

# CHỦ TRƯỞNG VÀ SỰ ỨNG DỤNG TU HÀNH CỦA THIỆN VIỆN TRÚC LÂM

## LỜI ĐẦU

Hôm nay tôi không giảng tiếp bài cũ mà tôi có một buổi nói chuyện riêng. Buổi nói chuyện này là nói rõ "chủ trương và sự ứng dụng tu hành" của Thiện Viện Trúc Lâm, để bổ túc cho cuốn Thiện Tông Việt Nam Cuối Thế Kỷ 20. Buổi nói chuyện này có mấy vấn đề then chốt, tôi nêu lên cho tất cả chú ý nhớ.

Vấn đề thứ nhất: Lý do gì tôi chủ trương khôi phục Thiện Tông Việt Nam?

Vấn đề thứ hai: Về chỗ nhắm của tôi đối với Phật Tổ như thế nào?

Vấn đề thứ ba: Đường lối tu tại Thiện Viện Trúc Lâm hiện nay và mai sau như thế nào?

Vấn đề thứ tư: Ứng dụng sự tu hành vào cuộc sống hiện tại như thế nào?

Vấn đề thứ năm: Kết quả của sự tu hành.

Năm mục này rất là cần thiết đối với Tăng Ni ở đây, cũng như đối với tất cả Phật tử có tâm quyết chí tu hành, phải nắm cho vững điều này mới được.



# LÝ DO TÔI CHỦ TRƯỞNG KHÔI PHỤC THIỀN TÔNG VIỆT NAM

Nói về điều này, tôi dẫn xa một chút. Tức là nói về lý do tại sao tôi chủ trương khôi phục Thiền tông Việt Nam. Đó là cái then chốt để rồi chúng ta cố gắng, nỗ lực tu trong các Thiền viện. Sở dĩ tôi chủ trương khôi phục Thiền tông Việt Nam là vì tôi thấy Phật giáo Việt Nam từ thế kỷ 19 đến thế kỷ 20 này có sự thoái hóa đáng buồn. Do đó mà tôi chủ trương phải khôi phục Thiền tông Việt Nam đời Lý, đời Trần. Tức là đời sáng rực của Phật giáo Việt Nam cho mọi người thấy và khích lệ mọi người ứng dụng tu hành. Sự thoái hóa đó như thế nào? Thì đây, tôi kể có những điểm:

Điểm 1: Sự thoái hóa đó là do Phật giáo Việt Nam từ thế kỷ 19 cho đến nay, lấy hai thời khóa tụng làm công phu tu hành của các chùa hay là của tất cả Tăng Ni. Đó là một bước thoái hóa đáng buồn.

Tại sao lấy hai thời khóa tụng tu mà lại là thoái hóa? Bởi vì hai thời khóa tụng ra đời là do đời nhà Thanh ở Trung Hoa. Vua Thánh Tổ nhà Thanh tức là ông vua thứ hai ở nhà Thanh. Quý vị biết, nhà Thanh là một giống dân ở gần Tây Tạng, chịu ảnh hưởng về Mật tông rất đậm. Cho nên khi họ làm chủ được đất nước Trung Quốc rồi, họ có một cái nhìn, họ quý trọng Phật giáo như quý trọng theo đường lối của Mật tông. Chớ họ không có nhìn theo Phật giáo của đời Đường, đời Tống. Họ muốn chuyển Phật giáo ra thành một hệ thống tu về Mật tông cho nên vua Thánh Tổ Nhà Thanh hiệu là Khang Hy (1662-1723). Nhà vua muốn gây dựng nền tảng Phật giáo theo lối tu Mật tức là Mật tông, cho nên mới mời Quốc sư Ngọc Lâm Thông Tú. Quốc sư Ngọc Lâm Thông Tú (ngài sinh 1614 tịch 1675) và chức vị cao Tăng về triều đình rồi thể theo ý muốn của triều đình mà soạn hai thời khóa tụng, bắt buộc Tăng Ni toàn cõi Trung Quốc phải ứng dụng hai thời khóa tụng đó.

Như vậy hai thời khóa tụng ra đời vào cuối thế kỷ 17 ở Trung Hoa, đời nhà Thanh. Như vậy thì đất nước Trung Hoa chịu ảnh hưởng của các vua nhà Thanh là

những giống dân ở miền Bắc, gần Tây Tạng, người ta thâm trúng về Mật tông cho nên muốn đem tinh thần Mật tông truyền bá. Mà muốn truyền bá Mật tông thịnh thì Thiền tông phải lui, chớ không thể nào khác hơn được. Do đó khi toàn quốc ở Trung Hoa, mỗi chùa tất cả Tăng Ni đều lấy hai thời khóa tụng làm nghi thức tu hành, thì tự nhiên thâm nhận mình là Mật tông.

Tôi dẫn cho quý vị thấy trong hai thời khóa tụng. Đầu hôm tụng kinh gì? Tức là tụng kinh Di Đà. Sau khi tụng Di Đà rồi gì nữa? Rồi niệm Phật, tụng chú vãng sanh, phải không? Rồi buổi khuya tụng cái gì? Thần chú Lăng Nghiêm hoặc Đại Bi thập chú. Như vậy trọn một buổi khuya toàn là thần chú. Thần chú là Mật tông hay Thiền tông?

Đầu hôm tụng kinh Di Đà. Nếu có đám cầu siêu, cầu an, trước khi tụng kinh Di Đà, tụng cái gì? Chú Đại Bi. Như vậy đó, quý vị thấy hai thời tu của Tăng Ni mà đầu hôm nếu tụng kinh bình thường, tức tụng Di Đà. Sau niệm Phật. Cuối tụng chú vãng sanh. Còn nếu có đám thì trước tụng chú Đại Bi rồi tụng kinh Di Đà, cuối cùng tụng chú vãng sanh. Như vậy thời đầu hôm đã chiếm hết bao nhiêu phần về Mật? Còn buổi khuya thì hoàn toàn là Mật, không có một chút gì là Thiền hay giáo lý hết. Toàn là Mật. Bởi vậy hai thời khóa tụng, chúng ta có thể nói đó là Tịnh Mật đồng tu. Tịnh là Tịnh độ, tức là dùng niệm Phật hay tụng kinh Di Đà để khuyến khích niệm Phật. Cộng với Mật Tông, mà Mật Tông chiếm ưu, tức là chiếm hai phần ba. Như vậy thì rõ ràng hai thời khóa tụng ứng dụng tu, dù muốn dù không chúng ta cũng đi thẳng vào quỹ đạo của Mật Tông, phải không? Chúng ta đi vào đó từ hồi nào không hay. Hỏi mình tu cái gì, mình không biết. Hai thời khóa tụng, mà hỏi mình đang tu về tông phái nào, hoàn toàn không ai biết hết. Cứ tối tụng kinh Di Đà, khuya tụng chú vậy thôi, chứ không biết mình đang tu theo tông phái nào. Cho nên có nhiều người nghiên cứu về Phật giáo, họ ở xa đến hỏi: "Tăng Ni Việt Nam hiện giờ tu theo tông phái nào?" Quý vị nghĩ tu theo tông phái nào? Đa số thấy mình niệm Phật, nói tôi tu theo Tịnh Độ. Mà tu Tịnh Độ thật ra có một phần ba thôi. Còn hai phần ba là thần chú, là Mật. Như vậy thì ở Trung Hoa dưới sự cai trị của đời Thanh, người ta bắt làm cái gì, mình phải theo. Cái đó là

người dân trong nước. Còn ở Việt Nam mình không có bị trị, mà không biết tại sao cũng chạy theo, rồi mình làm giống hệt ở bên. Đó là một cái điều thật là đáng thương cho mình.

Như vậy cuối thế kỷ thứ 19 vẫn còn có một, hai thiền sư. Thí dụ như Thiền sư Minh Chánh. Hay ở ngoài Trung, Ngài Liễu Quán chẳng hạn. Nhưng mà sau đó rồi khi ứng dụng nhị thời khóa tụng vào nếp tu của Tăng Ni, thì từ đó không còn ai biết Thiền là gì nữa. Chỉ lấy hai thời khóa tụng làm chuyên môn tu hành. Mà chỗ này tôi chỉ quý vị thấy, cái đau đớn của mình là khi tụng hai thời khóa tụng, thì người nào cạo tóc vô chùa tu thì được các thầy lớn dạy rằng: "Ai ở chùa mà tụng được hai thời khóa đủ, thì đủ đền ơn cho đàn na thí chủ". Phải không? Hay nói một cách khác là đủ trả nợ áo cơm. Nghĩa là tụng hai thời đủ trả nợ áo cơm. Như vậy tu khỏe quá! Tôi tụng kinh nếu bữa nào quý thầy đánh mõ chậm chậm thì được một giờ. Còn nếu đánh mõ nhanh thì 45 phút, phải không? Khuya nếu siêng thì tụng thần chú Lăng Nghiêm, còn lười thì tụng Đại Bi Thập chú đủ rồi. Như vậy đủ trả nợ áo cơm, còn dư bao nhiêu chơi, phải không? Muốn làm gì làm tự do. Như vậy đó, đời tu quá hời hợt. Cho nên tụng một thời kinh, thí dụ tối tụng Tịnh độ rồi xuống giải y. lau mặt lau mày xong xuôi rồi, vô làm cái gì nữa, theo hiện tại? Mở Ti Vi xem, xem cho tới khuya, tắt rồi ngủ. Khuya thức dậy tụng một thời nữa, còn nếu hơi nhọc nhọc vì thức khuya coi Ti Vi, thôi thì mở máy cho tụng cũng được. Như vậy mình cũng đủ. Ngay chùa có chuông có mõ cũng đủ rồi. Như vậy cái tu của mình riết rồi không biết tu làm sao. Chỉ còn cái hình thức tu, chớ tâm niệm không còn gì nữa hết. Đó là một cái rất là đáng buồn.

Tôi khi vào chùa cũng bị dạy như vậy. Nghĩa là nếu thuộc hai thời công phu rồi mỗi ngày đêm tụng đủ hai thời đó là đủ đền ơn đàn na thí chủ. Không còn gì phải lo nữa hết. Thấy khỏe quá! Mình tu đâu có gì nhiều. Thành ra không bao giờ mình có cái thao thức làm sao cho mình được giác ngộ, làm sao cho mình được giải thoát. Không bao giờ mình nghĩ cái đó. Cứ tụng hai thời là đủ bốn phần rồi. Bốn phần thấy tu là có bao nhiêu đó. Còn lâu lâu có chồng thêm chút nữa thì đi cúng đi kính thêm chút Phật sự. Đó là một cái điều rất là buồn. Nhưng mà quý vị

thấy, đã đặt hai thời khóa tụng thành một nghi lễ tu của toàn Tăng Ni, rồi các Ngài biến chế thêm có âm nhạc vào đó. Cho nên nào mõ, nào trống, nào kèn, riết rồi tùm lum hết. Mình đọc sách Phật, kinh Phật thấy Phật dạy hết sức là rõ ràng. Người xuất gia sau khi đi khát thực về thì phải vào trong rừng tọa thiền hoặc ở chỗ vắng vẻ tọa thiền. Chớ không bao giờ dạy mình ở chỗ ồn náo.

Bây giờ vô chùa tu, tới giờ tụng kinh có đủ hết. Ôn thôi là ồn, ồn náo. Cho tới đi niệm Phật, vừa đi vừa niệm. Tôi nhớ những năm tôi ở chùa Phật Quang, có một số chú chóp, đi mất cú ngó trên trời đánh keng keng, vừa đi vừa niệm. Niệm một cách kêu bằng cho qua hết buổi, hết giờ vậy thôi. Nhìn thấy như vậy rồi mình hiểu nghĩa tu ra làm sao? Tu là hê ha như vậy để cho hết giờ, hết ngày, hay là tu có cái gì chí quyết. Có cái nghị lực nào để giải thoát sanh tử, chớ chẳng lẽ tu mà hê ha như vậy. Bây giờ nếu quý vị đi tới chùa, có mấy chú điệu nhỏ nhỏ đó, nhìn thấy họ đi tụng kinh thấy tức cười liền. Như vậy mà nó là một cái nề nếp cả hơn thế kỷ nay, mà có ai dám sửa đâu. Hề sửa là có tội. Vì đó là mình không tuân theo các vị Tổ.

Bởi vậy tôi thấy chính khi chúng ta ứng dụng hai thời khóa tụng, làm một công phu tu hành cho Tăng Ni, thì Phật giáo đi xuống không thể tưởng tượng. Chính đời nhà Thanh là đời Phật giáo Trung Quốc bị thoái hóa một cách rất là đáng thương. Rồi chúng ta lại theo đà đó, để rồi mình chịu thoái hóa luôn. Đó là một cái thật là buồn. Như vậy cái lý do thứ nhất mà từ thế kỷ thứ 19 đến nay, Phật giáo Việt Nam bị thoái hóa, là lấy hai thời khóa tụng làm công phu tu hành của Tăng Ni. Đó là cái điểm thứ nhất.

Điểm 2: Tăng Ni chúng ta sau này đa số là lấy sự đi cúng đám gọi là Phật sự. Phật sự là đi cúng, phải không? Nếu một Phật tử nào, gia đình cha mẹ qua đời thì Tăng Ni tới tụng cúng xong rồi về, đó là làm Phật sự rồi đó. Phật sự của mình là cái việc đó. Như vậy tu là lấy hình thức hai thời khóa tụng. Phật sự thì lấy việc cúng đám làm Phật sự. Quý vị thấy như vậy có đau không? Nếu đạo Phật như vậy thì còn gì là tinh ba của đạo Phật nữa. Mà hiện giờ chúng ta đang ở trong cái quỹ đạo đó. Ai cũng như vậy hết, phải không? Tương đối ở đây mình hơi cải cách một

chút, chớ còn chùa nào thì cũng phải đi đám, phải đi cúng. Nếu không đi đám, đi cúng thì không có gạo ăn. Cho nên rồi lấy cái đó làm Phật sự, mà cũng lấy cái đó làm kế sinh nhai cho mình. Cho nên gần đây tôi được nghe một số người họ nói: "Mấy vị đầu trục đó, là làm cái nghề thầy tu". Làm cái nghề thầy tu nghĩa là sao? Là chúng ta mượn cái hình thức này để đi cúng, đi tụng, để lấy tiền, lấy phương tiện làm sự sống. Chớ không có phải là cao siêu, không phải là quý báu gì hết. Chúng ta vì sự sống mà làm thầy tu, chớ không phải vì cái giải thoát, vì giác ngộ. Đó là một cái rất đau lòng cho giới tu sĩ của mình.

Đó là điều thứ hai mà tôi thấy chúng ta đang mắc phải. Bởi vậy riết rồi quá thực tế, một số quý thầy khi mời đi cúng có giá biểu đằng hoàng, phải không? Nếu đi mười thầy phải bao nhiêu tiền. Đi năm thầy phải bao nhiêu tiền. Tụng một thời bao nhiêu tiền. Tụng hai thời bao nhiêu tiền. Như vậy thì đúng là nghề thầy tu, phải không? Không nghi ngờ gì nữa hết. Đó, như vậy để thấy cái thoái lui của giới tu sĩ mình. Rất là đáng buồn.

Điểm ba: Rồi tới một điểm nữa là điểm thứ ba. Từ thế kỷ thứ 19 mãi tới ngày nay, đa số tu sĩ của mình đi tu, có những người do thất chí hoặc là thất tình, phải không? Không thất chí thì thất tình. Hoặc là những người chán đời, bị người ta hắt hủi quá rồi chán. Hoặc là bị nghèo khổ. Hoặc là bệnh hoạn. Cho nên vào chùa ẩn dương nương Phật cho qua ngày. Đó là một điều mà quý vị nếu chúng ta coi lại những tuồng hát cải lương trước kia. Hay là những cuốn tiểu thuyết, mà diễn tả những người tu, hầu hết đều như vậy. Vậy thì đạo Phật giá trị như thế nào mà người tu sĩ lại có những cái nhìn, có những lập trường quá yếu ớt như vậy?

Nếu người tu sĩ do thất chí, thất tình, chán đời, nghèo khổ, bệnh hoạn mà đến chùa tu đó, thì thật ra đạo Phật không còn giá trị gì nữa hết. Chỉ là một cái chỗ dung thân cho một số người không có phương tiện sống. Hay một số người bi quan chán đời, chớ không phải là chỗ tu để cứu độ chúng sinh.

Đó là những lý do mà tôi nhìn thấy như vậy. Khi nhìn thấy như vậy rồi, tôi nghĩ rằng, nếu muốn cho Phật giáo Việt Nam có một sức sống mạnh mẽ hơn, cao siêu hơn, quý báu hơn thì chúng ta phải làm sao gây dựng cho người tu sĩ cũng như

người cư sĩ thấy được cái giá trị Phật giáo là cao siêu, là quý báu. Cho nên tôi mới cố tình khôi phục Phật giáo đời Lý đời Trần, mà nhất là đời Trần. Trọng tâm chúng ta nhìn là nhìn thẳng vào đời Trần. Tại sao vậy? Bởi vì quý vị thấy, ở Ấn Độ một ông Hoàng Thái Tử, vì nhìn thấy cuộc đời sinh, lão, bệnh, tử là nghiệp dĩ của chúng sinh, không ai thoát được. Không ai giải thoát nổi cái sinh, lão, bệnh, tử đó. Đó là một cái mà mọi người đều đầu hàng, thì chính Ngài, Ngài không chấp nhận sự đầu hàng đó. Mà quyết tâm đi tìm một con đường, tìm ra một hướng để giải thoát được cái sinh, già, bệnh, chết đó, để cứu độ tất cả chúng sinh không còn bị liên miên đi trong luân hồi sinh tử.

Đó là một ý chí siêu phàm, Ngài xem thường cung vàng điện ngọc. Tất cả những phú quý, những sung sướng của thế gian như là trò chơi. Ngài đều từ bỏ để đi tìm ra đạo. Đạo Ngài tìm ra là cốt làm sao cứu thoát cho chúng sinh khỏi cái sinh, già, bệnh, chết đó. Bởi vậy bài kệ mà tôi thấy trong kinh A Hàm, bài kệ đó đức Phật nói, khi mới sinh ra Ngài chỉ trời chỉ đất nói làm sao? Cái câu:

Thiên thượng thiên hạ,

Duy ngã độc tôn.

Nhất thiết thế gian,

Sinh lão bệnh tử.

Chính cái bài kệ này, khi xưa tôi đi giảng, bị một ông bác sĩ hỏi tôi, tôi điếng vía, đầu hàng. Ông hỏi: "Thưa thầy, thường thường trong kinh Phật nói kệ là bốn câu, tại sao khi Thái tử ra đời, chỉ trời chỉ đất nói có hai câu hà? Thiên thượng thiên hạ, là một câu. Duy ngã độc tôn là câu thứ hai. Có hai câu hà. Còn hai câu nữa, thưa thầy ở đâu?"

Quý vị thấy ở đâu không? Lúc trước thì chúng ta cũng quen giảng theo giáo lý Đại Thừa, thấy có hai câu thì nói hai câu, đâu có ngờ còn hai câu nữa mà tìm không ra. Tôi phải thú tội là tôi chưa thấy hai câu sau, thôi để về tôi nghiên cứu lại. Chớ thật là mình thuộc có hai câu đầu thôi. Nhưng mà sau này khi nghiên cứu trong kinh A Hàm thấy rõ ràng là bốn câu. Hai câu sau tức là:

Nhất thiết thế gian,

Sinh lão bệnh tử.

Nghĩa là sao? Trên trời dưới trời chỉ có ta là hơn hết. Tại sao hơn hết? Vì tất cả thế gian ta là người thoát khỏi sinh, già, bệnh, chết. Khỏi tất cả sinh, già, bệnh, chết. Cái đó là cái cao siêu nhất. Chớ không phải cái bản ngã là cao siêu. Thoát được sinh tử, cái đó là cao siêu. Đó là nhìn theo con mắt Phật giáo nguyên thủy. Nhưng mà các Ông Tổ Việt Nam mình cũng như Trung Hoa dùng có hai câu đầu thôi.

Thiên thượng thiên hạ,

Duy ngã độc tôn.

Bởi vậy mới nói "Duy ngã độc tôn" chỉ có ta là trên hết. Có người họ đặt câu hỏi lại: "Tại sao đức Phật Ngài chủ trương thuyết này là vô ngã?" Phải không?

Chủ trương đạo Phật là vô ngã mà Ngài lại vỗ ngực xưng ta là hơn hết. Như vậy có mâu thuẫn không? Đó là một điều hết sức là mâu thuẫn. Nhưng trong giáo lý Đại thừa thì giảng khác. Vì khi đó họ hỏi, tôi dẫn trong kinh Kim Cang tôi chỉ cho họ thấy. Vì trong kinh Kim Cang có bài kệ. Bài kệ để nói về cái ngã đó:

"Nhược dĩ sắc kiến ngã,

Dĩ âm thanh cầu ngã

Thị nhân hành tà đạo,

Bất năng kiến Như Lai."

Tức là nếu dùng sắc tướng mà thấy ta, dùng âm thanh mà tìm ta thì đó là hành đạo tà, không thể thấy Như Lai. Như vậy chữ "Ngã" bên Đại thừa, nhìn ngã là chỉ cho Pháp thân. Pháp thân là cái ngã tuyệt đối. Không còn cái gì bì kịp. Cho nên trên trời dưới trời chỉ có cái ngã đó là hơn hết. Vì vậy các Ngài bên đây thấy câu đó đủ rồi, không thêm hai câu sau. Dùng pháp thân là cái bất sinh bất diệt, là trên tất cả, nên các Ngài bỏ hai câu sau đi. Hiểu như vậy thì quý vị mới biết tại sao mà các kinh điển Phật, các Tổ có khi nói đủ bốn câu, khi lại nói hai câu.

Như vậy muốn nhắc lại rằng chủ trương của đạo Phật là chủ trương giải thoát sinh tử. Giải thoát sinh tử cái đó mới là cái cao siêu tuyệt vời. Mà muốn giải thoát sinh tử hoặc là mình chứng Niết bàn không còn bị sinh tử nữa. Hoặc là mình



ngộ được Pháp thân, là cái bất sanh bất diệt, là hết sinh tử. Cho nên bên hệ Nguyên Thủy lấy Niết bàn là chỗ hết sinh tử. Còn bên Phật giáo phát triển lấy ngộ Pháp thân là chỗ không còn sinh tử, không bị sinh tử.

Như vậy nói tới đạo Phật là nói cái siêu thoát vượt ra ngoài tất cả sinh tử khổ đau trong vòng trần tục này. Còn ở trong vòng trần tục, dù sang cả đến đâu cũng là đau khổ. Dù cho có địa vị cao siêu như là vua chúa cũng vẫn ở trong sinh tử, là đau khổ. Vì vậy chỉ thoát khỏi sinh tử mới là hết đau khổ. Vì vậy Thái tử, Ngài bỏ ngôi để đi tu. Đi tu như vậy để thấy rõ rằng tu để được giác ngộ thoát ly sinh tử. Nó cao siêu hơn tất cả cái gì thế gian có. Dù quý như ngôi vua, sang trọng như ông vua cũng không bì được cái cao siêu đó. Như vậy mới thấy được giá trị của đạo Phật là phi thường hay là siêu xuất thế gian. Đó là chỗ mà đức Phật Ngài nhắm, Ngài đạt đến. Bây giờ nếu Phật giáo Việt Nam chúng ta làm công việc ở trong sanh tử để rồi được sống an ổn, sung túc mà gọi đó là tu, là mục đích của mình tu, thì đâu có thể nào đúng với mục tiêu đức Phật đã dạy.

Cho nên tôi nhìn kỹ Phật giáo Việt Nam chỉ có đời Trần là xứng đáng để cho chúng ta đề cao, để cho chúng ta học hỏi. Bởi vì đời Trần, chính vua Trần Nhân Tông khi còn là Thái tử, Ngài đã trốn đi một lần rồi bị cha bắt về. Sau khi làm xong bốn phận một ông vua đối với dân, với nước. Rồi Ngài giao ngai vàng lại cho con (tức là nhường ngôi), rồi ngài đi tu. Vậy thì ngai vàng đối với Ngài hay là tất cả sự sang cả ở trong triều đình, Ngài thấy không có giá trị gì. Chỉ có giải thoát, sinh tử mới là cái cao siêu, mới là cái giá trị trên hết. Cho nên các Ngài mới xem ngai vàng như dế rách. Xứng đáng với cái ý nghĩa mà trước kia ở Ấn Độ, một vị Thái tử bỏ ngôi đi tu. Thì ở Việt Nam, một ông cũng bỏ ngôi đi tu. Nó là một cái tinh thần siêu thoát, như vậy đáng cho chúng ta học hỏi. Vậy thì ngôi vua mà ngài coi không ra gì, huống nữa là danh lợi thế gian tầm thường. Giàu có, sang trọng, quyền quý đối với Ngài là thường, có nghĩa gì đâu. Do đó người đi tu là mang một ý chí siêu phàm, quyết tâm làm một việc mà thế gian ít có người làm được. Đó là giá trị của tăng bảo. Chớ còn nếu tu mà để có một nghề sống được an ổn thì đó là một hình thức của kẻ lợi dụng Phật pháp, chớ không phải là người tu.

Nói thẳng là như vậy. Vậy thì chủ trương của tôi, quý vị mới thấy muốn nâng giá trị tăng lên đúng ý nghĩa siêu thoát của mình mà tôi phải khơi dậy Phật giáo đời Trần. Để cho tất cả chúng ta nhắm tới để bắt chước, để tu theo. Đừng bị tất cả danh lợi tạm bợ của thế gian dụ dỗ, rù quên mình. Minh tu là làm một việc gì cao siêu, vượt ngoài tất cả các tầm thường đó. Chớ không phải là chuyện rất là tầm thường mà thế gian đang ham mê, đang đeo đuổi. Đó là lý do tại sao tôi chủ trương khôi phục Thiền tông đời trần.

Bây giờ nói tới chủ trương của tôi. Minh tu Phật thì mình phải làm gì trước? Tôi chủ trương minh tu Phật thì trước hết là phải tìm hiểu được lý do gì mà Thái tử đi tu? Ngài chứng đạo là chứng cái gì? Và dạy đệ tử, dạy thế nào? Chúng ta phải nắm cứng cái đó thì chúng ta mới có chỗ nhắm. Mục tiêu để mình hướng thẳng vào đó mà đi theo. Chớ minh tu Phật mà không biết ông Phật tại sao đi tu. Không biết ông chứng được cái gì. Rồi không biết ông dạy thế nào. Thì chuyện đi tu của mình không còn ý nghĩa nữa.

Như vậy trước hết chúng ta phải hiểu đức Phật. Câu chuyện trong sử kể hết sức là đơn giản. Là Ngài Thái tử đi dạo bốn cửa thành thấy cảnh sinh, già, bệnh, chết. Rồi Ngài thức tỉnh, quyết chí đi tu. Đó là lý do.

Nhưng nếu mình nói rằng thấy cảnh sinh, già, bệnh, chết Ngài đi tu, thì người ta đặt câu hỏi lại. Như vậy thấy sinh, già, bệnh, chết thì bây giờ chúng ta có thấy không. Quý vị có thấy sinh, già, bệnh, chết không? Thấy chừng bao nhiêu lần? Chắc chúng ta thấy nhan nhản hàng ngày. Cái hiện tượng sinh, già, bệnh, chết có trước mắt chúng ta nhan nhản, mà sao chúng ta chưa chịu đi tu? Mà Ngài thấy có một lần là Ngài đi tu. Như vậy cái đi tu của Ngài là để làm gì? Đó là lý do chúng ta phải đi sâu vào trong đó.

Bởi vì với con mắt Ngài, thấy người sinh ra, người già v.v... (nói người sinh ra thì hơi xa, không có thiết thực). Mà tôi thấy trong sử kể đoạn Ngài đi coi dân chúng hạ điền, làm lễ hạ điền với vua cha. Khi đi coi Ngài thấy người dân đánh trâu cày, luống cày lên rồi có những con trùng, con dế. Rồi thấy có bầy chim sáo, chim cườm đáp xuống, mổ trùng dế ăn. Trên bầu trời có những con chim cất bay

lượn, rình rình coi chim cường, chim sáo nào vô ý, nó chụp, nó xé phải không? Chịu bao nhiêu hiện tượng đó để diễn tả sanh là khổ.

Thật ra, nếu chúng ta chịu khó nhìn. Tôi nhớ năm tôi còn ở Chơn Không, ở trên thất, chung quanh là cây cối rậm rạp. Tôi ngồi trên tảng đá, nhìn thấy con chim sâu, nó nhảy từ nhánh này qua nhánh kia kiếm mồi. Bất thần nó gặp con sâu, con sâu không có lông xanh xanh. Nó mổ một cái quật qua quật lại hai ba cái, con sâu chết, nó nuốt ột, nó chạy đi tìm một cái nữa. Như vậy một ngày nó nuốt chừng bao nhiêu con sâu đủ cho nó sống? Chắc tối thiểu cũng một chục con, phải không? Mà con sâu khi bị nó gặp vô thì run run. Nhìn thấy con sâu run run, nó đập qua đập lại hai ba cái cho chết, rồi nó nuốt. Mình nghĩ một ngày nó giết mười con sâu để nó sống là mười cái đau khổ, phải không? Mười cái đau khổ của chúng sinh của mười chúng sinh. Mình thấy như vậy mình cảm thấy như con chim sâu tàn nhẫn quá. Nhưng mà nhớ lại, nếu chúng ta ở quê, những năm về xưa đi tát đĩa hay là xả đập, đi bắt cá thì có cả giỏ này qua giỏ kia. Đem lên rồi bỏ vô trong lu, trong hủ rộng. Rồi bữa nào ăn thì sao? Lôi ra, rồi cầm cây đập. Đập đầu nó, nó run run. Vậy mà hài lòng lắm, đập con này rồi đập con kia. Như vậy một ngày mình đập bao nhiêu con đủ cho một nhà ăn? Một con chết là một cái đau khổ vô cùng cho nó, mà mình cứ đập đều đều vậy. Có những người còn tàn nhẫn hơn nữa, kiếm cái cây thật nhọn về, bắt con cá xâu vô nó run run vậy đó rồi đem nướng.

Như vậy kiểm điểm lại cuộc sống của chúng ta, một ngày chừng bao nhiêu chúng sinh đau khổ cho chúng ta? Nhìn lại, thấy rõ ràng chúng ta sống trong cái khổ đau của những chúng sinh khác, chứ không có trong cái an lành chút nào hết. Chúng ta được an lành là bao nhiêu chúng sinh khác phải khổ đau. Như vậy cuộc sống là khổ hay là vui? Từ thuở bé tới già mình tích lũy bao nhiêu cái khổ đau? Cộng lại chừng bao nhiêu? Chắc là cái kho cất khoảng chục căn cũng đầy nữa, phải không? Cái đau khổ của chúng sinh qua sự sống của mình đó nếu mà dồn lại cái kho mười căn cũng đầy nữa. Cái khổ có đầy cả mười căn, chừng mình nhắm mắt thì cái khổ đó làm sao? Nó chập trên đầu mình, nó lôi mình đi, phải không? Rồi mình sẽ khổ hay sẽ vui? Đó là tôi nói để quý vị thấy cái cuộc sống của con

người là sống bằng cái đau khổ của những chúng sinh khác, chứ không phải sống trong cái an lành cho mình cho người. Đó là cái phần sinh. Rồi già khổ, bệnh khổ, chết khổ. Cái đó là cụ thể không nghi ngờ được. Như vậy thì đức Phật theo trong sử nói, khi Ngài thấy người già thì Ngài liền nghĩ sao? Ngài thấy người già thì biết ta cũng sẽ già. Cho nên thấy người già Ngài không dám khinh, không dám cười, mà biết mai kia ta cũng như vậy.

Rồi thấy người bệnh, biết ta cũng sẽ bệnh. Rất là thương người bệnh.

Thấy người chết, biết mình cũng sẽ chết, không thoát khỏi.

Qua thấy hiện tượng đó thì biết mình đều phải như vậy hết. Cho nên không còn lòng dạ nào ở đó thụ hưởng cái sung sướng, cái giàu sang, mà quyết tìm những phương pháp nào để thoát khỏi những đau khổ mà Ngài đã chứng kiến. Đau khổ đó là đau khổ của sinh, già, bệnh, chết. Như vậy lý do Ngài đi tu, chúng ta thấy hết sức là rõ ràng. Bởi vì muốn thoát khỏi sinh, già, bệnh, chết. Tức là thoát khỏi cái vòng sanh tử luân hồi. Do đó Ngài quyết tâm đi tu.

Từ chỗ đó mà sau khi đi tu rồi, quý vị thấy trong sử kể, Ngài đi tới học với các ông tiên, dạy tu thiền định. Ông thì dạy Ngài tu chứng được Tứ thiền. Ông thì dạy Ngài tu chứng được Phi Phi Tướng Thiên. Nhưng Ngài thấy chưa giải quyết được vấn đề Ngài thắc mắc. Bởi vậy Ngài không thể chấp nhận ở mãi chỗ đó. Mà Ngài phải đi tìm, đi chỗ nào để tu, mà (để) giải quyết thắc mắc của Ngài. Đó là điều hết sức rõ ràng.

Vì vậy mà Ngài đi tìm, mà trước khi đi tìm, Ngài thấy thời đó ở Ấn Độ người ta tu khổ hạnh. Nhiều người khổ hạnh tuyệt vời. Nghĩa là cái khổ hạnh coi như mình khó làm được, thì Ngài cũng phải thực hành mọi khổ hạnh đó, để thử coi có thể tìm ra được manh mối thoát khỏi luân hồi hay không. Nhưng cuối cùng cũng không được. Vì vậy Ngài mới trở lại ăn uống. Ngài ngồi dưới cội Bồ Đề, rồi khi ngồi dưới cội Bồ đề, lúc đó Ngài liền được giác ngộ. Trong cái giác ngộ của Ngài, tôi chỉ nói đơn giản là tam minh thôi.

Quý vị thấy, đầu hôm Ngài chứng được Túc Mạng Minh. Đến khuya Ngài chứng được Thiên Nhân Minh, rồi tới gần sáng Ngài chứng được Lưu Tận Minh. Chỉ có ba cái minh đó là đủ để nói lên cái khao khát tìm kiếm của Ngài.

Bởi vì Ngài thấy rằng, người ta tại sao sinh ra, để rồi già, rồi bệnh, rồi chết. Như vậy mới có trong đời này, hay đã có từ bao lâu rồi? Cái thắc mắc đó, đêm thứ 49 đầu hôm, chứng được Túc Mạng Minh thì Ngài nhớ lại tất cả đời trước từ vô số kiếp, như chuyện mới xảy ra hôm qua. Hôm qua mình làm cái gì, hôm nay nhớ lại rõ ràng. Cũng như vậy vô số kiếp đời trước, Ngài chứng được Túc Mạng Minh rồi Ngài nhớ lại không còn ngờ vực gì hết. Như vậy chứng được Túc Mạng Minh, Ngài giải quyết được kiếp người không phải chỉ mới có lần này, mà đã có vô số kiếp rồi. Rồi theo nghiệp tuần hoàn luân chuyển cho tới đời này, chớ không phải mới có ngang đây. Đó là sau khi chứng được Túc Mạng Minh.

Rồi đến canh ba Ngài chứng được Thiên Nhân Minh. Thiên Nhân Minh trong kinh cũng gọi là sinh tử trí. Tức là cái trí thấy được sự sinh tử của con người. Khi chứng được Thiên Nhân Minh rồi, trong kinh diễn tả Ngài nói rằng: "Ta như người đứng trên lầu cao nhìn xuống ngã tư đường, thấy người qua lại, thấy người đi đường bên này, người đi đường bên kia, kẻ đi hướng Nam, người đi hướng Bắc. Thấy rõ ràng."

Cũng như vậy sau khi chứng được Thiên Nhân Minh, Ngài biết chúng sinh sau khi chết đây, sanh nơi kia, tùy theo nghiệp dẫn. Dẫn sanh cõi lành, dẫn sanh cõi dữ, dẫn sanh nơi nào thấy rõ ràng, không còn nghi ngờ gì nữa hết. Như vậy nhờ chứng được Thiên Nhân Minh, Ngài mới biết rõ con người sau khi chết không phải là hết, phải không? Sau khi chết, rồi theo nghiệp, hoặc đi sanh cõi lành, hoặc đi sanh cõi dữ trong lục đạo luân hồi, không phải là chấm dứt.

Như vậy Ngài giải quyết được hai nghi vấn. Nghi vấn trước thân này, chúng ta có cái gì về trước hay không? Và cái nghi vấn thứ hai là sau khi chết, chúng ta còn hay mất. Ngài thấy tường tận hết. Đó là hai vấn đề đối với kiếp người trước và sau.

Rồi cuối cùng đến canh năm, Ngài chứng được Lưu Tận Minh. Lưu có nghĩa là rơi rớt. Lưu có nghĩa là nhà rách, nhà bị lủng, nước nó chảy, chảy gọi là lưu. Tức là mọi cái rơi rớt lại trong tam giới này không còn nữa thì gọi là Lưu Tận Minh.

Như vậy sau khi chứng được Lưu Tận Minh, Ngài thấy rõ con người tại sao do cái nghiệp gì mà sanh ra đây? Rồi muốn không còn sanh nữa phải làm sao? Tức là lý do gì con người có mặt và muốn hết sinh tử, con người phải làm thế nào? Thì Ngài thấy tường tận điều đó. Bởi thấy tường tận điều đó, cho nên ngay đó Ngài cũng dứt sinh tử.

Tôi nói như vậy là để cho quý vị biết tổng quát, chớ còn trong đó, vì chúng được Lưu Tận Minh là đạt được sở nguyện của Ngài, là ra khỏi sinh tử luân hồi. Bởi ra khỏi sinh tử luân hồi cho nên Ngài thấy được bởi nguyên nhân nào đưa người ta tới sinh tử. Cái nguyên nhân nào đưa người ta thoát ly sinh tử. Ngài thấy rõ ràng không nghi ngờ nữa. Vì vậy mà bài thuyết pháp đầu tiên của Ngài với năm anh em Kiều Trần Như là bài pháp Tứ Đế, phải không? Gọi là Tứ Diệu Đế.

Bài pháp đó có hai cái nhân quả. Hai cặp nhân quả hết sức rõ ràng. Cặp nhân quả thứ nhất là nhân quả của sinh tử. Cặp nhân quả thứ hai là nhân quả của sự giải thoát sinh tử.

Nhân quả của sinh tử thì nhân gì mà có quả khổ? Đó sinh tử là khổ. Dù ở địa vị nào cũng là khổ. Vì vậy cho nên cái khổ đó nó là cái quả. Mà nhân của nó là cái gì? cái khổ quả từ cái tập nhân. Mà tập nhân tức là: Tham, sân, si, mạn, nghi, ác kiến. Từ sáu cái đó làm gốc. Từ tham, sân, si, mạn, nghi, ác kiến là cái nhân để tạo thành cái quả khổ hiện tại. Như vậy Ngài thấy nhân và quả sinh tử một cách rõ ràng.

Rồi bây giờ muốn thoát ly sinh tử thì phải làm sao? Thì Ngài chỉ, muốn thoát ly sinh tử thì phải Diệt. Diệt cái gì? Diệt cái tập nhân, thì phải có phương pháp. Cho nên Diệt Đế là dứt sạch cái sinh tử. Muốn dứt sạch sinh tử thì phải có phương pháp, đó là Đạo Đế.

Đạo Đế là nhân mà Tập (Diệt?) Đế là quả. Từ cái phương pháp tu để dứt tham, sân, si, mạn, nghi, ác kiến đó, phương pháp tu đó mình tu thành công thì cái nhân sanh tử dứt. Nhân sanh tử dứt thì gọi đó là Niết bàn. Hết sanh tử.

Như vậy rõ ràng từ chỗ Ngài băn khoăn, thắc mắc. Tìm phương giải quyết thắc mắc đó, cho nên khi Ngài tu, Ngài chứng được rồi, thì Ngài giải quyết xong cái thắc mắc của Ngài. Mà thắc mắc của Ngài là thắc mắc của nhân loại, phải không? Nhân loại ai là con người có một chút suy tư đều thắc mắc như vậy. Mình có mặt ở đây là một lần hay là đã nhiều lần rồi? Chết rồi mình đi đâu? Còn hay hết? Đó là những cái thắc mắc.

Rồi giả sử mình cao siêu hơn chút nữa, là bây giờ làm sao thoát ly cái sanh tử này. Đó là ba câu hỏi hết sức là quan trọng của con người. Vì vậy mà Ngài tu. Ngài giải quyết được cho Ngài là cũng giải quyết được cho tất cả chúng sinh. Như vậy đường lối tu của Ngài từ chỗ lý do ngài đi tu, rồi tới chỗ chứng đạo, là đạt được sở nguyện, trong khi Ngài phát tâm đi tu. Như vậy thì quý vị mới thấy nó có một sự liên hệ thủy chung. Tức là trước sau nó liên hệ cụ thể, chứ không phải chuyện làm tùy hứng, tùy thời, mà có lý do cụ thể như vậy. Cho nên nên mình biết lý do Phật đi tu rồi. Mình biết lý do chỗ mà Phật đã chứng là chỗ gì. Hai cái đó mình nắm vững rồi.

Bây giờ tới Ngài dạy đệ tử thế nào. Trong thời đức Phật, nếu quý vị đọc kỹ kinh Phật, sẽ thấy tất cả những bài kinh rất quan trọng đó, để cho chúng ta tu. Đó là tôi nói trong 37 phẩm trợ đạo, theo hệ nguyên thủy. Trong 37 phẩm trợ đạo, quý vị còn thuộc không?

Trước hết là Tứ Niệm Xứ, rồi Tứ Chánh Cần, Tứ Như Ý Túc v.v... Ngũ căn, Ngũ Lực, Thất Bồ Đề Phần. Những cái đó nếu quý vị đi sâu vô thì đều là phản quan hết. Là soi sáng lại mình. Tức là nói về Tứ Niệm Xứ: Quán thân bất tịnh, quán thọ thị khổ, quán tâm vô thường, quán pháp vô ngã.

Như vậy là quán ở đâu? Quán ngay lại mình. Như vậy là phản quan lại mình, chứ không có tìm ở đâu. Nghĩa là phải soi lại, tìm để mà phá lần tham, sân, si, mạn, nghi, ác kiến đó, phải không? Tất cả các phương pháp đều quay lại để phá.

Phá tất cả cái chấp đó. Phá được những cái chấp đó rồi mới đi đến chứng quả Tu Đà Hoàn, Tư Đà hàm, A Na Hàm, A La Hán. Tức là hết sinh tử, thì dạy đệ tử tu cũng thoát ly sinh tử, không có chút nghi ngờ gì hết. Đường lối Ngài dạy như vậy. Mà phản quan như vậy tức là tu gì? Là tu thiền, chớ đâu có tu nào khác phải không?

Như vậy Phật ngồi Thiền để thấu suốt được lý do sinh tử và giải thoát sinh tử. Thì dạy đệ tử cũng phải ngồi thiền, để soi xét lại, để rồi dứt cái mầm sinh tử, được thoát ly sinh tử. Trước sau nó đều như nhau, không khác. Mình bây giờ là con cháu Phật thì mình phải tu làm sao? Cái điều đó không phải mình chủ quan, nhưng điều đó là điều không chối cãi được, phải vậy không? Đức Phật đã làm, đệ tử Ngài làm, thì mình bây giờ làm theo là hợp 100 % không có gì là nghi ngờ hết.

Còn bây giờ Phật dạy phản quan mà mình phóng quang. Phóng ra ngoài, như vậy có hợp hay không? Đó là điều tôi muốn nói để cho quý vị hiểu rằng chúng ta phải nhìn như vậy để đối chiếu, để so sánh lại, mới biết việc mình đúng hay không đúng. Chớ còn cứ thấy mình đi vô chùa, thấy mình làm vậy, rồi mình làm vậy. Không cần biết thêm cái gì nữa hết. Như vậy đời của mình tu chỉ là bắt chước người trước mình, chớ không phải là tìm tận cội nguồn cái đạo mình tu. Cho nên chúng ta tu, trước hết chúng ta phải tìm cho ra cái manh mối gì mà đức Phật đi tu? Rồi Ngài đạt được kết quả ra sao? Dem kết quả đó dạy lại đồ đệ như thế nào? Mình phải nắm vững cái đó, rồi chừng mình ứng dụng tu mới không có sợ lệch lạc, không có sợ sai chạy. Chớ còn mình không nắm vững, rồi cứ nghe ai bày cái gì đó, rồi bắt chước tu, rồi cuộc rồi mình tu cái gì chứ chưa hẳn là tu theo đạo Phật. Đó là điều tôi nhắc cho tất cả phải thấy rõ vậy.

Những cái này quý vị đọc lại trong kinh thấy tường tận, cụ thể rõ ràng. Nhưng mà ngoài pháp ba mươi bảy phẩm trợ đạo đó, chúng ta thấy thời đức Phật còn một người đồ đệ lớn là ai? Ngài Ca Diếp, phải không? Ngài Ca Diếp, Ngài hơi phá cái lệ đó. Tức là Ngài vượt ngoài cái phương pháp quán thường đó. Ngài Ca Diếp lại là một người, coi như sau Phật Niết bàn rồi lãnh đạo để mà trùng tụng lại những lời của Phật, kết tập thành kinh, phải không? Chủ tọa vụ đó, (người thứ hai là người trùng tụng lại lời của Phật cho chúng nghe) là Ngài A Nan. Hai vị đó là



hai vị Tổ sau thời đức Phật. Những vị đó truyền bá tiếp nối ở Ấn Độ. Tới vị thứ 28 là vị Tổ sang Trung Hoa, là Tổ Bồ Đề Đạt Ma.

Như vậy chúng ta tìm hiểu ở Phật rồi, chúng ta phải tìm hiểu ở Tổ nữa chứ, phải không? Chứ chẳng lẽ mình biết Phật rồi, Phật tịch thì không còn gì hết. Cái đó mình chưa nắm vững, cho nên tới phần thứ hai chúng ta phải tìm coi Tổ dạy như thế nào.



## VỀ CHỖ NHẢM CỦA TÔI ĐỐI VỚI ĐỐI VỚI PHẬT TỔ NHƯ THẾ NÀO?

Chính trong 33 vị Tổ tôi đã giảng, đã chỉ cho quý vị rồi. Đây tôi chỉ nhắc lại vị Tổ mà tôi chú tâm nhiều nhất là Tổ Bồ Đề Đạt Ma khi sang Trung Hoa.

Đây tôi nói để cho quý vị thấy tinh thần siêu phàm của đạo Phật. Tổ Đạt Ma sang Trung Hoa, Ngài dạy giáo lý một cách bình dị hay là kỳ đặc? Giáo lý của Ngài rất là kỳ đặc. Bởi kỳ đặc cho nên khi Ngài tìm được một người đệ tử cũng phải là kỳ đặc. Chớ còn đệ tử rất dung phạm đó thì không thể nào đảm đang được.

Sang Trung Hoa sau khi gặp vua Lương Võ Đế. Ngài nói chuyện một hồi, thấy ông không thấm nổi cái gì của mình muốn trao truyền cho ông. Thôi Ngài vượt sông đi tuốt về bên Tung Sơn, vào trong chùa Thiếu Lâm, ngồi xây mặt vô vách thôi. Không thềm dạy ai nữa hết. Thà là không dạy, phải không? Ngồi làm thinh, còn hơn là dạy họ làm không được. Cho nên Ngài ngồi đó chờ.

Cho tới khi Ngài Thần Quang tìm tới. Ngài Thần Quang tìm tới với cái Tâm kính trọng, (không phải tự Ngài biết rõ mà kính trọng), mà theo sử nói là Ngài cũng được nghe các vị Long Thần mách bảo, phải không? Cho nên Ngài tin rằng đây là một nhà đặc đạo thật sự, từ Ấn Độ sang. Ngài hết lòng thành kính tới cầu đạo. Bởi hết lòng thành kính cho nên mới thấy Ngài ngồi (đây có thể là ngồi ngoài hành lang, như chùa mình ngồi hành lang đó), ngó mặt vô vách (để cho thiên hạ đến ngó lưng Ngài thôi), không thềm nói cái gì hết. (mà tại sao Ngài lại

cầu kỳ như vậy. Thôi ta vô trong chùa ngồi cho khỏe. Mà nếu ngồi trong chùa có ai tới muốn cầu cái gì thì làm sao Ngài thấy. Cho nên ngồi ngoài hành lang).

Rồi Ngài Thần Quang tới, thấy Ngài ngồi không ngó lại mình thì làm sao thưa hỏi. Thôi chỉ còn cách tỏ ý chí kiên cường của mình đứng ở ngoài tuyết suốt một đêm. Ngài vẫn tĩnh táo, vẫn cương nghị chớ không có chán nản. Suốt đêm như vậy.

Bây giờ đặt câu hỏi lại. Ở đây có ai có cái khả năng, đó không? Có ai chịu không? Đừng nói là tới muốn xin học đạo, mà tới không được tri khách hay không được quý thầy tiếp là buồn rồi. Khinh mình quá mà. Học đạo cái gì? rồi thôi bỏ đi. Còn tới không thêm tiếp, xây mặt vô vách, mà vẫn kiên trì đứng suốt đêm, cho đến tuyết lên đến đầu gối mà vẫn kiên trì đứng như vậy đến sáng. Quý vị thấy nếu là ngồi trong chùa đâu có thấy đứng ở ngoài đó, mà xây mặt ra nói, hỏi, phải không? Nhờ hành lang cho nên ngoái lại nhìn hỏi: Người tới đây cầu cái gì mà khổ hạnh như vậy? Đó là cơ hội được thổ lộ. Dạ! Con tới đây cầu pháp môn cam lồ. Tức là pháp môn giải thoát sinh tử. Cho nên tới xin Ngài dạy con pháp môn đó. Mình thấy như vậy thì thương quá rồi. Được, thôi vô đây mời uống trà cho ấm. Vậy mà còn thêm một tát nữa, nói: Cái pháp môn cam lồ của chư Phật, chư Bồ Tát ngày xưa đã xả biết bao nhiêu thân mạng còn chưa cầu được, người dùng một chút khổ hạnh này mà cầu được sao.

Thấy thật là buồn. Đứng suốt đêm ngoài trời mà còn chê. Thì thôi đi xuống kiếm con dao chặt tay. Chuyện chặt tay có hay không thì không biết. Nhưng khi tôi thấy Ngài tôi không thấy chặt tay. Cái này có thể là một ý nghĩa tượng trưng thôi. Để cho thấy rằng giáo lý mà Ngài muốn dạy đó là chỉ cho người nào quên thân, coi thường chết sống, Ngài mới dạy. Chớ những người nào còn quý thân. Còn quý cuộc sống thì không bao giờ Ngài dạy. Người có khả năng đảm đang được giáo lý này là người phải coi thường sinh tử. Xem nhẹ thân này thì người đó mới có khả năng dạy, có khả năng lãnh hội được.

Như vậy chúng ta mới thấy đức Phật đi tìm đạo tu hành, đem hết thân mạng của mình để liều sinh tử, cầu mới được. Bây giờ Tổ Đạt Ma từ Ấn Độ sang Trung

Hoa cũng tìm người nào dám coi nhẹ sinh tử, thì người đó Ngài mới truyền. Người đó mới có khả năng lãnh thọ. Như vậy mới xứng với pháp của Phật ngày xưa. Trước sau có một cái cụ thể như vậy. Bây giờ Ngài truyền pháp gì cho Ngài Huệ Khả, Ngài Huệ Khả trước là Thần Quang đó. Ngài tu mà tu theo trong kinh. Cho nên ngồi thiền Ngài thấy tâm mình sao loạn tứ tung. Ngồi không yên. Bây giờ được thầy nhận cho làm đệ tử đó là vinh hạnh quá rồi. Cho nên Ngài mới xin: Bạch Hòa Thượng dạy cho con phương pháp an tâm. Cái chuyện đó thì tất cả chúng ta đây cũng hỏi chừng ấy thôi. Bởi vì bao nhiêu loạn tưởng trong khi mình ngồi thiền, mình khổ sở vì nó quá. Bây giờ gặp một vị thầy, một vị minh sư, thì câu hỏi đầu tiên của mình là làm sao an được tâm loạn tưởng đó. Đó là mấu chốt mà người tu nào cũng phải khẻ, phải tháo cho được. Bởi vậy nên đem ra hỏi.

Tổ Đạt Ma từ Ấn Độ sang Trung Hoa đi cả chín năm trời ngoài biển, tới đây người ta hỏi câu chủ yếu đó, Ngài dạy làm sao. Tâm ta rối loạn, không an nhờ dạy phương pháp an tâm. Ngài không dạy gì hết trơn, mà bảo: "Đem tâm ta an cho". Một câu nói hết sức là tầm thường, phải không? Dường như không có giá trị gì hết. Nhưng Ngài Thần Quang Ngài tin lời Tổ không phải là thường, cho nên bảo: "Đem tâm ra ta an cho". Ngài liền xoay lại tìm. Tìm coi tâm lăng xăng của mình. Bình thường ngồi nó lăng xăng đó, bây giờ đâu rồi. Tìm mãi một hồi tìm không ra thì thành thật thưa: "Bạch Hòa Thượng, con tìm tâm không được". Câu nói cũng hết sức là bình dị. Thấy sao nói vậy thôi. Tìm không được. Tổ trả lời một cách nhẹ xiu rằng: "Ta đã an tâm cho ngươi rồi". Nhẹ làm sao, phải không? Như vậy nếu mình nghe nói câu đó, mình sẽ làm sao? Không biết an cách nào hết. Nhưng Ngài Thần Quang vừa nghe vậy thì Ngài tỉnh ngay liền. Ngài biết được con đường vào, con đường an tâm. Tức là ngộ được pháp an tâm.

Như vậy an tâm có pháp không? Chính cái này là cái then chốt mà bây giờ chúng ta phải nắm cho vững để tu. Điều đó tôi tư cách là Giảng sư đi, đừng nói Thiền sư, vì thiền sư không có quyền nói, mà giảng sư mới có quyền nói.

Tâm chúng ta bất an là vì nó đang phóng chạy, đua theo cái này, nắm bắt cái kia. Lăng xăng, lộn xộn suốt ngày. Cho nên ngồi lại nó vẫn cứ chạy. Trong

kinh thường gọi là như khí, như vượn vậy đó. cứ chuyễn nhảy, chuyễn nhảy không an. Cho nên người tu thiền khổ sở vì cái bất an đó. Bây giờ cầu xin phương pháp, Ngài không chỉ phương pháp, Ngài bảo đem tâm ra. Nhưng cái lăng xăng lộn xộn đó, khi mình tìm nó coi nó ở đâu, thì sao? Tìm mất hết trơn. Mất tấm mất dạng, không thấy bóng dáng gì hết. Như vậy quay lại tìm nó không còn bóng dáng, mà không còn bóng dáng thì an hay không? An chưa? Không thấy bóng dáng nó thì lúc đó nó có chạy không? Thì tự nó đã an rồi.

Như vậy thì biết rõ con đường phản quan lại, dừng nó thì nó mất. Bởi vì nó là không thật, mà mình theo nó thì tạo nghiệp, theo nó thì gây nên khổ đau. Bây giờ biết kiềm nó, soi sáng lại nó thì nó liền mất. Soi sáng lại nó, nó mất thì có cái pháp gì? có cái pháp gì để soi sáng không? Chỉ là mình dùng trí tuệ chiếu rọi lại. Chiếu rọi lại thì nó tự tan mất. Đó là an tâm. Như vậy nắm được cái đó rồi thì gọi là Thiền tông. Thiền tông không có pháp cho người. Không có pháp dạy cho người, mà chỉ cho chúng ta phản quan.

Trong kinh Phật dạy chúng ta quán Tứ Niệm Xứ là phải quán thân bất tịnh, quán thọ thì khổ, quán tâm vô thường, quán pháp vô ngã. Chiếu rọi lại mình để thấy bốn cái đó. Ở đây về thiền tông chỉ tắt cả tâm đó, tâm lăng xăng chấp ngã đó nó đang quấy nhiễu, ồn náo. Và chúng ta chiếu rọi lại nó thì nó mất, tức là nó không thật. Như vậy chỉ phản quan nhìn tổng quát là nó đã mất rồi. Thành ra không cần phải đi từng bộ phận, phải không? Cái kia thì đi từng phần để phá cái chấp. Còn cái này đi thẳng vào cái gốc của nó. Là tắt cả những tâm vọng tưởng, cái nào cũng là hư dối không thật. Nhìn tường tận nó thì nó hết. Như vậy đây là phương pháp hết sức là tổng quát. Từ cái tổng quát đó nên người có ý chí thì tu mới được, chớ còn người hơi yếu đuối, họ thấy sao khó quá. Vì vậy mà Ngài mới chọn, phải lựa người mà dạy.

Còn nếu dạy từng phần. Thí dụ: quán thân bất tịnh, quán thấy nhơ nhớp, thì dễ thấy dễ biết, đi từng bước, từng bước. Còn cái này nhìn lại tắt cả tâm niệm mà nó làm rối loạn cho mình đó. Nhìn lại coi nó ra làm sao. Nhìn lại thì nó mất. Như

vậy toàn bộ tham, sân, si theo đó mất hết. Nó không có thứ tự. Như vậy cho nên gọi là đốn giáo, hay là đốn ngộ, là chỗ đó.

Như vậy chúng ta mới thấy Tổ Đạt Ma sang Trung Hoa để mở màn cho một thời Thiền tông rực rỡ ở Trung Hoa. Ngài chỉ rõ hướng đi. Ngài dạy tường tận như vậy. Và Tổ Huệ Khả là người kế thừa, nắm vững được cái đó, cho nên Ngài ngộ đạo, Ngài tu. Thì đó là chúng ta đã thấy rõ cái manh mối của Tổ trước. Như vậy Phật đến Tổ chúng ta thấy cụ thể rồi.

Nhưng từ Trung Hoa sang Việt Nam, bây giờ chúng ta thấy Tổ từ Việt Nam mình dạy cái gì? Đó là một điều hết sức là thiết yếu. Ở đây tôi không thể dẫn nhiều những vị đời Lý, đời Trần hết, mà tôi chỉ dẫn ngay Trần Nhân Tông.

Ngài Trần Nhân Tông ngộ từ cái gì? Tức là ngộ cái câu của Tuệ Trung Thượng Sĩ bảo. Ngài thưa rằng: "Yếu chỉ Thiền Tông là cái gì? Ngài Tuệ Trung Thượng Sĩ đáp rằng, nguyên văn chữ Hán: "Phản quan tự kỷ bổn phận sự, bất tùng tha đắc". Phản quan tự kỷ tức là soi sáng lại chính mình. Đó là bổn phận chính, không phải từ ngoài vào. Đó là gốc của thiền. Thiền Tông Việt Nam lấy phản quan làm gốc. Như vậy phản quan đó phát nguồn từ đức Phật. Phát nguồn từ chư Tổ cho tới Việt Nam, không có sai chạy một ly một hào nào hết.

Như vậy nguồn gốc Thiền Tông hay nguồn gốc tu thiền mà đức Phật giác ngộ nó có từ thời đức Phật. Bởi vì đức Phật ngồi thiền phản quan nên mới ngộ đạo. Rồi chư Tổ tiếp tục, các Ngài phản quan nên chứng đạo. Nghĩa là tìm lại tâm lăng xăng có phải phản quan không? Đó là phản quan.

Bây giờ Ngài Tuệ Trung Thượng Sĩ chỉ thẳng phản quan tự kỷ, nghĩa là soi sáng lại chính mình. Thì đó là trọng tâm yếu chỉ của Thiền không còn gì nghi ngờ nữa hết. Đó là để quý vị thấy đường lối rõ ràng từ Phật, Tổ Trung Hoa, đến Tổ Việt Nam. Cái trọng tâm đó không có sai chạy. Như vậy chúng ta lấy đó làm mẫu chốt, làm kim chỉ nam để tu thì hết sức là hợp lý, chứ còn gì nữa. Do đó mà tôi nói phải căn cứ vào các Thiền sư đời Trần, mà nhất là Ngài Trần Nhân Tông. Ngài xuất gia rồi, Ngài chỉ dạy cho chúng ta thấy rõ con đường đi mà ứng dụng tu. Như vậy

chúng ta làm sống dậy Phật giáo đời Trần sẽ có lợi ích gì cho cuộc truyền bá hiện tại hay không? Đó là câu hỏi, tôi muốn đặt ra cho quý vị lưu ý một chút.

Nếu chúng ta nhắc lại vua Trần Nhân Tông, Ngài nhường ngôi cho con mà đi tu. Đó là một lợi ích lớn để cho tất cả người Việt Nam chúng ta thấy rằng, đạo Phật đối với con mắt của vua Trần Nhân Tông là một đạo siêu thoát phi thường. Mọi danh, lợi, địa vị, quyền thế của thế gian không cái nào bì nổi, phải không? Không cái gì bì kịp với cái đạo siêu thoát đó. Cho nên Ngài bỏ để đi tìm đạo cao siêu.

Như vậy chỉ cái đi tu của vua Trần Nhân Tông là mình đã nâng cao giá trị đạo Phật lên tới địa vị chân chính của đạo Phật. Đúng với ý nghĩa cao siêu của đạo Phật. Chớ còn không thì người ta hiểu đạo Phật thế này, thế nọ, thế kia. Nó không còn giá trị cao siêu nữa. Bây giờ một ông vua thấy được đạo lý nó siêu thoát tất cả những địa vị thế gian, quyền lợi thế gian, không cái gì bì nổi hết. Cho nên Ngài mới ruồng bỏ cái tầm thường đó để đi trên con đường siêu thoát. Đó là một bước thứ nhất đem lại cho tất cả chúng ta có một hãnh diện rằng, người Việt Nam tu Phật đúng với tinh thần cao siêu của đạo Phật. Chớ không phải tu mà làm việc tầm thường, làm việc cầm chừng lấy có. Mà tu là một cái gì siêu thoát phi thường. Đó cái thứ nhất.

Cái thứ hai Ngài Trần Nhân Tông ngộ lý thiên, rồi tu thiên. Cho nên dù trong cuộc đời Ngài có những chuyện, có những khi cần phải cầm quân đánh giặc v.v... những tội lỗi. Nhưng mà đối với sự tu của Ngài khi ứng dụng tu Ngài đã nắm vững được đường lối của Phật đã dạy. Do đó tất cả những gì là nghiệp chướng Ngài có thể vượt qua dễ dàng. Và khi tu đến lúc Ngài gần tịch, Ngài vẫn biết trước và nắm vững trong giờ phút ra đi. Đó là một cái mà chúng ta thấy Ngài thật tình đạt được lý đạo. Chớ không phải là chuyện mơ hồ hay là một cái gì tuyên truyền cho có.

Như vậy nói đến Phật giáo đời Trần hay là vua Trần Nhân Tông, tức là Ngài Trúc Lâm Đại Đầu Đà, thì chúng ta mới thấy hai ý nghĩa thâm trầm. Ý nghĩa thứ nhất là nâng giá trị đạo Phật lên đúng ý nghĩa của nó. Thứ hai nữa là chỗ đạt

đạo của Ngài là thực sự, chứ không phải chuyện học lóm hay là bắt chước. Đó là điều mà chúng ta thấy rõ ràng.

Do đó mà ba điều tôi nêu lên trong chủ trương này. Trước hết là phải hiểu Phật. Hai là biết được Tổ. Tổ Ấn Độ, Tổ Trung Hoa và Tổ Việt Nam. Các Ngài tu như thế nào, chúng ta nắm cho vững cái đó rồi thì chúng ta mới ứng dụng để tu. Như vậy cái tu của chúng ta mới không sợ lạc lăm. Chúng ta mới thấy rằng con đường tu từ đầu đến cuối, từ trước đến sau, có được sự liên hệ cụ thể, chứ không phải rời rạc chấp nối.



## **ĐƯỜNG LỐI TU TẠI THIỀN VIỆN TRÚC LÂM HIỆN NAY VÀ MAI SAU NHƯ THẾ NÀO?**

Bây giờ tới phần thứ ba là nói về đường lối tu. Đường lối tu ở Thiền Viện Trúc Lâm. Tuy rằng trước đến giờ tôi đã dạy nhiều, nhưng tôi chưa phân biệt rành rẽ cho tất cả quý vị nắm. Bữa nay tôi nói cho rõ ràng rồi quý vị biết. Chia làm hai phần. Phần thứ nhất là có ba chặng đường. Phần thứ hai là có hai chặng thôi. Ba chặng và hai chặng nghe rất là nôm na, phải không? Nhưng cái quan trọng là giá trị thực hành của mình.

Bây giờ trước hết tôi nói về ba chặng. Ba chặng này có nghĩa là tiệm tu, đốn ngộ. Trong tiệm tu đốn ngộ này chia làm ba chặng.

Chặng thứ nhất: Tu quán sổ tức, tùy tức và biết vọng không theo. Nói cái này quý vị nghe đơn giản, tầm thường làm sao. Bởi vì người vào đạo mà chưa có cơ hội trực ngộ thì bây giờ phải cho họ đi từng bước, thứ lớp. Mà muốn từng bước theo thứ lớp cho họ dễ tu, trước tiên mình phải dạy họ quán sổ tức.

Quán sổ tức nghĩa là sao? Tức là đếm hơi thở chứ không có gì lạ hết. Việc làm này thấy như trẻ con vậy. Hít vô cùng, thở ra sạch, đếm một. Hít vô cùng, thở ra sạch, đếm hai. Hít vô cùng, thở ra sạch, đếm ba. Nhớ một, hai, ba tới mười bỏ. Rồi đếm một, hai, ba đến mười bỏ. Nếu đến bảy tám quên, đếm lại một. Làm như

chuyện trẻ con vậy, phải không? Tại sao phải làm như vậy? Tôi giải thích cho quý vị hiểu. Bởi vì tất cả chúng ta luôn luôn bị vọng tưởng thôi thúc, nên sáu căn lúc nào cũng đuổi theo sáu trần. Thí dụ bây giờ nhìn thấy hoa, nhìn thấy hoa được rồi. Nhưng vọng tưởng không cho mình ngừng ngay đó. Nó dạy mình phải làm sao nữa? Nó thúc mình coi hoa này đẹp không, phải không? Nghĩa là nhìn thấy hoa, chưa vọng tưởng thì hoa là hoa. Nhưng vọng tưởng không cho phép mình ngừng ở đó. Nó thúc mình coi hoa này đẹp không. Rồi nó thúc mình nhìn, phân tích một hồi, nói đẹp. Đẹp rồi từ đó về sau thích, thích hoa này. Rồi giả sử phân tích nói hoa này xấu, xấu thì ghét không ưa.

Như vậy vọng tưởng thôi thúc chúng ta, không cho chúng ta dừng ở một điểm nào hết. Mà bắt chúng ta liên tục liên tục phân tích. Kế đó nhìn hoa rồi, nhìn tới người, tới vật cũng làm như vậy, phải không? Bây giờ giả sử ai đó phát tâm tốt. Họ nói bây giờ tôi sắm cho thầy một chiếc xe đạp để thầy làm chân đi đường. Khi họ nói sắm chiếc xe đạp, mình bị vọng tưởng dấy lên, chắc là mua xe đạp mới đẹp. Tưởng tượng như vậy, vọng tưởng nó cho mình cái hình ảnh trước. Nên khi người ta đem chiếc xe đạp lại liền quan sát. Quan sát nếu giống như vọng tưởng của mình thì chịu. Nếu nó khác với vọng tưởng mình thì sao? Buồn, xe này không đúng ý của tôi. Ý tôi tức là vọng tưởng chớ gì. Vọng tưởng nó vẽ ra, nó phải vậy vậy đó. Mà bây giờ không đúng ý nó thì nó đâm buồn. Mình không tốn xu con nào để mua hết mà vẫn buồn, phải không? Quý vị mới thấy, vọng tưởng nuôi ở đâu đó, nó không cho mình dừng ở một điểm nhất định nào, bởi vậy buồn rồi, tuy nhiên có cảm ơn cũng nhẹ thôi, chớ còn không được vui lắm. Đó là một chuyện cái gì được thấy đều bị vọng tưởng chi phối hết.

Rồi giả sử như có ai đó đang ở thiền viện, mà có ai gọi điện thoại lên, nói xin gặp thầy A một giờ, hai giờ gặp thầy A. Khi nói gặp thầy A, nói vậy rồi có dừng ngay đó không? Từ khi được điện thoại tới 1 giờ thì lúc đó có bao nhiêu thứ vọng tưởng? Ông đó gặp mình để làm gì? Người đó quen mình hay chưa quen? Đủ thứ hết. Nó dẫn mình chạy dài, dài dài, không biết bao nhiêu thứ nghĩ. Trong khoảng thí dụ: 12 giờ hẹn 1 giờ. Trong một giờ đồng hồ đó chừng bao nhiêu thứ



vọng tưởng nhảy ra? Chừng bao nhiêu? Ít ra cũng 50-100 phải không? Nó khiến, nó lảng vảng hết cái này đến cái kia. Như vậy vọng tưởng bao phủ hết, không cho mình phút giây nào an ổn. Vọng tưởng nó xúi dục mình chạy ra ngoài. Chạy ra nghe, chạy ra thấy, chạy ra ngửi, chạy ra nếm v.v... Tôi nói rất là gần, nhiều khi quý vị cũng tu chút chút rồi, khá khá rồi đó, vậy mà thấy hoa, hoa nào trở đẹp đó, thấy vậy chịu chưa? Chưa, muốn để lỗ mũi gần, ngửi coi thơm không? Thấy bằng mắt chưa chịu, còn muốn ngửi bằng mũi nữa. Có khi phải rờ nữa. Đó nó không cho mình dừng. Hoa là hoa, thấy đủ rồi mà không chịu. Tay nâng nâng mới chịu, nâng hoa rồi ngửi hoa. Thấy, nâng, ngửi, đủ thứ hết.

Như vậy mới thấy rằng bao nhiêu thứ vọng tưởng nó cứ đẩy, đẩy mình chạy theo cảnh. Như vậy trong sáu căn chúng ta cứ bị vọng tưởng thôi thúc chạy ra ngoài không dừng. Bởi chạy ra ngoài không dừng, mà bây giờ muốn dừng phải làm sao đây?

Phương tiện đầu tiên bắt nó phải ngó trở lại. Mà ngó trở lại thì ngó bằng cách nào? Phải mượn hơi thở, hít vô. Hễ nghe nó chạy tới đâu cùng, nhớ nó chạy cùng, tức nhiên mình đâu có ra ngoài được, phải ngó theo nó. Ngó theo nó bằng trí chứ không phải bằng mắt. Hơi thở hít vô theo cùng. Thở ra cho hết. Tức nhiên mình chạy vô chạy ra theo nó. Chạy vô chạy ra theo nó thì đâu còn chạy ra ngoài phải không? Đó là một phương tiện. Chớ còn bây giờ biểu ngó vô làm sao ngó được. Nó cứ thúc mình chạy ra không hà! Cho nên rồi mượn phương tiện hít vô thở ra, phải ngó coi nó chạy tới đâu cùng. Ra tới đâu hết. Rồi nhớ đếm một, hai. Những chuyện trò con nít đó, nó làm cho mình quên chạy ra ngoài. Quên chạy ra ngoài thì vọng tưởng bớt không. Đó, vọng tưởng nó bớt. Nghĩa là chừng nào nhớ hơi thở vô ra, nhớ số một tới mười đều đặn không gì hết. Tức là quên hết tất cả cái ngoài rồi. Nhớ có bao nhiêu đó. Như vậy là mình phản quan chớ có gì. Quý vị phải phản quang không? Phản quang có phương tiện, chớ không phải phản quan như Tổ Huệ Khả, phải không?

Có phương tiện nghĩa là mình mượn hơi thở vô ra để mà mình nhìn lại mình. Nhìn cho tường tận. Thấy hơi vô tới đâu, ra tới đâu, thấy rõ. Bởi vậy nên

ban đầu đếm là làm hai việc: Một là nhớ số. Hai là nhớ hơi thở. Cho nên quên chạy ra ngoài để cho vọng tâm khỏi thôi thúc sáu căn chạy đuổi theo sáu trần, mà phải xoay lại ngó vào trong. Đó là phương tiện phản quan đầu. Nhưng khi mình nhớ số, nhớ hơi thở, nó đã thuần thục rồi, không còn chạy ra ngoài lăng xăng nữa thì bây giờ phải bớt đếm số, mà chỉ còn theo hơi thở thôi. Hơi thở vô tới đâu biết, ra tới đâu biết. Cứ theo hơi thở vô ra, vô ra. Đó gọi là tùy tức. Hai trường hợp này mình phải nương hơi thở để tập phản quan cho quen. Quen cho nhuần nhuyễn phương pháp phản quan. Tức là xoay ánh sáng ngó lại mình. Nhuần nhuyễn rồi mình liền tới cái thứ ba là dấy niệm không theo. Dấy niệm là khởi nghĩ gì đó, là không theo... chỗ này quý vị nghe thấy nó dễ như nó rất là khó. Khó ở chỗ người nào tu thì khi họ biết mọi thứ vọng tưởng, tức là mọi ý niệm lăng xăng đó. chúng ta thường thì ý niệm lăng xăng, cho đó là tâm mình. Tâm mình nghĩ cái này. Tâm mình nghĩ cái kia. Tâm mình nghĩ cái nọ. Sống mình nó là làm sao? Là tạp nạp. Bởi vậy có khi làm lành có khi làm dữ. Mới ngồi nói đạo lý với huynh đệ thì ngồi nói về thánh thiện lắm. Coi như ta ngộ đạo tới nơi rồi. Nhưng mà đi ra khỏi người nói chuyện này, tới người nào khác đó, người đó họ hay gút mắc hay chọc ghẹo. Tới họ nói chuyện một hồi, họ tìm chuyện này chuyện kia họ chọc ghẹo mình, nổi bực lên, lúc đó thánh thiện nữa không? Lúc đó cọp sói nó nhào vô rồi đó, nó làm dữ lên, hùng hổ lên. Như vậy coi như mới là ông thánh, rồi bây giờ là con cọp. Rồi đủ thứ con nhảy tới nhảy lui hoài.

Như vậy cả đời sống bị các thứ tạp nạp chỉ huy mình. Lộn xộn không ra cái gì hết. Vậy đó cũng vẫn đầu hàng nó, nó dẫn chạy ngược chạy xuôi đủ thứ. Hiện tại bị tạp nạp chi phối thì nhắm mắt cái tạp nạp đó dẫn mình đi. Đời hiện tại khổ vì nó, vị lại cũng bị nó làm mình khổ nữa. Đó là cái gốc luân hồi sinh tử.

Bởi vậy nói tu là tu cái gì? Phản quan để thấy những tạp nạp đó là không thật, không theo nó. Không thật không theo nó, tức là dừng lại tất cả những tạp nạp. Tất cả những tạp nạp dừng lại rồi, thì có một phút giây nào đó mình sẽ thấy cái hoàn toàn thanh bạch, hoàn toàn thuần thiện sẽ hiện ra với mình. Đó là cái nhân để mình hết đau khổ, hết trầm luân. Như vậy muốn giải thoát sinh tử, trước

hết chúng ta phải biết cái gì là manh mối của sinh tử. Manh mối sinh tử là những vọng tưởng đó. Những cái đó là manh mối của sinh tử làm đau khổ hiện đời và đau khổ muôn đời sau nữa, nếu chúng ta cứ theo nó. Vì vậy muốn nói tu là mình phải chặn ngay manh mối tạo nghiệp. Manh mối đó dừng rồi thì nghiệp theo đó mới hết.

Cho nên cái bước thứ hai tức là hết theo hơi thở thì biết vọng không theo. Nghĩa là thấy rõ nó. Chữ biết đây nghĩa là thấy, thấy rõ nó. Thấy không phải bằng mắt, mà thấy bằng trí tuệ. Nó là hư dối, không theo nó. Như vậy khi mà mình thấy rõ nó là hư dối. Không theo lần lần nó sẽ tan biến. Rồi từ tan biến đó chúng ta mới thấy rõ cái chân thật. Tôi nói thí dụ: như một hôm nào đó, sáng tắt cả mây mù che phủ cả bầu trời. Nếu mây mù che phủ bầu trời thì mặt trời chúng ta không thấy. Nếu mây mù tan từ từ, tới chừng nào tan sạch thì bầu trời sáng sủa hiện ra, phải vậy không? Như vậy bầu trời sáng sủa có sẵn từ khi mặt trời lên nhưng vì bị mây mù che chúng ta không thấy. Bây giờ tạo duyên gì cho mây mù tan đi, thì bầu trời sẽ trong và sẽ sáng.

Đó là để thí dụ: một khi bao nhiêu thứ vọng tưởng che mờ trí tuệ trong sáng của chúng ta thì khi nó tan đi, trí tuệ trong sáng hiện ra. Trí tuệ trong sáng hiện ra rồi, đó là chúng ta thấy được mình có cái chân thật. Mà cái chân thật đó mới là cái để thoát ly sinh tử. Như vậy bước đầu của mình tu đó, thấy hết sức là tầm thường nhưng đi xa hơn thấy hết sức là giá trị.

Bây giờ nói tới cái ban đầu lại để quý vị biết mà ứng dụng. Khi chúng ta quán hơi thở, hơi thở vô, hơi thở ra thấy rõ như vậy. Chúng ta còn thêm một chút nữa sẽ thấy càng hay. Chúng ta liền nhớ rằng hơi thở vô ra, mà vô ra, vô ra nó là thường hay vô thường? Nó là vô thường. Hít vô trả ra, hít vô trả ra, làm việc không có lâu dài, không có chắc chắn. Vô rồi ra, vô rồi ra. Cái không lâu dài không chắc chắn đó nên dùng từ là vô thường, phải không? Hơi thở là vô thường nhưng sự sống của chúng ta lại nương cái gì? Mạng sống mình lại nương hơi thở. Như vậy hơi thở vô ra, vô ra không có dừng một chỗ nào hết. Không có dừng một giây phút nào hết. Như vậy nó vô ra vô ra tức là nó đang vô thường sinh diệt. Mà

mạng sống lại nương vào hơi thở, thở dừng thì mạng sống không còn. Như vậy mạng sống mình, cái lẽ thật của nó làm sao? Nó thật là vô thường, phải không? Nó hết sức là vô thường. Còn hít vô thở ra là còn sống. Hít vô thở ra, không hít lại là chết ngay. Như vậy hơi thở là cái vô thường, mà mạng sống lại nương hơi thở, thì mạng sống thật là vô thường.

Thấy mạng sống thật là vô thường, mình có giác ngộ chút nào chưa? Mình giác hay mình mê? Còn mình bây giờ giác hay mê? Tất cả chúng ta ít có ai nghĩ rằng, thở ra không hít vô thì chết liền. Nhớ mãi vậy. Có ai nghĩ vậy không? Ai nhớ vậy không? Hay là cứ tưởng mình ít ra cũng 70, 80 mới chết, chớ không có chết bất thần đâu, phải không? Cứ tưởng tượng mình 80, 90 tuổi mới chết. Cứ tưởng tượng vậy. Tưởng tượng nó là một ảo tưởng, chứ không phải là thực tế, phải không? Thực tế là thở ra mà không hít vào là chết. Cái đó là thực tế. Còn cái 70, 80 tuổi là ảo tưởng mà chúng ta luôn luôn xây dựng ảo tưởng để làm chỗ tựa, để yên lòng. Yên lòng là mình còn lâu lắm mới chết. Cho nên lâu lâu cũng ngồi tu có khổ khổ một chút, thôi nằm ngủ cho nó khỏe. Tội gì hành xác quá vậy, phải không? Đâu nghĩ mình chết liền. Nghĩ còn dài lắm, còn lâu lắm.

Đó là một cái nhân mê muội, tạo thành ảo tưởng để khiến cho mình cứ an ổn rằng mình còn sống lâu. Mà cứ tưởng mình sống lâu là ảo tưởng. Thực tế là thở ra không hít vào là chết. Cái đó là thực tế. Thực tế tức là chân lý phải không? Mà người ta chịu thấy chân lý không? Nghĩa là tất cả chúng ta sống với ảo tưởng không hà! Chớ không có sống với chân lý. Còn nếu ai được thấy rõ chân lý này thì sao? Giả sử có ai kêu tên mình chửi, nói thở ra không hít vô là chết rồi, ở đó cãi lầy làm chi, phải không? Chỉ cần nhớ bao nhiêu đó là hết cãi lầy, hết hơn thua. Còn bây giờ ngồi mà phân bua hơn thua để rồi đi thưa đi kiện đó, thì đó là không thấy hơi thở, không thấy mạng sống trong hơi thở, phải không? Như vậy thở ra không hít vào là chết. Cái chết nó sẵn sàng bất cứ lúc nào, chỉ có cái gì đó chặn lại là chết liền. Như vậy có gì đâu mà bền. Có gì đâu là thật. Mà thấy đó là thấy chí lý, thấy chân thật.

Bởi vậy tôi nhắc lại trong kinh Tứ Thập Nhị Chương, Đức Phật hỏi các Thầy Tỳ Kheo:

- Mạng người sống trong bao lâu?

Các vị Tỳ Kheo người thì trả lời: "5 hôm, 3 hôm". Rồi có vị Tỳ Kheo trả lời:

- Sống trong bữa ăn.

Tất cả những người đó, Phật nói:

- Ông chưa thấy đạo.

Thầy Tỳ Kheo chót nói:

- Mạng người sống trong hơi thở.

Phật khen:

- Ông đã thấy đạo.

Thấy đạo tức là thấy chân lý. Thấy được lẽ thật. Mà chân lý ở xa hay ở gần? Quý vị thấy ta cần đi tìm ở đâu không? Ở ngay nơi mình nè! Nó không có xa, phải không? Cần nhìn cho tường tận rồi mình thấy như vậy. Thấy rõ ràng, đừng có ảo tưởng, thấy rõ ràng thì chân lý hiện ở trước ta. mà chỉ cần thấy được cái lý vô thường của hơi thở, đủ cho quý vị tu chưa? Đủ tu chưa? Bao nhiêu đó tu hay quá chừng rồi. Nghĩa là thấy được điều đó thì tất cả lòng tham có còn không? Chúng ta tham cái này, tham cái nọ là cứ nghĩ mình còn sống dai, nghĩ mình còn sống lâu, phải không? Còn bây giờ thấy thở ra không hít vào thì chết. Vậy thì sự sống chết có bao lâu. Nên hỏi ở Chơn Không khi thấy được lẽ này, tôi mới làm một bài kệ, rất là ít chữ để cho dễ nhớ. Tôi đặt tên nó là "Mạng Sống". Tôi nói: "Mạng sống trong hơi thở", đó là một lẽ thật. "Trong nhịp đập quả tim", tim ngừng đập thì cũng rồi. Tim đập thịch thịch thì sống, ngừng cái chết. Lỗ mũi thở ra hít vào thì sống, thở ra không hít vào là chết. Sự sống của mình hết sức là đơn giản. Cái chết kề cận bất cứ lúc nào.

Bây giờ muốn định nghĩa lại thế nào là mạng sống. "Sự vay mượn liên tục". Cứ vay mượn, mượn ra, mượn vào. Thở ra mượn vào. Cứ vậy liên tục là sống. Dừng lại là chết. Mượn, trả rồi mà chán quá không mượn lại thì chết thôi, chớ không có gì hết, thấy không? Nhưng mà người ta có chán không? Hay là thích.

Thích mượn lại, sợ trả mà không mượn lại lắm. Cho nên cứ ráng mà sống. Như vậy sự sống của chúng ta rất là tạm bợ, chỉ là hơi thở thôi. Như vậy khi chúng ta quán hơi thở, hơi thở vô ra, thì đồng thời chúng ta thấy mạng sống mình nó cũng ngắn ngủi như cái hơi thở ra mà không trở lại vậy. Ra mà không trở lại là chết. Mạng sống của con người cũng ngắn ngủi, tạm bợ như vậy. Thấy như vậy là các vị đã giác ngộ được cái lý vô thường, của thân rồi, phải không? Giác ngộ thật sự đó. quý vị thấy cái giác ngộ này có lạ lùng gì đâu. Có mâu nhiệm gì đâu. Nhưng khi quý vị giác ngộ được cái lý vô thường này thì quý vị sẽ dễ tu 100 phần. Tất cả cái gì dụ dỗ, rù quên quý vị cũng không nhiễm hết. Bởi vì thở ra rồi không hít vô là chết rồi, bận tâm cái gì nữa. Chỉ còn chuyện còn thở còn hít đó thì ráng tu thôi. Chớ không có cái gì khác. Nhớ như vậy, nghĩ như vậy thì chúng ta đã tiến được một bước đáng kể. Tức là thấy được cái thân vô thường từ hơi thở.

Rồi tới cái thứ 2 (3?) nếu tất cả ý niệm dấy lên, vừa dấy vừa khởi đó, thì mình biết là vọng tưởng. Vọng tưởng là cái tưởng hư dối. Bởi vì mình nhìn lại thì nó mất. Đó là tưởng hư dối. Bây giờ nó tưởng cái gì đi nữa thì cũng là hư dối thôi. Lâu nay mọi người chúng ta cứ nghĩ cái khởi niệm, suy tính là tâm của mình, tưởng nó là tâm của mình. Bởi vậy tất cả cái đó mình đều ôm nó vào để thành một khối. Khối tâm tạp nhạp, khối tâm tạp nhạp đó nó bao bọc, nó vây quanh, nó lôi kéo mình chạy theo nó. Cho nên mình cứ khổ. Hết cái khổ này rồi cái khổ kia, luôn luôn không dừng không hết. Bây giờ mình biết rõ bản chất nó là hư dối.

Nói thí dụ: Bây giờ có một khối nước đá bằng 1kg để trên cái đĩa. Mình đem bình nước sôi lại chế lên thì sao? Chế lên nó tan hết. Như vậy khối nước đá tan thì người ta nói nước đá, mình phải nghĩ sao, nước đá thật hay nước đá không thật. Cái thể cứng của nước đá là thật hay không thật. Cái cứng đó chỉ là cái giả tưởng nên chế nước sôi nó tan, nó không thật.

Cũng như vậy, bao nhiêu vọng tưởng dấy lên nếu theo nó, chấp nó thì tưởng nó như thật. Tôi nói thí dụ, bây giờ mình khởi nghĩ phải làm việc đó mới là hay, mới là tốt. Mình nghĩ phải làm đúng như vậy là hay, là tốt. Có người nào cãi: "Không được, làm vậy chưa hay, làm cách kia mới hay hơn". Cái gì mình khởi

nghĩ mình cho đó là cái nghĩ của mình đúng. Cho nên người nói làm cách khác, mình nói đó là trật. Rồi có cãi nhau không? Cãi nhau. Từ cãi nhau đó, chúng ta cho cái nghĩ chúng ta là đúng, là thật. Thì đó là chúng ta chấp cứng nó rồi, phải không? Bởi chấp cứng nó cho nên người khác nói khác chúng ta không chấp nhận, không chịu. Chớ nếu chúng ta biết cái nghĩ của mình là hư dối, là vọng tưởng, không thật, thì ai có nói khác thì cái khác cũng là hư dối không thật, thì có gì đâu quan trọng phải không. Mà mình cứ tưởng mình thật, rồi người khác tưởng thật, cho nên đụng với nhau.

Vì vậy tất cả vọng tưởng nó tạo thành cái nghiệp. Cái nghiệp chống đối thù nghịch. Bây giờ mình biết vọng tưởng là không thật. Vọng tưởng không thật thì vọng tưởng có phải tâm mình không? Nó không thật thì đâu phải tâm mình. Lâu nay mình chấp vọng tưởng là tâm mình. Cho nên thấy được vọng tưởng là không thật tức là thấy được tâm vô ngã, phải không? Cái tâm vô ngã. Bởi vì luôn luôn chúng ta có cái bệnh, khi chúng ta suy gẫm vấn đề gì, mình cho đó là đúng, là chân lý. Cái suy gẫm mình cho là đúng là chân lý, thì cái suy gẫm đó cũng phải là chân lý. Mà chân lý thì không thể được. Bởi vì nó không có hình, không có tướng, không có thể thật, nó chỉ là hư dối. Bởi nó hư dối cho nên mọi cái nghĩ đó, nó cũng biến chuyển. Nó không bao giờ cố định hết. Vì vậy chúng ta nghĩ nó thật chừng nào, thì chúng ta càng mê lầm sâu dày chừng nấy. Nên phải dùng từ, tất cả cái nghĩ cho nó cái tên là vọng tưởng. Vọng là dối. Tưởng là tưởng tượng. Tất cả cái tưởng tượng này là hư dối, không thật. Thấy được như vậy, biết được như vậy thì phá được cái cho những cái tưởng đó là tâm của mình. Như vậy thấy nó là hư dối, là phá được chấp ngã của tâm.

Vậy thì chỉ cần 3 phần này: Dùng hơi thở, sổ tức, tùy tức là phá được cái chấp thân thường rồi. Biết được vọng tưởng là phá được chấp tâm là ngã. Từ đó chúng ta có được bước tu và căn bản biến tâm này là hư dối không thật, thì dùng được tạo nghiệp. Biết tâm hư dối không thật, dùng được sự chấp trước. Cho nên thấy được vọng, biết nó không theo, thì đó là một cách tu rất là đơn giản, mà rất là cụ thể. Nó đưa chúng ta tiến tới chỗ phá chấp ngã của tâm mà chúng ta không ngờ.

Đây là một vấn đề phải khai thác cho đầy đủ, để quý vị hiểu, đừng có lầm lẫn trên đường tu. Cho nên tôi phải nói thật kỹ. Bởi vì không thể nào tránh khỏi, sẽ có một số người kết luận rằng mình nói thân là vô thường, chỉ trong hơi thở, thì người ta sẽ kết luận rằng mình bị quan phải không? Sẽ bị quan. Bởi vậy tôi sẽ giảng sau một lần nữa cho quý vị thấy tường tận, biết cuộc sống trong hơi thở mà không bị quan. Đó là cái đặc biệt của nhà Phật.

Đã giảng xong đường lối tu. Đường lối tu ở đây chia làm ba chặng. Hoặc là chia làm 2 chặng.

Trước giải thích về 3 chặng. Chặng 1: Tu quán sở tức, tùy tức và biết vọng. Chặng 2 là lóng lạng vọng tưởng nhận ra bản lai diện mục. Chặng này là tối quan trọng. Nên khi nói về chặng này, tôi sẽ đi rộng ra cho tất cả quý vị thấy rõ ý nghĩa của đời tu chúng ta.

Nói đến tu thiền, thì ở đây không phải là chúng ta tự thân hay là chủ quan mà có thể chúng ta khẳng định rằng: người tu thiền là người rất can đảm, rất vĩ đại, rất là thực tế. Ba cái rất: rất can đảm, rất vĩ đại, rất thực tế. Nói như vậy thì quý vị cũng thầm nói Thầy chủ quan. Tại tôi tu thiền nên khen tu thiền. Mà tôi nói đây là một lẽ thật, không có chủ quan gì hết. Tại sao vậy? Bởi vì nói đến tu thiền, trước nhất chúng ta phải có đại can đảm. Can đảm làm cái gì? Có lẽ một số quý vị thầm nghĩ rằng: "Can đảm ngồi chịu đau" Phải không? Can đảm ngồi chịu đau, nhưng không đó là một cái nhỏ tí xíu thôi, chưa đáng gọi là can đảm. Mà can đảm ở đây có nghĩa là những cái gì lâu nay chúng ta thấy là quý, thấy là cái sở thuộc của mình, bao giờ chúng ta cũng bảo vệ, mà ngày nay chúng ta dám ruồng bỏ hết. Không phải can đảm thì không thể nào làm được.

Tôi nói như vậy là để trở lại. Vì đây là lóng lạng vọng tưởng. Như từ trước đến giờ, quý vị nhớ một khi nào, ai có làm trái ý, mình nổi sân lên. Nổi sân lên có bạn đồng tu, đồng học tới nói: "Huynh tu mà sao còn sân?" Thì mình sẽ nói sao? Cái việc làm như vậy đáng sân không? Thấy không? Bảo vệ nó. Nghĩa là cái sân mà mình cảm thấy là đáng, nên. Rồi ai làm cho mình ghét, thì khi ai hỏi: "Huynh tu hành mà còn ghét làm chi". Thì nói sao? "Cái tư cách nó thấy dễ ghét quá không



ghét sao được". Phải không? Nghĩa là cái nóng giận, cái ghét, thương, buồn, tức gì đó, có ra rồi đó, mình liền bảo vệ nó. Cho đó là cái phải của mình, cái đúng của mình. Cho nên khi một ý kiến gì, chúng ta khởi nghĩ, nói ra nếu có ai không đồng ý, phản đối thì chúng ta nổi sân đùng đùng. Vì cho rằng ý kiến của mình là chân lý. Cái mình đã bắt lệ thuộc vào mình, hay là mình thừa nhận nó là mình, thì luôn luôn mình bảo vệ tối đa, không bao giờ dám thừa nhận cái nghĩ của mình là sai, cái giận mình là bậy, cái thương mình là sai. Không bao giờ mình dám nghĩ như vậy. Mà cái gì cũng đúng hết. Ai hỏi, ai chỉ trích là mình bào chữa để bênh vực nó.

Như vậy quý vị nghĩ như ở thế gian, người ta có đứa con 5, 7 tuổi, 5, 10 tuổi, nó làm cái gì mà hàng xóm giận, đi mắng vồn. Mình có một bề cho nó là bậy hết không. Lúc nào mình cũng bênh nó. Vì mình thấy nó là của mình, cho nên mình dùng mọi cách để bênh vực. Dù có nhận lỗi cũng nhận ít ít thôi, nhẹ nhẹ thôi. Chớ không bao giờ dám nhận thẳng. Như vậy bởi mình thương nó cho nên mình không bao giờ dám để cho nó là một đối tượng đáng ghét với mình.

Cũng như vậy những tâm niệm buồn, giận, thương, ghét v.v... Ở nơi mình, mình đều thấy nó là của mình, là cái mình quý, mình yêu mến nó. Cho nên khi nó phát ra với ai, người ta chỉ trích thì mình cực lực phản đối. Hay là đem hết sức để bênh vực. Chớ không bao giờ mình thừa nhận ý niệm, tư tưởng đó là sai, là bậy. Không bao giờ có cái đó.

Như vậy cái mà mình đã quý đã yêu như vậy, mà ngày nay ngồi lại tu, mình thấy nó làm sao? Mình thấy nó là đồ vọng tưởng. Đồ vọng tưởng là đồ bỏ đi phải không? Hư dối không có nghĩa lý gì. ruồng bỏ nó không một chút nào tiếc thương. Nhiều khi nó nổi lên còn bực bội nữa phải không? Mình còn giận nó nữa. Mình không muốn cho nó nổi lên. Như vậy cái rất yêu rất quý ngày trước mà ngày nay mình can đảm ruồng bỏ, không phải đại can đảm là gì. Đó là một điều rất quan trọng.

Đại can đảm như vậy, người ta liền đặt câu hỏi, tất cả những tâm tư hiểu biết lăng xăng của mình đó, ngày nay mình ruồng bỏ hết, để rồi mình đi tới cái gì.

Như vậy cái mà mình ruồng bỏ để rồi đạt đến một cái gì, phải là cao siêu, phải là vượt bậc. Chớ không thể ruồng bỏ cái này rồi trở thành cái rỗng không vô ích

Như vậy tới cái thứ hai là cái vĩ đại. Tôi nói vĩ đại đó cho quý vị thấy. Tại sao tôi dám nói là vĩ đại?

Bởi vì tất cả chúng ta hiện giờ sinh ra rồi ai cũng như ai. Lớn lên rồi có một cuộc sống bình thường. Tới già, tới bệnh, tới chết. Cái được của thế gian nhiều lắm là được địa vị, danh vọng, quyền thế. Địa vị cao nhất như là địa vị ông vua, địa vị ông Tổng Thống chẳng hạn. Thì địa vị ấy cũng là tạm bợ, rồi tan hoại. Có cái gì của thế gian được mà không tan hoại đâu. Tất cả cái thế gian người ta cho là cao quý, cái đó là lớn lao, nhưng khi chúng ta nắm được, chúng ta đạt được rồi thì bản thân chúng ta cũng đi đến tan hoại. Như vậy mọi cái bại hoại mà chúng ta được, chúng ta theo đuổi, nghĩ nó có giá trị bao nhiêu. Đem hết cuộc đời 60, 70 năm để tìm, để mong đạt được, nhưng mà đạt được một cái, là cái vô thường bại hoại. Đó, như vậy nó có gì là vĩ đại đâu.

Còn đang này chúng ta lóng lạng vọng tưởng, thì chừng đó ngay trong con người chúng ta, chúng ta tìm ra được cái bản lai diện mục, là cái chân thật muôn đời không bao giờ sinh diệt, không bao giờ bại hoại. Như vậy cái đó không phải là vĩ đại đối với thế gian là gì, phải không? Bởi vì thế gian tìm được điều gì dù to lớn mấy, dù cao sang mấy, cũng là cái tướng bại hoại. Còn chúng ta ở đây một phen tìm được thì cái đó muôn đời muôn thuở không bại hoại. Không phải là vĩ đại là sao? Đó là cái thứ hai. Tôi cho rằng cái mà chúng ta thực hành, chúng ta tìm kiếm, hết sức là vĩ đại.

Nói như vậy người ta lại có nghĩ, biết đâu bản lai diện mục mà chúng ta đang tìm đang kiếm nó là một cái không tướng, một cái vô có chẳng hạn. Điều đó sẽ làm cho nhiều người sẽ hoang mang. Nhưng tôi quả quyết rằng, cái chúng ta đang tìm đó, là một cái thực tế, một cái cụ thể. Chớ không phải là không tướng, không phải là ảo tưởng gì hết. Tại sao? Thì đây, chúng tôi dẫn một câu chuyện nhỏ xíu trong kinh cho quý vị thấy.

Như trong Kinh Lăng Nghiêm, Đức Phật quở tất cả những người tu, luôn luôn bị chạy theo ngoại cảnh, ngoại vật mà quên mất mình. Khi đó chư Tăng hoang mang, không biết mình chạy theo ngoại vật, ngoại cảnh như thế nào. Và mình quên mất mình ra sao.

Bởi vậy trong một đoạn qua phần Thất Xứ Trung Tâm trong kinh Lăng Nghiêm, Phật liền đối trước Ngài A Nan, Phật đưa tay lên hỏi Ngài A Nan: -Ông thấy không? Thì Ngài A Nan trả lời sao? -Thấy. Mà giả sử bây giờ hỏi tất cả quý vị, đem với cái tâm thật thà bây giờ của mình, quý vị nói thấy hay không? Thấy. Rồi Ngài để tay xuống hỏi: -Thấy hay không? Tôi nói với tâm thật thà, với tâm thật thà mà của bình dị, của bình dân đó. chứ không phải của tâm có học kinh Lăng Nghiêm rồi. Tâm thật thà của người bình dân đó, khi lấy tay xuống, hỏi: "Thấy không?" thì Ngài A Nan, Ngài trả lời đúng với cái tâm của người bình dân. Trả lời rằng: Không thấy. Khi trả lời "không thấy" thì Phật liền quở: Đó là ông quên mình theo vật. "Quên mình theo vật", Ngài A Nan hoảng hốt quá: Con quên mình như thế nào? Phật mới giải thích cho thấy: Khi cái tay ta đưa lên thì ông nhìn thấy cái tay. Khi cái tay ta để xuống thì chỗ này ông nhìn không thấy cái tay. Như vậy thì cái tay ta có đưa lên, có để xuống nhưng cái thấy của ông có vắng thiếu lúc nào đâu. Có tay thì thấy có tay, không tay thì thấy không tay. Mà khi không có để tay đây thì ông nói là không thấy. Có phải là ông lấy cái tay làm cái thấy hay không? Phải không? Chớ còn cái thấy là có tay cũng thấy, không tay cũng thấy. Chớ đâu phải không tay mình mà phải không? Nhưng mà bây giờ có tay thì nói thấy, tay để xuống nói không thấy, thì có phải là mình chấp cái tay là cái thấy. Cho nên có nó mình nói là thấy, không nó là không thấy. Như vậy có phải là đem cái thấy mà chuyển qua thành cái tay. Như vậy có phải quên mình theo vật hay không?

Cái tay là vật ở ngoài mà cái thấy là cái của mình. Như vậy người ta nói đưa tay lên là thấy, để tay xuống là không thấy. Đó người ta nói thực tế hay không? Nói đó là đúng với thực tế không? Thế gian nói vậy đúng lắm đó. Thấy không? Có cái tay mới thấy không có tay nói không thấy.

Nhưng nói đó là không có thực tế chút nào hết. Đây Phật chỉ chúng ta cái thấy hằng hữu của chúng ta, có tay, thấy có tay, không tay, thấy chỗ này không tay. Cái thấy là cái hằng hữu, thì cái đó mới là thực tế, phải không? Nghĩa là Phật chỉ cái thực tế cho mình, mà cái thực tế đó là nó còn. Như vậy cái tay ở ngoài là ngoại vật ngoại cảnh. Mà vậy, cảnh là cái vô thường, chuyển biến. Nó có tướng mạo. Tướng mạo là vô thường, chuyển biến.

Còn cái thấy của quý vị tướng mạo làm sao? Quý vị diễn tả tướng mạo cái thấy coi. Nó không có tướng mạo, mà nó vẫn thấy. Như vậy cái thấy là cái không tướng mạo. Mà hằng có thì như vậy có phải là một cái không tướng mạo thường còn mà chúng ta quên đi. Như vậy Phật thực tế chỉ cho chúng ta biết rõ mình có cái thường còn mà mình đã quên nó để chạy theo cảnh sinh diệt.

Bây giờ trở lại cái thường còn. Đó là cụ thể chớ đâu phải là chuyện băng quơ, chuyện ảo tưởng. Như vậy mà Phật còn sợ đại chúng chưa thấm, chưa thấu đáo. Cho nên Phật mới dạy Ngài A Nan lấy chuông ra. Rồi bảo đánh chuông cái boong, hỏi: Ông có nghe không? Ngài A Nan trả lời thật thà: Dạ! Nghe. Rồi tiếng chuông lặng xuống hỏi: Ông nghe hay không? Dạ! Không nghe. Đó bị Phật quở một phen nữa. Phật nói rằng: Tiếng chuông khi có đánh thì có tiếng chuông, thì ông nghe có tiếng chuông. Khi không đánh, không có tiếng chuông thì ông nghe không có tiếng chuông. Chớ đâu phải là không nghe. Rồi ông lại đem cái hay nghe mà gá vào tiếng chuông. Khi có tiếng chuông gọi là có nghe. Khi không có tiếng chuông gọi là không nghe. Có phải như vậy là quên mình theo vậy không?

Đó là tầng thứ hai. Như vậy tất cả chúng ta đều nằm trong bệnh đó hết. Giả sử ai kêu, gọi mình, gọi Lục, gọi rồi hỏi: "Nghe không". Nói: "Nghe". Khi không gọi, hỏi: "Có nghe không?". Không, phải không?

Như vậy chúng ta cứ lấy cái nghe. Mà cái nghe là ở tai mình nghe, chớ không phải tiếng. Tiếng và nghe là hai cái khác, phải không? Mà mình cứ cho cái nghe là cái tiếng. Thì có phải là quên mình theo vật không. Tiếng có sinh diệt, chớ nghe đâu có sinh diệt.

Như vậy Phật chỉ cho chúng ta thấy ngay nơi chúng ta và ngoại cảnh, cái gì có tiếng tức là có động. Mà có động là có sanh diệt. Cái đó thuộc về ngoại cảnh. Còn cái hằng nghe là cái không động. Mà không động lại không có tướng, cho nên nó không có sanh diệt.

Như vậy thấy, nghe v.v... nó hiển lộ cái chân thật mà tôi gọi là bản lai diện mục của chính mình. Cái đó nó thoát khỏi tất cả sinh tử. Thoát tất cả vô thường thì cái đó là cái quá siêu việt. Cho nên nói là vĩ đại, mà cái đó là cái thực tế, hằng hữu. Khi chúng ta đang ngồi đây nó vẫn có. Chớ không phải là chuyện mơ màng, chuyện ảo tưởng. Như vậy chỉ ra những cái đó là chỉ một thực tế, cụ thể. Chớ không phải là một ảo tưởng.

Như vậy mới thấy rằng người tu Thiền là phải tìm cho ra cái chân thật của mình. Thì đó là việc làm hết sức thực tế, chớ không phải là chuyện tưởng tượng không đâu. Như vậy ý nghĩa tôi nêu lên, là người tu thiền rất can đảm, rất vĩ đại, rất thực tế. Quý vị có chịu không? Như vậy chuyện làm của mình không phải là chuyện làm của kẻ tầm thường. Bởi vậy cho nên ai nhút nhát, lười biếng, lười thôi đó, làm không nổi. Phải can đảm, phải là người quyết chí, siêu phàm thì mới làm được việc đó. Nói như vậy để cho tất cả quý vị hiểu cái tầm vóc quan trọng của chúng ta đang làm. Đó là tôi nêu lên mục quan trọng đó.

Bây giờ trong phần lóng lạng vọng tưởng để nhận ra bản lai diện mục. Tôi có chia ra làm mấy mục. Hai mục lớn tức là tôi đặt câu hỏi. Tại sao chúng ta phải lóng lạng vọng tưởng? Đó là câu hỏi thứ nhất.

Tại sao chúng ta phải lóng lạng vọng tưởng? Cái câu này muốn trả lời nó, chúng ta phải đi thứ tự. Nếu nói đi rộng thì chắc giảng hết buổi này, rồi buổi nữa. Đây tôi cũng giới hạn một chút. Bởi vì tất cả trong kinh Phật đều lấy những điểm này. Người tu Phật phải đi từ bốn thứ: Giáo, Lý, Hạnh, Quả, hoặc là từ khai, thị, ngộ, nhập. Đó là tôi nói Kinh, dẫn kinh cho quý vị thấy. Giáo, Lý, Hạnh, Quả chúng ta coi như bốn, nhưng mà kỳ thực có ba thôi. Giáo, lý đó là thuộc về pháp của Phật dạy. Pháp của Phật dạy chúng ta nghe, hiểu, nhận chân được lẽ thật đó. Rồi chúng ta ứng dụng là Hạnh. Ứng dụng thành công gọi là Quả. Giáo, Lý, Hạnh,

Quả thấy như bốn, nhưng phần giáo và lý chỉ có một. Lời Phật dạy mang tính chất thực tế, chân lý, cho nên gọi là lý. Giáo và lý tức là chỉ vào phương pháp Phật dạy thôi. Còn được nghe giáo lý đó, chúng ta thâm nhập, chúng ta ứng dụng để được kết quả. Ứng dụng tu hành là Hạnh. Tu hành được thành công là Quả. Như vậy người tu Phật nào cũng phải đi từ Giáo, Lý, Hạnh, Quả.

Như vậy tu thiền chúng ta đến với các vị thiện tri thức, dẫn lời Phật dạy, dẫn lời Tổ dạy, giảng chỉ cho chúng ta. Đó là phần giáo và lý Chúng ta nhận chân được rồi, chúng ta hạ thủ công phu tu, đó là Hạnh. Rồi từ cái tu đó chúng ta đạt được kết quả, đó là Quả.

Như vậy chỗ lóng lạng vọng tưởng đây, đó là sau khi chúng ta học giáo lý, chúng ta biết được những ý niệm lăng xăng. Nào là buồn, giận, thương, ghét hoặc là thù hận, ngã mạn, cống cao v.v... tất cả những ý niệm đó, chúng ta chung gọi là vọng tưởng.

Tại sao vậy? Bởi vì những ý niệm đó, nó dấy lên rồi tan hoại mất đi. Giống cũng như là một cụm mây, đủ duyên nó hợp, rồi hết duyên nó tan. Hợp tan bất thường cho nên mây nó là hư dối. Vọng tưởng cũng vậy, nó dấy lên, thì khi dấy lên là có, nhưng rồi qua cơn thì nó mất, nó không còn nữa. Cho nên nó không thật. Bởi nó không thật cho nên chúng ta gọi nó là vọng, vọng là hư dối. Mà cái vọng đó là do tâm tưởng mà ra, nên gọi là vọng tưởng.

Như vậy vọng tưởng là không thật mà nó có trong nội tâm ta. nó dấy lên liên miên không dừng, không dứt. Những người mới tập tu thiền, khi mà không tu, ở ngoài, có thấy vọng tưởng không? Chắc không có thấy. Bị vì nó nghĩ mình thấy, nghĩ không có gì đâu vọng tưởng. Nhưng mà khi ngồi thiền rồi, thì thấy làm sao. Nó ồn ào, dấy động. Hết thằng này, tới chú kia, đi có đây có nhợ. Hết cái này tới cái kia, liên miên, liên miên.

Cho nên mấy người mới tập ngồi Thiền chán lắm. Ngồi thiền sao thấy vọng tưởng không hà! Không có thấy cái gì. Người ta ngỡ rằng mình ngồi Thiền thì mình phải được định. Mình phải phát hào quang gì đó. Mà bây giờ ngồi thiền thấy toàn vọng tưởng không. Chú này tới chú kia liên tục. Thấy vậy có chán không? Đa

số thấy vậy hơi buồn. Tu làm chi ngồi thấy vọng tưởng không, không thấy lợi ích gì hết.

Như mà quý vị quên đó là một cái lợi ích lớn rồi. Bởi vì không ngồi thiền, chúng ta không thấy vọng tưởng. Không thấy cho nên không biết. Bởi không biết cho nên rồi chúng ta theo nó. Nghĩ cái gì chúng ta cũng chạy theo cái đó, rồi muốn tính toán cái gì, chúng ta chạy theo cái đó. cho nên cả ngày chúng ta chạy theo lăng xăng lộn xộn.

Giả dụ như chúng ta làm công tác một hồi mệt. Định ngồi nghỉ 15 phút cho khỏe. Mới ngồi nghỉ chừng 3 phút, thấy đằng kia có người nói chuyện xù xì gì đó, thì vọng tưởng xúi, để coi họ nói cái gì. Rồi không được nghỉ, đứng dậy đi, phải không?

Nó xúi mình, mình tuân lệnh nó. Mình đi. Như vậy nó không cho mình được yên, cứ nó xúi mình cái gì mình làm theo cái nấy. Cho nên rồi cả ngày mình cứ loay hoay, loay hoay. Nhiều người tu cũng định lúc nào rảnh rồi, ra ngồi dưới cội thông, ngắm trời ngắm mây cho tâm thanh tịnh. Nhưng mà ra ngồi dưới cội thông ngắm trời ngắm mây nó có cho đâu. Vừa ngồi đó cái nhớ bên kia. Hồi nãy mượn mình cái gì đó. Đứng dậy đi. Rồi nhớ chuyện gì thì nó sai mình chạy hoài, không cho ngồi yên.

Như vậy vọng tưởng là cái không có hình tướng. Nói không hình tướng là nói tương đối thôi. Chớ thật ra nó có tướng. Cái tướng của nó, từ ngữ chuyên môn gọi là pháp trần. Tức là cái bóng dáng của ngoại cảnh. Trần là cảnh ở bên ngoài. Pháp là chỗ mà nó còn in dấu trong nội tâm mình. Nó phát hiện ra. Như vậy thì nói tới vọng tưởng là nói tới bóng dáng, chớ không phải là không ngộ. Nó có bóng dáng.

Thí dụ như chúng ta đi. Đi ngoài đường, ngoài chợ, ngoài phố, chúng ta thấy. Mà cái này tới giờ tôi còn nhớ. Năm nào đó có dịp đi ngang chợ Bà Chiểu, không biết có chuyện gì cần đó. Rồi tôi ghé xuống đi lại phố. Thấy một người, không biết bị bệnh thể nào mà họ không đi, họ không bò, mà họ nằm họ trườn. Họ

để miếng cao su ở dưới ngực rồi họ trườn, họ đi. Thấy đau khổ làm sao. Thấy cái đó đến giờ, cái bóng nhớ lại nó cũng hiện ra trước mắt.

Như vậy cái bóng khi mình thấy rồi, về nhà mỗi khi nhớ lại nó hiện ra. Cái đó gọi là pháp trần. Đó là cái bóng. Bóng đã in ở trong tâm của mình. Mà nói theo bây giờ là những dấu ấn đó. Nó in sâu ở trong đó. Quên không được. Như vậy pháp trần là những cái bóng, chứ chẳng phải là không ngợ. Nó là bóng. Bởi vậy nên khi mình nhớ lại chuyện quá khứ thì những cái bóng quá khứ hiện trở lại.

Còn chuyện hiện tại nó bóng không? Tôi nói cho quý vị thấy cái quan trọng của vọng tưởng. Vọng tưởng là gì? Vọng tưởng là nó ôn lại những cái gì của quá khứ đã qua. Khi ôn lại rồi, những cái bóng đó nó cứ trôi lên, trôi lên. Hết bóng người này tới bóng người kia. Làm cho mình liên miên không được an ổn. Đó là những cái bóng của quá khứ.

Còn nói hiện tại. Hiện tại thì nó hiện cái gì? Hiện tại thì nó nói chuyện. Thí dụ hiện tại, lát nữa làm cái gì đó. thì nghĩ lát nữa làm gì, trong nó nói à! Lát nữa làm gì, gì. Tức là nó kết hợp với hơi hám của mình, nó thành ra câu nói. rồi lát nghĩ nói cái này, nghĩ nói cái kia. Những cái khởi nghĩ đó là những cái nói mà tôi gọi là con người bất thường. Bởi vì người tu Phật dạy "Tâm bình thường là đạo, mà nó không bình thường". Tại sao nó không bình thường?

Thí dụ như quý vị đi ra trước mọi người, khi cái gì cần nói thì quý vị nói. Còn nếu khi chỗ nào không có người, quý vị đi quý vị nói với ai. Quý vị đi, quý vị làm thinh. Nếu vừa đi vừa nói lảm nhảm thì quý vị sẽ được người ta phê bình là gì? Là thằng điên phải không? Nghĩa là không có người mà mình tự nói lảm nhảm. Bây giờ đây điên tức là bất thường, bệnh tâm thần, đó là bất thường. Bệnh tâm thần, đó là bất thường. Mình bây giờ ngồi lại không có ai hết tron, một mình, mà cứ khởi lên nói cái này khởi lên nói cái kia.

Thí dụ hai huynh đệ mới cãi nhau chuyện gì đó. Vô ngồi lại, lúc đó làm sao? Lát khởi câu phải nói như vậy hay. Phải không? Hồi nãy mình nói như vậy dở. Nói vậy thua người ta. Những cái đó nói với ai? Lúc đó nói một mình mà cứ nói. Nói



một mình mà cứ nói, có phải là điên không? Là lắm nhảm, là bất thường. Cho nên tâm đó là tâm bất thường.

Như vậy chúng ta lúc nào, cũng ở trong cái điên rồ mà chúng ta không hay. Vì vậy mà tu để lóng cái bất thường đó xuống. Nghĩa là khi nào cần nói mới cho nó nói. Còn không cần thì cho nó yên. Đó là tôi nói cái hiện tại.

Vị lai có bóng không? Vị lai thì cũng không có bóng vì nó chưa tới. Nhưng chưa tới thì cũng trong cái nói đó đó. cũng nói nhảm đó. Hiện tại, vị lai là những cái nói nhảm. Vị lai là dự tính. Mai mình sẽ làm cái gì đó, gì đó. đi gặp ai v.v... mà khi khởi nghĩ như vậy là có câu nói ở trong rồi. Như vậy nó cứ nói hoài. Nói chuyện này hết rồi nói chuyện kia. Tất cả vị lai và hiện tại đều là cái nói. còn quá khứ là cái bóng.

Như vậy quý vị thấy, mình sống trong cái nói nhảm nhí và cái bóng vô ích, phải không? Như vậy chúng ta lặn hết những cái đó xuống, có lỗi làm gì không. Những cái nhảm nhí, những cái vô ích thì cho nó lặn xuống. Chừng nào cần đã. Mai kia tới đó thì mọi việc mình giải quyết. Còn bây giờ chưa tới cứ ngồi nói làm nhảm làm gì. Mà nhất là ngồi thiền, ai cho phép nói chuyện, phải không? Ngồi cứ nói làm nhảm, mai kia làm sao? Một nọ làm sao? Cứ nghĩ như vậy, rồi cứ nói làm thảm ở trống hoài. Đó là cái điên rồ của chính mình, mà mình không hay.

Vọng tưởng là như vậy đó. Nó là cái hư dối, không thật, vô nghĩa nữa. Do đó phải cho nó lặn xuống, chớ không cho nó nhảm nhí như vậy. Muốn cho nó lặn xuống đó thì tự nhiên chúng ta phải có một công phu tu. Ngồi yên tĩnh tảo để nhìn nó và ra lệnh cho nó có hay nó không.

Đó là tôi nói ý nghĩa vọng tưởng mà khi vọng tưởng lắng rồi thì nó sẽ còn cái gì? nó có cái gì? chớ còn lắng xuống hết trơn thì nó vô ích. Ở chỗ này tôi chỉ cho quý vị thấy, đức Phật tôi dẫn trong kinh Pháp Cú, có một đoạn đức Phật kể lại. Đức Phật kể lại rằng: "Ta đã hàng phục tất cả. Ta đã rõ biết tất cả. Ta không nhiễm một pháp nào. Ta xa lìa hết thảy. Diệt dục mà giải thoát và tự chứng ngộ thì còn ai là thầy".

Như vậy Ngài hàng phục được tất cả. Ngài không nhiễm một pháp nào. Ngài xa lìa tất cả. Diệt dục và giải thoát. Tự mình chứng ngộ thì còn ai là thầy (Ngài thành Phật chứng quả đó, ai dạy Ngài. Không có ai là thầy. Như vậy thầy Ngài là ai mà khiến cho Ngài chứng. Đó là chỗ rất quan trọng đối với đời tu chúng ta.

Khi chúng dẹp sạch vọng tưởng rồi thì cái chân thật nó hiện ra và cái sáng suốt tự nó sẵn có, chớ không phải ai chỉ, ai dạy chúng ta được cái đó. Cho nên nhà Thiền gọi đó là Vô sư trí.

Vô sư trí là trí không có thầy. Chúng ta học giáo lý, đó là Hữu sư trí. Rồi chúng ta thực hành được kết quả. Như vậy từ cái hữu sư trí đi tới kết quả là vô sư trí. Chúng ta, theo kinh Pháp Hoa, nhờ được Phật khai thị. Khai là mở. Thị là chỉ. Cái đó tuy là hai nhưng mà cũng là một. Tức là vạch bày cho người ta thấy là khai thị. Khi khai thị đó đương sự hay đương cơ ngộ được. Ngộ được cái lý chỉ cho mình đó. Nhận ra được cái đó thì gọi là ngộ. Ngộ rồi ứng dụng tu để nhập. Cho nên nói "Khai thị ngộ nhập".

Như vậy khai thị là gọi cho chúng ta thấy, chúng ta phát ra cái hữu sư trí. Nhờ khai thị nên cái hữu sư trí chúng ta phát hiện ra. Khi phát ra rồi mới ngộ được cái lý của Phật dạy. Đó là ngộ, ngộ được cái lý Phật dạy rồi ứng dụng tu, đó là nhập. Nhập cái gì? Nhập được cái vô sư trí.

Như vậy khi chúng ta biết vọng tưởng là cái hư dối không thật. Nó đang che đậy tất cả tâm tư, tất cả tâm chân thật của chúng ta. Bây giờ chúng ta biết nó rồi. Biết nó, nhờ giáo lý mà biết. Do đó nhờ khai thị mà chúng ta được biết nó. Khi biết nó rồi chúng ta lại nhận ra rằng nó lặn lẽ xuống. Vọng tưởng không còn thì cái chân thật cái vô sư trí hiện ra. Mà vô sư trí, trong kinh có chỗ nói là Phật tính. Có chỗ nói là chân tâm. Còn trong nhà Thiền thì gọi là Bản Lai Diện Mục. Tên tuy khác nhưng đều chỉ ra cái chân thật đó.

Như vậy khi chúng ta lặn hết vọng tưởng, thì cái chân thật hiện ra, gọi đó là nhập. Là chúng ta thể nhập được cái chân thật đó, gọi là nhập được cái vô sư trí. Như vậy tất cả người tu đều từ hữu sư trí rồi vào vô sư trí.

Trong lúc chúng ta ngồi thiền, chúng ta nhìn thấy những vọng tưởng nó dấy lên rất là ồn ào, rất là phức tạp. Liên miên không dừng. Thấy như vậy là chúng ta có được một cái hay gì chưa? Cái hay là cái chúng ta đã thấy được những đám giặc, phải không? Nó là những đám giặc. Bây giờ chúng ta thấy nó rồi, chúng ta biết nó rồi. Chúng ta không theo nó và cũng không đầu hàng nó.

Đó là cái bước tiến đầu tiên, tuy nó chưa lắng, chưa bớt chút nào, nhưng chúng ta đã có được cái trí. Cái trí do hữu sư, tức là từ Phật dạy, Tổ dạy mà chúng ta biết. Có cái trí đó hiện đang nhìn nó, đang thấy nó. Như vậy mình nhìn thấy vọng tưởng thì cái vọng tưởng là cái bị mình thấy, bị mình biết. Mà bị mình thấy, bị mình biết thì cái gì thấy, cái gì biết? Đó là cái trí hữu sư đang thấy nó, đang biết nó. Mà đã là trí thì cái đó không phải là vọng tưởng. Không phải là hư dối nữa. Nhưng mà cái trí, đó tôi hay thường nói với quý vị, đó là cái dụng của trí. Nhưng ở đây mình có thể nói cho dễ hiểu là cái trí hữu sư. Cái trí đó nó là cái trí mới sinh ra từ những thiện tri thức. Do thiện tri thức hướng dẫn chỉ dạy, chúng ta phát sinh được trí đó, mới biết được vọng tưởng. Khi biết nó đang tiến tới đông đảo mà chúng ta vẫn có cái trí biết đó là chúng ta đã sáng lên một phần rồi. Vì vậy mà không sợ vọng tưởng dấy, nó khởi. Chúng ta chỉ là sợ mình không có trí để biết nó thôi. Cho nên các Thiền sư hay dùng câu: "Không sợ vọng khởi mà chỉ sợ giác chậm" là vậy đó. Giác là trí, phải không. Nó khởi mà mình thấy nó đều đều thì đó là cái hay, cái tốt rồi.



Như vậy quý vị ngồi thiền thấy vọng tưởng là quý vị thua nó hay là thắng nó? Thấy là thua hay thắng? Tuy thấy nó, nó còn đi, mình chưa dẹp được nó nhưng đã thấy nó, là có một bước thắng nó rồi. Thắng nó cho nên mình mới biết nó mà không theo. Chớ mình không thắng thì đâu có biết.

Như vậy hiện giờ người mê chạy theo vọng tưởng. Vọng tưởng dấy lên mình theo nó, thì gọi đó là người mê. Còn bây giờ vọng tưởng dấy lên, mình thấy biết là vọng tưởng, đó là người gì? Người giác. Như vậy thì quý vị thấy vọng

tưởng là quý vị đã giác rồi. Tại sao lại buồn phải không? Phải hiểu cho thật tường tận ý nghĩa thì việc làm quý vị mới không sợ. Mới thấy có sức hăng hái. Chớ còn không cứ nói: "Sao tôi ngồi thiền thấy vọng tưởng không, chán quá!" Đó là chưa có hiểu được. Bởi vì chúng ta bình thường vọng tưởng dấy lên, xúi chúng ta cái gì, chúng ta làm theo cái nấy. Dẫn chúng ta đi đâu chúng ta theo đó. cho nên gọi chúng ta là mê. Bây giờ vọng tưởng dấy lên chúng ta thấy. Chúng ta làm chủ, không theo nó, để cho nó đi mặt nó, thì đó là chúng ta đã giác. Vọng tưởng đi cả hàng mà mình vẫn thấy, không theo nó. Đó là mình giác rồi. Tôi nói thí dụ, như có chú ăn trộm, chú lại làm quen rồi rủ mình, anh đi với tôi hay là chị đi với tôi. Đi làm cái này mau có tiền lắm. Nghe nói vậy rồi mình đi theo. Mình đi theo chú ăn trộm tức là mình bị dụ dỗ. Mà bị dụ dỗ là mình mê hay mình giác tỉnh? Theo kẻ gian dụ dỗ là mê. Còn bây giờ chú ăn trộm tới, 5 chú, 10 chú lên rủ mình đi. Mình không đi mình cười. Thôi tôi biết chú là ăn trộm. Thì mình tỉnh hay mê? Như vậy mình đang tỉnh. Mình đang tỉnh, đang giác, hay quá chừng rồi. Có gì nữa phải buồn, phải không?

Như vậy thấy vọng tưởng không có nghĩa là buồn, không có nghĩa là thôi chí, mà thấy vọng tưởng chúng ta mừng rằng chúng ta đang giác. Đó là một điều nói cho quý vị yên lòng trong lúc tu. Chớ còn không thì quý vị cứ sợ. Sợ vọng tưởng quá! Sao tu 5 năm, 10 năm rồi mà vọng tưởng vẫn còn, chưa có hết. Thật ra không phải bắt nó hết, mà chỉ làm chủ được nó, không theo nó, đủ rồi. Đó là cái thiết yếu.

Như vậy nói đó để quý vị thấy chúng ta tu là để sạch vọng tưởng là lóng lạng từ từ nó hết, chớ không phải chặn đón tiêu diệt nó. Khi mình hết vọng tưởng thì chân thật đã hiện ra. Như trong đây đức Phật nói Ngài hàng phục được tất cả. Tức là hàng phục được nội tâm. Ta đã rõ biết tất cả. Tức là rõ biết tất cả những vọng tưởng. Rồi ta không nhiễm một pháp nào. tức là không theo vọng tưởng. Ta xa lìa tất cả. Tức tham sân si không còn gì hết. Diệt dục mà giải thoát, tất cả những thói ham muốn đều sạch hết, như vậy được giải thoát. mà giải thoát thì tự mình chứng ngộ, chớ không phải ai đem lại cho mình. Mà đã tự mình chứng ngộ thì ai

là thầy, phải không? Không ai là thầy hết. Thầy chỉ là người dẫn đường. Chỉ đường buổi đầu. Còn đạt được kết quả là chính mình. Mình là người đi thẳng vào trí vô sư. Ngộ được trí vô sư rồi nhập được trí vô sư.

Như vậy đó là chủ yếu của người tu Phật không có thầy mà ngộ đạo. Cái trí vô sư đó có là cái sẵn có ở đức Phật. Mà đức Phật là con người, chúng ta là con người. Mà đức Phật có trí vô sư thì chúng ta có không? Bởi vậy Phật mới tuyên bố: "Ta là Phật đã thành. Các ngươi là Phật sẽ thành". Như vậy là quá rõ rồi.

Phật thấy Ngài có trí vô sư cho nên Ngài dứt hết mấy cái này, Ngài liền được ngộ đạo không ai dạy. Cái ngộ đạo đó tức là thể nhập được trí vô sư của Ngài. Mình bây giờ dẹp hết những cái vọng tưởng này thì trí vô sư cũng hiện. Như vậy Phật có, chúng ta có. Cho nên Phật mới tuyên bố Ngài là Phật đã thành, chúng ta là Phật sẽ thành. Như vậy câu đó để nói lên rằng, Ngài đem lại cho chúng ta một lòng tin cao quý đẹp đẽ tuyệt vời. Cuộc đời con người là một cuộc đời vô thường sinh diệt khổ đau. Bây giờ mình còn có cái chân thật, bất sanh bất diệt, mà đức Phật đã có, đã được. Chúng ta đã có mà chưa được là chúng ta chưa trở về đúng như Phật. Chưa được nhưng mình tin rằng mình đã có. Phật có thì chúng ta cũng có.

Như trong đây, Tăng hoặc là Ni, giả sử như 50 người, mà có người nào đó nói rằng: "Tôi có một trí biết được cái hay cái dở của mọi người". Người đó nói có cái trí biết được cái hay cái dở của mọi người, thì tất cả những người chung quanh tin rằng, mình có cái trí đó không? Thì nếu huynh đó có thì tôi cũng có. Nhưng mà giả sử người đó có là tại vì họ sớm, họ khéo tu, họ khéo chuyển những sai lầm, cho nên họ được trí đó. Mình đây khéo chuyển, khéo tu cũng được. Người khác cũng vậy.

Bởi vậy nên đức Phật, Ngài có vô sư trí, mà Ngài khéo tìm, đi thẳng đến. Cho nên gọi là nhập được. Như vậy Ngài đi thẳng đến trí vô sư Ngài nhập được. Muốn đi thẳng vào để nhập trí vô sư thì phải làm sao? Phải buông bỏ. Phải ruồng bỏ hết tất cả các thứ sanh diệt, vọng tưởng. Đuổi nó hết thì Ngài nhập cái đó.

Còn bây giờ chúng ta có đi đúng đường của Ngài hay không? Ngài đi thẳng, Ngài ruồng đuổi, dẹp bỏ hết những điên đảo vọng tưởng. Còn ngày nay chúng ta lại đi theo điên đảo vọng tưởng. Như vậy Phật đi đường gì? Chúng ta đi đường gì? Phật đi đường giác mà chúng ta đi đường mê phải không? Như vậy chúng sinh không đi theo hướng của Phật. Chúng sinh theo vọng tưởng để tạo nghiệp lành, dữ v.v... thì đó là đi đường mê. Còn Phật dẹp sạch vọng tưởng, đi thẳng tới vô sư trí, đó là đi đường giác. Như vậy ai tu mà biết đi thẳng con đường đó là đi theo đường của Phật. Còn đi theo lối khác tức là không phải đi theo đường Phật. Đó, rõ ràng như vậy.

Như vậy khi nào chúng ta nghe theo vọng tưởng dụ dỗ, chạy theo nó, làm những việc này việc kia, thì khi giựt mình, chúng ta thấy làm sao? Nãy giờ chúng ta mê, bị vọng tưởng lôi kéo. Bây giờ chúng ta mê bị vọng tưởng lôi kéo, khi chúng ta gần chết thì sao, cái gì lôi kéo? Đó là cái thật đáng sợ. Tất cả chúng ta khi còn có đủ sức khỏe. Tâm tính còn sáng suốt, thì cái sống hiện tại đây chúng ta biết đè nén những cái xấu, cái dở. Biết cố gắng làm cái hay, cái tốt. Nhưng khi chúng ta già yếu, không còn nghị lực nữa thì tất cả những cái gì chúng ta tích lũy ở nội tâm mình, những cái buồn, giận, thương, ghét v.v... những cái đó càng nhiều, thì lúc đó nó trỗi dậy. mà nó chỗi dậy thì chúng ta theo nó. Theo nó cho nên nhắm mắt thì nó dẫn chúng ta đi. Đi luân hồi là đi theo cái đó. Cho nên chúng khéo tu là phải làm chủ được nó. Làm chủ nó thì khi chúng ta yếu rồi, tinh thần không còn mạnh, không còn sáng nhưng cái tập khí cũ hết. Hết thì chúng ta mới đi con đường sáng suốt được. Còn không thì chúng ta lệ thuộc vào sự hướng dẫn, lôi kéo của nó. Đó là cái hết sức là thiết yếu.

Như vậy chúng ta hiểu được ý nghĩa này thì khi nói đến tu là chúng ta phải trở về với tánh giác. Đó là tôi nãy giờ dẫn trong kinh cho quý vị thấy. Vô sư trí tức là tánh giác hay chỗ khác gọi là Phật tánh đó.

Nhưng các Thiền sư, nhất là Thiền sư Toàn Khoát, nói với Ngài Tuyết Phong một câu này, tôi thấy nó quá hay, nó thâm thía làm sao. Khi Ngài Tuyết Phong kể lại những nơi Ngài đến, Ngài nghe các vị thiện tri thức dạy, Ngài nhận

được, Ngài hiểu được. Khi trình bày cho Ngài Toàn Khoát nói câu này. Nói rằng: "Từ cửa vào không phải của báu trong nhà". Cái câu đó nó quá hay. "Từ cửa vào không phải của báu trong nhà", quý vị nghĩ làm sao? Cửa báu trong nhà là sẵn trong tủ, trong rương phải không? Nằm trong tủ trong rương của mình mới gọi là của báu trong nhà. Còn người ta đem ở ngoài vô, làm sao nói của báu trong nhà được.

Bất cứ từ một vị thầy, từ một thiện tri thức nào đó mà mình nhận được một ý hay, mình nói đó là mình ngộ, đó là mình đạt đạo, thì cái đó chỉ là hữu sư trí thôi. Chưa phải là thật cái trí của mình. Trí của mình, trí vô sư đó, là phải tự mình sau khi lóng lạng được cái tâm vọng tưởng rồi, tự nó sáng, tự nó phát ra. Cái đó mới thực là của mình. Đó là cái trí vô sư.

Như vậy chúng ta mới thấy từ Phật đến các Thiên sư có khác không? Phật đã kể cho chúng ta thấy rõ Ngài hàng phục nè! Ngài giết nè! Ngài không nhiễm tất cả các pháp. Rồi Ngài diệt hết tất cả dục vọng. Ngài đến giải thoát. Đó là Ngài tự tu, tự chứng. Tự tu, tự chứng thì còn ai là thầy. Như vậy cái đó là vô sư trí. Tự nơi mình nó hiện ra. Vậy thì vô sư trí đó không phải do ai dạy, ai chỉ, mà chính do mình. Hiểu được chỗ đó rồi chúng ta mới thấy Phật, Tổ đều đưa chúng ta đến chỗ cứu cánh chân thật. Đó là cái của báu nhà mình đó. Của báu nhà mình tức là không có cái gì do bên ngoài đem đến hết mà nó sẵn ở trong con người chúng ta. Như vậy đã nói là sẵn có, thì tôi sẵn có, tất cả quý vị cũng sẵn có. Không ai thua ai. Mà chỉ có điều là người biết trở về và người chưa biết trở về. Hoặc người trở về được hai phần đường và người mới bắt đầu trở về. Nó khác ở chỗ đó thôi. Chớ không phải người này có người kia không. Mà ai cũng bình đẳng. Ai cũng có như nhau.

Như vậy chúng ta mới thấy cái giá trị tuyệt vời của đạo Phật là cái đạo chỉ cho tất cả chúng ta bình đẳng, có tánh giác, không ai hơn không ai kém. Bình đẳng trên tánh giác. Như vậy chúng ta là người học Phật, tu Phật, giả sử được duyên tốt, sớm ngộ, sớm đạt đạo, thì chúng ta dám khinh người này người kia không? Mình

đạt đạo sớm là duyên của mình tỉnh sớm. Người kia muộn thì duyên họ tỉnh muộn. Chớ ai cũng có thể đạt đạo được hết. Chớ không có một người nào không đạt đạo.

Như vậy từ câu này chúng ta mới thấy đạo Phật nhìn tất cả mọi người, dù cho theo tôn giáo nào, theo nhóm nào, một hội nào v.v... họ cũng đều có Phật tánh. Họ đều có tánh giác như mình hết. Không ai thua mình, không ai đáng cho mình khinh khi. Mà ai cũng đều như nhau, bình đẳng không khác. Như vậy chúng ta bình đẳng ở trong con người tu hành như nhau. Mà cũng bình đẳng với tất cả người bất cứ ở một lãnh vực nào, cũng đều bình đẳng như nhau. Không bao giờ dám nói tôi theo đạo Phật là giác, còn huynh kia theo đạo khác là mê, không phải, ai cũng có tánh giác, mà chỉ biết trở về sớm hoặc trở về muộn hay chưa chịu trở về thôi, phải không? Người sớm, người muộn, người chưa chịu trở về. Mai kia người ta tỉnh, người ta trở về thì cũng giống hết mình, không khác gì hết. Đó là một cái nhìn tường tận, thấu đáo của đạo Phật, giúp cho cho chúng ta có một cái tâm đối với tất cả mọi người không có dám tự cao, không dám khinh miệt ai hết. Đó là một điều hết sức thiết yếu.

Nãy giờ tôi nói về lóng lạng vọng tưởng để mà nhận ra bản lai diện mục của mình. Hỏi tại sao phải lóng lạng vọng tưởng? Tôi đã nói rồi. Bởi vì một cái quan trọng nữa là, vọng tưởng nó che lấp tánh giác của mình. Cho nên mình có tánh giác mà không bao giờ thấy.

Tôi thí dụ như đêm rằm Trung Thu này. Đêm rằm Trung Thu thì quý vị biết đêm rằm có trăng hay không? Trên trời lúc nào không trăng, phải không? Đêm rằm thì trên trời lúc nào không trăng, nhưng mà tại vì mây. Mây nó dày, nó đen kịt. Nếu mây dày, đen kịt thì chúng ta thấy trăng không? Chúng ta không thấy mặt trăng là tại không có mặt trăng hay là tại mây? Ồ! Tại mây. Thì cũng như vậy, mây như hồi nãy tôi dụ, mây cũng như vọng tưởng, từng lớp, từng lớp. Chúng ta bây giờ thấy được vọng tưởng là nhờ hữu sư trí. Như vọng tưởng che phủ vô sư trí của mình đi, cho nên mình muốn tìm vô sư trí, tìm không ra. Chỉ thấy chú vọng tưởng kéo từng giây, từng giây tới. Nó che hoài hoài thì không thấy được vô sư trí.



Bây giờ đây chúng ta muốn thấy được vô sư trí, chỉ khi nào vọng tưởng mỏng hoặc nó bớt đi. Như đêm rằm mà chúng ta thấy trên bầu hư không, thấy mây đen kịt, nó cứ liên tục, liên tục thì không bao giờ chúng ta thấy ánh sáng mặt trăng. Nhưng bỗng một lúc nào đó, có một cụm mây qua rồi, nó có khoảng trống thừa. Khoảng trống thừa đó chúng ta thấy sao? Có lóe ánh sáng phải không? Nếu mà thừa dài dài chúng ta nhìn thấy mặt trăng. Còn thừa mà sơ sơ chúng ta thấy một chút ánh sáng.

Đó là nói như vậy để quý vị thấy rằng vọng tưởng nó che phủ làm cho chúng ta không thấy được tánh giác. Cũng như mây che phủ chúng ta không thấy mặt trăng. Ngày nay chúng ta muốn thấy được tánh giác, muốn nhận ra tánh giác, thì tự nhiên chúng ta phải tìm cách để lóng lặng vọng tưởng xuống. Điều đó không thể thiếu được. Mà tìm cách lóng lặng vọng tưởng là nói tới điều mà chúng ta phải ứng dụng tu. Tức là lóng lặng vọng tưởng bằng cách nào? Là câu thứ hai tôi nói khi nãy. Nhưng mà bây giờ nói tới vọng tưởng nó đang che lấp tánh giác chúng ta. Giống như là mây, đang che khuất mặt trăng. Như vậy chúng ta muốn thấy được mặt trăng, mà cái muốn thấy mặt trăng đó là con mắt. Cũng như vậy chúng ta muốn nhận ra, tìm cho ra được bản lai diện mục hay là cái vô sư trí, phải không? Thì đó cái mình muốn tìm đó là hữu sư trí. Nhưng khi phăng tìm nó lại bị đội, bị dừng lại, chận lại vì cái vọng tưởng. Vì cái vọng tưởng mà chận lại. Bây giờ chúng ta phải làm sao cho vọng tưởng này bị mòn, bị mỏng, được tan đi thì vô sư trí hiện đủ. Khi chúng ta tìm nhận ra được vô sư trí rồi thì cái hữu sư và vô sư không còn hai nữa. Cũng như khi chúng ta thấy mặt trăng rồi thì trong bầu trời chỉ có một mặt trăng, chứ không có cái gì khác. Sự che phủ này lâu nay chúng ta bị mê lầm, chúng ta không biết, nên chúng ta chấp nhận sự che phủ đó là chúng ta. Cho nên muôn kiếp không thấy được vô sư trí hay là cái tánh giác. Chính vì vậy mà trong kinh Lăng Nghiêm, đức Phật cũng nói về cái nghĩa khách trần, tôi thấy nó quá hay..

Bây giờ tôi hỏi quý vị, khi mình ngồi thiền mình thấy vọng tưởng. Có người nào không thấy không? Nếu không thấy vọng tưởng là đang theo nó, phải không? Còn thấy được vọng tưởng là mình thấy. Mình thấy thì vọng tưởng là cái bị thấy.

Còn cái hay thấy không phải là vọng tưởng, phải không? Cái bị thấy là vọng tưởng. Mà cái hay thấy không phải là vọng tưởng. Như vậy cái hay thấy được vọng tưởng đó, cái đó không phải là vọng. Mà nó là một cái sáng suốt, một cái trí tuệ mà tôi nói nãy giờ đó. Là cái hữu sư trí mới đó. Nhờ có hữu sư trí mới biết có vọng tưởng mới thấy được vọng tưởng. Bởi thấy vọng tưởng nên vọng tưởng không phải là mình. Vì nó là cái bị thấy. Có bao giờ nói tôi thấy bình hoa, mà nói thấy bình hoa, nói bình hoa là tôi được không? Bình hoa là cái bị thấy phải là cái bên ngoài. Mà tôi là cái hay thấy. Như vậy thì nói thấy bình hoa thì bình hoa không phải là tôi. Bây giờ thấy vọng tưởng thì vọng tưởng là tôi được không? Nhưng bây giờ quý vị có bị nó dẫn không? Nó không phải là mình thì tại sao lại bị nó dẫn. Đó là mê phải không? Bởi mê nên chạy theo nó, rồi nó dẫn mình.

Như vậy chúng ta tu là thấy được vọng tưởng, biết nó là cái bị mình thấy. Cho nên trong kinh Lăng Nghiêm Phật mới nói "Khách Trần". Khách là sao? Trong đó Phật dạy rõ. Nghĩa là như người có việc đi tới nhà nghỉ. Dừng lại ở nghỉ một đêm, người nghỉ một đêm, sáng họ quảy hành lý họ đi. Người tới nghỉ rồi đi thì gọi đó là khách. Còn người chủ nhà nghỉ đó có đi không? Không đi. Đó là chủ.

Như vậy cái thấy vọng tưởng nó có đi không? Nó có sanh diệt như vọng tưởng không? Vọng tưởng qua mắt, qua mắt cái này tới cái kia thì đó là khách. Còn cái thấy vọng tưởng không phải là khách, mà có thể tạm nói là chủ, phải không?

Như vậy thì đó là một cái thí dụ cho chúng ta thấy hết sức là rõ. Tất cả vọng tưởng là cái bị thấy. Là không phải chúng ta. nó là cái bị chúng ta biết, chúng ta thấy. Như vậy đừng lầm cho nó là mình. Vọng tưởng gồm hết: Tham, sân, si, mạn, nghi, ác kiến rồi đủ thứ. Những cái đó đều là loại vọng tưởng. Như vậy mình biết nó là cái bị mình biết, thì mình không có lầm mê, chạy theo nó. Đó là tôi thí dụ khách.

Còn trần thì Phật nói thí dụ: Như sáng sớm mặt trời lên từ phương Đông, có ánh sáng soi vô trong nhà theo kẻ hở. Mình nhìn chỗ kẻ hở ánh sáng soi vô đó sẽ thấy. Mình thấy cái gì? Thấy bụi trong hư không lẳng xăng, lẳng xăng, lẳng xăng.

Như vậy bụi trong hư không lắng xuống, lắng xuống đó, Phật gọi là “Trần”. Bụi là cái lắng xuống, là cái động. Động cho nên cái tướng sinh diệt. Còn cái hư không chứa bụi đó, thì cái hư không đó có động không? Không động. Mà không động cho nên không sanh diệt.

Cũng như vậy chúng ta thấy vọng tưởng lắng xuống, đến đi. Còn cái thấy, hay thấy, nó không có đến đi. Như vậy quá rõ rồi. Nghĩa là ngay nơi đó chúng ta đã biết cái gì hư, cái gì thực. Ngay nơi bản thân mình, trong những giờ phút ngồi tu, thấy rõ không có nghi ngờ.

Như vậy tất cả chúng ta biết rõ rồi thì bây giờ phải làm sao cho vọng tưởng lắng xuống đây? Muốn vọng tưởng lắng xuống, thì tôi đặt câu hỏi, lóng lạng vọng tưởng bằng cách nào? Thì đây có những cách:

Cách thứ nhất là biết rõ vọng tưởng tiếp nối, là nguồn gốc của sanh tử. Nhìn xem sự sanh diệt của nó thôi không cần làm gì nữa. Nghĩa là thấy rõ vọng tưởng là cái gốc của sanh tử, nó liên tục tiếp nối như vậy. Nó là cái gốc của sanh tử, thấy rõ nó. Nó hiện bao nhiêu thấy bấy nhiêu, thấy rõ ràng. nhìn tường tận nó, không có lệ thuộc, không có theo, không có diệt. Bởi vì chúng ta quan niệm sai lầm rằng "Diệt vọng tưởng". Đó là quan niệm rất sai lầm. Đã vọng thì dối. Dối làm sao mà diệt được. Cũng như mây là không thật, chúng ta muốn đập nó cho nó nát, không được. Cho nên nói tới vọng tưởng là nói cái khéo lóng lạng lần lần cho nó lắng xuống. Chớ không có chạy theo.

Bởi vậy cho nên đầu tiên là chúng ta có cái nhận xét tường tận. Vọng tưởng là cái nguồn gốc của sanh tử. Còn niệm khởi là còn sanh tử. Biết rõ như vậy, không còn nghi ngờ gì hết. Chúng ta biết như vậy rồi, chúng ta không có lệ thuộc, chúng ta không có chạy theo. Còn nếu mình không biết, mình cứ nghĩ rằng vọng tưởng là mình, thì mình lệ thuộc, mình chạy theo. Đó là cái bước đầu để đi vào lúc tu lóng lạng vọng tưởng.

Rồi tới bước thứ hai là chúng ta phải thấy, niệm trước vừa lắng, niệm sau chưa sanh. Khoảng hở trống là hiện thân của bản lai diện mục. Quý vị nhớ, niệm trước nó dấy lên, dấy lên rồi nó lắng. Sau có niệm nữa. Nhưng mình được 3 phút,

5 phút niệm thứ hai. Thì cái khoảng 3 phút, 5 phút đó là cái gì, thì cái không phải vọng tưởng, mà mình thấy vọng tưởng này lặng, vọng tưởng kia sanh. Lúc đó chỉ còn có cái thấy của mình, phải không? Chỉ còn cái thấy của vọng tưởng, cái thấy để thấy vọng tưởng. Cái thấy đó là đã hiện thân cả cái bản lai diện mục rồi. Còn cái gì, có gì mà buồn.

Như vậy thì cứ vọng tưởng này lặng, cái hờ trống hoặc là nửa phút hoặc 1 phút, mình thấy được khoảng lặng đó thì mình cười, hay là mình hiện tiền. Như vậy đó là một bước tiến để cho chúng ta không còn sợ. Nói mình tu sao không có kết quả. Quý vị thấy có kết quả chưa? Có ai ngồi mà cứ liên tục không có hờ một chút nào không? Chắc có hờ. Hờ nhiều, hờ ít, phải không? Nghĩa là có cái này lặng, rồi một chút cái kia khởi lên.

Tại vì mình có cái khổ, cứ thấy vọng tưởng mà không thấy mình. Cũng như thấy tay chứ không thấy cái thấy, phải không? Mình cứ quên mình mà chạy theo vật. Cũng như quên mình mà chạy theo vọng tưởng. Bởi vậy nên vọng tưởng có thì tưởng như là mình có. Vọng tưởng lặng tưởng như mình không có. Như bây giờ mình thấy rõ ràng, vọng tưởng có, vọng tưởng lặng. Mà khi vọng tưởng lặng, trong khi chưa có cái thứ hai, thì khoảng đó là ai, ai đang hiện hữu? Ai hiện hữu lúc đó? Như vậy thì còn gì mà sợ, còn gì mà nghi. Nghĩa là vọng tưởng không có. Tôi nói ví dụ không có vọng tưởng là không có khách. Không có khách mà ai ngồi thấy được vọng tưởng không có. Thì ông chủ hiện tiền. Như vậy đó là bản lai diện mục đang có mặt chứ đâu phải là không có. Nó đang có mặt mình không biết. Như vậy quý vị thấy, chúng ta nhận biết được như vậy đó là chúng ta đang tu, mà vui với cái tu. Nghĩa là chỉ cần lâu lâu hé một chút mừng, hé một chút là mừng. Chớ còn mình tại bây giờ cứ điểm mặt vọng tưởng không hà. Bởi vậy nên từ khi ngồi cho tới khi ra nhớ vọng tưởng. Hết chú này tới chú kia, tới chú nọ. Không bao giờ biết có mình. Bây giờ phải nhìn lại. Nghĩa là khi vọng tưởng này lên, rồi lặng, tới vọng tưởng rồi khoảng hờ giữa này, lúc đó mình đang hiện tiền. Như vậy mình hiện tiền nhiều hơn là vọng tưởng chớ, phải không? Như vậy thì quý vị mới thấy,

mình tu là có kết quả thực tế, chứ không phải mình đang làm chuyện không công vô ích. Có kết quả thực sự chứ không phải là không công.

Bởi vì lâu nay nhiều khi tôi nghe quý vị than, nói sao mà từ vô ngồi tới ra, tới xả, thấy vọng tưởng không hà. Bởi vì tại nhìn nó thì thấy nó, phải không? Giả sử bữa nay mình thấy 100 chú trong 2 giờ đồng hồ. Mai mình thấy có 90 chú hà. Mà cũng là thấy vọng tưởng. Một còn có 70 chú cũng là thấy vọng tưởng. Bởi vì mình cứ thấy vọng tưởng, là quên mình. Bây giờ mình phải thấy, khi không có vọng tưởng là lúc đó mình đang hiện tiền. Như vậy cộng lại những khoảng hờ đó, dồn lại coi nhiều hơn vọng tưởng hay không? Như vậy mình hiện ra nhiều hơn là vọng tưởng. Như vậy là thấy mình. Tại quên mình cái kiểu thấy tay. Cho nên hết tay rồi không thấy đó. Rồi cứ có đưa tay có thấy, không đưa tay là không thấy. Cứ như vậy mà mình cứ thấy tay hoài. Mà không thấy cái hay thấy thấy tay. Mình quên cái hay thấy vọng tưởng, cho nên khi vọng tưởng hờ, khoảng nào cái khoảng hờ là chủ đang hiện tiền. Bởi vì đâu có cái gì làm cho mờ. Còn vọng tưởng lên, thấy nó cho nên mờ, quên cái mình đi. Đó là cái lẽ thật cho tất cả quý vị hiểu. Rõ ràng không có nghi ngờ. Như vậy là tu đó. lóng lảng như vậy đó là tu.

Rồi một điểm thứ ba nữa, mình phải thấy rõ, nhận đúng sự thật, vọng tưởng là hư dối, không theo. Không theo vọng tưởng là đang sống với cái chân tâm bất sanh bất diệt. Nghĩa là mình không theo vọng tưởng là mình đang sống với cái chân tâm hay là đang sống với cái chân tánh, thực tánh của mình. Không theo vọng tưởng là đang sống với cái thực tánh của mình. Chớ không có gì lạ hết.

Tại sao nói không theo, bởi vì thấy nó, nó đi rồi thôi, thì cái thực tánh mình nó hiện tiền. Như vậy mình đang ngồi trong cái tánh giác. Mình đang sống với cái tánh giác, chứ mình không phải đang sống với vọng tưởng. Như vậy thấy vọng tưởng để biết mình; chứ không phải thấy vọng tưởng để rồi biết vọng tưởng, thấy vọng tưởng để biết khi có khi không, và mình luôn luôn là hiện tiền. Đó là cái ý biết vọng tưởng, nhận chân nó là hư dối không theo, thì đó là đang sống với chân tâm bất sanh bất diệt của chính mình, chứ không có gì hết. Đó là 3 điểm ứng dụng để cho chúng ta tu. Không có nghi ngờ gì.

Rồi đến chặng thứ ba đây là dứt sạch tập khí muôn đời. Từ cái thứ hai đến cái thứ ba này là cái tinh thần Thiền tông rồi đó. Đi thẳng trong Thiền tông. Trong Thiền tông khi mình nhận được mình có cái bản lai diện mục rồi. Giả sử lóng được vọng tưởng xuống, lặng rồi, thì lúc đó là lúc mình xong việc hết, mình đã thành công viên mãn chưa? Tuy là mình thấy vọng tưởng không còn, nhưng mà vẫn còn phải tu, phải cố gắng, phải dứt hết tập khí.

Chữ tập khí ở đây, nói cho quý vị dễ hiểu, chữ tập là nhóm hợp. Khí là cái hơi. Những tập khí là những hơi, nó nhóm hợp lâu thành ra một cái gì thấm sâu ở trong. Nên trong sách, trong kinh hay thí dụ, như tay chúng ta nắm một con cá gì mà tanh nhiều. Chúng ta nắm chừng 5 phút buông ra thì tay hơi ít phải không? Nắm tới 10 phút, nắm tới 1, 2 giờ đồng hồ buông ra thì tay làm sao? Nếu nắm con cá hơi nhiều, tanh nhiều, tới 2 giờ đồng hồ, khi chúng ta buông cá ra, rồi lấy nước rửa, rửa sạch, đưa tay vô mũi người, còn tanh không? Cái nhớt, cái dơ nó hết, nhưng còn hơi của nó đó vẫn còn thấm. Bởi vậy cho nên phải rửa xà bông 5, 3 lượt nó mới hết. Vì vậy cái còn thấm mà không có hình tướng, cái đó gọi là tập khí. Chỉ có cái hơi thôi. Hơi mà nó vương, thấm sâu quá thì cái hơi đó khiến cho mình khó mà quên. Khó mà làm chủ được. Vì vậy nên nói tập khí.

Tôi nói thí dụ như trong kinh Ngài Ca Diếp là một vị đại A La Hán trong thời Phật. Ngài được Phật tán thán vô cùng. Thế mà khi thần A Tu La đến đánh nhạc trong hư không, cái làm sao? Ngài đứng dậy, Ngài múa.

Một vị A La Hán là giới hạnh nghiêm chỉnh vô cùng thì đâu có dám ca múa. Ca múa là phạm phải không? Như vậy trong cái đó là không có thể làm. Mà khi nghe đánh nhạc rồi Ngài bắt chợt đứng dậy múa. Các vị khác hỏi Phật tại sao Ngài Ca Diếp đạo đức như vậy, mà lại còn múa theo tiếng nhạc. Phật nói đó là tập khí nhiều đời của Ngài Ca Diếp. Nói vậy để quý vị biết cái tập khí.

Thí dụ: Bây giờ ở thế gian người nào là nhạc sĩ, ca sĩ, rồi bây giờ xuất gia đi tu. Vô chùa giữ giới rất nghiêm chỉnh. Giả sử hôm nào đó có mấy người ca sĩ, nhạc sĩ tới, họ đánh nhạc, họ ca những bài hơi giựt mạnh đó, thì mấy người đó làm sao? Chân có nhịp không?

Như vậy để thấy cái tập khí mạnh lắm. Nó bất chợt chớ không có dụng ý gì hết. Nó phát ra mình không ngờ. Cho nên khi mình tu, mình ngộ được chân tâm. Mình nhận ra được cái bản lai diện mục rồi, đừng tưởng như vậy đã xong. Mà còn phải nhiều năm để lóng sạch cái tập khí. Tập khí lóng được rồi, sạch rồi thì chừng đó mới là xong việc. Còn chưa lóng sạch thì chưa xong việc đâu.

Nên gần đây cũng có một ít người tu, lâu lâu cũng lộ dạng một chút gì đó. Họ thấy, họ tin rằng họ thấy được cái thật. Thấy được rồi hài lòng. Ngang đó muốn tung hoành. Càng tung hoành thì gặp cảnh dễ sân thì cũng nổi sân. Gặp cảnh đáng buồn thì cũng buồn. Là tại vì cái tập khí chưa hết. Rốt cuộc một thời gian rồi cũng như ai. Cái gì mình thấy nó bị mờ.

Bởi vậy nên tu, khi ngộ rồi, còn phải nhiều năm nỗ lực tu nữa để cho sạch tập khí. Chúng ta phải nhớ Ngài Trần Tôn Túc nói làm sao? Ngài dặn rằng:

-Việc lớn chưa sáng như đưa ma mẹ. Việc lớn đã sáng như đưa ma mẹ.

Mới nghe thì như mâu thuẫn "Việc lớn chưa sáng" tức là chúng ta chưa ngộ được bản lai diện mục của mình. Đó là chưa sáng việc lớn thì lúc đó phải đem hết tâm lực tu hành, giống như người đưa đám ma mẹ. Lúc đó không còn cái niệm gì khác hơn là nghĩ tưởng tới mẹ. Thì cái này cũng vậy, chúng ta tu chưa được ngộ đạo thì không còn cái gì khác hơn là phải chăm chăm tu hành để cho được ngộ đạo. Đó là "Việc lớn chưa sáng" như đưa ma mẹ.

Nhưng mà "Việc lớn đã sáng" tại sao cũng "Như đưa ma mẹ?" Đã sáng tức là ngộ rồi. Ngộ rồi thì chuyện xong rồi, còn gì mà như đưa ma mẹ. Đó là nói rằng khi mình ngộ rồi nhưng tập khí chưa có hết, chưa có sạch. Chúng ta phải cố gắng dẹp sạch. Chúng ta phải cố gắng dẹp sạch cái tập khí. Lúc đó cũng là luôn luôn chăm chỉ nhìn ngó, vừa có một cái máy động thói quen cũ, là mình phải dẹp liền, bỏ liền, chớ không có hờ hững, không có lơ là. Cũng như đưa ma mẹ vậy.

Bởi vậy ai mà nói ngộ rồi thông thả, tự do hoành hành, thì tôi lắc đầu thôi. Chớ không có tin. Phải là 5 năm, 10 năm để tất cả tập khí mình nó sạch. Thí dụ như mình quen cái nóng. Ngộ đạo thì ngộ mà cái nóng nó vẫn còn. Gặp việc thì nó cũng nổi dậy. Bây giờ phải làm sao dòm chừng, xem xét, tìm kiếm cho nó kỹ, cho

nó thấu đáo. Khi gặp việc trái ý, có nó ló dạng như thế nào, nó còn tới cỡ nào, mình nhìn cho kỹ, thấy cho tường tận thì chừng đó mình biết, mình đánh giá nó còn nặng hay còn nhẹ. Chừng nào gặp những cảnh trái ý 100% mà mình vẫn thản nhiên tự tại thì chừng đó mình mới gật đầu cười. Tới đây mình mới là tự tại, mới là tự do. Đó mới là lúc buông lỏng tay vào chợ được. Chớ còn trước kia chưa, chưa có phải là người buông lỏng tay vào chợ. Hiểu vậy thì quý vị mới thấy cái chủ yếu của sự tu hành. Chớ không thì chúng ta lại không biết tu tới đâu để mà dừng, tới đâu mà được thành thoi. Tưởng rằng mình thấy được cái đó là mình được thành thoi rồi. Chưa đâu, còn tập khí nó nặng nề lắm. Mình phải ráng theo dõi, dẹp trừ nó.

Cho nên cái câu của Ngài Trần Tôn Túc nhắc đó, là cái câu rất quan trọng đối với người tu. Bởi vì đa số người tu chúng ta cứ hài lòng rằng mình đã biết mình, đã thấy có cái chân tâm, có cái Phật tánh. Rồi cứ hài lòng, rồi đem nói, đem dạy mà chính bản thân mình chưa có sạch tập khí. Cho nên khi đụng việc thì mọi cái gì dở, cái gì xấu, nó cũng hiện ra rõ ràng. Chưa có hết. Rồi mình nói mình ngộ đạo. Người ta nghe, người ta khen. Nhưng mà gặp cảnh đó rồi người ta thấy:

-Ừa! Sao thầy cũng giống như tôi. Thầy nói thầy ngộ, mà sao gặp cảnh trái tôi giận, thầy gặp cảnh trái thầy cũng giận. Vậy có khác gì đâu.

Người ta đánh giá cái ngộ không có giá trị. Người ta tưởng ngộ cũng như không ngộ vậy thôi. Đó là một cái rất là nguy hiểm. Cho nên ai vội vàng cứ tưởng rằng như vậy mình đã xong. Thì đó là cái nguy hiểm. Làm mất hết giá trị quý báu của người tu. Nên mình thấy được rồi mà mình còn phải bao nhiêu năm để rèn luyện nữa. Chừng nào tất cả cái gì nghịch cảnh, thuận cảnh đến với mình, mình vẫn thản nhiên tự tại. Không có bận bịu, không có dính một chút xiu nào, như vậy mới thực là thứ thật .

Đó là chuyện không phải dễ. Bởi vậy nên tôi nói quý vị phải thuộc lòng bài kệ mà tôi đã dẫn nhiều lần ở trong sách:

Đốn ngộ tuy đồng Phật

Đa sanh tập khí thâm



Phong đình ba thượng dừng

Lý hiện niệm du xâm.

Đó là bài kệ rất là thực tế. Hết sức là thiết yếu. "Đốn ngộ tuy đồng Phật" nghĩa là chỗ mình thấy giống như Phật rồi. Phật thấy làm sao, mình cũng thấy như vậy. Phật nói cái gì mình hiểu hết. Như vậy đốn ngộ đồng Phật rồi.

Nhưng mà khác với Phật ở chỗ "Đa sanh tập khí thâm". Nhiều đời cái tập khí sâu dày quá đi. Bởi vậy nên Phật ngộ như vậy, rồi đi tới đâu bị người ta hành hạ, mắng chửi Ngài vẫn thản nhiên. Còn mình cũng ngộ, mà đi tới đâu bị người ta mắng chửi thì mình nổi sân đùng đùng, phải không? Như vậy đó tuy cái thấy thì đồng mà tới gặp việc lại khác. Nó không giống. Là tại vì tập khí chúng ta quá sâu dày.

"Phong đình ba thượng dừng" tức là gió dừng rồi. Chúng ta ra biển thấy đó, một trận dông thổi qua, sóng dưới biển dậy ầm ầm. Trận dông qua rồi (nó qua rồi tức là hết) nhưng mà 15 phút, 20 phút sau sóng vẫn còn ầm ầm, chưa có hết, phải không? Cũng như vậy khi chúng ta ngộ đạo thì cái mê nó hết rồi nhưng mà tập khí nhiều đời vẫn còn. Sức mạnh nó vẫn lôi kéo, thúc đẩy ta, chúng ta không làm chủ được. Như vậy cho nên phải nỗ lực, phải tu hành, chớ không thôi được. Đó là một điều rất thiết yếu.

Kế đó nữa "Lý hiện niệm du xâm". Lý đó là chỉ cho tánh giác, tính thật mà này giờ tôi chỉ cho quý vị thấy, một cái khoảng hở của niệm này niệm kia đó, là cái tánh giác có hiện tiền trong đó. Cái đó mình nhận ra được rồi nhưng mà niệm này niệm kia cứ liên tục, cho nên chưa có dừng, chưa có hết.

Như vậy thì chúng ta tuy được một cái phúc duyên lớn, thức tỉnh giác ngộ. Nhưng mà thức tỉnh, giác ngộ rồi, chưa phải là chúng ta hết tất cả những cái thói quen, những cái tật xấu của muôn đời còn để lại. Cho nên chúng ta phải nỗ lực, phải tu hành, chùng nào những thói quen, những tật xấu đó hết, chùng đó chúng ta mới yên lòng mà ngồi chơi ở dưới cội cây. Hay là nói theo những thuở xưa là ngồi thối sáo trên lưng trâu chẳng hạn. Mình bao giờ được như vậy thì chùng đó mới

yên ổn, mới làm mọi Phật sự không có trở ngại. Đó là lời kệ mà chư Tổ hồi xưa đã kinh nghiệm dạy chúng ta phải nhớ, không có nên quên.

Nhưng bây giờ trong khi muốn làm sạch tập khí đó, phải làm sao đây? Đó là một câu hỏi. Muốn sạch tập khí đó phải làm sao cho nó sạch. Ở đây chúng ta dẫn lời của Tổ Lâm Tế dạy. Tổ Lâm Tế dạy làm sao? "Tùy duyên tiêu cự nghiệp", rồi gì nữa? "Nhậm vận trước y xiêm". Đó là chúng ta tu để lặn hết những cái thói quen, tập khí cũ.

Tùy duyên tiêu cự nghiệp,

Nhậm vận trước y xiêm.

Đó là việc làm Phật làm Tổ mà Ngài nói với ông Thường Thị đó, phải không? Chúng ta ở đây dạy làm Phật làm Tổ bằng cách là "Tùy duyên tiêu cự nghiệp". Tùy duyên tiêu cự nghiệp là làm sao? Nói thì dễ, thuộc lòng cũng dễ mà hỏi làm sao thì không biết.

"Tùy duyên tiêu cự nghiệp". Chữ duyên đây là chỉ cho mọi sự việc xảy đến với mình. Mọi sự việc xảy đến với mình, tốt xấu, hay dở, phải quấy mọi cái đó nó đến với mình. Mà đến với mình đó, tỷ dụ như cái xấu đến với mình, mình phải làm sao? Làm sao gọi là tùy duyên? Xấu đến với mình, rồi cái tốt đến với mình, mình phải làm sao là tùy duyên. Như vậy tốt đến thì nhận đó là tốt. Xấu đến thì nhận đó là xấu. mà không có cái niệm mừng được cái tốt. Giận bị cái xấu. Thì đó là biết tùy duyên. Cái gì nó đến thì cứ đến, rồi qua.

Còn mình bây giờ thì sao? Tốt đến thì vui, xấu đến thì buồn, phải không? Bởi vậy cho nên chưa phải là tùy duyên. Tùy duyên thì không có dính, không có mắc.

Giống như các vị chư Thiên mà rải hoa tở trong hội của Ngài Duy Ma Cật đó. Năm hoa chư Thiên rải hoa trúng các vị A La Hán nó dính. Qua các vị Bồ tát rớt tuốt. Rớt tuốt đó là tùy duyên đó. Còn dính là còn kẹt, còn chấp. Chấp là không phải tùy duyên. Như vậy tùy duyên này nó quá rộng, mà nó quá hay. Sống tùy duyên là tốt đến, xấu đến, hay đến, dở đến, phải đến, quấy đến, cái gì đến, đến thì cứ đến nhưng mà không dính một cái gì hết. Đó là cuộc sống tùy duyên.

Quý vị kiểm lại mình coi có tùy duyên được chưa? Chừng nào mà tất cả cái đó đến tự tại, không có một chút gì vương bận, không có một chút gì nhiễm ô, thì đó mới thực là tùy duyên. Mà tùy như vậy, lâu ngày cái nghiệp cũ lần lần nó hết. Mà nghiệp cũ hết đó là do mình khéo tùy duyên. Bởi vì cái nghiệp cũ mình đâu phải mình có mặt mới đời này, mà tới vô số kiếp rồi, thì bao nhiêu thứ: nào thương nào ghét nào đù thứ nó còn. Nó còn ở nơi người này, người kia với mình liên hệ. Cho nên khi mình sống thì gặp cái duyên tốt là cái nghiệp cũ tốt của mình còn, cho nên họ xử tốt với mình. Gặp cái duyên xấu là cái nghiệp cũ xấu của mình thuở trước còn, cho nên mình bị người ta xử xấu. Thì tất cả cái tốt xấu đó nó đến mà không dính cái gì hết thì còn gì mà trả vay, phải không? Không còn trả, không còn vay, như vậy mới là tiêu được nghiệp cũ. Chớ còn nếu còn trả còn vay thì hết tiêu. Nó tăng chớ nó không có tiêu.

Đó, cái ý tùy duyên nó là như vậy. Nên nghe một câu nói nó nhẹ lắm, đơn giản lắm, dễ thuộc lắm. Mà sống được như câu đó hết sức là cay. Nó phải là công phu, phải là nhiều thời gian làm mới được. Đó là nói cái đề tiêu nghiệp cũ.

Bây giờ cái hiện tại là gì? "Nhậm vận trước y xiêm". Còn hiện tại đối với cuộc sống bây giờ thì chữ "Nhậm vận" tôi dịch làm sao quý vị nhớ không? Nhậm vận tức là hồn nhiên. Nghĩa là mình mặc áo, ăn cơm, làm tất cả công tác một cách hồn nhiên. Không có cái niệm tham, sân, si gì chen vô hết. Nghĩa là sống trong hiện tại thì hồn nhiên, không có thêm một cái gì để tạo thành nghiệp mới. Rồi hồn nhiên cho nên tâm mình không có một cái ý, tham, cái ý sân, ý phiền hà, ý thích thú gì hết. Nó thản nhiên tự tại đối với cuộc sống ngay bây giờ. Ăn cơm, mặc áo nó như vậy hết. Đó là chỉ cho mình sống hiện tại, không gây thêm nghiệp để cho vị lai.

Vậy thì nghiệp cũ là do mình biết tùy duyên cho nên nó hết. Nghiệp mới thì mình hồn nhiên không gây. Như vậy tức là hết nghiệp. Cũ trả mà mới không vay thì hết nợ không? Thì đó là hết nợ. Chỉ có hai câu đó thôi, tôi nghiệm, tôi thấy quá hay. Như vậy thì cái này có tu không? Mình thì nói tu là phải công phu thể này, công phu thể kia. Ngài thì "Tùy duyên tiêu cựu nghiệp", nghe thanh thoi quá.

"Nhậm vận trước y xiêm" nghĩa là hồn nhiên mặc áo, ăn cơm, tự tại vậy đó. Như vậy, nhưng mà tự tại trong cái không tạo nghiệp mới. Hồn nhiên trong cái không tạo nghiệp mới. Tùy duyên để trả nghiệp cũ. Nhớ cái đó. Nghiệp cũ trả hết là nợ trước xong. Nghiệp mới không vay, thì nợ sau không có. Không tự tại giải thoát là gì? Quý vị thấy bao nhiêu đó là cả một vấn đề tu hành rất là quan trọng. Như vậy cái phần này quý vị thấy rõ rồi đó.

Rồi bây giờ tới cái phần b. Tôi gọi là hai chặng đường. Trên là tôi nói ba chặng phải không? Ba chặng, chặng thứ nhất là gì?

Chặng thứ nhất là tu Quán sở tức, tùy tức và biết vọng. Cái đó mới là biết thôi. Qua chặng thứ hai là lóng lạng vọng tưởng, nhận ra bản lai diện mục. Đó rồi đến chặng thứ ba này là dứt tập khí muôn đời.

Đó là ba cái chặng lớn. Những chi tiết nhỏ tôi đã nói rồi. như vậy thì ba chặng đó tôi gọi là tiệm tu đồn ngộ. Tiệm tu nghĩa là mình y theo lời Phật dạy mà tu từ từ. Từ từ rồi tới cuối cùng mình ngộ được cái bản lai diện mục. Rồi sau mình dứt sạch tập khí.

Đó là đi từ thấp lên cao, cho nên gọi là tiệm tu mà đồn ngộ. Thì cái đó phù hợp với trong kinh. Khi này tôi đã kể giáo lý hạnh quả đó. từ mình học giáo lý của Phật rồi ứng dụng tu hành. Từ ứng dụng tu hành rồi đạt kết quả. Mà đạt được kết quả của người tu là cái quả gì? là cái quả ngộ được, nhập được cái bản lai diện mục. Hay là cái vô sư trí. Cái vô sư trí mình nhập được, vô sư trí đó là kết quả. Cho nên tu thành Phật là ngộ được vô sư trí của mình hay giác ngộ được cái không sinh không diệt chính của mình, con người thực của mình.

Bởi vậy cho nên đức Phật, quý vị nhớ Ngài rất là bình thường. Ngài tu Ngài thành Phật thì Ngài cũng sống như tất cả mọi người cũng ăn cũng mặc v.v... Nhưng mà cái mê của mọi người là chạy theo vọng tưởng tạo nghiệp luân hồi. Ngài giác, Ngài không tạo nghiệp. Ngài trở về cái tánh giác viên mãn của Ngài. Sống an trú trong đó.

Ngài được giác ngộ viên mãn, tự tại giải thoát. như vậy đường mê, đường giác đó là cái chỗ chủ yếu của đạo Phật. Chớ không phải thần thông, không phải

phép lạ, phải không? Thần thông phép lạ không phải là trọng tâm của đạo Phật. Trọng tâm của đạo Phật là biết rõ cái hư dối, tạm bợ để mình đừng bị nó lôi dẫn tiếp tục trong cái hư dối. Đó là thoát ly sinh tử. Rồi nhận ra được cái thể bất sanh, bất diệt là cái giải thoát. như vậy đó là cái trọng tâm của Phật dạy.

Cho nên trong kinh nói rằng “Khai thị ngộ nhập”, tức là chỉ cho chúng ta thấy được nơi chúng ta có cái thật. Ngộ được cái đó rồi chúng ta ứng dụng để thể nhập cái đó. mà thể nhập cái đó gọi là giác ngộ. Cho nên mình học Phật mình mới thấy rằng, trọng tâm của đạo Phật là đi từ cái mê sang cái giác. Mà giác được viên mãn là thành Phật. Còn giác từng phần là Bồ tát hay La Hán. Cho nên tôi khuyến khích quý vị phải ứng dụng tu từ cái đếm hơi thở, rồi theo hơi thở. Những cái đó rất là tầm thường nhưng để mình giác ngộ rằng, cái thân này chỉ là tạm bợ, sống trong cái hơi thở ra vào thôi. Không có bền, không có lâu, không có thực. Đó là mình giác ngộ. Rồi biết được bao nhiêu thứ tâm vọng tưởng của mình, đều là cái tướng hư dối không thật, không để cho nó lôi dẫn. Đó là giác ngộ mà giác ngộ đó là giác ngộ thân, giác ngộ tâm đó là từng phần. Vì vậy mà gọi nó là tiệm tu. Nó đi từng bước từng bước. Giác cái này rồi giác cái kia cho tới sao được viên mãn. Còn nếu đi xa hơn nữa thì tới giác ngộ hoàn toàn, tức là sạch hết tập khí được viên mãn giác ngộ, thì đó là cái chỗ chân thật cứu cánh.

Như vậy đối với người tu đến đó mới gọi là xong bốn phận của mình. Chớ chưa đến đó là chưa xong. Quý vị nghe đoạn này thì thấy rõ ý nghĩa thâm trầm của sự tu.

Để tiếp với bài giảng kỳ trước trong phần ba, là đường lối tu. Tôi đã có chia ra ba chặng đường. Ba chặng đường đó là phần trước nói về tiệm tu đốn ngộ. Bây giờ tới phần thứ hai là hai chặng đường là đốn ngộ tiệm tu. Bởi vì người tu có khi vào đạo với tâm tư chưa có dính mắc gì đạo lý hết hay chưa thấm nhuần vì đạo lý. nhờ tu từ từ, học từ từ rồi mới hiểu. Như vậy từ cái tu học từ từ tiến lên, đó gọi là tiệm tu. Rồi từ tiến lên đó được chứng ngộ, thì gọi đó là đốn ngộ. Còn có những người do túc duyên nhiều đời, chỉ cần gặp một duyên lành, duyên tốt bỗng dưng được ngộ đạo.

Như trường hợp của Lục Tổ Huệ Năng. Chỉ nghe nói một câu hay là nghe một bài kinh người ta tụng, tới cái câu mà nó thích hợp với sở nguyện tâm tư của Ngài, nghe tới đó Ngài ngộ.

Như bây giờ mình nghe thiền hạ tụng Kim Cang chừng bao nhiêu lần? Có ai ngộ không? Còn Ngài mới nghe tụng Kinh Kim Cang, Ngài liền tỉnh ngộ đi tu. Như vậy đó là do túc duyên đời trước nó đã sẵn đủ. Bởi vậy nghe một câu liền ngộ.

Hoặc giả có những trường hợp khác như Ngài Tổ Huệ Khả. Chỉ nghe Tổ Bồ Đề Đạt Ma bảo:

- Đem tâm ra ta an cho.

Ngài sững sốt một chút. Ngài nói:

- Tìm tâm không thể được.

Bồ đề dung Tổ nói:

- Ta an tâm cho ngươi rồi.

Ngay đó Ngài biết đường vào. Chỉ một buổi đối đáp hay là đôi ba câu đối đáp liền được ngộ đạo, thì những vị đó đều là cái túc duyên nhiều đời, chứ không phải bỗng dưng mà được. Chúng ta đến với đạo, mỗi người có cái duyên khác nhau. Người thì sâu dầy, cho nên đến với đạo học ít biết nhiều. Trong nhà Thiền gọi là “Nhất văn thiên ngộ” đó. Một phen nghe là cả ngàn lần ngộ hay cả ngàn đời ngộ. Còn có người học hoài mà không thuộc, không hiểu. Đi nghe giảng kinh thì gục lên, gục xuống, không thấm vào đâu hết. Thì đó là cái túc duyên làm sao? Người ta nghe giảng kinh liền thấm, hiểu, vui lên. Còn có người nghe giảng kinh ngồi một hồi gục lên, gục xuống. Hết giờ đi ra, không biết gì hết. Thì đó là túc duyên sâu hay cạn? Sâu đó chứ. Sâu là túc duyên si mê. Túc duyên si mê sâu cho nên bây giờ nghe không thấm nổi. Còn cái người túc duyên đạo lý sâu đó, người ta nghe cái người ta tỉnh, sáng lên. Bởi vậy người giảng nhìn xuống chúng, biết ai duyên sâu duyên cạn.

Một câu người ta rất là khó hiểu, nhưng người đó nghe cái hiểu được, rồi thấy vui lên. Còn có người giảng hoài mà nhìn thấy lúc nào cũng thấy cúi đầu gục không đó thì thôi biết rồi. những người đó chỉ tu chứ còn chưa thể nào thấm nhuần

đạo lý được. Đó là để nói cái tức duyên. Chữ tức là đời trước. Duyên là duyên của đời trước. Nghĩa là ai đã có cái duyên lành sâu dày đời trước, đời này hoặc là nghe một câu kinh, hoặc là nghe một lời giảng, hoặc là một câu hỏi, mình liền tỉnh ngộ. Biết được nơi mình có cái chân thật bất sanh bất diệt (từ chuyên môn gọi là Bản lai diện mục). Nhận chân được điều đó.

Như vậy với hạng người này trong ba phần ở trên, là từ cái tu đếm hơi thở hay theo hơi thở, rồi tới biết vọng, là cái chặng số một đó. Người này họ không mất kẹt chặng đó. họ đi thẳng vào ngay cái biết mình có cái chân thật. Họ biết mình có cái chân thật rồi làm gì? Đã biết mình có cái chân thật rồi làm gì? Đã biết mình có cái thật, thì mọi cái giả mình không theo phải không? Không theo cái giả, đó là sống được với cái thật. Như vậy lối sống của hạng người này, thì ngay khi họ ngộ rồi, thì từ đó về sau, đối với tất cả cái duyên sinh diệt, giả dối, các Ngài không có dính, không có kẹt. Cứ luôn luôn đi đứng, nằm ngồi, đều sống trở về. Nói một cách trở về đó là nói gương, chớ sống ngay cái thể chân thật, không có kẹt, không có dính.

Như vậy chúng ta mới thấy cái câu của Ngài Trần Nhân Tông, Ngài nói ở câu cuối bài “Cư Trần Lạc Đạo” đó. Nghĩa là nói làm sao? “Đối cảnh vô tâm mặc vận Thiền”. Như vậy ngộ được cái chân thật của mình rồi thì đối với tất cả cảnh bên ngoài mình đều không bị đuổi theo, không bị dính mắc. Thì gọi đó là vô tâm. Như vậy đó là Thiền. Thiền của những vị này nó không có hạn cuộc ở trong cái phương pháp, ở trong cái thể ngồi v.v... mà luôn luôn đi, đứng, nằm, ngồi, đối duyên xúc cảnh đều không bị dính, không có mắc kẹt. Đó là cái chủ yếu của tu. Đốn ngộ tiệm tu đó. Đó là phần thứ nhất do tức duyên.

Phần thứ hai là từ từ tắt cả cái tập khí nó được lóng sạch, lắng sạch hết. Những tập khí thuở trước, muôn đời nó còn lại đó, từ từ sẽ lắng sạch. Muốn lắng sạch, có khi các Ngài cũng chịu khó một chút. Thí dụ: Khi đối duyên xúc cảnh thì không dính, nhưng mà khi ngồi thiền thì sao? Ngồi thiền thì đâu có duyên đâu có cảnh. Cho nên khi ngồi thiền thì thấy rõ vọng tưởng không có theo.

Mấy điểm: thứ nhất là không chạy theo. Thứ hai là không chối bỏ nó. Chạy theo nó tức là bị nó lôi cuốn. Chối bỏ nó tức là thấy nó là một cái gì thật. Cho nên không có hai cái tâm trạng đuổi theo và chối bỏ. Thấy nó thì thấy nó, cười chơi thôi. Rồi tự nó buồn nó lặng xuống. Chớ không phải như mình, phải ruồng, phải đuổi, phải la lối om sòm vậy. Vì các Ngài đã thấy rõ tất cả cái đó là cái chân thật rồi.

Cũng như bây giờ chúng ta nhìn lên trên hư không, đêm rằm thì có mặt trăng sáng ngời. Trên hư không bỗng lát có đợt mây bay qua. Lúc đó mình làm gì với đợt mây? Mình mới làm sao? Nghĩa là mình không có thể muốn đẹp đợt mây, mà mình cũng không có thể chạy theo đợt mây, phải không? Bởi vì mình nhìn thấy mặt trăng sáng ngời ở trên, mà mình muốn thấy mặt trăng thì mây bay qua thì cứ lặng lẽ để nó bay qua, không đuổi theo nó. Nếu đuổi theo mây thì còn nhớ mặt trăng không. Nhất định là quên mặt trăng. Còn nếu mà từ chối muốn đẹp bỏ mây, thì đẹp được không? Chỉ là cái rối loạn. Bởi vậy trường hợp các vị này tu khi đã thấy được mặt trăng rồi thì mây nó bay qua, để thân nhiên nó qua. Một đợt mây này, đợt mây thứ hai, thứ ba qua. Bởi vì mình đã thấy mặt trăng rồi thì cứ cho nó qua. Khi nó qua hết, thì mặt trăng được sáng tỏ, chớ không cần phải tìm cũng không cần chạy đuổi cái gì hết. Đó là cái trọng tâm tu của những vị mà chốn ngộ tiệm tu là như vậy. Phải tu là do tập khí muôn đời nó còn, nó sót lại mà nếu mình không có công phu lâu dài thì làm sao nó hết. Bởi vậy cho nên chúng ta không ngạc nhiên khi thấy các Tổ thuở xưa, sau khi ngộ đạo rồi mà lên núi ẩn tu mấy mươi năm. Đó là một lẽ cụ thể. Nếu ngộ mà nó sạch hết đó tất cả tập khí, thì khỏi cần tu. Nhưng ngộ rồi mà tập khí vẫn còn, cho nên các Ngài phải ở ẩn đâu đó để nhìn, để thấy nó. Đừng cho nó lôi cuốn, rồi từ từ nó lặn, từ từ nó sạch. Nghĩa là mình giữ không cho mắc kẹt ở hai thái độ. Một là đuổi theo, hai là cố đẹp bỏ. Đuổi theo, đẹp bỏ đều là hai cái bệnh đối với những hạng này. Mà những hạng này chỉ là thấy tường tận cái chân thật của mình, lâu lâu bị những cái hư dối nó phủ qua. Thấy nó rồi nó tan mất, chớ không có cần phải cố gắng đẹp bỏ gì hết. Đó, cho nên gọi là các Ngài được tự tại, các Ngài không dính mắc ở hai bên. Còn mình bây giờ



tu, mình dính bên này mình kẹt bên kia. Là vì mình chưa có tự tại. Hiểu như vậy thì trên đường tu sẽ không có gì trở ngại.

Đó là tôi nói gọn về hai chặng đường: Chặng thứ nhất là do túc duyên nhận ra được cái bản lai diện mục của mình. Chặng thứ hai là lắng sạch tập khí muôn đời bằng cách biết có cái thật rồi thì mọi cái vọng tưởng hư ảo để cho nó qua một cách tự nhiên, không đuổi theo, không cố gắng dẹp bỏ gì hết. Đó là chặng thứ hai.

Còn nếu mình bây giờ mới vô tập tu mà thấy vọng tưởng để thân nhiên thì sao? Thì nó kéo chạy hoài mà không biết chạy tới đâu nữa. Bởi vì mình chưa biết mình có cái thật, cho nên rồi cứ thấy vọng tưởng là một cái tâm niệm thật của mình. Do đó cho nên mình dính, mình kẹt theo nó. Nếu không có rầy không có trách đó thì nó kéo mình chạy luôn luôn.

Tôi nói thí dụ, khi mình đang ngồi, cái nhớ hồi chiều huynh đó huynh nói cái câu đó nặng quá. Nói câu đó nặng với mình. Nhớ câu đó nặng thì lúc đó nếu cứ để tự nhiên thì sao. Nói nặng như vậy bây giờ phải xử sao, phải đáp lại sao cho vừa. Rồi hồi dẫn mình rầy lộn. Rầy lộn trong lúc ngồi thiền phải không? Vì vậy cho nên chưa có thấy được chân thật thì khi mà nó vừa có cái niệm đó liền quở trách. Diên đảo, đừng có theo. Làm như vậy để cho nó dừng lại. Dừng lại thì đổi mặt đổi mày. Rồi cái khác nó nhảy lên nữa. Nhưng mà nó đỡ, nó không dẫn mình đi tới trong cuộc hơn thua bởi những ý niệm mình nhớ chuyện đã qua. Như vậy tuy rằng một buổi ngồi thiền cứ rầy hoài, thấy như nó không có lợi ích nhưng mà thực tình mình đang có cái thể làm chủ.



## **ỨNG DỤNG SỰ TU HÀNH VÀO CUỘC SỐNG HIỆN TẠI NHƯ THẾ NÀO?**

Bây giờ tới phần thứ tư của bài này. Tức là ứng dụng tu Thiền vào cuộc sống hàng ngày. Như vậy chúng ta đã biết tu trong khi ngồi thiền. Bây giờ chúng ta phải biết tu trong khi sinh hoạt ở bên ngoài. Bởi vì thời gian ngồi thiền của

chúng ta rất là giới hạn. Ngồi giỏi lắm thì được 2 tiếng. Rồi ngày đêm rảnh rang lắm ngồi ba thời thì được 6 tiếng (mà ngày đêm tới 24 tiếng lận. Mà mình có 6 tiếng) thì mình tu được bao nhiêu. Mình tu được có 1/4 phải không? 1/4 ngày đêm thôi. 24 tiếng bỏ ra 6 tiếng ngủ nghỉ, thì còn hai mươi mấy tiếng? Còn 18 tiếng phải không? Còn 18 tiếng. Rồi trong 18 tiếng đó mình được 6 tiếng ngồi thiền, thì còn bao nhiêu? Còn dư 12 tiếng. 12 tiếng đó để làm gì? Nghĩa là mình ngồi thiền rỗng rạc có 6 tiếng. Còn hết 6 tiếng ngủ rồi, 6 tiếng như chết có biết gì nữa (có tu hành gì), thì 6 tiếng đó không tu, rồi 6 tiếng tu. Còn 12 tiếng làm lắc xắc công kia việc nọ để mà có trong cuộc sống. Thì 12 tiếng này nếu mình không khéo tu nữa, để cho nó chạy theo duyên trần, thì 12 tiếng loạn. Rồi kéo lại 6 tiếng tịnh. 12 tiếng động, sáu tiếng tịnh. Thì không được phân nửa nửa. Nó chưa bù được phân nửa. Huống nữa là thắng phải không? Như vậy kiểm tra lại mỗi ngày chúng ta thiệt thời nhiều. Tuy nói tu 5 năm, 10 năm, 20 năm mà sự thực cái tu ít hơn là cái loạn, phải không (cái dính, cái nhiễm)?

Do đó chư Phật chư Tổ không phải dạy chúng ta chỉ ngồi thiền mới tu mà còn phải tu trong 4 oai nghi: Đi, đứng, nằm, ngồi. Ngồi chỉ là 1/4 trong ba cái đi, đứng, nằm. Làm sao trong ba oai nghi: Đi, đứng, nằm chúng ta vẫn tu. Hay là đi, đứng lao động, chúng ta đều là tu. Thì như vậy cái tu nó mới được sung túc hơn, đầy đủ hơn. Chớ nếu chỉ có giờ ngồi thiền cho là đủ đó, thì không phải là người khéo tu.

Bởi vậy cho nên tới phần này là chúng ta đã ứng dụng trong cái thời gian sinh hoạt bên ngoài để cho sức tu của chúng ta càng ngày càng thuần thực. Nhờ nó thuần thực chúng ta mới thắng được tất cả những tâm điên đảo của chúng ta. Vì vậy mà ở đây phải tu trong mọi hoạt động. Như vậy trong mọi hoạt động, tu bằng cách nào? Đây tôi ôn lại, tu với tư cách của người mới và tu với tư cách của những người đã thâm nhập sâu xa.

Trước nói về tu của những người mới. Như đoạn trước nói rằng chúng ta đếm hơi thở, theo hơi thở, thì khi đi cuốc đất, đi gánh nước, đi tưới cây, lúc đó chúng ta theo hơi thở, chúng ta đếm hơi thở, được không, được không? Chắc

không được rồi. nói được là thiếu thực tế. Một quá thở ồ ồ, ở đó mà đếm. Ở đó mà theo. Chỉ lo thở chứ không lo đếm, lo theo gì hết. Bởi vậy cho nên nếu lúc đó chúng ta chỉ biết tu bằng cách theo hơi thở hay đếm hơi thở thì không thể tu được. Mà cuộc sống của chúng ta đòi hỏi chúng ta phải có lao động mới có được miếng ăn. Như vậy cái lao động đó nó không thể thiếu đối với chúng ta. Như vậy trong khi lao động mà tu không được thì ngày nào cũng lao động 7, 8 tiếng đồng hồ, thì làm sao mà tu, phải không? Như vậy chúng ta sẽ bị thiệt thòi lớn. Thí dụ ở chùa chúng ta lao động 1 buổi 3 tiếng. Nhưng người ở ngoài lao động đúng giờ của lao động thì phải 8 tiếng. Nhưng người ở ngoài lao động đúng giờ của lao động thì phải 8 tiếng. Như vậy 8 tiếng đó như là không tu rồi. Như vậy thì chặng đầu của người tu lúc mới sơ cơ, theo hơi thở hay là đếm hơi thở. Bây giờ khi ra lao động thì phải tu làm sao? Ai biết tu cách làm sao? Nếu không biết dạy tu thì tội nghiệp cho mấy người phật tử phải không? Bây giờ thưa thầy tôi đi lao động, bây giờ đếm hơi thở không nổi (quí vị nhớ, theo hơi thở hay đếm hơi thở, đi bước từ từ, từ từ, rồi thở ra hít vô mình đếm mới được, hít theo mới được. Còn nếu đi cho nhanh, hoạt động cho mạnh thì không tài nào đếm được, theo được. Cái đó là một lẽ thực không chối cãi.

Bây giờ chúng ta phải tu làm sao đây? Hôm nào đó tôi đã nói rõ cho quí vị thấy, cái chặng đầu ta đếm hơi thở và theo hơi thở, nhân đó ta quán hơi thở làm sao? Hơi thở là mạng sống của con người. Nó là mạng sống của con người mà chúng ta hít vô thở ra, hít vô thở ra thì gọi là còn sống. Chúng ta thở ra không hít vô thì gọi là tử vong, phải không (chết mất)? Như vậy cái cuộc sống này là nương hơi thở. Mà hơi thở thì thở ra không hít vào là chết. Hơi thở nó rất là ngắn ngủi. Rất là tạm thời. Mà hơi thở đã ngắn, đã tạm thời thì cái mạng sống làm sao? Nó cũng rất là ngắn, rất là tạm. Như vậy trong khi chúng ta lao động, làm công tác mà chúng ta nhớ mạng mình sống trong hơi thở, phải không? Mạng mình sống trong hơi thở, cứ nhớ như vậy đó. Nhớ như vậy có tu không? Mình đang nhớ mạng mình sống trong hơi thở mà lỡ huynh đệ nào ở chúng quanh đó, họ có cái gì bức bối, họ

kêu tên mình họ chữ. Lúc đó mình nên cười hay nên giận? Mạng sống trong hơi thở mà hơn thua làm chi. Thôi bỏ qua.

Như vậy nhờ quán được cái vô thường của mạng sống. Mạng sống nó gá vào hơi thở. Mà hơi thở, thở ra không hít vào là chết. Như vậy thì cái mạng sống nó tạm bợ không có lâu dài, không có bền chắc thì hơn thua làm gì. Do đó mà chúng ta dễ tu. Quán như vậy là dứt được lòng tham. Quán như vậy thì dẹp được cơn sân nổi lên. Như vậy hằng quán mạng sống trong hơi thở, quán tới quán lui, đi đâu cũng nhớ chừng nấy. Như vậy vừa gánh nước vừa nhớ mạng sống trong hơi thở được không. Được không? Được chứ có gì đâu phải không? Đó, giả sử vừa cuốc đất vừa nhớ mạng sống trong hơi thở. Cuốc thì cuốc mà nhớ thì nhớ, đâu có hại gì. Như vậy lúc đó chúng ta vẫn tu một cách dễ dàng.

Nói như vậy thì quý vị thấy lúc chúng ta nhớ mạng sống trong hơi thở, là lúc chúng ta tỉnh hay là mê? Đó bây giờ tôi ví dụ cho con mắt của mình. Con mắt mình nó bệnh đó, thì ở trước nó có màu vàng mà mình thấy nó ra màu tím, màu xanh hoặc màu đen, màu hồng, màu tía gì đó. Nghĩa là cái như thật ở trước, màu nó như vậy mà mình thấy khác đi, thì gọi là con mắt gì? Con mắt bệnh, con mắt lừa phải không? Còn nếu mình thấy trắng ra trắng, đen ra đen, hồng ra hồng, tía ra tía. Thấy rõ ràng như vậy, là con mắt sáng, không bệnh.

Cũng như vậy, mình cứ ôm ấp tưởng tượng mạng mình sống trong 10 năm, 20 năm, 80 năm gì đó. mình cứ tưởng tượng như vậy. Mà sự thật nó không phải đúng như mình tưởng. Mình tưởng một đàn mà lẽ thật nó đến một ngã. Thì cái đó là mê hay là tỉnh? Đó là mê. Còn bây giờ rõ ràng mình thấy mạng sống trong hơi thở. Đó là một chân lý, một lẽ thật, mà mình nhớ cái lẽ thật đó thì mình tỉnh hay mê? Vậy thì mình đang giác phải không? Như vậy thì rõ ràng trong khi mình lao động mà mình vẫn giác, chứ mình không có mê. Còn nếu trong khi đó mình nhớ chuyện kia, chuyện nọ, chuyện năm trên, năm dưới, đó là mình mê. Còn mình thấy rõ cuộc sống này, hơi thở là mạng sống, mà thở ra không hít vào là chết. Như vậy sự chết chỉ ngắn ngủi như là trong khoảng hơi thở. Thở ra không hít vào là chết.

Như vậy thì chúng ta thấy lẽ thật. Bởi thấy được lẽ thật cho nên chúng ta đang tỉnh. Bởi tỉnh cho nên gặp cảnh đáng tham chúng ta không tham. Bởi tỉnh cho nên gặp cái đáng si, đáng mê mà ta không mê, đáng sân mà ta không sân. Chớ còn mình quên như vậy thì dễ sân dễ si lắm.

Nhưng mà than ôi! Bây giờ người ta đi làm thì cứ nhớ chuyện nằm trên nằm dưới hà. Chớ không chịu nhớ giữ mạng sống trong hơi thở. Ở đây quý vị có nhớ giữ tôi điều đó không? Nhớ không? Đi làm cái đó mà nghĩ năm ngoái năm kia mình ở đâu, gặp ai, mình nói chuyện gì. Rồi nhớ chuyện ai cho bánh cho trái gì. Nhớ đâu đâu không hà! Như vậy vừa làm vừa nhớ, chớ đâu phải không nhớ. Mà nhớ cái chuyện tào lao vậy đó. Bây giờ bắt nó phải nhớ được cái thực tế, là nhớ hơi thở phải không? Hơi thở, mà hơi thở là cái mạng sống. Hơi thở, thở ra không hít vào là chết. Như vậy nhớ rõ ràng mạng sống trong hơi thở. Nhớ tới nhớ lui đến chuyện đó. Nhớ như vậy thì đơn giản hơn biết mấy, phải không?. Rất là đơn giản. Đơn giản cho nên làm một bao nhiêu vẫn nhớ được. Đó nhớ không có phải quên. Chớ còn quý vị mà nhớ cái khác thì nó bị trở ngại.

Như vậy trong khi lao động, trong khi làm việc kia, việc nọ, chúng ta cũng vẫn nhớ mạng sống trong hơi thở. Nhớ như vậy đó là chúng ta đang tỉnh, đang giác, chớ không có mê. Quý vị đừng có tìm cái giác ở đâu xa. Tưởng rằng mình giác là mình thấy cái gì nó lạ lùng, nó khác hơn cái bình thường. Nhưng thật ra không phải. Cái giác là thấy đúng lẽ thật. Mà lẽ thật nhất là lẽ thật ở con người, phải không? Cái mạng sống là tối quan trọng mà mình tìm được lẽ thật của mạng sống thì đó là một bước tiến hết sức là cao, hết sức là xa rồi. Thấy rõ như vậy.

Như bữa hôm tôi nói, nếu tôi nói tới đây mà quý vị thấy, luôn luôn nhớ rằng mạng sống trong hơi thở, thì có một số người sẽ chê trách rằng, cái quan niệm đó là quan niệm bi quan, yếm thế, phải vậy không? Bị nhớ mạng sống trong hơi thở rồi đâu có hăng hái làm cái gì, đâu có hăng hái mà sắp đặt chuyện 5 năm, 10 năm phải không? Cái đó là cái hiểu lầm. Lầm rất là lớn. Nói mạng sống trong hơi thở không có nghĩa là chúng ta trong cái tích tắc đồng hồ, thở ra không hít vô là chết, không nghĩa là chúng ta chết liền. Mạng sống trong hơi thở, mà hơi thở cứ thở ra

hít vô hoài, không chịu ngưng thì nó cũng có thể 7, 80 năm, phải không? Chứ chừng nào nó ngưng thì mới chết, còn nó không chịu ngưng thì đâu phải nói chỉ trong một tích tắc đồng hồ là chết liền. Bởi vậy cho nên nói nó là ngắn, mà nó không phải cố định ngắn, mà cũng không phải cố định dài, phải không? Nghĩa là nếu nó cứ thở hoài thì nó sống hoài. Chừng nào nó tắt thở thì nó chết. Như vậy thì thấy được lẽ thực mà không phải bị quan.

Bây giờ chúng ta tưởng rằng mình tới 70 năm chết, mà lỡ 50 năm chết thì sao? Thì đâu có thấy được lẽ thật. Còn nếu mình nói mình 30 năm mình chết, mà bây giờ mình sống tới 60 năm thì sao? Thành ra cái đó nó không có lẽ thực. Do cái tưởng tượng của con người đặt ra cho mình. Còn cái biết mạng sống trong hơi thở là biết lẽ thật. Tôi còn thở là tôi còn sống, phải không? Chừng nào tôi hết thở thì tôi chết. Đó là lẽ thực. Không nói dài, cũng không nói ngắn. Nói ngắn nhiều khi nó cứ thở hoài, ngắn đâu được. Có nhiều người muốn chết mà nó cứ thở hoài, chết không được. Thì như vậy làm sao? Như vậy thì lẽ thực của nó là chừng nào hết thở là chết, chứ không thể muốn mà được. Mà không muốn cũng không được. Như vậy chúng ta phải thấy bằng lẽ thực, đừng bị những cái tưởng tượng nó gạt gẫm chúng ta, mà thấy bằng lẽ thực là chúng ta hằng tỉnh, hằng giác.

Như vậy những vị sống tới 8, 90 năm đó là tại vì họ thở hoài. Họ không ngưng thì họ phải sống. Bây giờ chúng ta cũng có quyền thở hoài vậy. Nghĩa là chỉ chừng nào mệt, nó không chịu thở nữa thì chúng ta chết. Chớ không phải nói như vậy rồi ép buộc ai cũng phải chết liền. Như vậy làm sao nói là bị quan được. Đó là một cái lý do tôi nói cho quý vị hiểu.

Còn một lý do thứ hai nữa, Phật dạy chúng ta quán, mạng sống trong hơi thở để thấy rằng mạng sống của con người là không có gì bảo đảm hết. Quý vị nghĩ có bảo đảm không? có cái gì để đặt định rằng chúng ta phải sống đúng với chừng đó, đúng với cái tuổi đó mới chết, có không? Nó không có mà đã không có bảo đảm thì chúng ta phải nhớ rằng ngày nay còn sống thì ngày mai chưa biết ra sao. Cho nên chúng ta ngày nào sống, giờ nào sống, là ngày đó, giờ đó chúng ta phải làm tất cả những gì lợi cho mình, lợi cho người. Chớ không có nên bỏ qua. Như

vậy chúng ta quán cái mạng sống trong hơi thở khiến cho chúng ta quý tiếc thời gian. Thời gian chúng ta còn có mặt, chúng ta đang sống phải làm cái gì lợi mình lợi người, như vậy mới đáng sống, chứ còn cái chết nó đến bất cứ lúc nào, không thể chờ.

Có nhiều người hẹn “Để tôi sắp đặt việc nhà 10 năm nữa rồi tôi tu”. Nói như vậy rồi từ khi sắp đặt cho tới 10 năm, biết đâu lúc nào đó, thở khì ra không hít vô thì sao. Thì còn đủ 10 năm không? Nó không thể. Không có gì bảo đảm hết. Cho nên bây giờ mình biết, ngày nay mình đang khỏe, ngày nay mình đang mạnh thì hôm nay phải làm những điều lợi cho mình, lợi cho mọi người.

Đó, nhờ nhớ cái mạng sống ngắn, nó không bảo đảm. Đây tôi không đặt nó là ngắn hay nó là dài, phải không? Nói mạng sống trong hơi thở là định nó ngắn hay định nó dài? Nó không cố định mà chỉ có cái lẽ thực là không bảo đảm. Mạng sống đâu có gì bảo đảm. Cho nên không định ngắn mà không định dài. Bởi không định cho nên chúng được lúc nào thì phải sử dụng cho nó được đầy đủ, xứng đáng lúc ấy. Ngày nay sống thì cái gì cần làm lợi mình lợi người thì phải làm, chứ đừng có hẹn. Tất cả quý vị có hay hẹn không? Thôi năm nay trong mình không được khỏe, tu ít ít. Để sang năm khỏe tu nhiều, phải không? Hoặc là năm nay còn bận việc học hành, tu ít ít. Để 5, 3 năm sau học hành xong rồi tu nhiều. Cứ như vậy mà ước định để chờ một thời gian khác. Nhưng mà biết đâu chừng để đôi ba năm sau, rồi lúc nào đó thở khì ra, không hít lại, còn đâu nữa mà tu nhiều.

Như vậy nên tôi mới thấy rằng cái gì mà chúng ta biết nó không bảo đảm thì cái đó được lúc nào chúng ta phải dùng cho tận khả năng của nó. Đem lại lợi ích cho mình cho người thì đó là người biết tu. Gọi là người biết đạo. Chớ còn cái hẹn là cái không biết tu, không biết đạo. Thậm chí có nhiều sư, nhiều chú “Lúc này bệnh quá, thôi để thông thả nghỉ xả hơi. Rồi ít bữa nữa mạnh, mình tu rút”. Phải không? Có cái bệnh, có cái nạn đó. Biết đâu lúc này bệnh quá mà nếu không tu thì ít bữa nữa bệnh trầm trọng hơn. Cái nó tắt thở thì sao? Còn đâu nữa để mạnh rồi tu rút. Cho nên lúc nào mình cảm thấy còn tu được thì ráng tu đi, chứ đừng có hẹn. Chúng ta bị con ma lười biếng nó lừa chúng ta quá nhiều đi. Có bị lừa không?

Nó kiếm có nó lừa, nó gạt. Rồi chúng ta cứ đình ninh theo nó, thành ra bỏ mất bao nhiêu thì giờ quý báu của chúng ta. Nên quý vị phải ráng hiểu cái nói mạng sống trong hơi thở không có nghĩa nói để bi quan. Nói để ngồi chờ tắt thở. Mà nói mạng sống trong hơi thở là nói sự sống của chúng ta không có cố định, không có bảo đảm.

Bởi vậy cho nên nhà Phật mới không thừa nhận cái lối tướng số là chỗ đó. Số họ hay coi nói mình làm sao? Người thì sống mấy chục năm, gì gì đó. Họ định cái mạng, định cái tuổi. Đó là không đúng lẽ thật. Bởi định tuổi cho nên người đó nghe nói mình sống 80 tuổi. Từ nhỏ cho tới 4, 50 tuổi nói chưa, còn nhiều, còn 30 năm nữa mà. Tu chi cho gấp. Rồi cứ hẹn, hẹn. Rồi tới chừng ngã ra chết bất thình, chừng đó là không làm gì kịp.

Bởi vậy cho nên nhà Phật chỉ, cái lẽ thật của con người, là mạng sống không bảo đảm. Nghĩa là thở ra không hít vào là chết. Còn nó ung hít vào, ung thở ra thì sống hoài, phải không? Chớ không phải là nói như vậy là chỉ hạn nó mấy phút đồng hồ thôi. Không phải, đâu phải vậy. Nghĩa là có thể dài mà có thể ngắn. Bởi vậy nên phải biết lợi dụng lúc khỏe để mà tu. Đó là tôi nói cho quý vị thấy cái ý nghĩa nhà Phật nói về cái lợi ích của sự tu, khi mình thấy rõ được lẽ thật.

Còn nói về mạng sống trong hơi thở này thì tôi đọc trong kinh Tạp A Hàm, tôi thấy Phật dùng cái thí dụ, Phật dạy rằng:

- Thí như có người bị lửa cháy đầu, cháy áo, phải làm sao cứu chữa?

Chư Tỳ Kheo trả lời:

- Phải nôn nóng, mau chóng tìm phương pháp để dập tắt.

Phật kết luận:

- Đầu, áo bị cháy còn có thể tạm quên. Lửa vô thường phải đoạn trừ dứt sạch.

Như vậy thì Phật dạy rằng: Lửa cháy đầu, cháy áo mình phải cứu gấp. Như vậy còn có thể tạm quên. Còn cái lửa vô thường nó thiêu đốt mình đó thì mình còn phải gấp hơn. Phải cứu nó mau hơn.



Như vậy cái mạng sống nó trong hơi thở, để thấy mạng sống là vô thường. Vô thường tức là không cố định. Không phải nhất định nó tới bao nhiêu năm. Mà nó là cái bất chừng, bỗng dưng nó đến lúc nào không lường được. Bởi vậy cho nên phải ráng mà tu, ví như cứu lửa cháy đầu vậy. Có khi nào mình đầu trực lửa không cháy được. Như giả sử lửa cháy áo mình thì lúc đó làm sao? Lửa cháy áo thì lúc đó mình cũng thông thả đi, chờ đi tới lu nước, cái gì đó rồi tôi dập. Có thông thả không? Hay là biết lửa cháy áo cái thì phải chạy gấp lại chỗ này, chỗ kia hoặc lấy tay mình phủi mình dập. Chớ đâu có thể chần chờ. Huống nữa là quý vị có tóc mà lửa cháy đầu thì sao. Nghĩa là không bao giờ dám lơ là. Tay chân gì cũng dập cũng giữ, cũng phủi đủ thứ. Làm sao cho nó tắt liền. Không có để kéo dài. Cũng như vậy chúng ta thấy rằng cái mạng sống không có cố định, cho nên chúng ta phải ráng mà tu. Nhanh mà tu chớ không phải tu chậm.

Bởi vậy tôi nói ở đây nó hơi lạc đề một chút, phần nhiều ở miền Tây họ hay dùng cái thuật để khuyên tu. Dùng cái thuật gì? Họ nói “Đời tới”. Đời tới phải ăn chay gấp, phải tu gấp. Thôi đời tới tu không kịp. Thì cái thuật đó nghe người ta cũng sợ nhưng mà nó không có lẽ thật, phải không? Đời tới. Tới cách nào? Cứ nói tới. Đời thì luôn luôn tới chớ lui sao được. Ngày nay rồi qua ngày mai. Nó có dừng lại đâu không tới. Như vậy mà lấy cái đó để dọa người ta thì nó không có cái lẽ thực.

Còn Phật nói lẽ thực. Mạng mình sống trong hơi thở. Thở ra mà không hít vô là chết. Như vậy ngày nào còn thở, giờ nào còn thở thì ráng tu. Cái đó là một cái lẽ thực mà ai cũng đang sống đang ở trong cái cảnh đó. Như vậy cái đó nó chí lý chớ, phải không? Chớ còn dùng cái kia nó đâu có chí lý. Vậy chớ ở quê nghe cũng sợ lắm phải không?

Đó là những điều tôi nói cho quý vị hiểu cái lẽ thực. Biết rằng khuyên người ta tu là tốt nhưng mình phải dùng cái lẽ thật. Dùng cái thuật nào đó thì chỉ là dọa thôi, chớ không có phải chân lý. Còn đây Phật nói là nói chân lý. Khuyên mình tu thì biết tại sao phải ráng tu, là vì cái mạng sống không có bảo đảm. Mạng sống không có cố định. Mà không bảo đảm thì ngày nào, giờ nào còn khỏe thì giờ

đó, ngày đó phải ráng tu. Đó là một cái lẽ thực. Chúng ta thấy được lẽ thực thì chúng ta không dám chần chờ.

Bởi vậy cho nên ngày xưa mỗi khi tụng kinh buổi khuya hay buổi tối thì hay có đọc bài kệ vô thường đó. Bài kệ đó:

Thị nhật dĩ hóa,  
Mạng diệt tùy giảm.  
Nhu thiếu thủy ngư,  
Tư hữu hà lạc.  
Đại chúng đương cần tinh tấn,  
Nhu cứu đầu nhiên.  
Đản niệm vô thường,  
Thận vật phóng dật.

Thì sau này tôi thấy Hòa Thượng Huệ Đăng Ngài dịch hay. Ngài dịch làm sao:

Ngày nay lại đã qua rồi,  
Mạng căn huyết mạch lần hồi khô khao.  
Dường như cá cạn ở ao,  
Khổ thêm thì có chút nào vui đâu.  
Cần tu tợ lửa cháy đầu,  
Đừng cho sái buổi như châu đế vương.  
Cái thân mỏng mảnh vô thường,  
Sớm còn chiều mất lo phương cứu mình.

Ngài dịch cái đó thì hay, mà Ngài thêm những cái phải ráng mà tu chứ không có thể chần chờ, không có thể hẹn hò giống như đi châu vua. Châu chúa vậy đó. Mình bây giờ đừng nói châu vua chúa, ông tỉnh trưởng mời mình 8 giờ vô có mặt họp, mình dám đi trễ không? Mình dân mình đâu dám đi trễ phải không? Huống nữa là vua chúa. Vì vậy hẹn giờ nào mình phải tới giờ ấy.

Như vậy nói tới cái vô thường đó, đừng nghĩ vô thường là một cái có mấy phút đồng hồ. Không phải. Vô thường là một cái không cố định. Thường là cố

định. Vô thường là không cố định. Cuộc sống không cố định, không bảo đảm, để chúng ta tỉnh, chúng ta thức mà cố gắng tu hành. Như vậy thì càng nhớ cái vô thường thì mình càng làm sao. Càng ráng tu chớ đâu có thích thụ hưởng phải không? Còn người họ tưởng họ sống dai, tưởng họ sống lâu, họ mới ham hưởng cái này cái nọ. Còn mình thấy cuộc đời tạm bợ, là không bảo đảm thì mình phải ráng làm sao trong thời gian mình có mặt ở đây, mình phải làm cho xứng đáng, làm cho tốt đẹp. Đó là một bổn phận mình phải tu.

Như vậy thì biết được vô thường không có nghĩa là dừng cái lao động tốt mà trái lại quý tiếc thời giờ. Cố gắng làm lợi mình, lợi người. Đó là cái lao động tốt. Và không có cái đam mê thụ hưởng dục lạc. Biết dù ăn cho nhiều, ngủ cho nhiều mà lỗ mũi thở ra không chịu hít vô là chết, phải không? Ăn bao nhiêu, ngủ bao nhiêu cũng không có bảo đảm gì hết. Đó là một cái thứ nhất.

Như vậy thì trong phần của bài trước tôi nói rằng mình mới tập tu thì dùng hơi thở để quán hơi thở vô ra theo nó. Hoặc là quán hơi thở bằng cách đếm số. Hít vô đếm một. Hoặc hít vô thở ra đếm một. Rồi đếm hai. Rồi tới mười bốn. Thấy coi như nó rất là tầm thường, nhưng lợi dụng cái tầm thường đó chúng ta lại thấy cái mạng sống chỉ trong hơi thở, để rồi chúng ta cố gắng tu hành trong mọi trường hợp. Đi, đứng, nằm, ngồi chúng ta đều nhớ như vậy. Để rồi chúng ta không có tham ngũ dục, để rồi chúng ta quý tiếc thời giờ còn sống của chúng ta mà làm tất cả những việc gì quý, việc gì đáng, chúng ta làm cho xong chớ không có chần chờ. Đó là một cái thức tỉnh lớn, biết rõ thân mạng vô thường mà cố gắng tu.

Bây giờ cái thứ hai. Tức là phần thấy được cái tâm này nó vô ngã. Tức là tôi khuyên quý vị qua cái chặng hơi thở rồi quý vị quán xét cái tâm niệm. Mỗi một niệm dấy lên nhìn thấy rõ nó mới sanh rồi nó liền diệt. Nó là cái bóng chớ không có thật. Cho nên khi tìm thì nó mất. Như vậy thì tất cả cái tâm niệm của chúng ta, lâu nay mình nghĩ, đó là tâm mình. Thì ngày nay mình thấy những tâm niệm đó chợt sinh chợt diệt, không có cái tướng thật, không có cái hình dáng thật. Cái không thật cho nên mới dùng từ là vọng tưởng. Chỉ là cái tướng hư dối thôi. Nếu thấy tất cả những tâm niệm dấy lên đều là cái tướng hư dối thì không chấp nó làm

tâm mình. Không chấp nó làm tâm mình cho nên cái tâm nó không phải là chủ (cái tâm sinh diệt đó không phải là chủ). Vì vậy mà gọi là vô ngã. Quán tâm vô ngã.

Như vậy nếu chúng ta hằng đi, đứng, nằm, ngồi thấy niệm dấy lên, biết nó là hư dối, là vọng tưởng không thật. Biết rõ như vậy thì chúng ta có tỉnh hay là mê. Bởi vì cái niệm khởi lên rồi mất, khởi lên rồi mất. Nếu chúng ta phăng tìm manh mối của nó thì không bao giờ thấy, không bao giờ có. Như vậy mới biết rằng cái đó chỉ là cái bóng dáng của ngoại trần, chứ không có thật. Biết rõ vậy thì chúng ta không đặt nó là cái lẽ thật. Không đặt nó là chân lý. Như vậy quý vị có cãi lộn với ai không? Chúng ta cãi lộn với nhau là tại cái gì? Tại tôi nghĩ như thế này thật. Mà người khác lại nói không thật. Tôi nghĩ thế này là đúng mà người khác lại nói không đúng, cho nên mới cãi, phải không? Bây giờ tất cả quý vị cãi nhau đó có phải là cãi đúng với không đúng không? Còn nếu cộng thêm nữa là phải hay quấy, đúng, không, đúng, phải, quấy, thật, hư. Mấy cái đó là mấy cái cãi lộn nhau. Mình nói cái đó là đúng. Người kia nói cái đó không đúng thì nổi sân lên. Tại sao mình nổi sân? Vì cho rằng cái nghĩ, cái đó như vậy là đúng đó, là chân lý rồi. Mà ai nói khác là nói bậy không phải chân lý. Cho nên mình quyết định mình bảo thủ cái ý niệm của mình.

Bây giờ tôi hỏi lại quý vị, ý niệm đã không thật mà nó nghĩ ra được cái thật không? Ý niệm không thật mà nghĩ ra cái thật không? Nghĩ nó không thật (bản chất nó không thật), cái nghĩ của nó cũng không thật luôn. Mà nghĩ không thật thì cãi với nhau làm chi. Đúng sai làm chi mất công.

Bởi vậy cho nên khi khởi ý niệm, mình biết nó là vọng tưởng, là hư dối thì những cái gì nó nghĩ, nó chấp, cũng biết cái đó là hư dối thôi. Thôi chấp làm chi, hơn thua làm gì. Như vậy có tu không? Như vậy chúng ta tu hết sức là cẩn thận. Như vậy chúng ta thấy được cái tâm này là vô ngã. Đó là thấy được lẽ thật. Còn bình thường chúng ta tưởng cái nghĩ đó là mình, là thật thì cái tưởng tượng đó sai lầm. Tưởng tượng không đúng lẽ thật. Vì sai lầm cho nên chúng ta mới chấp sai lầm. Từ cái nghĩ tưởng sai lầm không thật đó mà chúng ta tưởng là thật, thì cái sai lầm gốc, ra những cái sai lầm ngọn, là nó chấp cái gì đúng, cái gì phải. Ai cãi lại

thì nó sanh tức tối v.v... Những cái đó là những sai lầm ngọn. Từ gốc đã sai lầm thì tất cả cái ngọn ngành cũng đều là sai lầm hết. Như vậy thì một mạch sai lầm. Còn chúng ta biết vọng tưởng không thật thì tất cả cái chấp đó đều không thật hết, thì như vậy thấy cái gốc đúng thì cái ngọn mình cũng thấy đúng, mà thấy đúng thì có cái lầy, có hơn thua, có chống báng với nhau không? Chắc là không còn. Như vậy nếu tất cả quý vị hằng ngày, hằng giờ thấy cái tâm niệm dấy lên là không thật thì quý vị đã tu rất kỹ rồi. Nghĩa là đã tu rất kỹ. Mà thấy những ý niệm dấy lên là không thật, là vọng tưởng thì cái đó có trở ngại gì khi quý vị lao động không?

Thí dụ như có người dạy, khi mình cuốc đất, mình cuốc một cuốc xuống niệm Nam Mô A Di Đà Phật, phải không? Đó là tu, vừa cuốc vừa tu. Rồi bây giờ mình cuốc một cuốc đất xuống mà mình cứ cuốc thôi, không thêm nghĩ gì hết. Lâu lâu có chú vọng nào dấy lên, biết vọng tưởng. Như vậy một buổi mình cuốc đất là ba tiếng đồng hồ, mình không thêm nói chuyện với ai, không làm gì hết. Cứ vừa cuốc mà vừa dõm chừng, nếu có chú nào dấy lên, biết chú là vọng tưởng. Như vậy mình có tu không? Như vậy một giờ cuốc đất có thua một giờ ngồi thiền không? Thua không? Chắc đâu có thua. Nhưng mà bây giờ mọi người cứ lằm, cứ làm hoài làm sao mà tu. Có lằm cái đó không? Cứ nghĩ rằng ai đi cuốc đất là người đó không tu. Mà phải, nếu cuốc đất mà kiếm 2, 3 người đứng gần gần vừa cuốc vừa nói chuyện đó, tu làm sao cho được, phải không? Chớ nếu cuốc đất thì cuốc, vừa có vọng tưởng dấy lên thì biết vọng tưởng không theo. Như vậy giờ cuốc đất là giờ tọa thiền.

Còn lật rau cũng vậy. Lật rau thì cứ lật rau, vừa có ý nghĩ, dấy niệm lên nghĩ cái gì đó, tưởng cái gì đó, nhớ cái gì đó, thì biết đó là vọng tưởng, cười nó thôi. Như vậy lật rau cả buổi có bằng ngồi thiền không. Như vậy còn hay hơn ngồi thiền, nó không có gục phải không? Ngồi Thiền, mình thả êm êm một hồi thì gục lên, gục xuống là mất đi bộn bộn phải không? Bây giờ mình ngồi lật rau mình tỉnh hoàn toàn, rồi mình cứ thấy nó lên, cái cười với nó (vọng tưởng). Như vậy giờ lật rau còn ngồi thiền kỹ nữa. Khởi có ai đi canh đi gát gì hết, phải không (vậy là quá tốt, mà có cái khổ là đâu có chịu)? Lật rau thì phải hai ba người ngồi đối diện. Vừa

lật vừa kể chuyện nằm trên nằm dưới. Thôi còn cái gì mà tu. Như vậy là mình không biết tu trong khi mình lao động.

Bây giờ nếu biết tu trong khi lao động thì cái lao động cũng là cái hết sức tốt, chớ đâu phải là xấu. Hiểu cho thật kỹ như vậy thì quý vị mới thấy rằng chúng ta lao động là chúng ta đang tu. Chớ không phải chúng ta lao động là không có tu. Hiểu vậy thì không có buồn. Chớ không thì có một ít vị Tăng cũng như Ni, thấy coi bộ mấy huynh làm việc gì nhẹ nhẹ đó, tới giờ được nghỉ, đúng giờ ngồi thiền đều đặn. Còn mình có việc gì hơi nặng, mình phải làm coi bộ khó, nặng nề hơn. Rồi tới giờ ngồi thiền mình không ngồi kịp hoặc là mình bị nghỉ hết một hai buổi. Cái than trách: “Tôi mắc nhiều việc quá làm sao mà tu”. Phải không? Than tôi mắc nhiều việc quá làm sao mà tu. Mấy huynh đệ kia ít việc cho nên người ta tu được nhiều. Nghĩ mình vô chùa mà mình chịu thiệt thòi quá. Rồi đâm ra buồn nản. Chớ còn nếu mà mình làm việc đó mà cũng như mấy huynh đệ ngồi thiền, mình ngồi mình lật rau, mấy huynh đệ kia lên trên ngồi thiền, mà mình lật rau, mình nhìn từng cọng rau rồi vọng tưởng dấy lên mình bỏ. Mình lật tới hết hai giờ ngồi thiền được một rổ rau lớn, phải không? Như vậy huynh đệ lên trên ngồi thiền lâu lâu gục, lâu lâu gục. Như vậy ai hơn ai? Ai lợi, ai hại? Đó phải hiểu cho tường tận việc đó, chớ nhiều khi tôi cũng nghe than phiền hoài. Cứ than phiền, ai mà lỡ có công tác gì hơi bề bộn một chút, rồi giờ tu người ta ngồi thiền hết, mình không được ngồi, cái tủi. Hơi trách trong lòng, rồi trách người lớn nữa. Sao mà hơi bất công, sắp cho mình công việc nặng, nhiều chẳng hạn. Như vậy thì cái khéo hay là cái vụng là do tại mình. Mình khéo thì giờ nào cũng là giờ tu. Còn mình vụng thì giờ nào cũng không thành tu. Nếu lên ngồi thiền cứ gục từ đầu giờ tới cuối giờ thì nghĩ làm sao? Lợi hay hại? Biết như vậy rồi thì quý vị phải ráng làm sao ứng dụng được mọi giờ, mọi lao động để mà tu thì đó là chúng ta khôn ngoan.

Như vậy phần thứ hai này thấy tâm vô ngã, tức là biết tâm dấy tướng là vọng tưởng. Luôn luôn biết như vậy, thấy rõ ràng như vậy. Như vậy mình không có chấp nó là tâm mình thật. Từ đó mình mới không có tranh giành với ai, những ý kiến hơn thua, hay dở. Nhờ đó cho nên mình phá cái chấp tâm một cách dễ dàng.

Nếu tâm mà mình chấp, mình không chấp nữa thì mình có thể rất cảm thông với mọi người để đi tới cái “Ý hòa đồng duyệt”. Nếu mà người này khởi nghĩ thể này, nói rằng tôi nghĩ đó, cái nhìn của tôi chắc là đúng. Người khác nhìn khác, nói tôi nghĩ thể này khác với huynh, mà cái nghĩ của tôi cũng có lẽ là đúng. Người kia nói có thể là đúng. Người này nói có lẽ là đúng. Nhưng mà bây giờ nói, chỉ cần kết luận thì cái nghĩ của tôi, cái nghĩ của huynh cũng là vọng tưởng thôi, cười xòa, không nói sai gì hết, phảo không? Như vậy dung hòa với nhau đi đến cái ý hòa đồng duyệt dễ dàng. Còn cứ nói cái nghĩ mình là đúng, là chân lý. Ai nghĩ khác là bậy, trật thì có đi tới ý hòa đồng duyệt được không? Chắc không thể được.

Bởi vậy cho nên tu chúng ta mới thấy được một lẽ thật thì những ngăn trở của sự tu đó, chúng ta dung thông một cách dễ dàng, không khó khăn gì hết. Cho nên người tu Phật là đòi hỏi chúng ta thấy được lẽ thật. Nếu chúng ta chưa thấy toàn bộ lẽ thật thì chúng ta thấy từng bộ phận. Thấy cái thân là vô thường đúng như thật của nó. Thân sống trong hơi thở, mạng sống trong hơi thở, thấy tâm nó là vô ngã đúng như thật của nó. Mọi niệm dấy lên đều là vọng tưởng. Thấy như vậy là thấy được lẽ thật. Từ thấy được lẽ thật chúng ta mới dễ tu. Như vậy từng lẽ thật chúng ta đều thấy đúng không có sai với chân lý. Nếu đứng trên đường tu chúng ta có từng phần giác, phải không? Có từng phần giác. Giác thân, giác tâm. Giác thân là mạng sống trong hơi thở. Giác tâm là hư dối vọng tưởng. Hai cái giác đó nếu giác từng phần như vậy thì gọi là gì? Bồ tát mất rồi, phải không? Bồ tát gọi là phần giác (giác ngộ từng phần). Bây giờ chúng ta thực tế, chúng ta giác ngộ từng phần thì chúng ta thành Bồ tát mất rồi. Chớ đâu có phải là thường. Vậy đó mà quý vị cứ coi thường mình hoài, phải không? Không chịu giác. Rồi cứ lạy Bồ tát, xin Bồ tát cho mình giác, Bồ tát độ mình. Cái lẽ thực mình có quyền giác mà mình không chịu giác, nhờ Bồ tát độ. Có xấu hổ không?

Như vậy thì tôi chỉ cho quý vị thấy tường tận cái lẽ giác đó. Chúng ta giác được cái thân vô thường, chúng ta giác được cái tâm vô ngã. Đó là chúng ta giác rồi. Vậy thì từng phần chúng ta giác. Thân vô thường, tâm vô ngã là chúng ta giác được cái hư dối, cái giả tạm của thân và tâm. Rồi đi sâu hơn nữa chúng ta giác cái

gì. Giác được cái chân thật. Bên cạnh cái hư dối đó có cái chân thật. Ta nhận chân nữa thì đó là chúng ta đi sâu trong cái giác, chứ có mê đâu, phải không?

Như vậy đường lối tu rõ ràng là đưa chúng ta tới giác ngộ chân thật, chưa có giác cứu cánh thì chúng ta giác từng phần. Mà giác từng phần là chúng ta đã tu hạnh Bồ Tát, không nghi ngờ gì hết. Bởi vậy nên định nghĩa Bồ Tát hết sức là rõ, Bồ Tát gọi là phần giác, tức là giác ngộ từng phần. Còn Phật là gì? Là mãn giác, giác ngộ viên mãn. Một bên giác ngộ viên mãn, một bên giác ngộ từng phần. Mà hết những cái từng phần, mình giác đầy rồi tức là viên mãn, là thành Phật, như Phật. Quý vị tu muốn thành Phật không? Bây giờ phải giác từng phần đi phải không? Gom hết những từng phần lại cộng thành viên mãn, thành Phật, có gì đâu. Con đường đi nó rõ ràng như vậy. Như vậy bước tu của mình từng bước đi trên con đường giác ngộ. Tôi đã từng nói như vậy. Từng bước, từng bước đi trên con đường giác ngộ chứ không phải đi đường nào khác. Mà chúng ta đã từng bước giác ngộ thì cuối bước đường chúng ta đi, là tới chỗ viên mãn, phải không? Tới mục tiêu cứu cánh thì đó là giác ngộ hoàn toàn. Đó để thấy sự tu nó quý, nó quan trọng như vậy

Vậy phần thứ hai này thấy tâm vô ngã, biết tất cả ý niệm dấy khởi là vọng tưởng. Cái biết đâu phải lựa là giờ ngồi thiền mới biết. Giờ chúng ta lao động cũng biết, giờ chúng ta ngồi chơi cũng biết. Như vậy bốn oai nghi đều tu được không? Đó là cái tôi thấy nó thực tế, chứ còn quý vị tu, thí dụ như đếm hơi thở mà nghĩ rằng bước một bước, thở ra. Rồi bước thứ hai là hít vào. Rồi đếm hoặc không đếm. Hoặc tưởng chẳng hạn. Rồi cứ nhớ thở ra hít vào hoài mà có dám bước nhanh không. Bước nhanh thì thở ra hít vào không kịp. Thành ra cứ bước nhịp nhàng, đi từ từ, từ từ. Rồi như vậy cả ngày cứ đi từ từ làm sao làm ăn được, phải không? Mình cần phải vác cuốc, mình cần phải làm công kia việc nọ. Đừng nói chuyện làm bếp thôi mà quý vị cứ ngồi nhớ thở ra thở vào thì làm sao lật rau cho kỹ. Nhớ hơi thở thì đâu nhớ lật rau.

Tất cả những cái đó, thành ra như vậy mới nhìn qua, chúng ta thấy dễ tu nhưng mà thực tế lại là khó. Còn cái tu này, quý vị cứ đừng thêm theo hơi thở. Cứ



nhớ mạng sống trong hơi thở. Chỉ nhớ đó chỉ là một cái ấn tượng sáng suốt của người giác ngộ. Rồi qua cái thứ hai, thấy rõ tâm niệm là vọng tưởng là hư dối. Thấy rõ như vậy. Dậy lên thì cười với nó thôi. Như vậy vừa làm vừa cười vậy hà. Hư dối cứ chạy ló đầu ra hoài, phải không? Thấy nó như mấy đứa con nít giỡn mặt với mình vậy. Không có gì hết. Không có gì là quan trọng. Tuy trong khi làm mà mình vẫn là tu, không có thiệt thòi chút nào hết. Đó là hai phần.

Bây giờ tới phần thứ ba. Phần thứ ba này hơi nặng nề về những người lao động. Tức là Phật tử ở trong nước cũng như ở nước ngoài phải đi làm các công tác chuyên môn trong các xí nghiệp đó. Có nhiều người họ đặt câu hỏi với tôi. Nói rằng: “Thầy dạy tọa thiền, tọa thiền thì tui con tu được. Nhưng mà bây giờ 12 giờ hoặc 8 giờ ở sở phải lao động luôn luôn. Bây giờ làm sao mà tu. Mà nhất là công tác bây giờ là máy móc, nếu mà lơ là một chút, sơ sẩy một chút là tai nạn. Sảy ra tai nạn. Bây giờ cứ thí dụ làm vừa ngồi niệm Phật, niệm Phật quên cái máy rồi làm sao? Thì nguy hiểm. Hay là vừa ngồi vừa đếm hơi thở. Đếm hơi thở quên không nhớ cái máy thì nguy hiểm. Bây giờ phải làm sao tu?

Đây tôi chỉ cho quý vị tu. Khi chúng ta lao động thì chỗ này chủ trương là làm việc gì, chuyên tâm vào việc đó. Làm việc gì chuyên tâm vào việc đó. Thì đó là tu. Sao vậy? Thí dụ bây giờ mình đang đánh máy, thì tay mình đánh máy, mình nhìn chữ mình đánh. Mình cứ đánh bây giờ chuyên thấy chữ và tay đánh máy thôi, không thêm nghĩ cái gì khác. Như vậy quý vị đánh máy tốt không? Còn tỷ dụ như mình đang điều khiển một cái máy gì chạy đều đều. Điều khiển mình cứ nhìn máy nó chạy đều đều đúng theo chương trình của nó. Mình không có lơ là, không có sơ sót. Thì việc làm đó đúng không, tốt không? Mà mình có tu không? Người ta tưởng nhìn như vậy, làm như vậy là không có tu, như sự thực đó là tu. Tại sao? Là bởi vì tôi nói, khi chúng ta làm việc gì mình chăm chỉ vào việc đó, không có cái nghĩ khác, cái tưởng khác. Nghĩ khác, tưởng khác tức là lo ra. Lo ra tức là ý nghĩ mình đã phóng chạy. Phóng chạy thì việc làm không được chín chắn. Như vậy thì mình chăm chỉ vào đó để mình không cho nó lo ra. Không lo ra thì có vọng tưởng

không? Mà không có vọng tưởng là mình định tâm trong đó rồi. Thì đó là mình đã tu. Tu ngay trong cái động. Nghĩa là mình đang làm mà mình tu mình không hay.

Bởi vì ngồi thiền một giờ đồng hồ là cốt lặng vọng tưởng. Còn bây giờ mình ngồi mình nhìn cái máy. Mình không có cho vọng tưởng chạy. Mình chăm vào đó, chú ý vào đó nó không chạy thì đó cũng phương tiện định rồi. Cho nên có nhiều vị ngồi thiền, họ muốn định, họ đốt cây nhang họ để, để họ nhìn cây nhang, tập trung vào cây nhang để tâm họ không có loạn. Như vậy họ gọi là ngồi thiền. Bây giờ mình cứ nhìn cái máy nó chạy. Mình làm đúng cái đó thì khỏi đốt nhang, phải không? Mà mình lại lao động được có lương. Như vậy cái nào lợi hơn? Đi lao động mà mình vẫn tu là khéo. Khi lao động mình chăm chỉ vào cái máy, vào cái bộ phận nào mà người ta giao cho mình điều khiển, chăm chỉ vào đó. Vừa có một niệm khác mình buông mình bỏ. Như vậy đó là mình tu. Như vậy tu là không ai biết mình tu hết. Nếu mình chăm chỉ vào đó mình làm đúng không sai chạy, không hơ hổng, không có bị thiệt thòi cái gì, thì tức là việc làm của mình chủ chê hay khen? Chủ còn khen còn tán thưởng nữa, phải không? Rất là chu đáo. Như vậy đó chính là nhờ cái biết tu mà chúng ta lao động tốt đối với công tác của chúng ta và đối với xí nghiệp, cơ sở mình đang làm. Vậy đó là cái khéo tu trong lúc lao động.

Nhưng có người khác họ hỏi. Giả sử bây giờ tôi làm nghề thầy giáo. Tôi không có coi cái máy, không có điều khiển cái máy. Vậy tôi là ông thầy giáo, tôi phải dạy học trò, phải soạn bài thì làm sao mà tu. Thì đây sẽ trả lời. Nếu mình làm một cái nghề gì mà phải suy nghĩ, phải sắp đặt thì ở đây khuyên nên giới hạn cái tâm mình trong một vấn đề đó thôi.

Thí dụ bây giờ mình là thư ký, thì phải viết đơn hoặc là làm báo cáo gì đó, thì khi viết đơn thì chỉ biết viết đơn, làm báo cáo thì chỉ làm báo cáo. Ngoài ra không cho nghĩ cái gì khác, chỉ nghĩ trong một phạm vi đó. Như vậy tuy là còn vọng tưởng, nhưng mà vọng tưởng giới hạn, phải không? Còn nếu mình không chăm chỉ vào cái đó thì mình ngồi viết đơn, báo cáo, đang đó cái nó xẹt nghĩ cái này, xẹt nghĩ cái kia, làm cho việc làm của mình không chu đáo, không có thuần

thực. Bởi vậy cho nên phải hạn chế ở trong một phần mà mình đang suy nghĩ, đang tập trung để làm đó.

Nếu là một thầy giáo, một cô giáo ngồi soạn bài về một bài toán hay là bài lý gì đó. Mình soạn mình chăm chú cái đó. Vừa nhớ chuyện gì hôm qua hôm kia, bỏ. Như vậy việc soạn bài mình rất là chu đáo. Như vậy đó vừa là chu đáo cho công tác vừa là biết tu. Tại sao gọi là tu? Vì mình hạn chế được cái vọng tưởng, nó không cuồng, nó không có chạy bậy. Vọng tưởng không cuồng, không chạy bậy, tức là mình có làm chủ nó một phần. Như vậy là có tu rồi. Đó là cái phần thứ hai, người phải làm việc bằng cái suy nghĩ, cái sắp đặt.

Rồi bây giờ giả sử có những người làm việc bằng cách phải điều khiển hay điều hành nhiều người làm công tác thì họ phải sắp đặt, phải suy tính. Ai làm cái gì, cái gì sắp đặt đâu đó thì làm sao họ chuyên về một đề được. Bây giờ những người đó làm sao mà tu? Ở đây tôi khuyên rằng nếu người nào có trách nhiệm phải điều khiển cả một xưởng lớn, nhiều nhân công, nhiều bộ phận trong đó thì mình phải sắp đặt. Sáng thức dậy, mình ngồi mình sắp đặt thì tất cả tâm tư mình chỉ trong việc sắp đặt đó thôi. Nghĩa là mình sắp đặt, việc này, việc kia, việc nọ chỉ nhìn trong cái bốn phận, cái trách nhiệm mà mình phải lãnh đạo đó. sắp đặt cho xong, rồi mình ghi giấy rồi sáng ra họ làm. Như vậy tuy mình có sắp đặt mà cũng giới hạn. Chớ tư tưởng không cho nó chạy không cuồng, cũng không cho nó có tính cách mông lung, mà phải có một cái kèm chế ở trong một phạm vi, là chúng ta có tu, vì chúng ta có làm chủ thì đó cũng là một cách tu.

Như vậy khi mà tất cả công tác gì. Đây tôi còn nhớ có mấy anh Phật tử, họ nói họ làm việc kế toán. Làm kế toán ở sở này sở kia. Cứ tính toán con số hoài thì làm sao mà tu. Thì tôi nói, đầu cho mình làm kế toán, phải bao nhiêu con số nó nhưc cái đầu, đau cái đầu mà mình cứ chú tâm làm bao nhiêu con số đó. Giờ nào vào làm thì mình chuyên tâm, tất cả tâm lực dồn vào đó hết. Chú tâm, chú ý làm không có để nó mống khởi, không để cho nó chạy bậy, dồn hết trong việc kế toán thôi. Chừng nào ra sở thì sẽ làm việc khác. Chớ còn trong sở thì cứ dồn hết tâm lực trong một việc. Nhờ dồn hết tâm lực trong một việc, chúng ta không có kèm

không có nghĩ gì khác. Cho nên chúng ta chúng có phần làm chủ rồi. Tuy con số này, con số kia nó khác. Tuy bản báo cáo này, bản báo cáo kia nó khác, nhưng mình cứ đặt tất cả cái nghĩ, cái tính của mình nằm ở trong một phạm vi giới hạn, chớ không có chạy mông lung, thì đó là chúng ta có tu rồi. Như vậy thì cái tu này tu ở trong công tác, tu ở trong việc làm chớ không phải là không có tu.

Như vậy người ở chùa tu được, người ở sở tu được, người lao động ngoài trời tu cũng được. Ai biết khéo thì đều tu được hết. Chớ không phải chỉ có những người rảnh rang ngồi thiền được mới là tu. Như vậy có thể nói một cách rõ ràng rằng, chúng ta khéo tu thì giờ nào công tác hay làm việc cũng là giờ tu, giống như giờ ngồi thiền vậy. Còn chúng ta không khéo tu, kể cả giờ ngồi thiền cũng không hay như thường. Nghĩa là không hay bằng cách nào? Bởi vì không khéo tu cho nên ngồi thiền thì gục. Còn nếu hết gục thì đau. Đau rồi trông hết giờ, phải không? Ngồi cũng như bị bắt đó, bị bắt phạt quì hương. Trông cho tàn cây hương để xả. Còn cái này ngồi thì bắt tước chân đó, đau quá trông hết giờ để xả. Nghe cô Hương đang đánh kiểng beng beng. Thôi coi như muốn xả cỡ 3, 4 cái xả cảm ơn. Như vậy tu đó là tu làm sao? Thấy thì nghiêm chỉnh, mà thực ra tâm mình nó đang xáo động đủ thứ hết, cho nên làm sao mà ngồi thiền. Vào ngồi thì bình tĩnh, sáng suốt không có gục và tất cả giờ ngồi đó không phải ngồi để lấy giờ mà ngồi để làm chủ mình. Coi như thời gian vô nghĩa. Ngồi đến chừng nào người ta đánh kiểng thì mình ra. Chớ không có mà ngồi lắng tai. Nhất là khi bị chân đau, lắng tai nghe kiểng hoài, phải không? Những cái đó làm cho mất thời giờ quý báu của mình. Đó là tôi nói về cách tu trong mọi trường hợp. Đó là chúng ta tu trong trường hợp hạn chế trong hành động, trong công tác.

Và bây giờ chúng ta có thể tu trong cuộc sống tùy duyên tự tại để tiêu hết tập khí. Đây là nói hạng cao đó, tu trong cách tùy duyên tự tại. Như hôm rồi tôi có dẫn câu của Tổ Lâm Tế nói đó. Tổ Lâm Tế nói sao đó:

Tùy duyên tiêu cự nghiệp,

Nhậm vận trước y xiêm.

Tu đó là tu tùy duyên. Đó là nói những người ngộ được ở mình có cái tánh Phật hay là có cái bản lai diện mục rồi, bây giờ tùy duyên mà tu, chứ không có kèm cọng, không có chú tâm. Như vậy tùy duyên mà tu đó thì cái cuộc tu đó rất là nhẹ nhàng, rất là tự tại. Không có dính, nó không kẹt bên này, bên nọ. Cái hạng tùy duyên này, nếu mà đứng trong Thập mục ngu ruồ thì tương đương với bài kệ nói rằng đi tới chỗ lá rụng về cội. Nó không dính, không kẹt, tự tại. Tôi đọc bài kệ đó quý vị nghe, thấy rõ. Lá rụng về cội đó.

Phản bản hoàn nguyên dĩ phí công,  
Tranh như trực hạ nhược manh luân.  
Am trung bất kiến am tiền vật,  
Thủy tự man man hoa tự hồng.

Dịch:

Phản bản hoàn nguyên đã phí công,  
Đâu bằng thẳng đó tợ mù cam.  
Trong am chẳng thấy ngoài vật khác,  
Nước tự menh mông hoa tự hồng.

Như vậy bài kệ này nói cách tùy duyên, tự tại của những người đã ngộ đạo mà muốn dứt sạch tập khí thì tu một cách tùy duyên tự tại như thế này. Nói rằng:

“Phản bản hoàn nguyên”. Phản là trở lại. Bản là cái gốc. Hoàn là cũng trở về. Nguyên là cái nguồn. Nói về cái gốc, nói về cái nguồn, đó là uống công rồi, phí công rồi. Tại sao vậy? “Đâu bằng thẳng đó tợ mù cam”. Tợ mù cam là giống câu của Ngài Trần Nhân Tông đó “Đối cảnh vô tâm” đó. Như vậy ngay nơi mọi cảnh mà như mù. Thấy mà như mù chứ không phải mù thật. Nghe mà như điếc. Cho nên không có phản đối, không có khen chê. Như cam, như mù chứ không phải cam. Nhớ vậy đó, tức là đối cảnh mà vô tâm thì giống như thấy mà như mù. Nghe mà như điếc. Như vậy người đó, lúc đó không còn nói phải trở về nguồn, trở về gốc gì nữa hết.

Có nhiều vị Tăng hiện giờ cũng như Ni hiện giờ, biết mình có cái ông chủ rồi. Ngồi thiền, hoặc đi đứng nằm ngồi gì cũng nhớ. Nhớ trở về ông chủ. Trở lại

ông chủ, sống với ông chủ. Cứ nói vậy hoài. Như vậy đúng chưa (tốt quá mà, nhớ ông chủ) ? Thật ra chưa phải. Mà đừng có chạy theo ngoài, không chạy theo ngoài thì làm sao? Thí dụ bây giờ như là chúng ta ngồi ở trên điện Phật. Khi chúng ta ngồi trên điện Phật đó. mình muốn là ngồi một giờ đồng hồ trên điện Phật. Ngồi chơi, ngồi gì cũng được. Mà nghĩ rằng một giờ ngồi đây là không đi đâu, bây giờ trong khi ngồi nói: Mình nên nhớ, mình ngồi trong điện Phật, mình nên nhớ, mình ngồi trong điện Phật. Hay là nhớ cái gì? Chỉ ngoài kia có ý ngoắt ngoắt mình nói: Tôi không đi. Ai ngoài kia kêu mình, tôi nói: Không thèm nghe. Mà tôi không đi nghe tức là tôi ở đâu. Tôi ngồi trong điện Phật phải không? Tức là cứ nhớ mình ngồi trong điện Phật. Nhớ ngồi trong điện Phật mà lâu lâu ai ngoắt muốn đứng dậy chạy. Cái đó nhớ ngồi trong điện Phật cũng vô ích thôi, phải không? Nghĩa là chỉ đừng chạy theo người kêu, đừng có chạy theo người ngoắt. Đừng chạy theo bất cứ cái gì mà ngoại cảnh nó lôi. Mà đừng chạy theo vậy tức là đang ngồi trong điện Phật tự nhiên, phải không? Cho nên câu này nói rất là hay.

“Đâu bằng thẳng đó tợ mù câm”. Chớ còn nói phản bôn nó hoàn nguyên. Dư. Phí công tức là dư rồi. Mình chỉ đối với sáu trần đừng có dính, đừng có kẹt thì đó là đúng. Cho nên câu sau:

Am trung bất kiến am tiền vật

Trong am mà chẳng thấy vật ngoài am. Ngồi trong am mà không thấy vật ngoài am thì đó là quá tốt rồi. Nghĩa là mình ngồi ngay trong cái chân thật của mình. Mọi trần cảnh ở ngoài mình không đuổi theo thì đó là không thấy. Đây nói không thấy tức là không đuổi theo. Chứ tưởng là ngồi trong am mà nhắm mắt, không phải. Nghĩa là ngồi trong am mà mình không thấy vật ngoài am, nghĩa là không có đuổi theo. Mình luôn luôn an trú ở chỗ thanh tịnh như như mà không đuổi theo ngoại vật. Không đuổi theo ngoại vật tức là an trú. Chứ đừng có nói an trú, tôi kèm ngồi đây, an ở chỗ này. Nghĩa là không đuổi theo ngoại cảnh. Đó là an trú. Hiểu như vậy thì mới thấy cái hay.

“Nước tự mênh mông hoa tự hồng”. Nguyên chữ Hán là : “Thủy tự man man hoa tự hồng”. Nó hay làm sao, phải không? Nghĩa là nước, thí dụ ở đây, nước

dưới hồ nó tự đầy, phải không? Hoa hồng nó tự đỏ. Mình ngồi trong am, trong thiền đường cũng tự mình ngồi. Hoa hồng không quyến rũ mình chạy ra ngó. Nước mênh mông dưới hồ không quyến rũ mình chạy ra nhìn. Như vậy không nhìn nước, không nhìn hoa, thì nước tự là nước, hoa tự là hoa, thì mình vẹn toàn là mình. Đó là cái chỗ tùy duyên là vậy. Như vậy cái tu mà tới chỗ này thì nó đẹp biết chừng nào, phải không? Đó là tôi nói cái ứng dụng vào cuộc sống. Như vậy những vị này tùy duyên cũng là trong cuộc sống. Đi đây, đi kia làm việc này, việc nọ mà không có chạy theo cảnh. Không có dính với cảnh thì đó là tu.



## KẾT QUẢ CỦA SỰ TU HÀNH.

Bây giờ còn một điểm chốt. Điểm chốt là kết quả. Kết quả của sự tu. Trong cái kết quả này tôi có chia ra làm hai phần: Kết quả chánh và kết quả phụ.

Nói về kết quả chánh thì có mấy phần. Bởi vì chúng ta tu theo Phật là tu để tiến lên con đường giác ngộ. Như vậy nói tu giống như người đi, nếu người đi trên con đường về núi hay là leo núi. Ví dụ là con đường từ dưới chân núi lên đỉnh núi. Bây giờ người đi núi nếu đã đến chân núi thì từ chân núi chúng ta cất bước, mỗi bước là mỗi gần với chót núi, phải không? Như vậy mỗi bước là mỗi gần. Tất cả những bước chúng ta bước đều đều là để lên chót núi.

Cũng như vậy chúng ta tu theo đạo giác ngộ thì mỗi bước là mỗi cái giác ngộ, chứ không có cái gì khác hơn. Nếu muốn tiến lên quả cứu cánh giác ngộ thì mỗi ngày chúng ta tu, mỗi giờ, mỗi phút chúng ta tu đều là mỗi giờ, mỗi phút, mỗi ngày trên con đường giác ngộ. Nghĩa là nó tiến đều đều chứ nó không có dừng được. Như vậy thì nói tới tu là nói tới sự giác ngộ.

Như vậy trước hết giác ngộ về thân. Như hồi nãy tôi có nói, chúng ta thấy rõ thân này, mạng sống là trong hơi thở, phải không? Thấy mạng sống trong hơi thở là chúng ta đã giác ngộ lẽ thật về thân.

Rồi kể đó là chúng ta giác ngộ về tâm. Nhờ tu thấy tất cả niệm khởi là vọng tưởng, là không thật. Cho nên chúng ta giác ngộ được nó là cái hư ảo không phải thật ta. Do đó mà phá được mọi cái cố chấp về tâm. Đó là bước giác ngộ thứ hai.

Rồi cái thứ ba nữa là chúng ta hằng sống với cái tâm bản nhiên thanh tịnh. Nói hằng sống không có nghĩa là chúng ta nhớ chúng ta hằng sống mà chúng ta không bị sáu trần lôi cuốn chạy theo bên ngoài. Bởi không có bị lôi cuốn cho nên gọi là hằng sống với tâm bản nhiên thanh tịnh. Đó là cái kết quả cái giác. Cái giác này là cái giác lớn lao thấy được lẽ thật, thấy được chân lý. Khi chúng ta thấy được lẽ thật, thấy được chân lý thì đời sống của chúng ta, cái giác ngộ nó gần được thành công, gần được viên mãn. Như vậy chúng ta đã được thành công, được viên mãn, phải làm gì nữa. Thì phải làm lợi ích cho chúng sinh. Mà lợi ích cho chúng sinh làm bằng cách nào. Tức là phải làm sao cho mọi người chung quanh chúng ta phải có giác ngộ, hoặc ít, hoặc nhiều. Chớ không thể nào để cho họ mê muội, họ chìm đắm. Bởi vì trong kinh Phật đã từng dạy, nói rằng: “Chịu cái khổ thiêu đốt ở địa ngục chưa phải là khổ. Làm con lừa, làm con ngựa kéo xe cũng chưa phải là khổ. Mà cái khổ là si mê không biết lối đi mới là khổ”.

Như vậy thì tất cả cái đau khổ trong nhà Phật kể ra cái khổ nào to bằng cái khổ si mê. Bởi thấy si mê là khổ, muốn hết khổ Phật dạy chúng ta phải giác, phải không? Giác mới là hết khổ. Bây giờ điều này nếu đem ứng dụng với thế gian thì quý vị thấy có hay không? Nếu mà tất cả người dân chúng ta ai cũng đều có trình độ có kiến thức cao ngang trung học, đại học thì xứ sở chắc sẽ văn minh. Còn nếu mà dân chúng mình cứ đốt nát mù chữ thì dầu cho có của có tiền nhiều chắc cũng là chưa văn minh.

Như vậy cái giá trị của cuộc sống là ở kiến thức, sáng suốt cao siêu mới đưa giá trị con người lên cái địa vị cao siêu. Tu hành cũng vậy muốn thoát hết tất cả đau khổ không gì bằng là phải giác ngộ. Cho nên quý vị mới thấy Phật đưa ra hai bên. Bên này là vô minh, mà vô minh là nguồn gốc của sinh tử, của đau khổ phải không? Mà muốn hết cái vô minh, muốn hết cái đau khổ đó thì phải là minh. Tức



là giác. Giác mới giải quyết được cái đau khổ muôn kiếp trầm luân. Còn nếu không giác thì không bao giờ giải quyết được.

Như vậy thì mê và giác là hai cái gốc. Hay vô minh và minh là hai cái gốc. Cái gốc của luân hồi và cái gốc của giải thoát. Rõ ràng như ban ngày. Bởi vậy cho nên chúng ta sợ đau khổ, sợ trầm luân thì chúng ta phải giác. Chỉ đó là con đường duy nhất chứ không phải làm cái gì khác. Làm cái gì khác cũng chưa đúng cái bản ý mà đức Phật đã dạy. Cho nên nói tới học đạo là nói tới giác ngộ. Mà giác ngộ tới phần sau này là giác ngộ bằng cách hằng sống với cái tâm bản nhiên thanh tịnh. Tức là với ông chủ hay là với bản lai diện mục của mình. Mình là cái bản lai diện mục, mình là ông chủ, chứ không còn có cái thứ hai.

Bởi vậy cho nên đây, bài kệ thứ mười của Thập Mục Nguu Đồ. Bài kệ này nói rõ ý nghĩa đó. Tức là buông lỏng tay vào chợ.

Lộ hung tiền tức nhập trần lai  
Phù thổ đồ khôi tiêu mãn tai.  
Bất dụng thần tiên chơn bí quyết,  
Trực giao khô mộc phóng hoa khai.

Dịch:

Chân trần bày ngực thẳng vào thành,  
Tô đất trét bùn nộ cười thanh..  
Bí quyết thần tiên đâu cần đến,  
Cây khô cũng khiến nở hoa lành.

Như vậy người ta cứ nghĩ rằng: Người tu Phật tu Thiền để tiến lên giác ngộ mà cứ lo tu thì dường như mình là kẻ ích kỷ lo cho mình thôi. Lo cho mình được giác mà không nghĩ tới chúng sinh. Cho nên tới cái bài kệ chót này, chúng ta mới thấy tình thần lợi tha không có giới hạn, nói rằng:

“Chân trần bày ngực thẳng vào thành”. Qua một thời gian điều luyện tu hành, tâm mình được sáng suốt, được giác ngộ rồi, từ đó mình không còn có một nghi ngờ nào. Mình không còn khỏi một tham luyến nào của trần tục nữa. Nhưng mà như vậy không có nghĩa là mình thoát ly trần tục mà mình phải lao mình vào

trong trần tục. Không còn tham luyến, không còn dính mắc mà vẫn lao mình trong đó. Cho nên gọi là buông lỏng tay vào chợ. Chớ không phải nói tôi tu riết thành Tiên, thành Phật gì đó, đừng tôi đi về cõi Bồng lai tôi ở. Không phải vậy. Mà ở đây tu, ráng tu cho đi tới chỗ giác ngộ mà được vững chắc viên mãn. Rồi thì lúc đó lao mình vào trong cõi trần, làm lợi ích cho chúng sinh. Đó là tinh thần của Phật giáo. Chớ không phải là bi quan, là yếm thế. Mà là tích cực. Cho nên hình ảnh.

“Chân trần bày ngực thẳng vào thành,

Tô đất trét bùn nộ cười thanh.

“Chân trần bày ngực” nghĩa là mặc áo sao? Mặc áo thả cửa đó, rồi thẳng vào trong thành, thì hai câu đó nói lên cái gì. Nói là lúc này không còn khuôn mình trong giới luật, trong khuôn khổ nữa mà sống như tất cả kẻ phàm tục khác. Đi làm lợi ích cho chúng sinh mà quên mình, không còn bị khuôn ở trong cái hình thức, khuôn khổ giới luật, mà tùy phương tiện, tùy hoàn cảnh làm lợi cho chúng sinh thôi. Chớ không bị kẹt, bị mắc nữa. Đó là cái tinh thần gọi là tùy duyên đó, không phải hạn chế, không phải bắt buộc.

Rồi: “Tô đất trét bùn nộ cười thanh” là đi vào trong đó bị lem lấm, bị nhor nhóp mà vẫn cười, chớ không có buồn, không có tủi. Nhưng mà nói ở đây đó, cũng xin nhắc lại. Gần đây có một số ông thầy, lâu lâu cũng mặc áo phạch ngực, cũng đi lang thang lại quán rượu, lại quán cà phê, rồi cũng ngồi. Có ai phê bình: “Thầy sao không giữ giới luật”. Tôi lúc này còn cái gì nữa mà giữ. Tự tại rồi mà.

Thì cái đó là tự tại, mà là tự tại giả dối đó, lừa bịp đó. Còn tự tại thật thì nó khác. Nghĩa là trong đó giả sử “Tô đất trét bùn nộ cười thanh”. Dù có ai chỉ mặt mình chê nói ông thầy phá giới, nói ông thầy này hư ... thì vẫn cười, chớ không có một tí gì buồn. Coi chừng mình nói mình tự tại, vào quán ngồi, người ta lôi ra, người ta đuổi đi, mình nổi sân, muốn đánh lộn với người ta, đó thì sao? Thứ thật hay thứ giả?

Bởi vậy cho nên, người mà tới mức độ này thì dù cho cái cảnh nào bị người ta khinh khi, bị người ta miệt thị, bị người ta chê cười, mà mình vẫn thản nhiên tự tại thì đó mới là thứ thiệt.

Rồi: “Bí quyết thần tiên đâu cần đến”. Lúc đó không cần dùng bí quyết mầu nhiệm thần tiên nào hết. Mà chỉ với một cái tâm, cái tâm trong sáng giác ngộ, với lòng từ bi tràn trề, đem lại lợi ích cho chúng sinh, tùy cơ mà thuyết pháp. Tùy duyên mà làm cho người ta thức tỉnh. Chớ không dùng bùa, không dùng phép, không dùng những cái trường sinh bất tử gì để cứu người ta hết. Mà cứu dạy người ta để giác ngộ. Cứu dạy người ta để không có tạo nghiệp, không có chịu khổ nữa. Cho nên không dùng bí quyết của thần tiên. Tuy không dùng như vậy mà đã làm cho nhiều người có lợi ích rất là phi thường.

Nên cái câu: “Cây khô cũng khiến nở hoa lành”. Nghĩa là: “Trực giao khô mộc phóng hoa khai” đó. Nghĩa là mình đến với những người, cây khô là dụ cho những người chưa từng biết làm thiện. Chưa từng biết tu mà cũng làm cho họ phát tâm tu. Cũng làm cho họ biết nở cái tâm từ thiện. Như vậy thì cũng giống như cây khô mà mình làm cho nó trở hoa.

Chớ còn mình bây giờ đi giáo hóa thì mình phải lựa, người nào làm sao, người nào mà có biết đi chùa, có quy y tam bảo, dạy cho họ tu. Còn những người chưa biết thì mình e dạy không được. Còn các vị này thì những người chưa từng có duyên lành, cũng khéo tạo duyên lành cho họ phát triển. Đó là cái đặc biệt.

Như vậy thì người tu theo Phật khi được kết quả tốt rồi, thì sẵn sàng bắt kể cái xấu, cái dở, cái khổ đau đem đến mình. miễn làm sao cho chúng sinh được tỉnh, được giác, được tiến trên con đường đạo. Đó là thỏa mãn cái nguyện của mình.

Như vậy thì không có nên nghĩ rằng mình tu rồi thành Tiên, thành Phật. Thành Tiên thì về Bồng lai nghỉ, chơi cho vui. Thành Phật thì nhập Niết bàn, mình tự tại. Đừng có nghĩ như vậy mà chúng ta tu đến nơi đến chốn rồi, thì phải lao mình vào trong cái khổ đau của chúng sinh. Lăn lóc trong cái nhơ nhớp của mọi người để mà giáo hóa, làm lợi ích cho họ. Như vậy thì cái tâm đó, trong lúc tu mà còn có chút chút ích kỷ đó thì hợp hay không? Bởi vậy nên nghe người tu nào mà nói cái giọng ích kỷ đó là tôi không bằng lòng tí nào hết. Tôi phát quạu lên liền. Mình đã là cái người nguyện đem cả một cuộc đời tu hành để làm lợi ích cho chúng sinh mà tâm hồn mình còn có một chút xúu hà, bằng gan con tôm, con tép

thì làm sao được, phải không? Cho nên phải mở cái tâm rộng lớn, sẵn sàng hy sinh đời mình để làm lợi ích cho chúng sinh thì mới xứng đáng là người tu. Tu mà hẹp hòi, nhỏ mọn, so đo thì cái đó không xứng đáng chút nào hết. Bởi vậy nghe cái đó là bức bối liền, không có vui. Bởi vì thấy mình đang đi trên con đường rất là cao thượng mà lại mang những thứ hèn hạ như vậy. Hai thứ không hợp. Hiểu như vậy thì mới thấy tâm hồn của người tu là một tâm hồn cao siêu. Tâm hồn khoáng đại. Chớ không phải là tầm thường. Đó là tôi nói kết quả của người tu như vậy. Đó là cái kết quả chánh.

Bây giờ nói đến kết quả phụ. Người biết tu Thiền từ buổi ban đầu, tuy rằng mọi việc của họ tu chưa đến nơi đến chốn. Nhưng mà có thể có những kết quả. Một là tạo con người đủ nghị lực, thắng mọi thói hư tật xấu của thân tâm. Người tu thiền là tự tạo cho mình đầy đủ nghị lực để thắng những thói hư, những tật xấu mà mình đang mang đang chứa ở thân tâm mình. Bởi vậy cho nên bước vào tu thiền là chúng ta thấy bắt đầu có những cái chiến đấu, mà chiến đấu âm thầm không ai thấy. Thí dụ: Như quý vị chưa quen ngồi hai tiếng đồng hồ. Vô đây bắt ngồi hai tiếng đồng hồ, thì quý vị có chiến đấu không. Đó là bắt đầu chiến đấu. Thắng. Thắng ai? Thắng cái lười biếng, nhút nhát của mình phải không? Sợ đau, sợ nhức, sợ khổ gì đó. Qua một cơn ngồi đó để chịu đựng, để thắng nó. Thắng không có ai thấy, mình tự biết thôi. Cái thắng đó không ai thấy. Đó là thắng về thân.

Rồi thắng về tâm thì lâu nay ngồi đâu thì nghĩ tứ tung, chạy đầu này, đầu kia. Nghĩa là tâm nó ngông cuồng, nó chạy như là con ngựa chạy sông vậy. Chạy tứ tung. Bây giờ không cho chạy. Vừa thấy mặt nó chạy cái rầy. Thấy chạy cái rầy. Chằng chằng, chằng chằng nó. Đó là mình cố mình thắng nó. Mà nếu thắng được thân, cái gì khó, cái gì khổ mình có thể qua được hết. Bắt ăn chay là cái khó ở miệng rồi. Bắt ngồi thiền thì nó khó mấy cái. Ngồi téo chân là khó hai cái chân, đau. Rồi ngồi thẳng cái lưng, ngồi thì ai cũng ngồi một lát cong lên cong xuống cho thoải mái. Cái này bắt ngồi thẳng thì cũng là cái khổ nữa. Rồi không cho nhúc nhích. Nhiều khi muỗi cắn, nhiều khi con gì bò ngứa ngứa không cho cựa cựa. Như vậy là cả một cái gì phải chiến đấu chớ không phải là thường. Chiến đấu với

những cái chỉ mình biết thôi, không ai biết hết. Không có khoe công với người nào được hết. Chỉ có mình biết mình đang thắng. Như vậy để thấy tập cho mình có một cái nghị lực để thắng mình. Chớ còn không thì con người là yếu đuối. Chiều chuộng cái tật xấu, dở của mình lắm.

Thí dụ: Như mình bắt lao động nhiều cái nó mệt. Một cái đòi cho một ngày đi chơi phải không? Như vậy đó là mình chiều ai? Chiều cái chú thân này. Chú đòi đi chơi. Đi chơi rồi, thân được đi chơi một bữa thì cũng được. Mà đòi đi chơi không đâu đủ, phải ăn ngon bù. Phải cho ăn ngon, đó là cái miệng. Bây giờ vô đây bắt ăn chay, hành phạt cái miệng. Rồi không cho đi chơi, bắt phải ngồi dù đau cũng ráng. Đó là thắng được cái thân, rồi thắng luôn cái tâm nữa. Thì đó là một nghị lực. Chớ không phải chuyện thường. Ai làm việc đó là một con người đầy đủ nghị lực. Mà nếu đầy đủ nghị lực thì thói hư tật xấu mình chiến thắng không khó. Đó là nói cái thứ nhất.

Cái thứ hai là cái lợi ích làm việc. Chăm chỉ vào công tác của mình không có lơ là. Chính nhờ vào cái chăm chỉ đó mà công tác mình làm được chu đáo, làm được tinh vi. Đó là kết quả. Hễ làm việc gì, thí dụ như mấy chú may, ngồi thấy cái lần chỉ mình may, miếng vải mình may. Không có nghĩ chuyện này chuyện kia, ai nói gì, làm gì mặc. Mình cứ nhớ cái may của mình đó, thì chắc chắn rằng đường chỉ sẽ thẳng phải không? Cái may sẽ khéo. Thì như vậy chính cái chăm chỉ vào một công tác thì nó đưa mình được một kết quả là cái công tác mình càng ngày càng tinh vi hơn. Và càng ngày càng được tốt đẹp và xứng đáng với cái công lao động một giờ của mình. Đó là kết quả thứ hai.

Kết quả thứ ba là do mình chiến thắng được hay là biết rõ cái tâm hư dối. Tâm niệm là hư dối, là tạm bợ cho nên mình không cố chấp. Bởi mình không cố chấp cho nên mình bao dung, mình tha thứ được mọi người nó dễ dàng. Đó là kết quả thứ ba.

Kết quả thứ tư, từ cái chỗ tu hành cho nên tâm mình không còn có những niệm xấu, những tật hư, tật hư thói xấu mình đã thắng được thì nó sẽ mở màn cho lòng thương. Tức là có tâm từ bi đối với mọi người. Mình thương xót không giới

hạn. Bởi vì mình đã thấy, đã biết rõ ràng ta đang mê lầm, chấp thân, chấp tâm. Rồi tất cả bao nhiêu thứ đó họ tạo nên bao nhiêu thứ nghiệp, rồi phải trầm luân sinh tử. Mình bây giờ mình chiến thắng được những cái đó thì mình dễ có lòng thương. Thương người, thương vật không có bị giới hạn ở đâu hết. Đó là kết quả của sự tu.

Như vậy tới đây là chấm dứt bài, mà tên là gì? Chủ trương khôi phục Thiền tông thời Lý Trần và đường lối tu. Tới đây là chấm dứt.

Trước khi kết thúc, tôi có vài lời để nhắc chung cho tất cả Tăng Ni và Phật tử thấy. Mọi người chúng ta đã có phúc duyên lành, cho nên chúng ta gặp được Phật pháp. Tức là phương pháp dạy cho chúng ta được giác ngộ, mà chúng ta đã biết rõ ràng chúng ta giác ngộ là chúng ta khỏi bị mê lầm. Khỏi bị tạo những nghiệp để trầm luân sinh tử nữa. Chúng ta giác ngộ thì chúng ta mới thương người, thương cuộc đời, thương chúng sinh. Bởi vì ai ở trên thế gian này mà còn mê thì chúng ta đều thương hết. Cũng như đêm tối đường hiểm nguy, bao nhiêu người đang quờ quạng cùng tìm lối đi trong lúc đêm tối nguy hiểm và gai góc. Bây giờ chúng ta được cái phước, chúng ta nắm được ngọn đuốc, nắm được ngọn đuốc là chúng ta đã phá được đêm tối và chúng ta tránh được những hiểm nguy hầm hố, gai góc chúng ta tránh được. Nhưng bên cạnh chúng ta còn trăm ngàn muôn ức người không có đuốc mà họ phải quờ quạng đi, thì chúng ta làm sao. Chúng ta có vui cười rằng mình sung sướng có đuốc mình đi, cho nên mọi người họ không có đuốc thì kệ họ, mình cứ đi ra khỏi chỗ nguy hiểm đêm tối này. Hay là chúng ta vẫn biết mọi người quờ quạng đi trong đêm tối khổ sở đó nhưng bản thân người nào họ cũng có mang cây đuốc sau lưng hết. Mà họ không có (lửa?) đuốc để soi. Bây giờ mình có cây đuốc sáng, mình nở nào mà cầm đi tuốt ra để mặc họ, họ có đuốc mà họ chịu tối, họ khổ sở. Mình đành lòng không? Chắc rằng mình không đành lòng mà mình phải đem đuốc của mình soi cho người này, soi cho người kia, soi người nọ để họ cùng sáng, họ cùng đi dễ dàng ra khỏi chỗ nguy hiểm. Như vậy đó, cái lòng thương của mình khi nào mình sáng mà người ta tối, phải không?

Cũng trong cái rừng nguy hiểm đó mà một người sáng trong đêm đen, họ tránh được nguy hiểm. Còn người tối trong đêm đen, họ sẽ va vào những hiểm

nguy, đau khổ. Cho nên thương người ta không phải là mình đi đốt đuốc, róc cây, chặt gai, lấp hố để họ khỏi nguy hiểm. Mà chỉ cần (mời?) cho họ cây đuốc rồi họ đủ sức để họ tránh những hiểm nguy đó.

Như vậy chúng ta (mời?) cho cây đuốc dễ hay là chúng ta đi róc hết gai. Hay là chúng ta đi lấp hết hầm hố là dễ? Cho họ mời cây đuốc dễ quá phải không? Mà chính cho mời cây đuốc là mình cứu họ thật sự. Chớ còn lấp hố nè, róc gai. Nhưng mà cây không gai, họ không thấy đường họ vẫn đụng lỗ đầu vậy, phải không? Như vậy thì cũng chưa chắc đã cứu được họ. Như vậy trong đêm đen, rừng nguy hiểm. Chúng ta có được ngọn đuốc cầm tay, đủ điều kiện chúng ta ra khỏi rừng. Nhưng mà bạn bè thân quyến, mọi người chung quanh chúng ta còn tối tăm, thiếu phương tiện. Tức là chỉ thiếu có ánh sáng, có ngọn lửa để mời. Thì bây giờ chịu khó chúng ta cho họ mời, rồi họ cùng đốt đuốc sáng cái rừng nguy hiểm đó. Rồi ai cũng vui vẻ lao lách, đi ra khỏi rừng. Chừng đó vui vẻ và đẹp để biết chừng nào, phải không?

Đó mục đích của người tu Phật, nhất là người xuất gia là phải làm việc đó. Chớ không phải làm việc khác. Vì vậy cho nên chúng ta học, chúng ta tu để tự cứu mình và cứu người. Chớ không phải cứu mình không là đủ.

Đó là lời nhắc nhở của tôi. Mong tất cả quý vị hiểu và cảm thông. Để rồi chúng ta làm cho được mục đích của chúng ta.



## MỤC LỤC

### ❖ Lời Đầu.

1. Lý do gì tôi chủ trương khôi phục Thiền Tông Việt Nam?
2. Về chỗ nhắm của tôi đối với Phật Tổ như thế nào?
3. Đường lối tu tại Thiền Viện Trúc Lâm hiện nay và mai sau như thế nào?

#### - Phần 1.

- Phần 2.

4. Ứng dụng sự tu hành vào cuộc sống hiện tại như thế nào?
5. Kết quả của sự tu hành.

