

Trang Phật Pháp

Những Bài Học về Diệu Tâm (hay Phật tánh)

Tâm Minh

‘**Tâm**’ là chữ thường xuyên xuất hiện với người Phật tử mỗi khi nói đến tu tập . Thật vậy, nào là ‘Tu tâm’, ‘một niệm ở tâm ta’, nào là ‘giữ tâm ý trong sạch’, ‘chữ tâm kia mới bằng ba chữ tài’ (Nguyễn Du) v..v.. Nhưng ‘tâm’ là cái gì, ở đâu v..v..thì không ai chỉ được ; thậm chí ngài A Nan , một trong 10 vị đệ tử lớn của Phật, được tiếng là học rộng biết nhiều (đa văn đệ nhất) cũng bối rối khi bị Phật truy hỏi cho tới cùng về cái ‘chơn tâm’, ngài A Nan trả lời bảy lần trật hết cả bảy và bị Phật quở luôn ! (sau đó thì ngài đã ngộ được và ứng khẩu đọc bài kệ đặc pháp của ngài

‘ Diệu trạm tổng trì bất động tôn

Thủ Lăng Nghiêm Vương thế hy hữu ..’

v..v..) Như vậy việc chúng ta ‘chịu thua’ không biết Tâm là gì và tâm ở đâu thì cũng là chuyện bình thường. Người viết bài này không có tham vọng viết về cái ‘chơn tâm’ của kinh Lăng Nghiêm nhưng muốn chia sẻ đến các bạn những ‘mô tả’, những tên gọi về Tâm mà những bậc minh triết trong những thời đại khác nhau, ở những đất nước khác nhau đã nêu lên , để từ đó chúng ta rút ra được những bài học về sự tu tập chân chính , làm hiển lộ cái tâm vi diệu, kỳ diệu đó, (tạm gọi một cách ngắn gọn là cái ‘diệu tâm’) đem lại an lạc cho chính mình và mọi người chung quanh mình .

Trước hết, Tổ Bồ Đề Đạt Ma (528) , vị tổ thứ 28 của Ấn Độ tính từ đức Thế Tôn hay là vị tổ đầu tiên của Trung Hoa (Sơ Tổ) đã dạy môn đệ của ngài (được ghi lại trong ‘huyết mạch luận’- một trong 6 bộ luận của bộ sách ‘Thiếu Thất Lục Môn’ ở Nhật)

(1) : *Tánh tức là Tâm,
Tâm tức là Phật ,
Phật tức là Đạo
Đạo tức là Thiền*

Nói ngược trở lại thì tâm tức là tánh và thấy tánh là thành Phật, và con đường (đạo) đi đến thấy tánh là Thiền (‘tánh’ nói cho đầy đủ là ‘tánh giác’).

Thiền Phật giáo, như chúng ta thường được nghe nói đến, là chủ trương ‘bất lập văn tự, giáo ngoại biệt truyền, trực chỉ chân tâm , kiến tánh thành Phật’ (đại ý là không cần chữ nghĩa, giáo lý, mà chỉ thẳng vào chơn tâm ,thấy tánh là thành Phật). Thật vậy, ai mà không thích thú khi được nghe câu chuyện trên núi Linh Thứu (Linh Sơn) khi đức Thế Tôn đưa cành hoa lên thì ngài Ca Diếp mỉm cười (‘niêm hoa vi diệu’), trong khi hội chúng chưa ai có phản ứng gì, và đức Thế Tôn đã truyền y bát cho ngài Ca Diếp làm vị tổ thứ hai từ đó .

Trong thời đại của chúng ta, Sogyal Rinpoche, một vị thầy Tây Tạng, người đã được thụ huấn với nhiều vị lạt ma tên tuổi nhất của Tây Tạng, đồng thời cũng được hấp thụ nền giáo dục tân tiến của tây phương , người đã thành công khi đem Phật giáo Tây Tạng giảng dạy ở phương tây với lẽ lối tu duy của họ mà ngài đã quen thuộc. Ngài nêu ra ‘4 lỗi’ làm cho ta không thể thấy được chơn tâm (cái mà ngài gọi là ‘tự tính tâm’ và Bồ Đề Đạt Ma gọi là ‘tánh’ hay đức Phật gọi là ‘chơn tâm’ đó): (2)

Tự tính tâm quá gần gũi đến nỗi ta khó nhận ra

Nó quá sâu xa nên ta khó dò cho thấu

Nó luôn luôn có mặt hiện tiền,

nó quá dễ ta không tin nổi

Nó quá bao la ta không dung chứa nổi

Những phân tích này của Sogyal Rinpoche có phải nhắc ta nhớ đến Lục Tổ Huệ Năng (638-713) - vị tổ ‘tướng mạo quê mùa nhưng trí tuệ phi thường’- khi được ngũ tổ khai thị rồi, cũng hân hoan thốt lên những lời nói về ‘tự tánh’ tức là ‘chơn tâm’ trong kinh Lăng nghiêm, và cũng là ‘tự tánh tâm’ của Sogyal vậy : (3)

đâu ngờ tự tánh vốn tự thanh tịnh

đâu ngờ tự tánh vốn không sinh diệt

đâu ngờ tự tánh vốn tự đầy đủ

đâu ngờ tự tánh vốn không dao động

đâu ngờ tự tánh hay sanh muôn pháp

Lời phát biểu của Lục Tổ giúp chúng ta liên hệ đến lời dạy của đức Phật về ‘Thường, Lạc, Ngã, Tịnh’ trong Diệt Đế : đó là tự tánh thanh tịnh hay là cái ‘chân ngã’ - tâm như một tấm gương trong sáng (vốn tự thanh tịnh) có khả năng chiếu sáng kỳ diệu bất cứ vật gì đi ngang qua nó (vốn tự đầy đủ , hay sanh muôn pháp) một cách bình đẳng và trung thực, không phân biệt, không phản ứng (vốn không dao động).

Những tiếng reo vui của Lục tổ nhắc nhở ta

nhiều trong việc tu tập . Thật vậy, chúng ta cố gắng trong đời sống hằng ngày, trong ăn, uống, ngủ, nghỉ, đi đứng, nằm ngồi v.v.. an trú trong ‘tự tánh tâm’ càng nhiều càng tốt. Cụ thể, khi nghe ai phê bình hay trách móc mà ta nổi ‘tam bành lục tặc’ lên chẳng hạn, ấy là ta đã biến tâm thanh tịnh thành tâm của loài tu la (quỷ chiến đấu) rồi ! Nếu chúng ta cố gắng sống trong chánh niệm, tỉnh thức, theo dõi tâm và giữ gìn cho tâm bớt dao động thì một ngày kia ta cũng có thể làm hiển lộ bản tâm thanh tịnh, nói cách khác, có thể an trú thường trực trong đó như chư Phật vậy .

Sau Lục Tổ Huệ Năng 10 thế kỷ, thiền sư Nhật Bankei (1622-1693) cũng nói : ‘Tâm là một cơ cấu năng động, nghề của nó là phản chiếu, ghi lại và hồi tưởng những ấn tượng về thế giới bên ngoài; nó như một loại gương soi sống động, luôn luôn vận hành, không bao giờ ở yên từ giây phút này sang giây phút kế tiếp. Trong cái tâm như gương sáng này những ý tưởng đến rồi đi, sinh, diệt rồi tái sinh tùy hoàn cảnh, tự bản chất chúng không tốt cũng không xấu’ hay: ‘vì tâm Phật đang chiếu sáng kỳ diệu trong tất cả mọi người nên bạn có thể học hỏi đủ thứ, ngay cả những hành vi làm lạc . . . ‘ (4) Ở đây, Bankei gọi ‘tâm’ là ‘Tâm Phật bất sinh’. Thật là thú vị khi được nghe lời dạy của các bậc Thầy nói ‘mỗi người một kiểu’ nhưng cốt lõi thật là giống nhau về bản chất của TÂM - tức là ‘tự tánh tâm’, ‘chơn tâm’, ‘tâm Phật bất sinh’ hay ‘tự tánh’ v.v.. cũng chỉ là Một mà thôi.

Đọc Bankei, ta thấy vị thiền sư Nhật này ‘gặp gỡ’ Lục Tổ Huệ Năng ở rất nhiều điểm. Ví dụ như ‘nhất hạnh tam muội’ của Lục Tổ thì Bankei gọi là ‘thực chứng tâm Phật sống động’, ông nói: ‘với một người thực chứng tâm Phật một cách rốt ráo thì khi vị ấy đi ngủ cũng đi ngủ với tâm Phật, khi dậy là dậy với tâm Phật, khi đi là đi với tâm Phật, khi đứng là đứng với tâm Phật, khi nằm là nằm với tâm Phật, khi ngồi là ngồi với tâm Phật, khi nói là nói với tâm Phật, khi im lặng là im lặng với tâm Phật, khi ăn cơm là ăn cơm với tâm Phật, khi uống trà là uống trà với tâm Phật, khi mặc áo là mặc áo với tâm Phật v.v.. Vào mọi lúc, vị ấy an trú liên tục trong tâm Phật, vị ấy hành xử ứng dụng tùy theo hoàn cảnh, cứ để mọi sự theo cách tự nhiên của chúng; chỉ cốt là không làm những việc ác, làm những việc lành nhưng không tự hào về những việc lành của mình, không bám víu vào đó và ghét cái xấu, vì như

vậy là đi ngược tâm Phật. Tâm Phật không thiện cũng không ác, mà vận hành vượt ngoài cả thiện ác ... (5)

Tương tự, Lục Tổ Huệ Năng và thiền sư Bankei còn gặp nhau ở ‘tự tánh bất động’. Lục Tổ dạy : Đây thiện tri thức, người mê tuy thân bất động nhưng mở miệng liền nói việc phải quấy, hay dở, tốt xấu của người (tức là) cùng đạo đã trái nhau, chấp tâm, chấp tịnh tức là chướng đạo. Đây thiện tri thức, sao gọi là tọa thiền ? Trong pháp môn này không chướng không ngại; ngoài đối với tất cả cảnh giới thiện ác tâm niệm chẳng khởi gọi là TỌA, trong thấy tự tánh chẳng động gọi là THIỀN. Ngài nhấn mạnh: tọa thiền không phải là ngồi một chỗ nhắm mắt lại chỉ cần ‘thân yên’ là được đâu :

*Khi sống, ngồi chẳng nằm,
Chết rồi nằm chẳng ngồi
Một bộ xương mục thối
Có gì gọi công phu ? (6)*

Bankei cũng căn dặn đệ tử: rán sức tu hành, cố tọa thiền ... để được giác ngộ đều sai. Không có gì khác nhau giữa tâm của chư Phật với cái Phật tâm nơi mỗi chúng sanh. Mong cầu đạt giác ngộ là tạo ra một sự phân hai thành ra có người được giác ngộ và chân lý được giác ngộ. Khi còn đeo đẳng một chút nào cái ước muốn đạt giác ngộ, thì lập tức đã giả tử cái bất sinh, đi ngược lại tâm Phật ... Cái gì không vướng vào thế giới bên ngoài chính là tâm Phật. (7)

Rõ ràng Lục Tổ và Bankei, hai người đã nói theo ngôn ngữ của thời đại mình nhưng nội dung chuyên chở Đạo thì y hệt nhau; và tư tưởng của hai ngài cũng không khác câu chuyện ‘mài ngói làm giường soi’ giữa Mã Tổ và Nam Nhạc là bao nhiêu :

Mã Tổ đạo Nhất (709-788) là một thiền sư rất nổi tiếng, (môn đệ của ngài đông hơn của ngài Huệ Năng nữa) đang ngồi thiền trong am thì sư Nam Nhạc đi đến và hỏi :

- Đại đức ngồi thiền để làm gì ?
- Để làm Phật

Sư bèn cầm một miếng ngói đến trước am ngồi mài trên phiến đá, Mã Tổ hỏi :

- Sư mài ngói để làm gì ?
- Để làm giường
- Mài ngói sao thành giường được ?

Sư đáp: còn ngồi thiền há thành Phật được sao? v.v.(8)

Tất nhiên câu chuyện còn dài, chỉ xin trích ra

một đoạn để thấy cái ý giống nhau giữa những bậc minh triết khi chỉ điểm về Tâm, về Đạo v.v..

Thực tập bài học này, ta không chỉ ngồi thiền mà thôi, vì đó chỉ mới là ‘thân yên’ chưa đủ, còn phải ‘tâm yên’ nữa, nghĩa là theo Lục Tổ thì ‘đừng thấy lỗi người, chỉ nên thấy lỗi mình thì mọi việc trong ngoài mới gọi là ‘lìa tướng’ và ‘bất động’ được; và theo Bankei thì đừng khởi mong cầu, dù là mong cầu được giác ngộ, đừng bị vướng mắc, dao động bởi bất cứ gì khi tiếp xúc với thế giới bên ngoài, hãy để cho những ham muốn, giận hờn, phiền não v.v.. đến rồi đi tự nhiên như những đám mây đến, đi trong bầu trời - hình ảnh rất quen thuộc với tất cả chúng ta. Những đám mây không phải là bầu trời, và không ‘thuộc về’ bầu trời, chúng chỉ lơ lửng giữa không gian và không lệ thuộc vào đâu, nhưng chúng không bao giờ có thể để lại dấu vết làm lấm lem bầu trời trong sáng .

Vị thầy Tây Tạng Sogyal Rinpoche còn phân tích rõ ràng hơn khi phân biệt ‘Tâm và tự tánh của Tâm’: *có nhiều phương diện của Tâm, nhưng hai phương diện nổi bật nhất đó là ‘cái Tâm thông thường’ (Sem) và ‘Tâm bản nhiên’ (Rigpa)* ‘Tâm thông thường’ là cái tâm có khả năng phân biệt, có ý thức về nhị nguyên (tốt-xấu, yêu-ghét, lấy-bỏ v.v..). Đó là cái tâm suy nghĩ, đặt kế hoạch, ham muốn, cái tâm bùng lên trong cơn giận dữ, cái tâm tạo ra những đợt sóng say mê hay tư duy và cảm xúc tiêu cực, cái tâm cứ luôn luôn quyết định, đánh giá, và xác định sự hiện hữu của nó bằng cách cắt xén, đặt tên củng cố kinh nghiệm v.v.. Còn cái ‘tâm bản nhiên’ là cái tuyệt đối không dính dáng tới đổi thay và chết chóc (thường còn và không sinh diệt); đó là sự tỉnh giác trong sáng nguyên nguyên của trí tuệ giải thoát, có tính sáng chói và luôn luôn tỉnh thức. Đừng tưởng rằng ‘tâm bản nhiên’ chỉ có trong tâm ta mà thôi; kỳ thực nó là bản chất của mọi sự vật, vì vậy, ***trực nhận bản tính tự nhiên của Tâm cũng chính là trực nhận bản tính tự nhiên của mọi sự vật, hiện tượng.*** Sogyal còn bảo rằng ‘tâm bản nhiên ‘ này là ‘Thượng Đế’ đối với người Ky Tô và Do Thái giáo, là ‘đại ngã’ hay ‘Shiva’ hay ‘Brahman’ hay ‘Vishnu’ của Ấn Độ giáo, là ‘Tinh chất ẩn nấp’ đối với những nhà thần bí học ‘Sufi’ - còn Phật tử thì gọi là ‘Phật tính’ (9) .

Bài học ở đây là chúng ta thực tập sống tỉnh thức để không bị tâm bình thường lôi kéo theo thất tình lục dục, cân đo đong đếm, tính toán thiệt hơn

v.v.. mà sống gần với bản tâm thanh tịnh, nhìn mọi sự vật, hiện tượng trong cuộc đời như một tấm gương trong sáng, phản ánh trung thực ‘như-nó-là’ (as-it-is) không thêm bớt, vẽ vờ, suy diễn v.v.. vì theo Sogyal Tâm Phật (hay Phật tính, hay Tâm Bất Sinh v.v..) luôn luôn hoàn hảo; *‘ngay cả chủ Phật với trí tuệ vô biên cũng không thể làm cho nó tốt hơn được và chúng sanh với tất cả vô minh có vẻ bất tận, cũng không thể làm cho nó lấm lem’*

Để kết luận , xin mượn lời của Thầy Sogyal xác định ‘chỗ ở’ của tâm : (10)

‘Vậy thì Tâm- Phật tính- đích thực nằm ở đâu ? - nó nằm ngay nơi tự tính của tâm, cái tự tính được ví như bầu trời ấy. Hoàn toàn cởi mở, tự do, vô biên. Phật tính ấy thật đơn giản, tự nhiên như nhiên tới nỗi không bao giờ có thể trở thành phức tạp, hư hỏng hay bị nhiễm ô, nó thuần tịnh tới nỗi vượt ra ngoài cả ý niệm dơ sạch ... nhưng nói về tự tánh tâm ví như bầu trời chỉ là một ẩn dụ để giúp ta tưởng tượng được tính chất bao la vô biên bao trùm tất cả của nó nhưng Phật tính còn có một tính chất mà bầu trời không có được, đó là tính sáng chói của tỉnh thức, biết nhận thức mà vẫn trống rỗng, giản đơn mà sáng suốt :

....

Sinh tử không làm nó xấu hơn

Niết bàn không làm nó tốt hơn

Nó chưa từng sinh

Nó chưa từng diệt

Chưa từng giải thoát

Chưa từng mê lầm

Chưa từng có, cũng chưa từng không

Nó không có một giới hạn nào

Không thể xếp nó vào một phạm trù nào cả

...

Chú thích:

- (1) Thiền Luận Suzuki, quyển Thượng, Trúc Thiên dịch, chú giải, 1992, tr. 374
- (2) Tạng Thư Sống Chết, Sogyal Rinpoche, quyển 1, ni sư Trí Hải dịch, 1996 tr.124
- (3) Kinh Pháp Bảo Đàn
- (4) Tâm Bất Sinh, Bankei, ni sư Trí hải dịch 1997, tr. 36-37
- (5) Tâm Bất Sinh, tr. 164-165
- (6) Thiền Luận Suzuki tr. 376
- (7) Tâm Bất Sinh, tr. 145-146
- (8) Thiền Luận Suzuki, tr. 377
- (9) Tạng Thư Sống Chết, tr. 117-119
- (10) Tạng Thư Sống Chết ,tr. 122

Trang Phật Pháp

Lòng Người Không Thể Một Ngày Thiếu An Vui

Hòa thượng Tuyên Hóa

Chữ vị thiện tri thức thân mến. Tôi cũng muốn như các chữ vị giáo thọ sư, ngô lời chúc "Happy New Year" đến Quý vị. Khi nói "Happy New Year" thì chúng ta đã có được happy trong năm cũ không? Lê ra ta phải có sự an lạc từ năm này đến năm khác, tháng này đến tháng khác, ngày này sang ngày khác. Tại sao chúng ta nên có sự an lạc? Sự an lạc không phải là được ăn thứ gì ngon mà cảm thấy hạnh phúc, cũng không có nghĩa là mặc quần áo đẹp sẽ làm cho ta hạnh phúc. Cũng chẳng phải là khi ta mua được chiếc xe mới, hay ở trong ngôi nhà đẹp mà làm cho ta được hạnh phúc.

Thế nào là được an lạc? Nghĩa là tự bản tâm ta luôn luôn thấy biết đủ. Như người ta thường nói: "Biết đủ thì thường được vui, thường kham nhẫn thì được an ổn". Chúng ta nên thường tự biết đủ vào mọi lúc mọi thời. Loài người chúng ta có trí tuệ và linh giác nhạy bén hơn loài vật. Ta vượt qua nó rất nhiều phương diện.

Do đó, đáng lẽ ta phải tự biết đủ. Nếu ta tự biết đủ, ta sẽ thấy an lạc không gợn chút phiền não. Vậy nên ta không chỉ thấy happy lúc vào dịp mừng năm mới, mà ta còn có sự an lạc tự tại thoát khỏi phiền não vào mọi lúc. Cách đó là "Vun trồng mảnh đất tâm, hàm dưỡng bản tánh trong sáng như bầu trời" (Tái bồi tâm thượng địa - hàm dưỡng tánh trung thiên). Nếu bạn có thể làm cho mảnh đất tâm mình tươi tốt cũng như bầu trời bản tánh sáng trong, thì sự sáng suốt quang minh ấy đồng với sự quang minh của chữ Phật. Tại sao ta không biểu hiện sự sáng suốt đó ra? Vì ta không thật sự vun đắp mảnh đất tâm, hàm dưỡng bản tánh trong sáng như bầu trời. Do vậy, theo tinh thần đạo Phật, chỉ nhờ vào sự vun trồng tự tập như thế này mà bạn có được sự an vui trong mọi thời.

Trong "Thái cần đàm" có nói: "Quang phong tế nguyệt, thảo mộc hân hân"; khi có gió mát, trăng sáng không mây, cây cỏ tăng trưởng nhanh, cảm thấy tươi mát. Vậy khi mưa rào gió giạt "Nộ vũ, tạt phong" thì sao? Khi trời nổi giận thì làm mưa lớn. Giọt mưa rơi biểu tượng cho giọt nước mắt khi ông trời cảm thấy buồn. Gió mạnh liên hệ tới bão. Khi bão thổi đến, không riêng gì loài người mà cả chim chóc, muông thú đều bị tàn hại và bất an. Do vậy, nên nói: Quang phong tế nguyệt, thảo mộc hân hân. Nộ vũ tạt phong cảm điều thích thích. Bởi vậy, Trời đất không thể một ngày tồn tại mà thiếu sự hòa hợp. Lòng người không thể một ngày thiếu được niềm an nhiên. Nếu xảy ra mưa bão, cuồng phong, đó là trời đất không hòa hợp; mà "Trời đất không thể một ngày tồn tại thiếu sự hòa hợp"; trời đất cần phải luôn luôn có ngọn gió trong lành và khí vận tốt tươi.

Còn "Lòng người không thể một giây thiếu thần thái an nhiên"; mọi lúc ta nên có sự hoan hỉ, an lạc. Ta phải tự nhủ: "Bồ Tát Di Lạc, Ngài không bao giờ có phiền não, bất luận người ta đối xử với Ngài như thế nào." Ngài tự gọi mình là: "Lão già trong áo vá" (Lão chuyết xuyên nạp y). Tôi chỉ là ông già lẳng tai không hay biết việc gì cả, manh áo tôi mặc là từng mảnh rời ghép lại, "Bụng chứa đầy cơm hẩm" (Đạm phạn phúc trung bào); nên khi nào tôi cũng có thể ăn no đầy bụng với cơm nhạt trà hẩm. Nên Ngài thường vỗ bụng hát, "Hãy xem ta thật sung mãn". Ngài khoác áo vá chỉ là để phòng lạnh, khi áo rách Ngài vá lại - để "cho mọi sự trôi qua theo nhân duyên" (Vạn sự tùy duyên liễu). Khi việc đến liền tiếp xử, việc xong lòng lại trở lại thanh thản. "Nếu có người chửi mắng lão già, lão già chỉ nói cười" (Hữu nhân mạ lão chuyết, lão chuyết chỉ thuyết hảo). "Nếu có người đánh lão già, lão già sẽ tự nằm cho người đánh" (Hữu nhân đả lão chuyết, lão chuyết tự thù đảo). "Nếu có người phỉ nhổ vào mặt lão, lão để nó tự khô đi" (Thóa tại ngã diện thượng, bằng tha tự can liễu). Ta chẳng lau nó đi, vì sao vậy? "Để khỏi hao tổn sức, người khỏi sinh phiền não" (Ngã dã tiêu lực khí, nễ dã vô phiền não). Tôi khỏi nhọc công lau đi, khi họ nhìn thấy ta không có phản ứng hay tìm cách phỉ nhổ lại thì người ta sẽ không sinh thêm phiền não nữa. "Nhẫn nhục ba-la-mật ấy là hạnh quý báu nhiệm màu" (Giá dạng ba-la-mật, kiện thị diệu trung bảo). Người thường không biết cách thực hành hạnh nhẫn nhục ba-la-mật này. Hạnh nhẫn nhục ấy sẽ đưa con người

qua đến bến bờ bên kia (giác ngộ). Đó là nhiệm màu trong sự nhiệm màu, của quý ở trong kho báu. "Nếu bạn nhận ra chân lý ấy, sao còn buồn sẽ không liễu đạo?" (Nhược tri giá tiêu tức, hà sầu đạo bất liễu). Bạn chắc chắn sẽ thành tựu đạo nghiệp, khi nhận ra đạo lý này.

Trang Phật Pháp

Pháp tu cao thượng hơn hết :

NHẪN NHỤC

Trí Không

Mừng Đại Hội !

Chúc mừng Đại Hội GDPT VN
tại Hải Ngoại thành công
Quảng Phước

Ôi ! Cố nhân quanh nửa địa cầu,
Nghìn trùng kỷ niệm mãi tìm nhau.
Bao đêm trăn trở lòng thao thức,
Lo góp bàn tay dựng nhịp cầu.

Cùng chị vì thân nặng hành trang
Tình LAM gắn bó với giang san
Nay thân trên xứ người lưu lạc
Quy ngưỡng về đây Hội Nhà Lam !

Anh chị đoàn LAM khắp bốn phương
Hành trình ngàn dặm vượt trùng dương
Là người Huynh Trưởng BI TRÍ DŨNG
Đâu ngại đường xa mấy dặm trường !

Họ về trong người mang sứ mệnh
Lâm cho rạng rỡ đất Nhà LAM.
Anh, tôi, kết chặt vòng tay lớn,
Nhất quán công thành đạt vẻ vang.

Xuân Canh Thìn 2000

Cựu Huynh Trưởng Nguyễn Tấn Đắc
North California, USA.

Nhẫn nhục là phép tu có công đức cao hơn khổ hạnh, trì giới, kinh Di giáo cho biết như thế. Quả vậy, nhẫn có công năng cũng như tác dụng hết sức vĩ đại. Nhẫn là nhịn chịu trước mọi nắng mưa gió bão, trước mọi nghịch cảnh mắng nhiếc chửi bới, đánh đập, cả đến ai phá hại cơ thể vật lý của mình đây nhưng vẫn không oán thù giận ghét, vì NHẪN này có nền tảng là XẢ LY, buông lìa, hoan hỷ. Vì sao được trình độ buông lìa cao thượng như thế? Ấy là do quán suy kỹ về mọi hiện tượng, cả thấy đều do nhiều điều kiện, yếu tố mà có ra, một người giận ghét đến mắng nhiếc ta ư? Tại sao? Có nhiều nguyên do về hoàn cảnh, về tâm lý, về sự ngu đại nhận thức thiên lệch méo mó của họ, và còn nhiều nguyên do khác nữa. Suy tư biết vậy, ta không chấp mà đáng thương họ nữa. Kết quả của không chấp, của buông lìa ấy là nhờ ta suy gẫm thâm thâm về năm hợp tố sắc, thọ, tưởng, hành, thức, cấu tạo tám thân này, trong tám thân này là công trường gập gờ của năm con đường, đại lộ giao mối đầy thối! Nó không có bản chất cố định, vì thế ta buông lìa không chấp khi có người đến đánh đập hay mắng nhiếc v.v... Cái thường gọi là linh hồn, ấy chính là thức thứ 6, giữ nhiệm vụ liễu biệt cảnh, nghĩa là phân biệt rạch ròi mọi hiện tượng, không lẫn lộn, nó vô cùng tinh nhuệ, gây ác hay thiện nó là đầu não. Bên dưới nó còn có hai thức là mặt na và A lại da. Mặt na là tên gọi của một thứ thức chuyên môn bảo vệ bản ngã. Ai nói xấu cái ngã là nó nhảy ra, tủa sân hận trả thù kinh khiếp. Thức A lại da giữ nhiệm vụ cất giữ các ấn tượng chủng tử, không cho hư mất. Ngày nay ngành tâm lý học tây phương cũng cảm thấy phần nào thức này, họ gọi là tiềm thức hay vô thức. Do công phu tu luyện quán KHÔNG cực mạnh nên có kết quả là nhẫn. Bồ Tát Quán Thế Âm soi thấu 5 uẩn (5 hợp tố) là không tự tính, không có bản chất cố định nên Ngài vượt qua hết thầy khổ ách. Ngài thông báo cho thầy Xá Lợi Phất kết quả ấy cực kỳ sáng tỏ. Bởi thấu ngộ lý KHÔNG TỰ TÍNH ấy

nên ta nhẫn nhục được thông suốt. Nổi giận là do chấp ngã, coi cái ta là ghê gớm cao ngời, ai đụng tới là nổi tam bành, sân hận tuôn bay tủa khắp chân trời mặt đất. Vô ngã là không có cái gì đặc ruột, bất biến, nó là giáo pháp căn bản của Đạo giải thoát. Ngã chấp là đôn ải cản trở đường lên thánh đạo. Thức thứ 6 là năng lực (linh hồn) biến chuyển do điều kiện (duyên tác động), nó không vĩnh viễn cố định hình thức bất biến, vì thế từ phạm phu với phân biệt chấp ngã rồi mù mà ta chuyển hóa nó thành bậc thánh cao ngời. Nếu nó cố định thì suốt tỷ đời ta vẫn cứ phạm phu hèn mọn như cũ. Lời thề hải thệ minh sơn cũng chỉ là sự bốc tỏa nhứt thời của xung động tình cảm, rồi sẽ tàn phai. Nếu sau đó không được nhân duyên gia tăng sức mạnh thì lời thề kia phôi

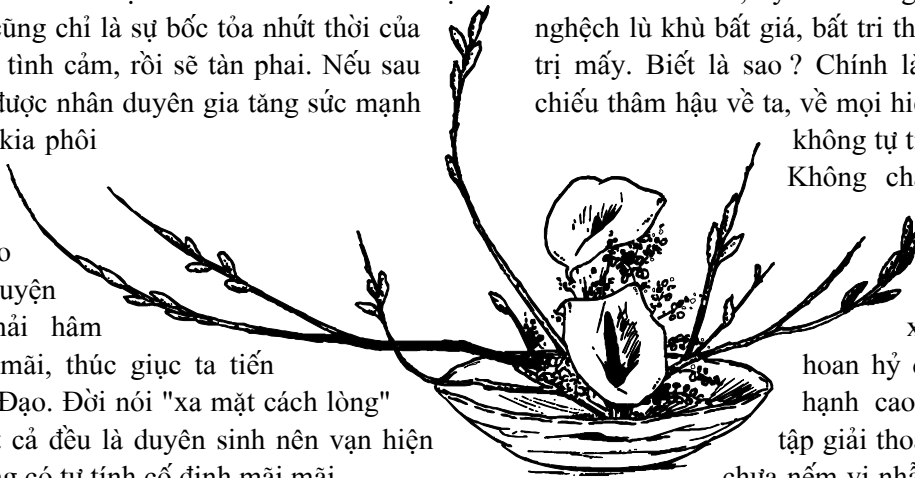
pha là điều chắc thật. Do vậy thế nguyện của ta phải hâm nóng mãi mãi, thúc giục ta tiến lên đường Đạo. Đòi nói "xa mặt cách lòng" là vậy. Tất cả đều là duyên sinh nên vạn hiện tượng không có tự tính cố định mãi mãi.

Nhẫn nhục là gia sản tuyệt quý của ta, là kết quả cao ngời của tâm hoan hỷ, xả chấp. Xả chấp là xả từ bản thân cho đến mọi thứ thuộc về ta. Đạo Phật có từ, bi, hỷ, xả là đây. Xả buông, mà buông lia với hoan hỷ, không hận thù mới có sức cảm hóa cao cả. Nhẫn đòi mới chỉ hạn hẹp thôi vì chưa tu luyện tâm buông lia, chưa quán suy kỹ về sự phát sinh của mọi hiện tượng do nhân duyên chập chùng mà có, và cũng do nhân duyên mà mọi hiện tượng hoại diệt. Phật từng dạy thầy Rahula tu hạnh NHẪN như đất, như nước, như gió, như lửa, cụ thể là người ta đào bới đổ đồ dơ hay sạch bất cứ thứ gì, đất vẫn im lìm nhận không hề cưỡng kháng lại. Nước cũng vậy, ta đổ đồ dơ hay sạch bất cứ gì, nước vẫn trôi đi, không phản ứng. Gió cũng vậy, nó cứ thổi qua mọi nơi dơ nơi sạch. Lửa đốt cháy là cứ cháy dù ta đốt món dơ hay sạch gì gì bất cứ. Thầy Rahula đã thành công lớn với pháp tu nhẫn nhục ấy. Chỗ nương tựa lớn nhất, không sợ mất mát là Nhẫn nhục. Nhẫn nhục là ngôi nhà đầy an lạc. Nhẫn trong nhẫn ngoài nhẫn mọi chiều hướng như thế là nguồn TỈNH GIÁC luôn luôn được thấp sáng chảy hoài trong ta, nó trở thành thói quen khả ái. Nếu quên lãng tâm mình giây khắc thì sân hận phát lên như thường, khi xúc sự. Tu cao

chính là nhờ giữ niệm tỉnh sáng hằng hằng nên xúc sự bất cứ đâu, lúc nào ta vẫn là ta, là vẫn tươi mát hiền lành như Đức Phật. Do vậy tu nhẫn có giá trị cao hơn hết trong pháp hành đạt đạo trong Phật giáo. Nói mức thường thì biết nhẫn ở đời trước mọi nghịch cảnh ta cũng đã thu được kết quả an lạc to. Có khi vì không nhẫn nổi trước một nghịch cảnh mà người ta làm hỏng cơ nghiệp lớn. Nhẫn, nên không chấp, không chấp nên đương nhiên không còn khổ nào. Độ nhứt thiết khổ ách là như thế.

Biết mà nhẫn, ấy mới đúng nhẫn, còn như ngờ nghếch lù khù bất giá, bất tri thì nhẫn ấy không giá trị mấy. Biết là sao? Chính là do suy nghĩ quán chiếu thâm hậu về ta, về mọi hiện tượng duyên sinh không tự tính nên không chấp.

Không chấp mới giải thoát. Nhẫn nên có thần thái an nhiên bất động trước mọi sự xảy tới. Nhẫn và hoan hỷ đi liền nhau, là đức hạnh cao tột. Sống Đạo, tu tập giải thoát mà chưa thực tập, chưa nếm vị nhẫn nhục thì đời ta cứ



liên miên bị bao vây trong hục hặc, cau có, giận thục, nhỏ mọn nhọn mỗ chập chùng. Không nhẫn nhục thì tự khóa kín đời mình trong u tối của ngã chấp sâu nặng. Có nhẫn là có giải thoát vì nền tảng của nhẫn là XẢ LY. Sống Đạo là bền bỉ hằng hằng đặt tâm ý mình an trụ trong niệm Tỉnh Biết. Có vậy mới nuôi dưỡng chân thân, gây dựng bản chất nhẫn nhục thành tựu, phát sáng. Trái lại, là sống với lãng quên, xúc sự thì tâm ý cứ phản ứng theo lệnh ngã chấp, lệ làng nổi sân hận, ghét bỏ, gấu ó lan tràn, dù người tu lâu thành hoà thượng đi nữa, nếu không thấp sáng TỈNH BIẾT HẰNG HẰNG thì họ vẫn phản ứng theo tâm đời như thường là giận dữ quạu quọ khi chạm việc bất như ý. Sách Minh Tâm Bảo Giám có ghi câu: "Nhẫn nhẫn nhẫn oan gia trái chủ từng thử tận", nghĩa là: Nhẫn, nhẫn và nhẫn thì bao oán thù chủ nợ từ đó mà hết sạch, tức nhờ năng lực nhẫn mà không gây oán thù với bất cứ ai, thanh thoi. □