất tâm bất loạn từ một ngày, hai ngày tới bảy ngày, người ấy nhắm mắt được Phật rước về Cực Lạc. Cực Lạc tức Phật Di Đà hiện tiền, là thấy ông chủ của mình, thấy được tâm chân thật rồi.

Chúng ta tu Thiền cũng vậy, buông tất cả tạp niệm để tâm chân thật hiện ra. Bởi tâm thường biết đó không có tướng mạo, cho nên vừa dấy niệm chúng ta dễ chạy theo niệm. Ví dụ trên bầu trời không có mây, ta nhìn thẳng lên không có gì hết nên không thấy vui. Bây giờ vừa có đàn chim bay qua, thích quá liền đuổi theo đàn chim. Nếu có một chiếc phi cơ bay lại thì càng chú ý hơn nữa. Cứ chú ý những gì có hình có tướng, còn cái trong trống rỗng rang của hư không ta ít quan tâm.

Cũng thế, tâm ta phẳng lặng hằng tri giác mà mình không biết, cứ đợi nghĩ tưởng liền theo nghĩ tưởng, chạy theo thương chạy theo ghét. Cứ thế cuồng

loạn cả ngày, quên cái thật của chính mình. Cho nên Phật dạy chúng ta tu lặng hết những thứ ấy, thì tâm hằng tri hằng giác mới hiện bày, đó là giải thoát sanh tử.

Khi Tổ Huệ Khả được Tổ Đạt-ma nhận làm đệ tử. Một hôm Ngài tu đến chỗ hoàn toàn an ổn liền bạch với Tổ Đạt-ma: “Bạch Hòa thượng, tâm con đã dứt hết các duyên”. Tổ Đạt-ma bảo: “Coi chừng rơi vào không”. Ngài thưa: “Con rõ ràng thường biết, làm sao không được”. Tổ liền ấn chứng: “Ngươi như thế, ta như thế, chư Phật cũng như thế”. Dứt hết các duyên tức là tâm không còn chạy theo sáu trần. Tới đó ta tưởng không còn gì, nhưng thật ra có cái rõ ràng thường biết.

Chúng ta tu biết được mình có tâm chân thật mới giải thoát sanh tử luân hồi. Nếu không nhận được tâm ấy, rất dễ lạc vào tà đạo, ưa thích thần thông, hào quang sáng ngời... Phải biết tu là sống thực với tâm chân thật của mình, nó có sẵn nơi mỗi chúng ta, trong các vận động thị vi, hiển hiện nơi sáu căn, chớ không có chỗ nào khác.

Cho nên chúng ta dụng công tọa thiền, dụng công niệm Phật ngày đêm liên tục là cốt để dừng tất cả vọng tưởng. Vọng tưởng dừng lặng được rồi thì các công phu kia cũng dừng theo, cuối cùng chỉ còn một tâm chân thật hiện tiền, không có phương tiện hay công phu gì ở đó cả.

Trong mười mục chẵn trâu, từ tìm trâu thấy trâu dần co với trâu cho tới chinh phục được trâu thì trâu cũng mất luôn. Trâu mất thì chẵn cũng đâu còn, chừng đó chỉ còn một vầng trăng tròn giữa bầu trời trong. Đó là mười mục chẵn trâu theo tinh thần Đại thừa, cho thấy khi còn có đối đãi thì còn sanh diệt. Đến lúc hết đối đãi thì hoàn toàn trong sáng, đó là giác ngộ giải thoát.

Chư Phật từng nói: “Ta là Phật đã thành, các ngươi là Phật sẽ thành”. Phật sẽ thành mà mình có chịu thành không, hay muốn làm chúng sanh cho vui? Chúng ta tu là để đạt được chỗ cứu kính chân thật của mình. Trong ba thân, chư Phật và chúng sanh bình đẳng trên phần Pháp thân, còn hai thân kia thì sai biệt. Phật có Pháp thân, chúng ta cũng có Pháp thân. Pháp thân là thân không còn đối đãi sanh diệt, không có giới hạn, trùm khắp. Phật có Báo thân trang nghiêm thanh tịnh, phước đức vô lượng, còn Báo thân của chúng ta là thân nghiệp chướng hiện giờ mình đang mang. Phật có Hóa thân diệu dụng như hằng sa, làm lợi ích vô lượng chúng sanh, còn Hóa thân của chúng ta là những suy nghĩ chuyện này chuyện nọ tạo nghiệp trong luân hồi.

Kinh Pháp Hoa phẩm Hiện Bảo Tháp nói từ lòng đất vọt lên tháp bảo. Trong tháp bảo có thân của đức Phật Đa Bảo. Bây giờ đại chúng muốn chiêm ngưỡng thân Phật Đa Bảo, nên thưa hỏi đức Phật Thích-ca làm sao để thấy? Đức Phật Thích-ca nói Phật Đa Bảo có nguyện lớn rằng, khi nào Hóa thân ở mười phương của Phật Thích-ca tụ hội về một chỗ thì Phật Đa Bảo mới có thể mở cửa tháp để chiêm ngưỡng Ngài. Đức Phật Đa Bảo dụ cho Pháp thân. Pháp thân hiện khi nào Hóa thân tụ về một chỗ. Hóa thân tụ về một chỗ tức chỉ cho tâm chạy ngược chạy xuôi lặn xuống, không còn dao động nữa. Kinh này rất hay rất thấu đáo, người thiếu chủng duyên sâu dày đọc không hiểu nổi, thấy như chuyện trên trời trên mây, không có lẽ thật.

Phật chỉ cho chúng ta muốn thấy được Pháp thân bất sanh bất diệt thì các hóa thân của mình tức những tâm niệm ngược xuôi, phân biệt đủ thứ phải tụ hội về một chỗ. Tụ hội tức là yên lặng chừng đó Pháp thân mới hiện tiền. Hiểu như vậy mới thấy lý kinh cao siêu, phi thường. Đây là những điều thiết yếu tôi muốn chỉ quý vị nhận nơi mình có cái chân thật, để đi tới chỗ giải thoát sanh tử.

Bây giờ bước qua giai đoạn thứ hai, chúng ta biết mình có cái chân thật giải thoát sanh tử rồi, nhưng làm sao để sống với cái đó? Muốn được giải thoát trước nhất phải biết cái gì trói buộc mình? Là nghiệp, bởi nghiệp trói buộc nên nó dẫn chúng ta đi trong trầm luân sanh tử. Cái gì tạo nghiệp? Thân, miệng, ý. Ý nghĩ tốt nghĩ xấu nghĩ lành nghĩ dữ, nghĩ hơn nghĩ thua. Theo những suy nghĩ đó, mà miệng nói tốt thân làm tốt hoặc miệng nói xấu thân làm xấu. Đây là tạo nghiệp lành nghiệp dữ. Nếu ý nghĩ dùng lặng thì hết tạo nghiệp. Hết tạo nghiệp là giải thoát sanh tử.

Tại sao chúng ta phải tụng kinh, tọa thiền? Tụng cho chí tâm, chuyên nhất nhớ kinh nên không nghĩ bậy. Ngồi thiền để buông xả hết những niệm nghĩ tưởng, đó là dứt mầm tạo nghiệp đi trong sanh tử. Không tạo nghiệp nữa thì cái gì trói buộc được mình? Tổ Đạo Tín khi còn là Sa di mười bốn tuổi, gặp Tổ Tăng Xán chấp tay thưa: “Bạch Hòa thượng, xin Ngài dạy con phương pháp giải thoát”. Tổ Tăng Xán nhìn thẳng vào mặt hỏi: “Ai trói buộc người?”. Ngài hoảng hốt tìm xem cái gì trói buộc mình, tìm hoài không thấy liền bạch: “Bạch Hòa thượng, không ai trói buộc con hết”. Tổ bảo: “Không trói buộc cầu giải thoát làm gì?”. Ngay đó Ngài ngộ đạo.

Vậy đạo ở chỗ nào? Ở ngay chỗ không còn gì trói buộc được mình. Không có gì trói buộc tức là không tạo nghiệp, không tạo nghiệp là giải thoát rồi, cầu giải thoát làm chi nữa. Chúng ta cầu giải thoát mà cứ tạo nghiệp liên

miên thì làm sao giải thoát được. Giải thoát là cái chân thật sẵn có, không từ đâu đến, không do ai cho mình, chỉ vì ta không làm chủ được các niệm lăng xăng buồn thương giận ghét v.v... nên tạo nghiệp dẫn đi luân hồi.

Các vị tu theo Nguyên thủy được định tên là Diệt tận định hay Diệt thọ tướng định liền chứng quả A-la-hán, tức diệt hết những thọ tướng trong tâm thì được vô sanh, là giải thoát. Cho nên tu dứt mầm tạo nghiệp là gốc ra khỏi luân hồi. Điều này rõ ràng như vậy, không có gì phải nghi ngờ cả.

Chúng ta là người chủ động tạo nghiệp thì cũng là người chủ động dứt nghiệp. Tạo nghiệp là mê, dứt nghiệp là tỉnh. Nói tới tu là nói tới tỉnh hoặc tỉnh nhiều tỉnh ít thôi, chớ không thể tu mà còn mê được. Tỉnh tức là không tạo nghiệp nữa. Cho nên trong kinh Viên Giác, ngài Văn Thù hỏi đức Phật: “Làm sao giải thoát sanh tử?”. Phật dạy: “Muốn giải thoát sanh tử phải dứt mầm vô minh”. Vô minh là mê mờ, phải sạch hết mê mờ mới giải thoát được sanh tử. Ngài Văn Thù hỏi tiếp: “Cái gì là vô minh?”. Phật dạy: “Chấp thân này là thật, chấp tâm sanh diệt là thật. Đó là vô minh”.

Người nào còn thấy thân này thật, thấy tâm sanh diệt hơn thua phải quấy thật là còn vô minh. Muốn ra khỏi vô minh phải buông hai thứ chấp này. Tất cả kinh Phật đều xoáy mạnh vào chỗ phá chấp về thân tâm sanh tử luân hồi, nhận cho rõ tâm chột có chột không là giả dối, không phải tâm mình. Phá được vô minh thì chuỗi dài sanh tử ngang đó chấm dứt.

Như vậy con đường tu khó hay dễ? Chỉ cần chúng ta thấy thân tâm sanh diệt không thật, khỏi học lên tới Cử nhân, Tiến sĩ gì hết. Bởi vì thấy đúng như vậy là đã có đầy đủ trí tuệ rồi. Trí tuệ này mới quý vì đây là trí thật của mình, còn trí tuệ học được của thế gian là trí sanh diệt, không chân thật, không phải của mình, làm sao sánh nổi với trí tuệ chân thật.

Chúng ta sống đây chỉ là cuộc sống tạm bợ, nên không cần tranh hơn tranh thua, tranh phải tranh quấy, như vậy là đã giải thoát nhiều rồi đó. Ngược lại, nếu chúng ta thấy thật thì mê càng ngày càng đậm, vì vậy luân hồi không biết bao giờ mới ra được? Cho nên chúng ta tu học thì phải thấy cho tường tận, hiểu cho thấu suốt để không bị lầm lẫn. Tu là giải thoát khổ đau, chớ không phải tu là không có thân bệnh. Người tu biết đúng như thật thì những gì đến với mình ta đều không khổ, đó là ta đang tiến trên con đường giác ngộ.

Buổi nói chuyện hôm nay nhằm nêu lên những điều cần thiết cho sự tu của chúng ta. Mong tất cả ghi nhớ và thể nghiệm bằng cách ứng dụng tu, sao cho



đạt được hai điều. Điều thứ nhất là giác ngộ, điều thứ hai là giải thoát. Bởi vì đạo Phật là đạo giác ngộ. Tu không giác ngộ không phải là tu theo đạo Phật. Giác ngộ thấy đúng như thật rồi, chúng ta sẽ giải thoát sanh tử. Cho nên giác ngộ và giải thoát là hai điều không thể thiếu đối với người tu hành.

Cầu chúc toàn thể quý vị trong mùa an cư năm nay tinh tấn tu hành để được giác ngộ giải thoát như đức Phật. Đó là mục đích chánh, là cốt lõi của người tu Phật vậy.

05-02-2009 04:34:12

---o0o---

## CỘI GỐC SANH TỬ VÀ NIẾT-BÀN

Hoà Thượng Thích Thanh Từ

Hôm nay thể theo lời yêu cầu của chư Tăng Ni tại đây, chúng tôi sẽ thuyết một thời pháp cho tất cả Tăng Ni Phật tử nghe, với đề tài Cội gốc sanh tử và cội gốc Niết-bàn.

Thật ra người tu không phải ham tu là tu được, mà đòi hỏi phải thâm nhập Phật pháp cho sâu, sau đó ứng dụng tu mới đạt kết quả tốt. Nếu chỉ biết tu mà không hiểu Phật pháp, đó là một thiếu sót lớn, có thể dẫn đến nguy hại. Bởi người không hiểu Phật pháp dễ đi lệch lạc, rơi vào tà đạo lúc nào không hay. Vì vậy đối với Tăng Ni cũng như Phật tử, hiểu Phật pháp là mấu chốt trọng yếu trên đường tu.

Chúng ta tu ai cũng muốn giải thoát sanh tử, thế nên trước hết cần phải biết nguyên do nào chúng ta phải trầm luân trong sanh tử. Biết gốc trầm luân sanh tử rồi mới biết nhân giải thoát. Vì thế ở đây tôi nêu lên hai vấn đề gốc sanh tử và gốc giải thoát, để chúng ta biết cái nào hiểm nguy thì tránh, cái nào cao siêu lợi ích thì hành. Trong kinh Phật dạy đầy đủ tất cả đường lối tu trì, nhưng vì chúng ta không đủ duyên nên không nghe, không nhận được.

Trước tiên nói về có và không hay khen và chê, tôi xin dẫn kinh Trường A-hàm. Một hôm đức Phật trên đường về Tinh xá Trúc Lâm, có hai thầy trò ngoại đạo theo sau. Ông thầy tìm đủ cách chỉ trích chê bai đức Phật, ngược

lại người trò dùng mọi lời lẽ tốt đẹp tán thán khen ngợi Như Lai. Vì thế chư Tỳ-kheo bực bội không vui, về tới Tịnh xá các thầy liền bạch Phật:

- Bạch Thế Tôn, tại sao đối với đức Phật mà ông thầy thì chê, người trò lại khen, như vậy ai đúng?

Đức Phật trả lời:

- Các người đừng nói ai đúng, nếu nghĩ khen là đúng, chê là đúng thì các người sẽ bị phiền não. Nếu nói khen đúng thì người được khen sinh tâm ngạo mạn. Nếu nói chê đúng thì người bị chê sẽ sanh ra bực bội. Như vậy đừng để khen chê làm cho tâm mình sanh phiền não.

Phật tử đối với việc khen và chê thế nào? Chúng ta được khen có vui không, bị chê có buồn không? Ta nên nhớ chắc gì người khen là thực khen, nhiều khi họ khen xã giao cho được lòng mình. Hoặc nhiều khi người ta ghét nên chê cho mình bực bội, như vậy chê cũng không đúng. Thành ra khen chê không có lẽ thật. Như vậy nghe khen vui, nghe chê buồn là mình sáng suốt hay không sáng suốt? Chắc chắn là không sáng suốt rồi.

Bây giờ làm sao người ta khen mình đừng vội mừng, người ta chê mình đừng vội giận mà phải xét lại mình? Điều này hết sức nhỏ nhưng chúng ta phải cẩn thận đừng bị làm. Phật nói có những điều người ta khen Thế Tôn nhưng cái khen đó chỉ là hình thức bề ngoài, không có gì quan trọng. Còn một điều quan trọng hơn, đáng để khen hơn của một vị Tỳ-kheo là khi mắt đối với sắc, tâm không dính, không nhiễm, biết rõ ràng mà không bị nó cột trói. Đây là điều đáng khen mà thế gian không biết, chỉ có những đệ tử chứng A-la-hán mới khen những điều đó.

Khi tai ta nghe tiếng, biết rõ ràng tiếng khen tiếng chê mà tâm không dính, không bị cột trói. Khi mũi ngửi mùi biết rõ thơm hôi nhưng cũng không dính mắc... cho đến lưỡi nếm vị, thân xúc chạm, ý đối với pháp trần không dính không mắc một thứ nào hết mới đáng được khen ngợi, nhưng người đời lại không biết. Chỉ có những vị A-la-hán mới biết khen ngợi như thế thôi.

Người thế gian thường khen những hình thức giả tạm bên ngoài, còn cái thực là đối với sáu trần biết rõ ràng mà không dính không nhiễm thì không khen. Ví dụ quý Phật tử thấy chư Tăng Ni tu, người nào ra đường nghiêm trang tề chỉnh, đi ngó dưới đất, không ngó qua ngó lại, hoặc thấy thầy cô nào ăn mặc rách rưới sơ sài... quý vị khen thầy cô đó tu rất nghiêm chỉnh đạm bạc. Còn những thầy cô được người đem biếu tặng vật gì đẹp mắt nhưng

không ham, không nhận, quý vị làm sao biết mà khen? Như vậy chúng ta chỉ thấy hình thức bên ngoài, còn tâm niệm trong sáng không dính mắc bên trong người đời ít ai thấy được.

Người tu hình thức tuy rất nghiêm trang nhưng nội tâm còn dính mắc thì vẫn không thể giải thoát như thường. Còn người tuy hình thức tầm thường nhưng mọi dính mắc đều không cột trói được, người đó tự nhiên được giải thoát. Cho nên chúng ta phải biết rõ trọng tâm khen chê không phải ở hình thức mà ở tâm niệm của mỗi người. Ai đã thoát được, đã tháo gỡ được những cột trói của dục lạc thế gian, đó là người đáng khen. Còn hình thức bên ngoài nghiêm trang nhưng đụng đầu dính đó thì chưa đáng khen.

Bây giờ tôi dẫn trong kinh Tạp A-hàm, có một bài kinh kể lại câu chuyện thế này. Hồi Phật còn tại thế, ngài Phú-lâu-na đến bạch với Phật rằng:

- Bạch Thế Tôn, con muốn tìm nơi vắng vẻ chuyên tu cho chóng được Niết-bàn. Cúi xin Thế Tôn vì con giảng nói chỗ tâm yếu, để con chóng vào Niết-bàn.

Đức Phật dạy:

- Muốn đạt được chỗ tâm yếu đó không gì hơn là mắt thấy sắc đừng bị sắc trói cột, đừng dính với sắc. Tai nghe tiếng đừng để tiếng lôi cuốn, đừng dính nhiễm với tiếng. Mũi ngửi mùi đừng bị mùi cột trói, đừng dính mắc với mùi. Lưỡi nếm đừng bị vị trói buộc, đừng dính mắc với vị. Thân xúc chạm dù cho êm ái nhẹ nhàng vui thích hay thô nhám khó chịu cũng không bị dính cột trói, đừng dính mắc với xúc. Ý duyên với pháp trần không bị pháp trần lôi dẫn, không dính mắc với pháp trần. Nếu mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý không dính mắc với sáu trần, đó là nhân đến Niết-bàn.

Nghe Phật dạy như vậy rồi, ngài Phú-lâu-na đánh lễ từ giã Thế Tôn, xin tìm một chỗ vắng vẻ tu. Đức Phật hỏi Ngài định đi đâu, Ngài thưa định sang một nước ở phương Tây để tu. Đức Phật nói:

- Ta nghe dân xứ ấy hung dữ lắm, ông qua đó họ làm khó, làm sao tu được?

Ngài Phú-lâu-na bạch:

- Bạch Thế Tôn, nếu người ta khó dễ với con, con vẫn can đảm tinh tấn tu.

Phật hỏi:

- Giả sử như họ chửi mắng ông thì ông nghĩ sao?
- Bạch Thế Tôn, nếu họ chửi mắng con là vẫn còn hiền vì chưa đánh đập con.
- Giả sử họ dùng tay chân thoi đánh ông thì ông nghĩ sao?
- Bạch Thế Tôn, nếu họ dùng tay chân thoi đánh con là vẫn còn hiền vì chưa dùng dao gậy đánh con.
- Giả sử họ dùng tới dao gậy đánh ông thì ông nghĩ sao?
- Bạch Thế Tôn, nếu họ dùng dao gậy đánh con là vẫn còn hiền vì chưa giết con.
- Giả sử họ giết ông thì ông nghĩ sao?
- Bạch Thế Tôn, nếu họ giết con thì càng tốt vì họ giải quyết sớm dứt con thân ô uế này. Con cảm ơn họ nhiều hơn.

Bấy giờ Phật bảo:

- Nếu ông được như vậy thì nên qua đó tu.

Ngài Phú-lâu-na với pháp Phật dạy và ý chí sắt đá đã qua xứ ấy tu, chỉ ba tháng thôi liền chứng quả A-la-hán.

Chúng ta thấy muốn được quả A-la-hán dễ hay khó? Tu ba tháng mà chứng A-la-hán thì quá dễ phải không? Nhưng muốn như vậy, phải làm được hai việc. Thứ nhất bị người ta đánh đập chửi mắng, nhẫn đến giết mình cũng không giận. Chưa được như vậy e khó vào Niết-bàn. Vì còn giận là còn phiền não, còn phiền não làm sao được Niết-bàn? Nên điều thứ nhất là trước mọi thử thách như chửi mắng, đánh đập cho tới bị giết mình cũng không buồn không giận, tâm không thối chuyển mới có thể vào Niết-bàn một cách mau chóng. Thứ hai là mắt, tai, mũi, lưỡi đối với sáu trần không dính không mắc.

Chúng ta còn dính mắc nhiều quá, thấy cái gì đẹp trở mắt nhìn hoài không chán. Nghe ai nói gì đụng chạm tới mình thì quạu lên liền, không tha được. Như vậy mắt thấy sắc dính sắc, tai nghe tiếng dính tiếng, mũi ngửi mùi dính mùi, lưỡi nếm vị dính vị... dính đủ hết. Bởi dính nên tu không đến được

Niết-bàn, nếu dùng dính thì được Niết-bàn dễ chớ đâu có khó. Ta thử nghĩ đối trước tất cả hoàn cảnh khó khăn, bị đánh đập hay chèn ép mà mình không phiền không giận, như vậy tâm an lành biết mấy, sự tu có gì phiền não đâu.

Sở dĩ chúng ta hay phiền não là tại sao? Vì bị chê một chút liền nổi giận, giận hai ba ngày chớ không phải giận một buổi. Giận hai ba ngày tức là hai ba ngày hết tu. Đó là duyên nghịch. Còn gặp duyên thuận như thấy người đẹp vật đẹp tâm sanh ưa thích, hưởng theo đó mãi cũng hết tu. Vì thế cả ngày tâm cứ chạy theo những trần cảnh bên ngoài, không chút yên ổn. Tới giờ tụng kinh niệm Phật cũng không yên. Tay cầm quyển kinh miệng đọc mà lát nhớ chuyện này chuyện nọ, chớ không chịu nhớ kinh. Đó là thói quen luôn đuổi theo và dính mắc với sáu trần của chúng ta, vì vậy bị trói buộc mãi không có ngày thoát ra.

Qua hai câu chuyện trên, chúng ta thấy thật ra đạo không xa, nhưng vì mình đắm nhiễm quá thành ra cách xa. Giả sử bây giờ có ai mắng chửi mình, ta vẫn lặng thinh không buồn không giận, đó là dở hay là hay? Chắc không phải dở rồi. Ngược lại, nếu người ta chửi mình một, mình chửi lại hai ba thì hay hay dở? Mới nhìn thấy như hơn, nhưng hơn cái hung dữ của thế gian, còn thua về mặt đạo đức. Vì đứng trên đạo đức càng tranh hơn tranh thua thì càng mất đạo đức. Đã là người tu chúng ta phải chú trọng đạo đức sao cho mỗi ngày mỗi tăng tiến hơn, tập khí thế gian mỗi ngày mỗi giảm bớt đi. Như vậy mới xứng gọi là Phật tử chứ.

Chúng sanh luôn bị ba thứ độc tham sân si sai sử. Nghe người ta nói câu gì trái tai thì chú độc sân nổi lên, thúc mình phải ăn thua với người ta. Ta làm dữ với thiên hạ, thắng được thiên hạ tức là đã thua và đầu hàng chú sân rồi. Ngược lại khi nghe một câu nói trái tai, chú sân vừa muốn thúc mình làm dữ, ta liền dẹp chú, không nghe chú, bất chú nép phục mình, đó là ta đã thắng được chú độc sân rồi. Phật dạy người tu là người tự thắng mình. Thắng một vạn quân không bằng thắng mình, thắng mình là chiến công oanh liệt nhất.

Phật tử vào chùa thường thấy tấm biển to ghi bốn chữ “Đại hùng bảo điện”, đó là lời tán thán đức Phật là đáng đại hùng đại lực. Ngài đại hùng chỗ nào, đại lực chỗ nào? Đại hùng vì Ngài thắng được Ngài, đại lực vì Ngài thắng được tất cả ma quân. Còn chúng ta bây giờ hùng với người ngoài mà thua với chính mình nên không thể gọi là đại hùng đại lực. Người tu phải tự chiến

thắng được mình, mới thật là đại hùng đại lực, mới có thể thành tựu Phật quả.

Vì thế nhà Phật dạy chúng ta tu là phải nhìn cho kỹ, thấy cho rõ mình như thế nào đối với sáu trần, có dính có nhiễm không? Nếu dính nhiễm thì phải gỡ bỏ. Chừng nào không còn dính, không còn nhiễm nữa mới thật là người biết đi trên con đường giải thoát.

Trở lại vấn đề cái gì là gốc dẫn chúng ta đi trong trầm luân sanh tử và cái gì là gốc dẫn chúng ta tới Niết-bàn giải thoát? Kinh Lăng Nghiêm nói rất rõ về việc này. Một hôm ngài A-nan bạch với Phật: “Bạch Thế Tôn, cái gì là cội gốc của sanh tử, cái gì là cội gốc của Bồ-đề Niết-bàn?”. Ngay lúc đó đức Phật không trả lời. lát sau bỗng dung nghe trên hư không mười phương chư Phật đều đồng thanh trả lời rằng: “Này A-nan, cội gốc của sanh tử là sáu căn của ông, cội gốc Bồ-đề Niết-bàn cũng là sáu căn của ông”.

Sáu căn là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Đó là cội gốc của trầm luân sanh tử và cũng là cội gốc của Bồ-đề Niết-bàn. Tại sao? Chúng ta sử dụng sáu căn thế nào để được thoát ly sanh tử, hoặc chìm trong trầm luân sanh tử. Như tôi đã kể, mắt đuổi theo sắc dính với sắc nên bị nó dẫn dắt, lôi kéo. Tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị cũng như thế. Ví dụ lưỡi nếm những thức ăn ngon ta thấy thích, thức ăn không ngon ta thấy bực. Do đó thay vì ăn để sống, chúng ta lại ăn để phiền não. Bởi đâu có bữa cơm nào cũng vừa với lưỡi hết. Nếu vừa ý thích thì ta thêm ăn thêm tức là tham. Nếu không vừa ý thích ta bực dọc tức là sân, đó là phiền não. Mà phiền não là cội gốc dẫn đi trong trầm luân sanh tử.

Nếu xét kỹ trọng tâm ngon dở ở tại chỗ nào? Tại bao tử. Bao tử trống thiếu thì đem vô cái gì cũng ngon hết, còn bao tử đầy thì của quý cũng thành không ngon. Như vậy cái ngon dở đâu có giá trị thật, nhưng vì ta quên chỉ nhớ sự đòi hỏi của cái lưỡi thôi, thành ra chạy theo nó mãi. Lỗ mũi, con mắt, lỗ tai... cũng như vậy. Rồi thỏa mãn thân nữa, cả đời làm không dư xu nào hết cũng vì những sự đòi hỏi này. Nhiều người than khổ quá, đi làm hoài không được nghỉ. Ai đày đọa mình mà khổ như vậy? Có phải mắt, tai, mũi, lưỡi, thân nó hành không?

Thế nên người biết tu sống vừa phải, đừng lệ thuộc vào những thứ ấy tự nhiên được an nhàn. Ăn để mà sống thì ăn cái gì cũng được, miễn no bụng thôi. Mặc để che thân thì mặc gì cũng được, miễn lành lặn là tốt rồi. Thân này dù xấu đẹp gì vài mươi năm cũng phải chết, như vậy chẳng lẽ ta thỏa

mãn để rồi chết sao? Muốn mà không được thì đau khổ, chứ có lợi ích chi. Thân này không thật, hạnh phúc cũng không thật, chúng ta lầm mê tưởng là thật nên phải chịu trôi lăn trong trầm luân sanh tử mãi.

Đối với người biết tu thì sáu căn đối với sáu trần: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp không dính không nhiễm, đó là cội gốc Bồ-đề Niết-bàn. Sắc là hình sắc đẹp xấu, thanh là những âm thanh hay dở, hương là mùi thơm hôi, vị là những vị ngon dở, xúc là những cảm giác xúc chạm của cơ thể, pháp là những bóng dáng trong nội tâm hiện ra. Khi sáu căn đối với sáu trần có dính có nhiễm thì đi trong sanh tử. Khi sáu căn đối với sáu trần không dính không nhiễm là Bồ-đề Niết-bàn.

Ví như có người thích uống rượu. Ban đầu uống một cốc chơi, lần lần uống hai cốc ba cốc, thời gian năm tháng bảy tháng sanh ghiền. Hồi đầu uống chơi nên còn tự do, muốn uống thì uống, không muốn thì thôi. Nhưng khi ghiền rồi, không có rượu phải chạy ra quán mua rượu về uống. Cái gì dẫn họ chạy? Cái ghiền rượu. Mà ghiền là tập nhiều lần thành thói quen nên ghiền. Đã ghiền thì phải lệ thuộc vào nó, do đó bị nó dẫn đi, mất hết tự do. Chính mình tạo rồi mình mất tự do, nếu không tạo thì đâu có mất.

Tự do tức là nhân của giải thoát, còn bị các trần dẫn đi là gốc của trầm luân, chứ có gì lạ đâu. Chúng ta tự kiểm lại mình xem ta đang chuẩn bị đi lên hay bị lôi xuống. Bị lôi xuống là khổ, còn giải thoát đi lên thì an nhàn. Nếu bị những sở thích lôi kéo, không làm chủ được là biết mình bị lôi xuống. Nếu những gì thế gian thích mà mình vẫn không bị dính không bị mắc, đó là đi lên. Cho nên sự tu của mình không phải đi hỏi người này người kia. Tôi thường bị nhiều Phật tử hỏi: “Thưa Thầy, Thầy xem giùm con có căn tu không?”. Tôi trả lời: “Ai cũng có căn tu hết, chỉ muốn tu hoặc không muốn tu thôi”. Tại sao ai cũng có căn tu? Bởi Phật nói ai cũng có tánh Phật, tức là có căn tu. Người chịu tu thì tu được, người không chịu tu thì tu không được, chứ đừng hỏi có hay không có.

Quý Phật tử thử xét trong tâm mình có bao giờ hoàn toàn nghĩ xấu hay hoàn toàn nghĩ tốt không? Có khi nghĩ tốt, có khi nghĩ xấu. Như vậy nơi tâm chúng ta có đủ thiện ác. Bây giờ tu là làm sao? Bỏ ác, giữ thiện, chỉ vậy thôi. Có thiện sẵn là có căn rồi, còn hỏi ai chi nữa? Cho nên chúng ta tu là loại trừ điều dữ, nuôi dưỡng điều lành cho tăng trưởng. Như vậy ai cũng có căn hết. Có lắm vị đi coi ngày coi tháng coi tuổi thử xem mình tu được hay không? Nhiều vị xuất gia hay vào chùa cũng phải lựa ngày lành tháng tốt mới đi, tôi

cho như vậy là quá kỹ. Với tôi ngày nào đi tu cũng là ngày tốt, còn ngày nào đi ăn trộm cũng là ngày xấu hết.

Như vậy ai cũng có đủ sáu căn tức là có đủ cội gốc của Bồ-đề Niết-bàn và cội gốc của trầm luân sanh tử. Chỉ đừng để sáu căn nhiễm dính với sáu trần là giải thoát, ngược lại là trầm luân, chớ không gì lạ. Chúng ta xét thật kỹ mới thấy sự tu của mình không phải ở trên mây xanh, mà nó ngay nơi con người chân thật của chính mình. Bây giờ có người nào không ăn chay, không tụng kinh nhưng thấy sắc đẹp không tham, nghe tiếng hay không nhiễm, khen không mừng, chê không giận là người đó có tu. Còn người ăn chay trường, tụng kinh giỏi mà thấy sắc, nghe tiếng, ngửi mùi... cái gì cũng dính cũng nhiễm là chưa biết tu. Nên tu là khéo gỡ đừng cột trói đừng dính mắc.

Người tu là người gỡ bớt sự dính nhiễm của sáu căn, người không biết tu chẳng những không gỡ mà còn tập thêm, đã nhiễm càng nhiễm thêm. Vì vậy khổ hoại từ đời này sang đời khác. Đó là tôi giải thích rõ vì sao sáu căn là cội gốc của Bồ-đề Niết-bàn, sáu căn cũng là gốc của trầm luân sanh tử.

Trong kinh Kim Cang, ngài Tu-bồ-đề xin Phật dạy làm thế nào hàng phục tâm và an trụ tâm để tiến lên quả vị Bồ-đề? Ở đây, tôi chỉ nói phần an trụ. Phật dạy: “Bất ưng trụ sắc sanh tâm, bất ưng trụ thanh, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm, ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm”, nghĩa là không nên dính mắc nơi sắc sanh tâm Bồ-đề, không nên dính mắc nơi thanh, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm Bồ-đề, nên không dính mắc mà sanh tâm Bồ-đề. Nghe câu này Lục Tổ Huệ Năng đại ngộ, còn chúng ta không ngộ gì hết. Tại sao? Vì muốn tâm an trụ để được giác ngộ thì đối với sáu trần tâm đừng dính mắc. Chúng ta còn dính mắc nên tâm không an, không an làm sao giác ngộ giải thoát được.

Ví dụ tay tôi nắm cái ly thì dính mắc ở cái ly nên không thể nắm được cái khác. Vì vậy còn bám vào một vật gì là mắc kẹt vào vật đó. Nếu trên bàn có năm ba thứ nhưng tay tôi không nắm thứ nào hết nên rảnh rang không dính mắc. Nhờ không dính hẳn vào một vật nên tôi có thể cầm vật nào cũng được. Không bám nên không dính mắc, đó là vô sở trụ. Chỗ không dính mắc ấy là tâm Bồ-đề.

Tôi thường ví dụ như người vác cục đá to leo núi, việc này rất khó. Vì đá nặng mà trèo dốc cao nữa nên rất khó đi. Bây giờ có người khuyên kẻ đó bỏ cục đá xuống, như vậy khó hay dễ? Bỏ xuống khỏe ru phải không? Cũng thế, chúng ta đang dính đang nhiễm, Phật bảo mình buông đi, đừng dính



nhiệm nữa, như vậy dễ hay khó? Thế mà chúng ta lại than khó! Tại sao buông xuống nhẹ mà lại khó? Nghe khen, nghe chê buông bỏ hết cho khỏe, dễ quá, tại sao mình không chịu buông? Thật lạ lùng.

Ví dụ như người ghiền rượu, mỗi ngày phải tốn tiền đi quán bao nhiêu lần, khổ hay sướng? Khổ. Bây giờ biểu bỏ rượu đi, đừng uống nữa khỏi tốn tiền, hết khổ nhưng họ nói bỏ rượu khó quá. Tại sao khó? Tại vì đeo mang quen rồi, buông ra thấy khó. Nếu chúng ta can đảm buông một cái thì dễ thôi, lỗi là tại mình không gan. Bởi vậy người tu đòi hỏi phải có ý chí, phải gan dạ.

Tất cả các nghiệp thiện cũng như nghiệp ác đều do chính mình là chủ nhân tạo nên. Ta đã tạo cho mình khổ thì cũng chính ta làm cho mình hết khổ, chớ đâu có ai thế được. Gan một chút bỏ hết đi thì hết khổ; không chịu gan rồi cứ kêu khổ hoài. Rõ ràng ta không đủ can đảm làm những việc lợi ích cho bản thân mình, thì mong gì giúp ích cho ai? Vì thế không nói tu từ đâu, mà chính nơi sáu căn của mình biết gỡ bỏ, tự nhiên chúng ta yên lành tự tại.

Sở dĩ ta niệm Phật, tụng kinh, tọa thiền mà tâm vẫn bất an là tại vì nhớ sắc, nhớ thanh. Như buổi chiều có ai nói một câu nặng, mình trả lời chưa vừa ý; lát sau ngồi thiền hay niệm Phật không yên. Cứ tìm câu đối đáp cho xứng với câu nói hồi chiều. Rõ ràng tâm mình không an là tại vì dính sắc trần, thanh trần bên ngoài. Bây giờ đến giờ tu thì gác qua một bên, không nhớ nghĩ chi hết, tự nhiên tâm an. Cho nên Phật dạy chỉ tâm không dính mắc với sáu trần là an trụ. An trụ được tâm đó mới tiến tới Bồ-đề, giải thoát.

Phật tử cứ sợ không biết sau khi chết mình đi đâu nên tìm hết thầy này đến thầy khác để hỏi. Sao không tự hỏi mình? Bình thường thương người này giận người kia, trong tâm hiện lên hình ảnh những kẻ ấy hoài thì khi chết sẽ bị chúng dẫn đi thôi. Nếu tâm còn oán thù hờn giận thì oán thù hờn giận sẽ dẫn mình đi gặp nhau để trả thù. Chúng ta có mâu thuẫn mà không biết. Mình ghét ai không muốn gặp thì lẽ ra buông luôn đừng nhớ người đó, đằng này không muốn gặp mà cứ nhớ hoài. Nhớ gương mặt sao dễ ghét, giọng nói cũng khó ưa... ôm ấp trong lòng hoài. Như vậy khi gần nhắm mắt những hình ảnh đó sống trở lại khiến cho gặp nhau ở đời sau nữa. Đó là mâu thuẫn.

Chúng ta tu mà chất chứa buồn phiền thù hận hoài thì khi nhắm mắt sẽ bất an. Đó là đi theo đường khổ. Cho nên chỉ cần nhìn lại lòng mình trong hiện tại là biết chết sẽ về đâu, gặp ai, khỏi cần hỏi thầy cô nào hết. Chúng ta biết tu rồi gỡ bỏ bớt, đừng thêm giận nhau chi. Buồn giận nhiều có đi tới đâu? Phút cuối cùng ai rồi cũng phải chết, mang giận hờn theo chi cho khổ. Vì

vậy Phật dạy người tu phải hỷ xả, vui vẻ bỏ hết để được an vui khi sống cũng như lúc chết. Nên nhớ ngày mai chúng ta tiến lên hay lùi xuống đều tùy tâm niệm trong hiện tại.

Nhiều người nói quý thầy tu xả được, chớ chúng tôi đâu có xả nổi. Trong sách nhà Phật có nói câu này: “Tăng hận bất cách túc”, nghĩa là tăng giận không được quá một đêm. Phật thông cảm cho quý thầy còn phàm tăng cũng giận, nhưng không quá một đêm. Vậy quý Phật tử giận chừng bao lâu? Năm mười năm chưa quên. Đối với người tu đạo lực còn yếu, gặp cảnh trái nghịch cũng bực bội, nhưng một chút thôi rồi bỏ đi, không được ôm ấp lâu. Người không biết tu khi gặp cảnh trái nghịch giận hoài không quên.

Như vậy chỉ cần nhìn lại mình, ta biết sự tu tiến nhiều ít. Hồi chưa biết tu ai làm gì trái ý, mình giận mười năm. Bây giờ biết tu, ai làm trái ý, mình giận chừng ba năm là đã có tiến bộ. Đến khi khá hơn chút nữa, ai làm gì trái ý, mình giận chừng ba bốn ngày thôi. Bao giờ giận chỉ một đêm thôi là làm tăng được rồi đó. Cuối cùng gặp thuận nghịch chi mình cũng cười, không giận ai hết, đó là chúng ta bắt đầu tiến lên bước giải thoát.

Lục Tổ Huệ Năng khi nghe câu “Ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm”, chẳng những Ngài không dính mắc sáu trần mà còn thấy ngay nơi thân này có tâm thể thanh tịnh, nên Ngài liền thốt lên: Đâu ngờ tâm mình xưa nay thanh tịnh, đâu ngờ tâm mình vốn tự đầy đủ, đâu ngờ tâm mình trùm khắp tất cả v.v... Chúng ta do ý niệm dấy động chạy theo sáu trần sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp nên dính mắc sáu trần. Thế mà ta lại còn cho ý niệm đó là tâm mình nữa. Tâm tôi nhớ hình sắc, tâm tôi nhớ âm thanh v.v... Cứ thế liên miên hết niệm này khởi tới niệm kia đuổi theo bóng dáng sáu trần nên bất an. Nhưng hỏi lại tâm đó có thật không? Nhớ cái này nhớ cái nọ, lát sau mất hết, như vậy nó đâu có thật. Bây giờ nếu chúng ta dừng lại, không đuổi theo sáu trần nữa thì được an ngay.

Khi nhận tâm niệm dính với sáu trần là tâm mình, ta thấy tâm ấy sanh diệt liên tục. Còn nếu những tâm niệm đó lặn xuống hết, không còn dính bóng dáng nào nữa, lúc đó tâm mình ra sao? Thênh thang trùm khắp, nên không sanh diệt từng chập từng chập như trước. Hiểu thấu và ứng dụng được như thế là ta giải thoát rồi. Học kinh nhiều mà không ứng dụng được thì có lợi ích gì? Chúng ta học kinh Phật để tu, chớ không phải để tụng cho Phật nghe. Mình không chịu ứng dụng tu, cứ tối tụng lại cho Phật nghe, thử hỏi có phụ lòng Phật không? Ví như cô giáo dạy học trò khi ra đường gặp các cụ già phải giở nón chào, chấp tay cúi đầu, thưa dạ đàng hoàng. Con bé đó thuộc

lòng lời dạy trên, nhưng khi ra đường gặp các cụ nó không thèm giờ nón chào, không chấp tay cúi đầu. Tới lúc vô trường nó lại đọc thuộc lòng cho cô giáo nghe. Thử hỏi nếu cô giáo biết được chuyện này có khen không?

Chúng ta cũng vậy, như trong kinh Bát-nhã Phật dạy “Quán tự tại Bồ-tát hành thâm Bát-nhã Ba-la-mật-đa thời, chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhất thiết khổ ách”. Nghĩa là Bồ-tát Quán tự tại khi thực hành sâu Bát-nhã ba-la-mật-đa, Ngài soi thấy năm uẩn không thật liền qua tất cả khổ nạn. Quý thầy cô của mình cứ đọc thuộc lòng cho Phật nghe như thế mà không chịu hành thâm, nên rồi khổ nạn tới liền miên phải không. Phật biết chắc Ngài cũng buồn lắm. Bởi Phật dạy là muốn chúng ta thực hành để hết khổ, chớ không phải đem lời Phật dạy ra đọc hoài mà không chịu tu. Cho nên người học đạo thực hành một câu Phật dạy quý bằng hòn ngọc vô giá ở thế gian. Vì vậy tôi thường nhắc nhở chư Tăng Ni cũng như quý Phật tử, chúng ta đọc kinh nhưng phải ứng dụng tu, chớ không nên đọc suông.

Chúng ta tu phải ráng làm sao đừng để dính với sáu trần là được giải thoát, ngược lại cứ dính mắc sáu trần hoài thì trầm luân không có ngày ra khỏi. Như vậy sáu căn là nhân giải thoát nếu chúng ta không dính với sáu trần, hoặc sáu căn là nhân trầm luân sanh tử nếu dính với sáu trần. Nên biết tu ngay nơi sáu căn, chớ không ở đâu khác. Quyền định đoạt được giải thoát hay trầm luân là của chúng ta. Chính mình can đảm, chủ động để được giải thoát, cũng chính mình chủ động để trầm luân trong sanh tử, không thể trách móc kêu than ai hết. Như vậy đạo Phật tôn trọng quyền tự do tuyệt đối, không ai bắt ta trầm luân, cũng không ai nâng ta lên giải thoát. Hiểu như thế rồi, chúng ta không được quyền đổ thừa tại trời hay tại ai làm cho mình khổ, mà phải biết rõ là tại mình.

Đó là ý nghĩa thâm trầm và sâu xa của đạo Phật về cội gốc sanh tử và cội gốc Niết-bàn. Mong tất cả nghe hiểu và ứng dụng tu đạt được kết quả viên mãn

*(Tu Viện Thường Chiếu)*

---o0o---  
**HẾT**