

THÍCH THÁI HÒA

NÓI VỚI CỠ NGƯỜI TA

CHÙA PHƯỚC DUYÊN

2009 - 2553

Cõi Người Ta, nói cho ta biết rằng: “Ta không phải sống trăm năm, ta chỉ sống trong từng khoảnh khắc của hơi thở. Và, ngay trong từng khoảnh khắc của hơi thở ấy, nếu ta sống hết lòng, thì sinh mệnh của ta ngay đó sẽ trở thành vô tận, và mỗi khoảnh khắc đi qua đời ta đều kết thành những chuỗi hạt minh châu vô giá”.

MỤC LỤC

Sống có cốt lõi	5
Văn nghệ và sáng tạo	8
Hãy bình dị hóa những nhu cầu	9
Biến ước mơ trở thành hành động	11
Hành động theo định hướng nào.....	17
Yêu không có tội.....	20
Tiếp xúc và sống với xuân	22
Đi trong truyền thống xuyên suốt	28
Chống	35
Khởi điểm và viên dung.....	40
Cái biết có thể và không thể.....	52
Phước đức tròn đầy	54
Đi trên mọi con đường	57
Mùa xuân chuyển hóa	60
Có những ước nguyện.....	68
Những chiếc lưới câu	70
Người mẹ của thiên đàng	71
Hạnh phúc đúng như vậy	74
Tin đúng như vậy	79
Hạnh phúc là bạn	83
Mây trắng thanh thoi bay	85
Thần dược cho chúng ta.....	87
Tu và học.....	90
Nhìn kỹ tâm ta.....	93
Ai cướp mất hạnh phúc con người?.....	97
Hạnh phúc của bạn.....	100

Hiểu và nghĩ đến những điều tốt đẹp.....	107
Ăn là đạo	110
Chính nó chứ không ai khác	112
Người có trí	115
Nói với bạn.....	119
Làm người hay làm cây cỏ.....	123
Màng lưới và buông xả	131
Cái bóng không phải là bạn	134
Kẻ ăn trộm lớn nhất	137
Cây tùng trước sân	139
Đời sống lâu dài	146
Khói bụi cay mắt.....	150
Đã, hết rồi.....	166
Thấy Phật	168
Cái biết chạm vào thực tại	172
Ngôi nhà của bạn.....	179
Khi mặt trời lên	183
Tô canh mặn và lạt.....	187
Địa ngục để dành cho ai.....	192
Không còn hoan hô chiến tranh và hòa bình	197
Huyễn ảo hơn cả huyễn ảo	205
Quét cho sạch cái ấy.....	212
Cái tâm ăn của bạn	215
Hãy thấy nước để dùng	221
Cơn giận từ đâu tới.....	230
Niềm tin và tình yêu.....	238

Sống có cốt lõi

Bạn đừng sống với những bộ áo quần mà hãy sống với cốt lõi. Sống với những bộ áo quần, bạn sẽ bị cuộc sống làm cho chóng mặt, nhưng sống với cốt lõi, thì cuộc sống của bạn, mỗi ngày mỗi thêm vững chãi và bạn sẽ trở nên cột trụ của cuộc sống.

Sống có cốt lõi là bạn đã khoát lên cho đời sống của bạn bộ áo quần kỳ vĩ. Và bây giờ, bạn làm chủ cuộc sống, chứ không phải cuộc sống làm chủ bạn.

Sống với cốt lõi, mỗi lời nói của bạn nói ra rạng ngời như bắc đẩu; mỗi hành xử của bạn vững chãi như voi chúa xung trận giữa muôn ngàn làn tên, dáo mác thị phi của cường địch và mọi tư duy của bạn đều thủng đâm đến chỗ ngôn cùng, ý tuyệt.

Sống cốt lõi là bạn không chạy theo những danh tướng hình thức, những khen chê phù phiếm của thế gian mà bạn sống với những gì cao quý vốn có nơi bạn.

Bạn ngắm nhìn một bông hoa và bạn biết bông hoa ấy là đẹp, nhưng bạn không tìm cách biến cái đẹp của bông hoa để phục vụ cho những sở thích riêng tư của bạn, ấy là bạn đã sống có cốt lõi của trí tuệ, của vị tha, của tình thương cao thượng và chân thực.

Bạn nghe một âm thanh và bạn biết âm thanh ấy là hay, nhưng bạn không tìm cách biến âm thanh của những người có âm thanh hay ấy, để phục vụ cho cái sở thích riêng tư của bạn, ấy là bạn đã sống có cốt lõi của trí tuệ, của vị tha, của tình thương cao thượng và chân thực.

Bạn tiếp xúc với mọi mùi hương của hoa hay mọi mùi hương của bất cứ đối tượng nào và bạn biết chúng là những mùi hương thơm dễ chịu, nhưng bạn không tìm cách biến những mùi hương dễ chịu ấy phục vụ cho sở thích của bạn, ấy là bạn đã sống có cốt lõi của trí tuệ, của vị tha, của tình thương cao thượng và chân thực.

Bạn tiếp xúc với mọi mùi vị của mọi phẩm vật ẩm thực, bạn biết chúng có tác dụng sinh ra những cảm

giác thơm ngon, nhưng bạn không tìm cách biến chúng phục vụ cho sở thích riêng tư của bạn, ấy là bạn đã sống có cốt lõi của trí tuệ, của vị tha, của tình thương cao thượng và chân thực.

Bạn tiếp xúc với các đối tượng thuộc về thân thể và bạn biết rõ, những đối tượng ấy là dễ chịu và thú vị, nhưng bạn không tìm cách biến những thú vị và dễ chịu ấy của chúng để phục vụ cho những sở thích riêng tư của bạn, ấy là bạn đã sống có cốt lõi của trí tuệ, của vị tha, của tình thương cao thượng và chân thực.

Bạn tiếp xúc với các đối tượng thuộc về tâm ý và bạn biết rõ, chúng có những khuynh hướng cao thượng, nhưng bạn không tìm cách biến những khuynh hướng cao thượng ấy của chúng, để phục vụ cho sở thích riêng tư của bạn, ấy là bạn đã sống có cốt lõi của trí tuệ, của vị tha, của tình thương cao thượng và chân thực.

Người nào sống có cốt lõi, người ấy không chạy theo những danh xưng phù phiếm, không nói với người khác bằng những ngôn từ sáo rỗng, mà bằng chính những hành động và cuộc sống không riêng tư của họ.

Văn nghệ và sáng tạo

Có những vị đề nghị tôi in sách thật nhiều, để sách được nhiều người đọc. Tôi cười và nói: Sách tôi viết cho chính tôi đọc, chứ không phải cho người khác đọc. Và những gì tôi viết trong sách là tôi đang viết cho chính tôi, tôi viết từ cái thấy, cái cảm nhận, cái suy nghĩ của tôi, và những ai có những sự đồng cảm với tôi, thì họ xin tôi để đọc.

Cũng vậy, tự bản thân của hoa cảm nhận cuộc sống, thì khi thời đến là hoa nở, thời đi thì hoa tàn, chứ hoa có xin thời tiết để nở và tàn đâu nhỉ! Chẳng lẽ, sự cảm nhận và biểu hiện cuộc sống của con người thua loài hoa chăng? Và nếu cuộc sống của con người mà thua cả loài hoa cỏ, thì đời sống con người chẳng còn có ý nghĩa gì nữa để nói, than ôi, con người là một quái vật! Và văn nghệ không còn tự nhiên, thì mọi sự sáng tạo của văn nghệ đều mất hết linh hồn và mọi thứ văn chương đều trở thành vô nghĩa.

Hãy bình dị hóa những nhu cầu

Tiếp xúc và sử dụng những vật dụng điện tử đã cho ta cách nhìn rằng, vật dụng nào với những cấu trúc đơn giản, vật dụng ấy có độ bền hơn so với những vật dụng cấu trúc phức tạp.

Tiếp xúc với các loại nước uống, ta thấy nước trong, có độ bền gần như vĩnh cửu và đa dụng so với những loại nước biến chế khác.

Tiếp xúc với mọi cảm giác, ta thấy những khổ đau sinh khởi từ những tác ý và nhận thức đơn giản, chúng đi qua trong ta rất nhanh, nhưng những khổ đau đến từ những tác ý phức tạp và từ những nhận thức chi ly, phiền toái của ta, chúng tồn tại trong những hành xử của ta với những thời gian rất dài.

Và cũng vậy, hạnh phúc không đến với ta từ những cấu trúc chi ly và phức tạp của tâm hồn, và lại càng không thể tồn tại với ta nơi một tâm hồn đầy biến động bởi những vọng tưởng.

Hạnh phúc chỉ đến với ta và có mặt trong đời sống của ta, khi nào ta biết ước lượng và đơn giản hóa những nhu cầu đối với nó. Hạnh phúc đến với ta không phải từ những sự nhu cầu, mà chính là từ sự biết ước lượng và bình dị hóa những nhu cầu. Và biết tiếp nhận những nhu cầu ấy một cách sâu lắng và bình dị.

Biến ước mơ trở thành hành động

Ta muốn gia đình có hạnh phúc, thì mọi thành viên trong gia đình phải có khả năng chế tác ra năng lượng hạnh phúc để hiến tặng cho nhau.

Muốn chế tác ra năng lượng hạnh phúc, ta phải biết thực tập và sống với tâm chân thực. Ta chỉ cần thực tập, sống và làm việc với tâm chân thực cùng với các thành viên trong gia đình, thì tự nó sẽ có khả năng chế tác năng lượng hạnh phúc cho ta và cho gia đình của ta.

Ta thất vọng và khổ đau, vì ta bị những kẻ khác dối trá và lường gạt. Bị kẻ ngoài xã hội dối trá và lường gạt về vật chất, ta có thể khắc phục để vượt qua được nó một cách dễ dàng, nhưng ta bị những người trong cùng gia đình huyết thống lường gạt và dối trá với ta điều ấy, thì sự khổ đau và thất vọng trong ta sẽ tăng lên gấp bội và khó có thể vượt qua.

Ta bị xã hội lường gạt về tình cảm và sự hiểu biết, khiến cho ta thất vọng và đau khổ, nhưng những nỗi

đau khổ ấy không phải là sự chung đụng và biểu hiện thường trực, nên những nỗi đau ấy đối với ta có thể khóa lấp, nhưng ta bị những người cùng huyết thống đối gạt ta tình cảm và hiểu biết, thì sự thất vọng và khổ đau đối với ta càng lúc càng lữ loét nặng nề. Vết thương ấy càng lữ loét nặng nề, vì nó đã không được ta và hoàn cảnh của ta chăm sóc trị liệu đúng phương pháp mà còn chung đụng với nhau để khuếch đại, khiến cho vết thương đã bị lữ loét, lại càng thêm lữ loét nữa, càng nhiễm trùng, lại càng thêm nhiễm trùng.

Vợ chồng ăn ở không chung thủy với nhau là một trong những yếu tố then chốt làm cho hạnh phúc gia đình bị tan vỡ. Tình cảm vợ chồng tan vỡ, không phải chỉ gây thiệt hại cho hai người mà còn gây thiệt hại lớn cho con cháu hiện tại và tương lai.

Xã hội phương Tây ngày nay họ khá thành công về mặt khoa học kỹ thuật, về mặt văn minh tin học, về mặt thiên văn học, về mặt quản trị và phát triển kinh doanh,... nhưng họ đã thất bại về đời sống hạnh phúc gia đình. Họ đã thay đổi đời sống vợ chồng như thay

áo vẩy. Tại sao? Vì đời sống vợ chồng thiếu chất liệu chung thủy.

Trong đời sống vợ chồng thiếu chất liệu này, thì đời sống hạnh phúc gia đình không biết dựa vào đâu để sinh khởi và phát triển. Xây dựng hạnh phúc gia đình là từ nơi điểm thi chung và cũng từ nơi điểm này mà phát triển. Chung thủy không phải là hạnh phúc mà hạnh phúc của gia đình là sinh khởi từ tác nhân của chung thủy. Hạnh phúc của gia đình là kết quả của chung thủy.

Đời sống vợ chồng sống thiếu chất liệu chung thủy, thì sự cho ra đời của những thế hệ con cháu hiện tại và tương lai chỉ tạo ra những nỗi khổ đau và bất hạnh không chỉ giới hạn về mặt huyết thống mà còn tạo ra những gánh nặng bất ổn cho xã hội nữa.

Vì vậy, đối với hạnh phúc gia đình, chất liệu chung thủy là căn bản cho đời sống vợ chồng, và chất liệu thương yêu và hy sinh của cha mẹ là tất cả cho con cái.

Sự thương yêu và hy sinh tất cả cho con cái của cha mẹ và sự hiếu kính của con cái đối với cha mẹ,

những chất liệu ấy luôn luôn tác dụng hỗ trợ tương trợ mới tạo ra được một mái ấm gia đình hạnh phúc.

Cha mẹ đòi hỏi sự hiếu kính của con cái, nhưng cha mẹ thiếu tình thương và chưa từng hy sinh đối với chúng, thì sự đòi hỏi ấy khó để trở thành hiện thực. Con cái đòi hỏi cha mẹ hết lòng yêu thương và hy sinh cho mình, nhưng con cái không có lòng hiếu kính và phụng thờ đối với cha mẹ, thì sự đòi hỏi ấy chỉ là đòi hỏi thiếu thực tế của nhân duyên, nhân quả.

Như vậy, chất liệu nào tạo nên hạnh phúc gia đình? Tạo nên hạnh phúc của một gia đình, căn bản phải hội đủ ba chất liệu: - Tính chung thủy giữa vợ và chồng. - Tính hy sinh và thương yêu của cha mẹ tất cả cho con cái - Tính hiếu kính của con cái đối với cha mẹ. Ba chất liệu này tác động hỗ trợ liên tục với nhau, chúng sẽ sinh khởi cho ta một gia đình hạnh phúc. Nếu thiếu một trong ba tính chất ấy, mọi thiên đàng hạnh phúc của gia đình không những bị gãy cánh, mà sẽ bị rã cánh.

Mỗi khi hạnh phúc gia đình bị gãy cánh, ta khó mà chấp cánh bay cao và xa trong đời sống hạnh phúc của cộng đồng và xã hội. Và lại càng không thể bay xa và cao trong đời sống hạnh phúc của tâm linh. Không có điều răn nào của các tôn giáo văn minh, cho phép sự thực hành thiếu chung thủy của đời sống vợ chồng, sự vô trách nhiệm của cha mẹ đối với con cái và thiếu sự hiếu kính của con cái đối với cha mẹ. Và hạnh phúc hay sự an lạc của các cõi thiên đàng, cực lạc và niết bàn cũng không thể nào cho phép những người thiếu những chất liệu ấy có mặt.

Tệ nạn xã hội bắt nguồn từ tệ nạn gia đình và tệ nạn gia đình bắt nguồn từ tính thiếu thủy chung của vợ chồng, thiếu sự thương yêu và hy sinh của cha mẹ cho con cái và thiếu sự hiếu kính của con cái đối với cha mẹ.

Vậy, mỗi thành viên trong gia đình, hãy tùy theo vị trí của mình mà thực hành và thể hiện những chất liệu ấy một cách cụ thể, thì việc một gia đình hạnh phúc không còn là một ước mơ mà nó rất là hiện thực. Và

nếu ta chỉ ước mơ và ngồi suốt ngày lâm râm cầu nguyện đến với ai đó cho gia đình mình hạnh phúc, thì chỉ là những ước mơ hảo huyền và những lời lâm râm cầu nguyện là không thực tế.

Thực tế không phải là những ước mơ mà phải biết biến những ước mơ trở thành hành động; và thực tế không phải là những lời cầu nguyện mà phải biết biến những lời cầu nguyện trở thành đời sống.

Hành động theo định hướng nào

Có người hỏi tôi đời đến khi nào mới hết khổ đau Thầy nhỉ? Tôi cười và nói có chứ! Tôi nói với người ấy, đời không có gì khổ đau cả, khổ đau là ở nơi tâm bạn.

Bạn khổ đau nhiều là do tâm bạn có quá nhiều ước vọng. Ước vọng càng nhiều thì thất vọng càng lắm. Ta hãy chấm dứt mọi ước vọng, mọi dự tưởng của tham vọng, thì tức khắc thất vọng và khổ đau sẽ được chấm dứt ngay.

Những ước vọng lành mạnh, cao quý như giải thoát, giác ngộ, mở một bệnh viện để chữa trị miễn phí cho bệnh nhân, mở một trường học để dạy miễn phí cho những trẻ em nghèo thất học, mở một thiền đường để giúp cho người thiền tập, mở một giáo đường để truyền bá hay rao giảng đức tin cho mọi người,... vẫn không thoát khỏi những thất vọng và khổ đau đâu bạn ạ!

Vì khổ đau không phải ở nơi việc làm mà chính nơi định hướng của tâm hành. Nếu ta đem tâm tham vọng để cầu giải thoát, thì giải thoát không còn là giải

thoát nữa mà giải thoát ấy chính là sự trói buộc. Nếu ta đem tâm tham vọng mà cầu sự giác ngộ, thì giác ngộ ấy chính là mê lầm. Nếu ta đem tâm tham vọng để mở một bệnh viện chữa trị miễn phí cho bệnh nhân, thì bệnh nhân liền trở thành nạn nhân của những kẻ tham vọng. Nếu ta đem tâm tham vọng để xây dựng một thiền đường, thì thiền đường không còn là thiền đường nữa, mà thiền đường tự nó trở thành lao khám và những người hành thiền ở trong thiền đường ấy trở thành tù nhân của những kẻ tham vọng. Nếu ta đem tâm tham vọng mà xây dựng một giáo đường, thì giáo đường ấy, không còn là giáo đường đích thực mà là nơi nuôi dưỡng và sinh khởi chiến tranh tôn giáo, khiến cho những người rao giảng và những người nghe rao giảng, đều trở thành những nạn nhân bị bóc lột đức tin, bởi những người tham vọng. Nếu ta đem tâm tham vọng mà xây dựng một học đường, thì học đường tức khắc trở thành nơi kinh doanh giáo dục và đương nhiên cả người dạy và học trò đều là bị bóc lột và trở thành nạn nhân của những kẻ chủ trương.

Nếu ta tu học bởi những động cơ tham vọng, thì trước sau gì ta cũng bị thất vọng bởi đường tu của ta và nơi những tu viện mà ta đang tu. Tại sao? Vì không có bất cứ tu viện đích thực nào có khả năng đáp ứng những tham vọng của ta. Các tu viện chỉ có khả năng giúp đỡ cho ta giảm bớt lòng tham, chứ không có khả năng đáp ứng lòng tham cho ta. Vậy, ta ôm hết thảy mọi lòng tham để đi vào sống trong tu viện, thì làm sao ta không bị thất vọng bởi nó?!

Nếu ta vì những tham vọng mà mở thiền đường, giáo đường, học đường, bệnh viện,... làm sao ta không bị thất vọng bởi những gì đang sinh hoạt và hiện hữu ở trong ấy. Tại sao? Vì tất cả những gì đang sinh hoạt và đang hiện hữu ở trong ấy đều là nạn nhân bóc lột bởi tâm tham vọng của ta. Thử hỏi ở trong đời, có người nào hành động đi từ ý hướng tham vọng mà không làm khổ đau cho chính họ và kẻ khác? Làm khổ đau cho chính họ là do tâm tham vọng của họ. Và làm khổ đau cho người khác là do hành động bóc lột của họ chứ gì?!

Yêu không có tội

Có nhiều người trẻ đã hỏi tôi, yêu có tội không Thầy? Tôi đã nói với họ, yêu không có tội, yêu chỉ đem lại hạnh phúc hoặc đau khổ mà thôi.

Yêu có khả năng đem lại hạnh phúc cho ta, khi ta yêu ai đó, ta yêu một cái gì đó hay ta yêu một lý tưởng cao đẹp nào đó, với tâm phụng sự không chiếm hữu. Yêu không chiếm hữu sẽ dẫn sinh hạnh phúc toàn hảo cho ta.

Và yêu có khả năng đem lại khổ đau cho ta, khi ta yêu ai đó, ta yêu một cái gì đó hay ta yêu một lý tưởng cao đẹp nào đó, với tâm phụng sự có nội dung chiếm hữu. Yêu có nội dung chiếm hữu trong ta càng mãnh liệt bao nhiêu, thì chúng sẽ dẫn sinh sự thất vọng và khổ đau cho ta bấy nhiêu.

Ta yêu một lý tưởng cao đẹp và ta muốn chiếm hữu lý tưởng ấy trở thành độc tôn của ta là tức khắc ta trở thành những kẻ cuồng tín và mê muội đối với nó. Và lẽ đương nhiên không một ai có trí trong đời có thể

bảo rằng, kẻ sống trong cuồng tín và mê muội là hạnh phúc cả.

Yêu không có tội, nhưng ta yêu ai đó, ta yêu cái gì đó, ta yêu một lý tưởng cao đẹp nào đó, với tâm chiếm hữu, tùy theo mức độ chiếm hữu của tâm ta đối với những đối tượng ta yêu ấy, mà khổ đau trong đời sống của ta dần sinh và lớn mạnh. Chúng dần sinh và lớn mạnh một cách chính xác đúng với những gì, mà mức độ chiếm hữu nơi tâm ta yêu thích đối với những đối tượng ấy.

Vì vậy, tôi đã trả lời cho một số người trẻ rằng: “Yêu không có tội”, khi họ hỏi tôi rằng: “Yêu có tội không Thầy?”. Và tôi đã đọc tặng cho họ hai câu thơ, khi họ đã tặng tôi một bức hình của Chúa:

“Em cứ yêu, nhưng em đừng chiếm hữu,
Vì tình yêu mầu nhiệm lắm em ơi!”.

Tiếp xúc và sống với xuân

Lạ nhỉ, bao năm rồi ta đã đón xuân và cũng đã bao năm rồi ta lại tiễn đưa xuân, nhưng ta chưa hề biết mặt mũi của xuân như thế nào để đón và ta cũng chưa hề biết mặt mũi xuân như thế nào để tiễn đưa!

Và lại lạ nhỉ, bao năm rồi đón xuân, ta không biết xuân từ đâu mà có mặt và cũng đã bao nhiêu lần tiễn đưa xuân, ta không biết đưa tiễn xuân về đâu!

Ta đã từng đón và đưa xuân trong ước lệ, ta đã từng buồn vui với nó theo cảm tính của từng lứa tuổi chủ quan của đời người.

Xuân về có phải là hoa nở chăng? Không, bởi vì bốn mùa đều có hoa nở. Xuân đi hoa rụng chăng? Không, vì xuân đi rồi, có những đóa hoa vẫn còn tươi thắm, thơm phức.

Ta càng nô nức đón xuân, thì tức khắc xuân hoàn toàn vắng mặt trong ta và ta nỗ lực kéo mùa xuân lại, thì trong ta xuân lại càng mất hút.

Như vậy, xuân khó tính chăng? Không, xuân không hề khó tính. Vì sao? Vì xuân là thân nhiên vô tính. Xuân là thân nhiên vô tính, nên xuân không phải chỉ có mặt trong chính nó mà xuân còn có mặt ngay trong cả mùa hạ, mùa thu và mùa đông. Và bởi vì xuân là vô tính, nên xuân có mặt khắp cả mọi thời gian. Xuân không phải chỉ có mặt ở trong sinh mà còn có mặt ngay cả ở trong diệt, và xuân không phải có mặt ở trong diệt mà còn có mặt ngay ở trong sinh. Cả sinh và diệt xuân đều có mặt. Xuân không phải chỉ có mặt ở phía trước mà xuân còn có mặt ở phía sau, không phải chỉ có mặt ở bên này mà còn có mặt ở cả bên kia, và không chỉ có mặt ở bên trên mà còn có mặt ở cả bên dưới, và không có sự sống nào là xuân không hiện hữu.

Với thiền quán, ta nhìn sự chuyển động của bàn tay là ta thấy sự chuyển động của toàn bộ thân thể và cả toàn thể vũ trụ không lúc nào là không chuyển động. Chúng chuyển động trong sự tương quan và hòa điệu đồng thời. Và ta nhìn sự chuyển động của mỗi tế bào là

ta thấy cả một trời xuân hiện hữu và sống động. Chúng hiện hữu trong vô thể và sống động trong vô cầu. Nên, mỗi tế bào trong ta là mỗi trời xuân màu nhiệm.

Không sống động sao được, khi tế bào này hiện khởi, không những tiếp nối tế bào kia, mà lại còn mang theo trong nó, những tính chất và ảnh tượng của tế bào ấy, với đầy năng lực linh hoạt và sáng tạo.

Cũng vậy, khi ta nhìn mọi sự hiện hữu và chuyển dịch trong mùa đông, chúng không hề mang theo trong mình nó những tính chất và ảnh tượng của một mùa đông đơn thuần, mà nó luôn luôn mang theo nó những tính chất và ảnh tượng của mùa xuân, mùa hạ và mùa thu trong dòng tương giao, tiếp diễn, linh hoạt và sống động vô cùng.

Bốn mùa có khác nhau chẳng, chỉ là những biểu hiện của hiện tượng. Chẳng hạn, mùa xuân lá non, mùa hạ lá xám, mùa thu lá vàng và đông lá úa. Tuy vậy, nhưng những hiện tượng khác biệt ấy, chúng chưa từng tách biệt nhau, dù chỉ là khoảnh khắc. Chúng không những không tách biệt mà còn luôn luôn

hòa điệu với nhau từ bản thể đến hiện tượng, để cùng nhau bảo toàn và duy trì sự sống. Xuân chính là sự sống tràn đầy.

Bản thể của bốn mùa là vô thể, không tự tính, nên chúng đều có mặt trong mọi sự hiện hữu. Mỗi khi xuân hội đủ điều kiện để trở thành hiện tượng, thì những chất liệu của hạ, thu và đông biến thành bản thể của xuân. Và mỗi khi hạ, thu hay đông hội đủ điều kiện để biểu hiện thành hiện tượng, thì xuân chính là bản thể của các hiện tượng ấy.

Nghĩa là hiện tượng của mùa đông lạnh buốt, nhưng bản chất của nó đang vận hành để tái tạo một nguồn nhiệt lượng, hay một nguồn sức sống mãnh liệt đang tiềm ẩn ở bên trong. Hay hiện tượng của một mùa hạ nóng bức, thì bản chất của chính nó, đang vận hành để tái tạo một nguồn suối mát tiềm ẩn từ bên trong của mọi sự hiện hữu.

Bởi vậy, xuân không từ đâu đến và xuân cũng chẳng đi về đâu, mà chỉ có những hiện tượng biểu hiện hay ẩn tàng của nó khi nhân duyên hội tụ hay

phân kỳ. Nghĩa là khi mùa đông ẩn tàng nơi hiện tượng, thì bản thể của mùa xuân bắt đầu chuyển thành hiện tượng; khi hiện tượng của mùa xuân ẩn tàng, thì bản thể của mùa hạ lại trở thành hiện tượng; khi hiện tượng của mùa hạ ẩn tàng, thì bản thể mùa thu lại trở thành hiện tượng; khi hiện tượng của mùa thu ẩn tàng, thì bản thể của mùa đông chuyển thành hiện tượng và khi hiện tượng của mùa đông ẩn tàng, thì bản thể của mùa xuân trở thành hiện tượng,...

Nên, hiện tượng của mùa này lại là bản thể của mùa kia; hiện tượng của cái này lại là bản thể của cái kia. Bản thể của cái kia đang có mặt ở trong hiện tượng của cái này. Bản thể và hiện tượng của mọi sự hiện hữu, chúng luôn luôn có mặt cùng nhau và trong nhau ngay trong từng khoảnh khắc của sự sống.

Ta sống trọn vẹn ngay trong từng khoảnh khắc ấy, thì ta có thể mỉm cười với mọi hiện tượng diệt sinh đi qua đời ta, như khi ta đang ngắm nhìn một gốc mai già khẳng khiu đang đứng sừng sững giữa băng giá khắc nghiệt phủ phàng, nhưng không thất vọng, vì ta biết

chắc chắn rằng, trong gốc mai già ấy, đang hàm chứa cả một trời xuân vô tận.

Do đó, ta tiếp xúc với xuân là tiếp xúc với nguồn sinh lực vô tận ngay trong từng khoảnh khắc của sự sống. Và sống với xuân là sống một cách hồn nhiên và trọn vẹn ngay trong từng khoảnh khắc ấy.

Đi trong truyền thống xuyên suốt

Trong truyền thống trí tuệ và từ bi của đạo Phật, người phật tử khi nhìn một hậu quả xảy ra dù xấu hay tốt; dù thuận hay nghịch, họ không nhìn bằng con mắt đơn thuần hiện tại mà họ nhìn bằng con mắt xuyên suốt nhân duyên, nhân quả.

Đối với nhân duyên, họ không nhìn mọi sự hiện hữu mang tính cá thể đơn thuần, mà nhìn mọi sự hiện hữu trong sự tương quan tương sinh. Nếu cái này hiện hữu như là tác nhân, thì cái kia hiện hữu như là tác duyên cho cái này, và nếu ngược lại cái kia hiện hữu như là tác nhân, thì cái này hiện hữu như là tác duyên cho cái kia.

Lại nữa, giữa cái này và cái kia, không có bất cứ cái nào là làm tác nhân hay tác duyên vĩnh viễn, vì sao? Vì tất cả đều là tương giao vô thường và chính vì mọi sự hiện hữu trong sự tương giao, nên chúng là vô thường. Và vì là tương giao vô thường, nên cái này có thể là nhân cho cái kia và cái kia có thể là duyên cho cái này, khiến chúng tương giao sinh khởi tương tục.

Đối với cách nhìn nhân duyên, thì cái nghe không tự hiện hữu mà nó hiện hữu trong sự tương quan và tương liên. Không có âm thanh, không có hệ thần kinh thính giác, không có không gian để âm thanh và hệ thần kinh vận hành và tác động lên nhau và không có ý thức biểu hiện hiện tiền, thì cái nghe không thể biểu hiện,...

Do đó, cái nghe hiện khởi từ nhân duyên là cái nghe mâu nhiệm. Nó mâu nhiệm, vì mọi yếu tố tạo thành cái nghe cùng hiện hữu đồng thời và chúng cùng hòa điệu trong sự tương giao để biểu hiện. Và nó mâu nhiệm, vì cái nghe không có bất cứ tự tính nào cho chính nó. Bản thân của cái nghe là không có ngã tính, nên nó có thể hội nhập với tất cả những yếu tố liên hệ để sinh khởi cái nghe một cách mâu nhiệm. Ta nghe với cái nghe không mang tính ngã, ta có thể nghe được một cách chính xác những gì mà mọi sự hiện hữu đang nói với ta mỗi ngày qua ngôn ngữ của âm thanh hay những loại ngôn ngữ biểu tượng và ngay cả

những loại âm thanh không âm thanh gì cả; những loại ngôn ngữ không có ngôn ngữ gì cả.

Tròn hay khuyết của một vầng trăng, thắm nồng hay nhạt phai của một ráng nắng, một vầng mây hay sự vỗ nhẹ của một cánh bướm bên những cành hoa lan,...đều đã nói lên cho ta những ngôn ngữ màu nhiệm từ nơi những thực tại tương giao sống động. Và ta có thể nghe được tiếng nói của thực tại ấy một cách trọn vẹn, khi nào tâm hồn ta ở vào trạng thái thoáng mở, không thiên chấp và không bị mắc kẹt bởi bất cứ cái gì.

Nếu tâm ta bị mắc kẹt bởi bất cứ cái gì, thì không những ta bị mù quáng đối với những cái khác, mà ta còn mù quáng ngay đối với cái ta đang bị mắc kẹt ấy nữa.

Vì vậy, với sự quán chiếu sâu xa về nhân duyên, người phật tử không rơi vào những cách nhìn bị những góc cạnh làm khuất lấp thực tại và họ không bị rơi vào những cái nghe làm khuất lấp chánh kiến.

Đối với nhân quả, họ nhìn mọi sự hiện hữu xuyên suốt khắp cả ba đời. Mọi vấn đề xảy ra cho họ dù tốt hay xấu; dù thuận lợi hay khó khăn, họ biết rõ

những điều ấy, hoàn toàn không phải là ngẫu nhiên, mà từ nghiệp cảm nhân duyên không phải một đời, mà có liên hệ đến nhiều đời đối với họ hay đối với người khác.

Họ có cách nhìn sâu từ quả để thấy nhân và họ cũng có cách nhìn sâu từ nhân để thấy quả; họ có cách nhìn để thấy rõ từ hiện tượng đến bản chất và từ bản chất đến hiện tượng, từ năng lực đến tác dụng của nhân và quả, chính ở trong đời sống của họ và những gì liên quan đến họ.

Với cách nhìn ấy, họ có đủ sự trầm tĩnh để mỉm cười, khi thấy những khổ đau đang có mặt nơi họ và đang đến với họ, và họ lại càng có khả năng và trầm tĩnh hơn, để ngăn chặn những nguyên nhân sinh khởi và tái phát khổ đau, bằng những phương pháp chế ngự và chuyển hóa những hạt giống chấp ngã đang vận hành và hiện khởi nơi tâm thức của họ, mỗi khi có những tác duyên thuận hay nghịch.

Đối với những khổ đau đã phát sinh, họ không tiếp tục tạo ra những tác nhân và tác duyên tương ứng,

khiến cho chúng không thể nào tiếp tục sinh khởi; đối với những khổ đau chưa phát sinh, họ nỗ lực chặt đứt các nhân duyên liên hệ đối với chúng, khiến cho chúng vĩnh viễn không thể nào sinh khởi; đối với những sự an lạc chân thật nào đã phát sinh, họ tiếp tục nuôi dưỡng bằng cách tiếp tục tạo ra và tác động bởi những nhân duyên tương ứng, khiến cho những an lạc ấy, tiếp tục phát triển từ một điểm đến toàn thể, từ một khoảnh khắc đến lâu dài và đối với những an lạc chân thật nào chưa sinh khởi, thì họ nỗ lực làm cho nó sinh khởi từ tác nhân và từ tác nhân mà lớn mạnh qua các tác duyên liên hệ.

Với những cách nhìn ấy, người phật tử đi trong truyền thống trí tuệ và từ bi của chư Phật, họ luôn luôn bám lấy những hạt giống tham dục ở nơi tâm của họ để chuyên hóa, khiến cho những hạt giống ấy, luôn luôn ở vào trạng thái của tâm an tịnh và từ sự an tịnh của tâm, họ vận khởi tâm từ vô lượng, khiến cho những hạt giống tham dục ở nơi tâm của họ được thuần hóa theo chiều hướng của tâm từ vô lượng; họ

vận khởi tâm bi vô lượng, khiến cho những hạt giống tham dục nơi tâm của họ được thuần hóa theo chiều hướng của tâm bi vô lượng; họ vận khởi tâm hỷ vô lượng, khiến cho những hạt giống tham dục ở nơi tâm của họ được thuần hóa theo tâm hỷ vô lượng và họ vận khởi tâm xả vô lượng, khiến cho những hạt giống tham dục nơi tâm của họ được thuần hóa theo tâm xả vô lượng.

Mỗi khi các dục ở trong tâm của họ đã được thuần hóa bởi những tâm này, thì tâm của họ hoàn toàn ở trạng thái vô dục, vô ưu, nhưng lại tròn đầy sinh lực của trí tuệ và từ bi.

Với sinh lực trí tuệ, người phật tử đích thực không bao giờ bị rơi vào những nhận thức cục bộ đối với không gian và phiến diện hay mù quáng đối với thời gian; và với sinh lực của từ bi, người phật tử hành xử với muôn loài bằng tình yêu không thiên lệch, không chiếm hữu, luôn luôn biết bảo vệ và tôn trọng sự sống đối với tất cả; biết tôn trọng và bảo vệ công bằng lẽ

phải; biết tôn trọng và bảo vệ những phẩm chất chân thực và những nhân cách cao khiết.

Nên, tình yêu ấy có khả năng trị liệu khổ đau, mà không để lại bất cứ một di chứng nào liên hệ đến nhân duyên hay nhân quả của sự đau khổ; và trí tuệ ấy có khả năng búng tận gốc rễ những phân biệt nhị nguyên, những tranh chấp thắng bại liên hệ đến ngã và phi ngã, đến pháp hay phi pháp, mà không để lại bất cứ một di chứng nào của vô minh hay mù quáng.

Với truyền thông ấy, những người phật tử đích thực đã đi, đang đi và sẽ đi xuyên suốt hết thảy mọi thời đại, và truyền thông ấy lúc nào và ở đâu nó cũng đều là hiện đại, nó hiện đại ngay nơi bản chất hay tính thể của chính nó, chứ không phải nó hiện đại theo những lệ thuộc của thời đại.

Chống

Bạn đừng nghĩ rằng, các bậc Thánh nhân chống lại bạn hay chống lại cuộc đời, nên họ sống yên lặng và xây lung với bạn và cuộc đời. Các bậc Thánh nhân thì không còn có tâm chống ai, nếu họ có tâm chống báng người này, ủng hộ người kia, thì họ không có thánh tính ngay trong bản chất, thì làm sao để họ có thể trở thành bậc Thánh nhân được?

Những bậc Thánh nhân, sống yên lặng nhìn đời để nuôi dưỡng và phát huy thánh tính nơi chính họ và họ làm những gì, mà họ có thể làm được để loại bỏ lợi danh cũng như tính chấp ngã ra khỏi đời sống của chính họ, chứ họ không phải chống bạn hay xây lung với cuộc đời đâu bạn nhé!

Làm sao mà họ có thể xây lung với cuộc đời được, khi chính cuộc đời đã tạo nên họ! Tiếng sóng vỗ từ biển khơi; sự trôi chảy êm đềm hay cuộn cuộn của dòng sông; những cơn mưa của mùa đông hay mùa hạ; những chiếc lá vàng êm rơi của mùa thu; những ráng

nắng dịu hiền của ban mai, hay gay gắt của trưa hè hoặc thơ mộng của chiều xuân; tiếng gà gáy; tiếng chó sủa; tiếng hò của mẹ ru con ngủ; tiếng cha nghiêm từ dạy bảo; tiếng gõ bảng của thầy hay cô giáo trên bục giảng học đường; tiếng vỗ về và trấn tĩnh bệnh nhân của những vị y học trên giường bệnh; tiếng nói chân thực dễ thương của những người làm thợ, của những kẻ công nhân; nếp sống chất phác của những vị nông dân; những ưu tư của những người lãnh đạo đất nước; những nhân sĩ trí thức đối với quốc sự hay nhân sanh; lời kinh từ Phật đường hay Thánh đường cứ mỗi ngày ngân vang, làm tươi nhuận đức tin và mở rộng lòng người,... tất cả đều đang tạo nên đời sống của chính họ, vậy thì làm sao mà họ có thể quay lưng với cuộc đời, để tìm thú vui cho chỉ riêng mình?

Không có bậc Thánh nhân nào quay lưng với cuộc đời cả, và lại càng không có một ai học hạnh Thánh nhân mà lại quay lưng với cuộc đời bao giờ, trái lại những người ấy là những người đang mở to đôi mắt để nhìn vào những gì, mà họ đang đối diện và họ đang

lắng tai để nghe cho được tiếng nói đích thực của cuộc đời và họ đang nói tiếng nói ấy, để đánh thức những người mê muội đối với cuộc đời đây.

Bạn biết không! Cuộc đời không hề làm cho ai mê muội, nhưng ở trong đời đã có lắm kẻ mê muội đối với cuộc đời. Mê muội đến nỗi, họ không biết cuộc đời là gì và họ là gì giữa cuộc đời này. Thánh nhân không ai khác, Thánh nhân được tạo ra từ cách nhìn sáng trong, từ những hành sử độ lượng, bao dung đối với mọi người ngay trong đời sống của chính bạn.

Bạn biết không, có phải Phật ở trên trời cao không? Không. Một trăm lần không; một vạn lần không. Phật không phải ở trên trời cao, mà Ngài ở trong lòng của mỗi chúng ta. Và đức Phật của chúng ta chưa bao giờ chết và không bao giờ chết, mà Ngài luôn luôn có mặt trong lòng của mỗi chúng ta, trong lòng của mỗi người và của mỗi loài chúng sanh.

Mỗi khi ta nói những lời dễ thương với mọi người và mọi loài là đức Phật đang có mặt trong lời nói của ta; mỗi khi ta có những hành xử dễ thương với mọi

người và mọi loài, là đức Phật đang có trong mọi hành xử của ta và mỗi khi ta có những ý nghĩ trong sáng và dễ thương đối với mọi người và mọi loài là đức Phật đang có mặt trong những ý nghĩ ấy của ta.

Trong đời sống hàng ngày, ta không nói được những lời nói dễ thương với mọi người và mọi loài; ta không có những hành xử dễ thương đối với mọi người và mọi loài; ta không có được những ý nghĩ dễ thương đối với mọi người và mọi loài là thiệt hại cho ta, ta đã làm cho tính phật nơi ta bị khuất lấp đi.

Tuy rằng, tính phật nơi ta bị khuất lấp bởi những hành động thấp kém của ta, nhưng nó không bao giờ bị hủy diệt, nó vẫn còn đó cho ta và nó vẫn còn có khả năng giúp ta đứng dậy bởi những nhân duyên tốt đẹp, như ta biết lắng nghe, những lời hướng dẫn của thầy hiền, bạn tốt; ta phải biết thực tập buông bỏ những lời nói không cần thiết; những hành xử thiếu niềm tin, thiếu sự tỉnh giác và thiếu chất liệu của từ bi và quan trọng hơn hết là ta phải biết giảm dần những tư duy ích kỷ.

Phật là hiện thân của trí tuệ và từ bi. Ngài có gia tài trí tuệ lớn và với tâm từ bi, Ngài muốn đem gia tài lớn ấy để chia sẻ cho mọi người và muôn loài. Sống bằng đời sống từ bi, nên mọi lời nói, hành động và ý nghĩ của ngài hoàn toàn không có chất liệu của đối xử phân biệt và kỳ thị, liên hệ đến ngã hay phi ngã; đến pháp hay phi pháp. Và sống bằng đời sống của trí tuệ, nên mọi hành xử, lời nói và ý nghĩ của ngài không còn có bất cứ sự sai lầm nào.

Phật thương hết thấy chúng sanh, ngay cả những người chống Ngài. Vậy, ai muốn chống ngài thì cứ chống!

Khởi điểm và viên dung

Làm sao ta có thể biết được rằng, họ không phải là Phật giáo? Họ không phải là Phật giáo, vì họ không khởi điểm từ Pháp Tam quy và họ không thực hành viên dung ở trong pháp ấy.

Thực hành năm giới mà không khởi điểm từ Pháp Tam quy, thì vẫn không phải là Phật giáo. Bởi vì sao? Bởi vì một số Tôn giáo khác, họ cũng có những điều răn cho tín đồ của họ là “không được giết hại; không được trộm cắp; không được tà dâm; không được nói láo và không được uống rượu,...”.

Những giáo sĩ và tín đồ của một số Tôn giáo, họ cũng đã tuân thủ năm điều răn như vậy, nhưng họ không phải là Phật giáo. Họ không phải là Phật giáo, vì họ không khởi hành từ Pháp Tam quy và không viên dung ở trong pháp ấy, nên trong đời sống của họ hoa trái giác ngộ và giải thoát không thể phát sanh.

Ba pháp qui y gồm:

*- Quy y Phật thì thề trọn đời không quy y trời, thần, quỷ vật. Tại sao như vậy? Vì Phật là bậc Toàn giác, Ngài không còn có bất cứ sự sai lầm nào đối với mọi lời nói; đối với mọi hành động và đối với mọi ý nghĩ. Ngài không còn có bất cứ sự hiểu biết sai lầm nào đối với nhân duyên, nhân quả của chính Ngài và của hết thảy chúng sanh; Ngài không còn có bất cứ sự hiểu biết sai lầm nào đối với bản thể và hiện tượng của mọi sự hiện hữu; Ngài không còn có bất cứ sự hiểu biết sai lầm nào đối với mọi tính chất và tác dụng giữa tâm và cảnh; giữa nhân và quả, giữa quả và nhân; giữa tác nghiệp và thọ báo, giữa thọ báo và tác nghiệp; giữa cái này và cái kia, giữa cái kia và cái này; giữa gốc rễ và ngọn ngành và giữa ngọn ngành với gốc rễ.

Ngài không còn có bất cứ sự hiểu biết sai lầm nào đối với quá khứ, hiện tại và tương lai.

Đối với hiện tại, Ngài thấy rõ sắc uẩn của mọi pháp sanh diệt trong từng khoảnh khắc; cảm giác, tri giác, tâm hành, nhận thức của hết thảy chúng sanh

cũng đều như vậy. Vì vậy mà tâm Ngài có tự do và giải thoát đối với những gì đang diễn ra của chúng.

Đối với quá khứ, Ngài thấy rõ sắc uẩn của mọi sự hiện hữu đã từng xảy ra như vậy là như vậy một cách chính xác, không lầm lẫn; đối với các cảm giác, tri giác, tâm hành và nhận thức, Ngài thấy rõ chúng đã có mặt và đã xảy ra như vậy là như vậy một cách chính xác, không lầm lẫn. Vì vậy mà tâm Ngài có tự do và giải thoát đối với những gì đã xảy ra của chúng.

Đối với tương lai, Ngài thấy rõ sắc uẩn của mọi sự hiện hữu sẽ xảy ra như vậy là như vậy một cách chính xác, không lầm lẫn. Ngài thấy rõ đối với các cảm giác, tri giác, tâm hành và nhận thức, cũng đều như vậy. Vì vậy mà tâm Ngài có tự do và giải thoát đối với những gì sẽ xảy ra của chúng.

Đức Phật không những hiểu rõ và hiểu chính xác những gì đang diễn ra trong từng khoảnh khắc của sự sống, mà Ngài còn hiểu rõ và hiểu chính xác từ một đời, hai đời, ba đời cho đến vô lượng đời của bản thân và của hết thảy chúng sanh thuộc về quá khứ hay

tương lai. Vì vậy mà Ngài có tự do, có giải thoát đối với mọi thời gian, không những hiện tại mà ngay cả quá khứ và tương lai.

Đức Phật không những hiểu rõ và hiểu chính xác về một thế giới, hai thế giới, ba thế giới mà Ngài còn hiểu rõ và hiểu chính xác đối với vô số thế giới. Trong vô số thế giới ấy, có thế giới đã bị hủy diệt, có thế giới đang hủy diệt và có thế giới sẽ hủy diệt, nghĩa là những thế giới ấy đang ở vào thời kỳ nào của các chu kỳ sanh, trụ, hoại, diệt, Ngài đều biết rõ và biết một cách chính xác, không lầm lẫn đối với chúng. Và Ngài cũng đã hiểu rõ có những thế giới không bị hủy diệt, vì những thế giới ấy không phải là thế giới của nhân duyên mà là thế giới của tự tánh thanh tịnh. Vì vậy mà Ngài có tự do và giải thoát đối với mọi không gian và mọi thế giới.

Đức Phật không những hiểu rõ tâm chúng sanh của một thế giới mà nhiều thế giới cho đến vô lượng, vô số thế giới một cách chính xác không lầm lẫn. Không những vậy, Ngài còn hiểu rõ và hiểu một cách chính xác tâm của các vị Thánh giả Thanh văn, Duyên giác, Bồ tát và Phật từ một thế giới, hai thế giới, ba thế giới

cho đến vô lượng, vô số thế giới một cách chính xác, không lầm lẫn nữa. Vì vậy mà Ngài có tự do và giải thoát đối với mọi chướng ngại của vô số chúng sanh trong vô lượng, vô số thế giới. Không những vậy, mà đối với bản nguyện và bản hạnh của các thánh giả Thanh văn, Duyên giác, Bồ tát và chư Phật trong vô lượng, vô số thế giới, Ngài đều thông đạt hoàn toàn không có chướng ngại.

Phật không phải chỉ hiểu biết mà Ngài đã biến sự hiểu biết của Ngài trở thành hành động, trở thành sự sống của chính Ngài. Ngài đã nói và làm đúng như sự hiểu biết của chính Ngài. Cái biết của Ngài luôn luôn có mặt trong mọi hành động của Ngài và mọi hành động của Ngài luôn luôn có mặt ở trong cái biết của Ngài. Vì vậy, Phật không những toàn hảo về hiểu biết mà còn toàn hảo về đức hạnh. Phật là bậc toàn hảo về trí và đức hay Phật là bậc toàn hảo về giới hạnh, định hạnh và tuệ hạnh.

Phật là vậy, nên Phật là nơi viên dung của trí và hạnh, làm chỗ cho ta quay về nương tựa, học hỏi và thực tập để thoát ly sinh tử luân hồi, giúp ta viên dung

hai mặt trí và đức. Ta không quy y trời, thần, quỷ vật, không có nghĩa là ta chống lại những vị ấy, mà vì những vị ấy chưa thoát ly sinh tử và hoàn toàn không có khả năng giúp ta thoát khỏi những nỗi khổ căn bản này, và cũng không có khả năng giáo dục giúp ta có được cách nhìn viên dung vô ngại, vì vậy mà ta không quay về, nương tựa ở nơi những vị ấy.

*- Quy y Pháp thì thế trọn đời không quy y ngoại đạo tà giáo. Tại sao như vậy? Vì quy y Pháp là quay về nương tựa và thực hành Chánh pháp, do đức Thế Tôn giảng dạy. Pháp ấy là pháp Niết bàn vắng lặng, siêu việt sinh diệt; siêu việt mọi tư duy thường đoạn, có không; siêu việt mọi tư duy hữu ngã và phi ngã; pháp ấy do tự thân của đức Thế Tôn thực nghiệm và chứng ngộ; Và từ nơi thể tính chứng ngộ ấy, đức Thế Tôn đã sử dụng ngôn thuyết để tuyên dương Chánh pháp.

Vì vậy, pháp do Thế Tôn giảng dạy, pháp ấy chuyển tải nội dung của Niết bàn, của an lạc, của giải thoát, của tuệ giác, từ bi và của mọi hành hoạt viên dung vô ngại.

Pháp ấy không phải đức Thế Tôn nói ra từ suy luận, mà từ chánh kiến chứng ngộ. Hiệu năng thực tập pháp ấy không phải để tranh cãi mà chấm dứt mọi tranh cãi; chấm dứt khổ đau sinh tử luân hồi; khiến không bị những áp bức của các tham dục nơi tâm, mà chấm dứt ngay nơi tâm mọi tham dục; không bị áp bức của sự giận hờn tranh chấp nơi tâm, mà ngay nơi tâm chấm dứt mọi tranh chấp, giận hờn; không bị áp bức bởi những si mê, tà kiến nơi tâm, mà ngay nơi tâm chấm dứt mọi tà kiến, si mê; không bị áp bức bởi những vọng tưởng về ngã hay phi ngã, mà ngay nơi tâm chấm dứt hoàn toàn mọi vọng tưởng ấy; và không bị những áp lực của dẫn nghiệp mà chấm dứt mọi tác ý làm sinh khởi dẫn nghiệp.

Pháp do đức Thế Tôn giảng dạy là vậy, các giáo thuyết ngoài Thế Tôn không thể so sánh, vì sao? Vì chúng không có hiệu năng giúp cho người thực hành chấm dứt mọi tác nghiệp và dẫn nghiệp để thoát ly căn bản khổ đau và lại không có hiệu năng giúp cho người thực hành thành tựu sự an lạc ngay trong hiện thế và dẫn sinh đời sống của một vị Toàn giác trong tương lai.

Vì vậy, ta không quy y nơi giáo thuyết của các Tôn giáo khác mà chỉ quy y và thực hành theo Chánh pháp của đức Thế Tôn dạy.

*- Quy y Tăng thì thể trọn đời không quy y tôn hữu ác đảng. Tôn hữu là những người bạn xấu ác. Ấy là những người bạn làm tổn hại đến điều thiện hay đời sống cao thượng của ta và là người làm trở ngại phật tính trong ta sinh khởi. Ác đảng là những băng đảng, những tổ chức có chủ trương không lành mạnh, gây cản trở đời sống thánh thiện của ta; làm chướng ngại đời sống trí và từ bi của ta. Vì vậy mà ta không quy y, không nương tựa ở nơi tôn hữu, ác đảng.

Ta thể trọn đời quy y Tăng, vì Tăng là đoàn thể Tỷ kheo tối thiểu bốn vị trở lên là đệ tử của đức Thế Tôn. Tăng đoàn từ đức Thế Tôn mà thiết lập, từ nơi giáo pháp của Ngài mà hóa sanh, lại được thuần hóa và dự phần ở trong giáo pháp giác ngộ.

Vì vậy, bản thể của Tăng là thanh tịnh và hòa hợp. Nên, Tăng là đoàn thể đi trên con đường an bình, con đường giải thoát, con đường giác ngộ, con đường như thật, con đường của chánh biến tri, không còn rơi vào

các cực đoan của nhận thức và hành động, đời sống lại được bảo chứng bởi chánh pháp và các Thánh quả giải thoát. Nên, Tăng là đoàn thể không còn bị áp bức bởi những thế lực vô minh, tham dục của sanh tử.

Vì là đoàn thể có phẩm chất như vậy, nên Tăng không thuộc về một cá nhân nào, mà Tăng thuộc về Phật và Pháp. Tăng là nơi nương tựa và biểu hiện cho sự tu học giải thoát và là chỗ gieo trồng phước đức cho tất cả; Tăng không bị gò bó trong bất cứ một xứ sở nào mà có mặt cùng khắp tất cả để làm chỗ nương tựa tu học cho chúng sanh muôn nơi, muôn xứ và phẩm chất của Tăng là như vậy, nên Tăng không bị đóng khung ở nơi một thời đại nào mà Tăng làm nơi nương tựa cho hết thảy chúng sanh xuyên suốt mọi thời đại.

Tăng là vậy, nên nơi nào có Phật Pháp là nơi đó có Tăng và nơi nào có Tăng là nơi đó có Phật Pháp. Nên, quy y Tăng là quy y Phật và Pháp ở nơi Tăng, chứ không phải quy y với một cá nhân nào.

Một vị Tăng sĩ hay cư sĩ Phật giáo, trước khi họ làm bất cứ công việc gì, ngay cả ăn cơm, uống nước,

họ đều chấp tay hướng tâm đến Phật - Pháp - Tăng, họ đọc lớn hoặc thầm ba pháp quy y như sau:

“Con về nương tựa Phật, thề suốt đời không nương tựa Trời, Thần, Quỷ, Vật.

Con về nương tựa Pháp, thề suốt đời không nương tựa ngoại đạo tà giáo.

Con về nương tựa Tăng, thề suốt đời không nương tựa tôn hữu, ác đảng”.

“Về nương tựa Phật trong con, xin nguyện cho mọi loài, thể nhận được giác tánh, phát khởi tâm vô thượng.

Về nương tựa Pháp trong con, xin nguyện cho mọi loài, liễu ngộ được kinh tạng, trí tuệ sâu như biển.

Về nương tựa Tăng trong con, xin nguyện cho mọi loài, suốt sự lý đại chúng, hết thảy đều không ngại”.

Mọi hành động của người đệ tử Phật đặt trên nền tảng như vậy, chắc chắn những hành động đó, khi hội đủ nhân duyên sẽ cho ta hoa trái giải thoát và giác ngộ.

Mọi hành hoạt của những người đệ tử Phật chúng ta, nếu không thiết lập trên nền tảng của Phật - Pháp - Tăng đầy đủ cả sự tướng và lý tánh như vậy, thì

những hành hoạt ấy sẽ dẫn chúng ta rơi vào những thiên chấp cực đoan.

Nếu ta quy y Tam bảo mà thiên chấp về sự mà bỏ lý, thì việc quy y của chúng ta không thể đi đúng Phật đạo. Và nếu ta quy y mà thiên chấp về lý mà bỏ sự, thì việc quy y của chúng ta cũng không thể nào đi đúng Phật đạo.

Phật đạo là con đường giác ngộ. Con đường ấy, không thiên lý bỏ sự hay thiên sự bỏ lý. Lý tánh và sự tướng của mọi sự hiện hữu không tách rời nhau mà cũng không phải đối lập nhau mà chúng luôn luôn có mặt trong nhau, viên dung với nhau.

Những người đệ tử của Phật, biết tu tập, họ không phóng tâm chạy theo Tam bảo bên ngoài để quên mất Tam bảo nơi tự tâm và họ cũng không thu mình mắc kẹt Tam bảo nơi tự tâm để quên mất Tam bảo sự tướng.

Họ thấy rất rõ, những gì họ đang hành hoạt đối với Tam bảo sự tướng là chính họ đang quay trở về với Tam bảo lý tánh của chính họ; và họ đang thâm nhập để chứng nghiệm Tam bảo lý tánh ngay nơi Tam bảo

sự tướng trong từng khoảnh khắc mà họ đang nương tựa để hành hoạt.

Sự tướng và lý tính của Tam bảo không phải đồng nhất, nhưng lại càng không phải dị biệt, nhưng những phật tử đích thực hành đạo thì từ lý tánh Tam bảo mà hoạt khởi đại bi, biểu hiện đầy đủ sự tướng. Và chúng sanh thì từ nơi biểu hiện đầy đủ sự tướng của Tam bảo mà hoạt khởi tín tâm, quy kính Tam bảo đầy đủ sự tướng để thâm nhập và chứng ngộ Tam bảo lý tánh.

Sự và lý, tánh và tướng, thể và dụng, trong và ngoài, trên và dưới,... đều là tương dung bất nhị, đó là con đường tu tập và hành đạo xuyên suốt của những người đệ tử phật chúng ta. Đi trên con đường ấy, ta sẽ hoàn toàn có tự do, an lạc hạnh phúc, vì mọi hành động của ta không bị rơi vào bất cứ những cực đoan và phiền diện nào.

Khởi hành từ Pháp Tam quy, ta sẽ viên dung ở trong Phật đạo.

Cái biết có thể và không thể

Tai họa và sự an toàn đến với ta từ sự hiểu biết.

Nếu ta có sự hiểu biết lớn, nhưng ta lại đem sự hiểu biết lớn ấy phục vụ cho một tâm lượng nhỏ nhoi của ta, thì tai họa chắc chắn sẽ đến với ta và đến với những người liên hệ với ta.

Nếu sự hiểu biết của ta quá nhỏ nhoi, nhưng những ước vọng của ta quá lớn, chắc chắn chúng sẽ dẫn sinh những thất vọng và khổ đau cho ta.

Nếu ta có sự hiểu biết lớn, ta lại biết đem sự hiểu biết lớn ấy phục vụ cho một tâm lượng rộng lớn của ta, sự an toàn không phải đến với ta từ một phía mà đến với ta từ nhiều phía.

Nếu ta có sự hiểu biết lớn, nhưng những ước mơ của ta lại đơn giản, nếp sống của ta lại bình dị, điều ấy hoàn toàn không làm cho ta thất vọng, mà còn làm cho ta luôn luôn sống ở trong an toàn.

Nếp sống an toàn là nếp sống mà trong đó, ta chỉ nói, làm và suy nghĩ những gì mà ta có thể. Và trong

nếp sống của ta không có an toàn là do ta nói, làm và suy nghĩ những gì mà ta không thể.

Những gì không thể, nhưng ta vẫn nỗ lực để làm, ta sẽ bị những gì không thể ấy, cuốn hút không những làm cho ta mất hết chủ quyền và mất hết tự do, mà còn làm cho mọi sinh lực của ta bị khô kiệt.

Chủ quyền, tự do và sinh lực không đến với ta từ những điều kiện không thể, mà đến với ta từ những điều kiện có thể. Chủ quyền, tự do và sinh lực đến với ta từ những điều kiện có thể là những chủ quyền, tự do và sinh lực hiện thực, ta có thể sử dụng những chủ quyền, tự do và sinh lực ấy, để phát triển chúng càng lúc, càng trở nên toàn diện. Những chủ quyền, tự do và sinh lực đến với ta từ những điều kiện không thể, chúng chỉ là những chủ quyền, tự do và sinh lực ảo, nó có tác dụng gây thất vọng và khổ đau cho ta và làm cho ta càng ngày càng bị mất hết chủ quyền, tự do và sinh lực.

Cái biết có thể và không thể sẽ dẫn sinh mọi hành động an toàn cho ta và dẫn ta đi trong đời sống hạnh phúc.

Phước đức tròn đầy

Tai họa lớn nhất của ta là không nghe được sự thật, không nhìn thấy được sự thực, không biết được sự thật, không tiếp xúc được với sự thật và không có khả năng chấp nhận được sự thật để sống.

Phước đức lớn nhất của ta là nghe được sự thật, nhìn thấy được sự thật, biết được sự thật, tiếp xúc được với sự thật và chấp nhận được sự thật để sống.

Ở trên đời có những người hoàn toàn không nghe được sự thật; có những người nghe được sự thật, nhưng không hiểu được sự thật; có những người hiểu được sự thật, nhưng không tiếp xúc được với sự thật và có những người nghe được sự thật, thấy được sự thật, hiểu được sự thật, tiếp xúc được với sự thật, nhưng không có đủ khả năng chấp nhận được sự thật để sống.

Những người như thế là những người đang sống ở trong tai họa, từ những tai họa này lại dẫn sinh cho họ những tai họa khác.

Ở trên đời có những người nghe được sự thật, thấy được sự thật, tiếp xúc được với sự thật, hiểu được sự thật và có khả năng chấp nhận sự thật để sống.

Những người như thế là những người đang sống ở trong phước đức và từ phước đức này lại dẫn sinh cho họ những phước đức khác.

Muốn nghe được sự thật, trước hết ta phải biết buông bỏ tâm chấp ngã nơi ta. Nếu không buông bỏ tâm này, ta không thể nào nghe được sự thật từ mọi âm thanh; ta không thể nào thấy được sự thật từ mọi cách nhìn, cách hiểu và cách tiếp xúc của ta đối với mọi đối tượng và đương nhiên ta hoàn toàn không có khả năng chấp nhận sự thật để sống.

Sống không hiểu được sự thật là ta đang sống trong sự hư dối. Và không có khả năng chấp nhận sự thật để sống, thì sự sống của ta càng tăng thêm sự dối láo.

Ở trong đời không có ai bảo rằng, kẻ nói dối là người cao thượng và người sống trong sự dối láo,

cũng như bị những kẻ khác dối láo là người có phước đức và hạnh phúc bao giờ!

Ta thực tập sự buông bỏ tâm chấp ngã trong ta bao nhiêu, thì ta sẽ nghe, nhìn, thấy, hiểu và tiếp xúc được sự thật nơi mọi đối tượng bấy nhiêu. Ngay cả sự thật bị bôi nhọ hay đánh bóng.

Buông bỏ tâm chấp ngã và những gì liên hệ với tâm ấy, thì mọi tai họa đều biến thành phước đức và tự thân phước đức trong ta tự tròn đầy.

Đi trên mọi con đường

Tâm hồn rộng lớn là tài sản quý báu nhất trong đời sống của bạn. Sống với tâm hồn ấy, bạn tự trở thành con người thánh thiện và cao cả ngay trong cuộc đời này.

Với tâm hồn ấy, bạn có thể chế tác ra muôn vàn hạnh phúc cho chính bạn và người khác. Tâm hồn lớn chính là con đường lớn, không có bất cứ con đường lớn nào ngoài tâm hồn lớn của bạn. Hạnh phúc là tâm hồn lớn, không có hạnh phúc lớn nào ngoài sự rộng lớn của tâm hồn.

Bạn hãy nhìn biển rộng để thấy sự độ lượng và bao dung của biển đối với các ao rãnh, sông ngòi và vô số loài thủy tộc. Bạn hãy nhìn vào tâm bạn để thấy rõ, nếu tâm bạn càng rộng lớn, thì mọi sự thuận nghịch xảy ra đối với bạn đều cảm thấy dễ chịu. Bạn sẽ không bị cái thuận cuốn hút và cũng không bị cái nghịch làm chao đảo. Thuận và nghịch của cuộc đời không làm

cho đời sống của bạn bị cuốn hút hay chao đảo là do tâm của bạn rộng lớn vậy.

Ở trong thế giới vật lý, không có bất cứ sự vật nào có thể dung chứa được tâm, và không có bất cứ con đường nào lớn hơn con đường của tâm, nhưng tâm có thể dung chứa được tất cả và tâm có thể tạo ra vô số con đường.

Bạn hãy buông bỏ ngay những tâm hành thấp kém nơi tâm của bạn là con đường lớn tức khắc hiện ra cho bạn. Bạn hãy buông bỏ những tâm hành so đo tính toán hơn thua nơi tâm của bạn, thì bình an tức khắc hiện ra cho đời sống của bạn.

Bình an đến với bạn không phải từ sự tìm kiếm và cầu nguyện, mà đến từ sự buông bỏ tính ngã nơi tâm hồn của bạn. Nếu bạn mang tính ngã để tìm cầu hạnh phúc, chắc chắn thất vọng và khổ đau sẽ xảy ra cho bạn. Và nếu bạn mang tính ngã để kiếm tìm Phật, thì chắc chắn yêu quái sẽ xảy ra trong đời sống của bạn hàng ngày. Yêu quái chính là tính ngã của bạn.

Không một ai có khả năng cản trở được bạn đi trên con đường lớn, ngoại trừ tính ngã của bạn.

Tính ngã của bạn càng lớn, thì vô minh của bạn càng dày và tâm hồn của bạn càng trở nên chật hẹp, khổ đau của bạn và những thất vọng của bạn từ đó mà có mặt.

Bạn nên biết, hạnh phúc của bạn không phải là đi trên con đường lớn, mà do chính bạn thấy được sự thật của con đường lớn để đi và phát khởi được tâm hồn lớn để đi trên mọi con đường.

Mùa xuân chuyển hóa

Bản chất của mùa xuân là chuyển hóa. Nó có khả năng chuyển hóa đối với những gì đang có mặt nơi nó để nó trở thành mùa xuân cho chính nó, mà không phải là mùa khác. Nó có bản chất chuyển hóa thời tiết của hai cực đoạn đối lập của mùa đông và mùa hạ để tạo nên nét riêng cho chính nó, nhưng nó không hiện hữu đơn thuần, nó hiện hữu với đông và hạ, nên xuân không phải là nó, nhưng cũng không phải là khác nó.

Mùa đông cho ta và muôn loài nhiều mưa và lạnh; mùa hạ cho ta và muôn loài nhiều nắng và nóng. Mưa và nắng, nóng và lạnh đều là những cực đoạn đối lập mà hai mùa đông và hạ, thường đem lại cho đời sống của chúng ta và muôn loài. Mưa nhiều hay lạnh nhiều; nắng nhiều hay nóng nhiều đều là những thời tiết cực đoạn, chúng có tác dụng cản trở, tàn hoại và hủy diệt sự sống an lành, hơn là làm sinh khởi và bảo hòa sự sống cho tất cả chúng ta và muôn vật.

Mùa xuân đã tiếp nhận cái mưa và cái lạnh buốt cực đoan của mùa đông để chuyển hóa thành cái mưa nhẹ và cái lạnh thoáng. Xuân đã tiếp nhận cái nắng cực bộ và cái nóng thái quá của mùa hạ, để chuyển hóa và biến nó trở thành chất liệu mới mẻ, nồng ấm và mát tươi để hiến tặng cho đời, mà không hề kể lể và đòi hỏi bất cứ một điều kiện nào đối với muôn vật.

Đối với mùa hạ, xuân sinh ra trước không phải để làm anh, mà để tạo ra nguồn sinh lực cho hạ và cùng đồng hành với hạ, vừa cung cấp sức sống cho hạ, nhưng đồng thời cũng giúp cho hạ hóa giải những oi bức tự nội, để hạn chế năng lực đốt cháy và tiêu hủy sự sống của chính nó và muôn vật.

Đối với mùa đông, xuân cũng đồng hành và tiếp diễn theo sau, không phải để làm em, mà để hứng chịu, ôm lấy và chia sẻ những cơn mưa gió, ngang ngược, phũ phàng, lạnh buốt của đông, khiến cho đông hoàn toàn không phải là những khối băng giá, lằm lì, vô tình ướp lạnh sự sống. Xuân tiếp diễn sau đông là để giúp

cho muôn vật tái tạo sức sống, sau những tháng ngày bị đông đối xử tàn nhẫn và lạnh lùng.

Đối với hạ, xuân đồng hành, cộng sinh và đồng thời chấp nhận cho hạ phân hai, để thiêu đốt lên đời mình, trong những cuộc đuổi bắt săn tìm, được mất, hơn thua, thương yêu, giận dữ,... khiến cho những làn da non nẻo của xuân trở thành những làn da xám nắng, rắn chắc, cứng cõi, sần sùi, chạm trán và u đầu.

Đối với đông, có khi xuân bị bạc đãi và tấn công tàn nhẫn bởi những cơn mưa gió bão bùng, bởi những cái rét cay độc, bởi những cơn lạnh phũ phàng, nghiệt ngã, nhưng xuân vẫn chịu đựng, ôm lấy sức sống và tinh hoa của mình trong tận cùng gốc rễ, với những thân thể trợ trụ, trần truồng, đứng sừng sững giữa giá lạnh của trời đông.

Đối với thu, có gió mát, trăng thanh, có lá ngô đồng rơi đẹp, có măng trúc biếc, có hoa cúc vàng và bướm bay bên dậu, nhưng phía trước, xuân bị ngăn cách với thu bởi hạ và phía sau xuân lại bị ngăn cách với thu bởi đông, nên xuân và thu có tương cảm mà khó tương giao.

Mặc dù là vậy, nhưng xuân luôn luôn đồng hành và cộng thông với hạ, thu và đông, không kể lể, không đòi hỏi, không vồn vã, không hèn mọn, không kiêu sa, mà chỉ một lòng, một dạ với tất cả những gì mà mình có thể chịu đựng, để tái tạo cái đẹp mà hiến dâng cho toàn thể.

Xuân là vậy, nên muôn vật đều thích và quý xuân, và hiến tặng cho xuân những gì tinh hoa của nó, mà không có bất cứ một sự hối tiếc nào, nhưng xuân chỉ hồn nhiên, bình lặng mỉm cười.

Ta tiếp xúc với mùa xuân là ta có cơ hội học hỏi khả năng chịu đựng, tiếp nhận và chuyển hóa một cách linh hoạt, sống động và thắm sâu của nó, trong mọi hành hoạt thuận nghịch, để cùng với tất cả lớn lên trong lý tưởng trân quý và phụng sự muôn loài.

Ta tiếp xúc với mùa xuân không phải chỉ tiếp xúc với những thành quả của nó, mà phải biết tiếp xúc với những nhân duyên thuận nghịch tạo nên nó. Ta biết rằng, xuân đã từng tiếp nhận cuộc sống, từ những hoàn cảnh điêu tàn và từ những tấm lòng và hành xử cực đoan của đông và hạ.

Và ta tiếp xúc với một tâm hồn xuân là ta phải biết tiếp xúc từ những tâm thức điên đảo; từ những cách nhìn hay những ứng xử cục bộ và phiến diện của ta và của mọi người hay của muôn vật, rồi ta phải có khả năng biết chấp nhận sự thật của những cái ấy, để chuyển hóa chúng trở thành những chất liệu an hòa, nhằm tiến tới hiến dâng sự sống bình yên và tươi vui cho tất cả.

Biển cả hạnh phúc có khả năng hàm dung tất cả những ước muốn của con người và muôn vật. Nhưng, làm sao ta và muôn vật có thể về được và hội nhập với biển cả ấy, khi mà trong đời sống của ta và muôn vật có quá nhiều chất liệu cục bộ, phiến diện và cực đoan, và mọi hành xử hàng ngày của ta và muôn vật, đều đang bị trói buộc ngay nơi những chất liệu và những điều kiện nhất định và hạn chế ấy?

Ta có thể ngồi một cách yên lặng để nhìn mọi vật đang trôi chảy trên một dòng sông. Trên dòng sông ấy, một số vật đang bị mắc kẹt ở bên bờ này, có một số vật đang bị mắc kẹt ở bờ bên kia, có một số vật đang bị mắc

kẹt ở gằm cầu và một số vật đang bị người ta vớt lên. Mọi vật không thể đi về được với biển cả rộng lớn là do chúng bị mắc kẹt bởi nhiều hình thức và nhiều điều kiện khác nhau, khi chúng đang trôi trên một dòng chảy.

Cũng vậy, ta ngồi thật yên lặng để nhìn một cách sâu sắc, những chủng tử, những ý niệm, những tác nghiệp biểu hiện và ẩn tàng ngày đêm đang vận hành nơi dòng sông tâm thức của ta. Những gì đang trôi chảy trên dòng sông tâm ấy, không đi về được với biển cả hạnh phúc và giác ngộ rộng lớn, là do chúng không bị mắc kẹt bởi những đối tượng bên này, thì chúng lại bị mắc kẹt bởi những đối tượng bên kia. Nếu chúng không bị mắc kẹt bởi những đối tượng bên này hay những đối tượng bên kia, thì chúng lại bị mắc kẹt bởi những nhận thức của chính nó. Và nếu chúng không bị mắc kẹt bởi những nhận thức của chính nó, thì chúng lại bị mắc kẹt bởi nhận thức do người khác vớt lên, giáo dục và trao truyền.

Do tâm thức ta bị những mắc kẹt như vậy, nên chính những mắc kẹt ấy tạo ra sóng mòi, làm chao

đảo, ngửa nghiêng đời sống của ta, và đã ảnh hưởng đến những người khác, khiến cho ta và những người liên hệ, không đi về và thể nhập nhất như được với đại dương giác ngộ, an bình.

Mùa xuân của biển tâm rộng lớn là mùa xuân, mà ta tìm lại được tâm ta và ta biết chăm sóc tâm ấy, bằng những ý tưởng tốt đẹp, như trẻ mục đồng dắt trâu kiếm tìm lại được và dắt trâu về băng qua những ruộng đồng cỏ xanh bát ngát, vui với tiếng sáo chiều, với hương ngàn gió nội, nhưng nhất định không để đánh mất mình trong rong chơi vọng niệm, để trâu phạm vào lúa má của người.

Mùa xuân của biển tâm rộng lớn là mùa xuân, mà tâm ta có khả năng biết ơn và chấp nhận sự thuận nghịch của cả bốn mùa, và chuyển hóa những nhận thức nhỏ nòi, thấp kém, cạn cợt và phiến diện trong những thuận nghịch ấy, ngay nơi đời sống của ta và muôn vật, khiến cho những đàn cò trắng không còn mang thân phận ăn đêm, để đậu phải cành mềm, mà tất cả đều sống ở trong xuân khí bao la, xuyên mọi

thời gian và mọi không gian. Xuân ấy không còn là một mùa mà xuyên suốt mọi mùa; không còn là mùa xuân của năm tháng, mà là xuân xuyên suốt mọi thời gian. Và xuân ấy, không còn là xuân hiện hữu ở trong một chất điểm mà là toàn thể.

Tâm ta rộng lớn bao nhiêu, ta lại có khả năng chế tác mùa xuân cho ta và muôn vật bấy nhiêu; tâm ta có bao nhiêu phương tiện thiện xảo của trí, thì ta có bấy nhiêu khả năng tháo gỡ và chuyển hóa những vướng mắc thấp kém trong cuộc đời của ta và tạo nên xuân trong đời sống của ta bấy nhiêu.

Dẫu biết rằng, tùy theo tâm thức cao quý hay thấp kém, rộng hay hẹp, phước báo cạn hay dày mà mỗi người, mỗi loài sẽ cảm thọ mùa xuân khác nhau. Nhưng với đại nguyện của mùa xuân chuyển hóa, ta hãy nguyện cùng nhau buông bỏ những niềm vui ích kỷ, những bắt đuổi tầm thường, những hơn thua hư huyễn, những khen chê đũa đũa, để cùng nhau tạo thành nguyện lớn và dìu dắt nhau đi vào biển cả giác ngộ, để cho muôn loài đều hội nhập tâm xuân an bình.

Có những ước nguyện

Khi tiếp xúc với ngoại vật, ước gì ta không bị ngoại vật chi phối; khi tiếp xúc với các cảm thọ, ước gì ta không bị các cảm thọ chi phối; khi tiếp xúc với các ý niệm, ước gì ta không bị các vọng niệm chi phối; khi tiếp xúc với tâm, ước gì ta không bị những chủng tử vận hành nơi tâm chi phối; khi tiếp xúc với mọi nhận thức, ước gì ta không bị những phân biệt chi phối; khi tiếp xúc với đức tin, ước gì ta không bị những nghi ngờ chi phối; khi tiếp xúc với sự tinh cần, ước gì ta không bị sự lười biếng chi phối; khi tiếp xúc với niệm, ước gì ta không bị tà niệm chi phối; khi tiếp xúc với thiền định, ước gì ta không bị những tà tư duy chi phối; khi tiếp xúc với tuệ giác, ước gì ta không bị những tà tuệ và bất giác chi phối; khi tiếp xúc với tình thương, ước gì ta không bị ái dục chi phối; khi tiếp xúc với ai, ước gì ta không làm cho ai nghi ngờ, sợ hãi; khi làm bất cứ điều gì và hiến tặng cho ai bất cứ

cái gì, thì ước gì ta không bị tâm thủ lợi của ta và người chi phối.

Những bậc có trí trong đời, luôn luôn sống với tự tâm thanh tịnh, rộng lớn và cùng khắp, nên chẳng còn có điều gì để ước và nguyện, nhưng nếu tùy tục mà khởi lên những ước nguyện, thì suốt ngày và đêm, họ chỉ có những ước nguyện cho mình và cho mọi người bằng những ước nguyện như trên.

Nhờ vậy mà cái phiền của họ được chấm dứt, cái đức của họ được tỏa sáng. Họ ở đâu cũng an toàn và sống với ai cũng an lạc.

Những chiếc lưới câu

Những kẻ vô trí, tầm thường thì bị mắc kẹt vào lưới câu của lợi lộc; những kẻ có học thì bị mắc kẹt vào lưới câu của danh; những kẻ làm quan, thì bị mắc kẹt vào lưới câu của chức tước; những kẻ làm vua, thì bị mắc kẹt vào lưới câu an nguy nơi bờ cõi và củng cố xã tắc vương triều; những người có chí lớn thì bị mắc kẹt vào những lưới câu tự do bình đẳng của xã hội; những triết gia thì mắc kẹt nơi tư lự; những người tôn giáo thì bị mắc kẹt vào lưới câu đức tin và bậc đại sĩ thì mắc kẹt vào ưu phiền bốn phương thiên hạ không an.

Tất cả họ, tuy danh xưng khác nhau, hành động sâu cạn, cao thấp không đồng, nhưng không ra ngoài ngã chấp vọng tưởng, và ngập chìm trong sanh tử, chỉ có bậc Giác ngộ hoàn toàn mới thực sự an lạc, hạnh phúc và có đời sống tự do đối với mọi lưới câu ấy.

Người mẹ của thiên đàng

Tôi không tin giận hờn hay hận thù đem lại hạnh phúc và an bình cho tôi, cho quê hương của tôi và cho cả thế giới con người. Và tôi lại càng không tin những ai tâm đầy hận thù, giận hờn và trách móc mà họ có thể sống cuộc đời hạnh phúc và hiến tặng hạnh phúc cho những người chung quanh họ, cũng như quê hương của họ.

Tôi biết rất rõ giận hờn và hận thù có mặt ở đâu, thì khổ đau có mặt ở đó và ở đó có những lời nói khiếm nhã, có những ngôn ngữ hư dối, phũ phàng.

Hạnh phúc của ta chưa từng đi đôi với sự giận hờn, với những hận thù và tranh chấp, và nó không bao giờ từ nơi những cái đó mà phát sanh.

Hạnh phúc của ta chỉ gắn liền với tình thương và từ nơi tình thương mà phát sinh. Tình thương càng lớn thì hạnh phúc càng sâu. Tôi đã tin như thế. Tôi đã thực tập thương như thế và tôi đã có hạnh phúc như thế.

Thiên đàng không phải là nơi giàu sang về tiền của và lại càng không phải là nơi có những cung điện nguy nga, mà là nơi giàu có về tình thương. Lúc nào và ở đâu ta có tình thương, thì lúc đó và ở đó ta có thiên đàng.

Ta ăn cơm hay uống nước mà trong đó không có chất liệu của tình thương, thì việc ăn cơm hay uống nước của ta còn có ý nghĩa gì. Và ta không thể hiện tình thương của ta ngay trong mỗi bữa ăn của ta và trong mỗi động tác hành xử của ta đối với mọi người và muôn vật, thì tình thương của ta do đâu mà lớn lên.

Ta nói về thiên đàng, ta diễn tả về niết bàn hay cực lạc mà tình thương của ta không có mặt và lớn lên ngay trong bữa ăn của ta và không lớn lên từ những hành xử của ta, thì thiên đàng, niết bàn hay cực lạc chỉ là những ngôn thuyết do ta hoang tưởng. Càng hoang tưởng, ta lại càng thất vọng về nó. Và càng hoang tưởng ta lại càng làm cho mọi người lánh xa ta.

Tình thương sinh khởi trong ta không phải do tưởng tượng mà do xúc tiếp với thực tế. Tình thương

phải đi từ thực tế của cuộc sống và lớn lên từ cuộc sống thực tế ấy.

Tình thương lớn lên từ cuộc sống thực tế, thì ở đâu và lúc nào nó cũng được vững chãi và an bình. Nên, tình thương là người mẹ sinh ra thiên đàng và người cha sinh ra cõi cực lạc.

Nếu không có tình thương, thì đời sống con người ở phía trước là một khoảng không gian tăm tối, phía sau là những thác ghềnh cheo leo hóc hiểm và hai bên là những vực thẳm sâu hun hút.

Và, nếu ta sống có tình thương, thì phía trước của đời ta là vầng ô đang tỏ rạng, phía sau ta là những chuỗi dài kỷ niệm diệu vời, hai bên ta là những dòng họ cao sang và trên đỉnh đầu ta luôn luôn có đôi vầng nhật nguyệt chiếu soi.

Nên, tình thương không phải là thiên đàng mà là người mẹ sinh ra mọi thiên đàng hay mọi thế giới an bình cho ta vậy.

Hạnh phúc đúng như vậy

Sống ở đời, ta không có ai để tin là một thiệt hại lớn cho ta, nhưng ta có quá nhiều người để tin, thì trước sau gì niềm tin của ta cũng bị xói mòn và thất vọng.

Thất vọng là do ta, chứ không phải do người khác. Do ta không hiểu được tâm và cảnh của ta đang sống đều là vô thường. Ta không hiểu vô thường là chân lý của mọi sự hiện hữu là ta chưa hiểu gì cả, và ta không có khả năng tin rằng, mọi sự hiện hữu đều là vô thường, là ta chưa có niềm tin nào đáng để trân quý cả.

Ngày hôm qua người ấy nói với ta rất mực chân thực, nhưng ngày hôm nay cái rất mực chân thực ấy không còn. Vì sao? Vì không gian và thời gian đã chuyển dịch và đã đổi mới, nên ngôn ngữ cũng phải chuyển dịch và đổi mới theo.

Nếu ta thông minh, thì ta không nên tin vào lời nói của người, mà hãy tin vào sự vô thường ngay ở nơi lời

nói ấy. Không có lời nói nào là không vô thường. Nếu không có vô thường, ta sẽ không bao giờ có ngôn ngữ và lời nói.

Tin vào lời nói của người khác mà không tin vào sự vô thường nơi lời nói của họ, là một sự tin tưởng không thông minh.

Thông thường ta bị thất vọng và khổ đau là do ta quá tin tưởng vào những lời nói đầy hứa hẹn của người khác, mà ta quên rằng, mọi ngôn ngữ của hứa hẹn, chúng vô thường một cách nhanh chóng còn hơn cả nước đổ xuống dốc, khi gặp những duyên mới.

Tin tưởng vào những lời nói thương và ghét của người khác đối với ta hay của ta đối với người khác, chúng đều có đầy đủ những chất liệu vô thường một cách linh hoạt và sống động, thì chắc chắn ta sẽ thoát khỏi những trách móc, thất vọng, hận thù và khổ đau.

Mọi thứ ngôn ngữ phát khởi từ nhận thức có giá trị giúp cho ta nghe để hiểu hơn là giúp cho ta nghe để tin. Nhưng mọi thứ mật ngữ được phát ra từ thiền định vô lượng nghĩa, thì có giá trị giúp cho ta tin hơn là

hiểu. Tin là để hội nhập với sự hiểu biết toàn diện, với thực tại không hai mà mọi nhận thức của ta không thể dự phần để giúp ta hội chúng.

Ta hãy tin vào nơi một nghĩa có vô lượng nghĩa và tin ở nơi vô lượng nghĩa ấy có một nghĩa chân thực. Nghĩa ấy không do nhận thức tác thành, không do phân biệt vọng khởi, mà do hội nhập từ trải nghiệm tịch lặng các tướng.

Và ta cũng có thể tin rằng, mọi ngôn ngữ được diễn tả từ “thực tại không hai” là ngôn ngữ thường tại.

Ngôn ngữ ấy không khởi hiện từ nhận thức ngã tính mà từ tự tính vô ngã viên thành. Ngôn ngữ khởi hiện từ tự tính vô ngã viên thành hay từ trí tuệ hoàn hảo là những ngôn ngữ không ngôn ngữ, và vì ngôn ngữ không ngôn ngữ, nên bất cứ cái gì cũng đều có thể trở thành ngôn ngữ để biểu diễn thực tại.

Ta hãy tin vào mọi ngôn ngữ diễn tả thực tại là ngôn ngữ không ngôn ngữ là ta có niềm tin chân thực đối với mọi người ngay ở trong cuộc sống này. Và ngay trong cuộc sống này hạnh phúc của ta tròn đầy.

Ta không cần phải ra đi để kiếm tìm hạnh phúc hay trở về để có hạnh phúc, mà ở, đi hay về, hạnh phúc đều có mặt trong ta một cách tròn đầy trong những phong thái ấy. Chúng có mặt một cách tự nhiên như hư không có mặt đối với mọi sự hiện hữu. Và chúng tồn tại một cách như nhiên, như hư không bất hoại đối với mọi thời gian.

Hư không chưa từng đi, nhưng hư không có mặt cùng khắp đối với tất cả. Hư không chưa từng về, nhưng hư không không hề đánh mất bản nguyên của nó. Hư không chưa từng sinh, nhưng mọi sự sinh đều nương từ nơi nó mà biểu hiện. Hư không chưa từng diệt, nhưng mọi sự hủy diệt là hủy diệt để ẩn tàng nơi nó.

Cũng vậy, vọng thức hiện khởi từ vọng tâm thì có đến, có đi, có sinh, có diệt, chứ đại tâm chẳng có đến, chẳng có đi, chẳng có sinh, chẳng có diệt gì cả, chúng thường vắng lặng mà soi chiếu cùng khắp và soi chiếu cùng khắp, nhưng thường vắng lặng. Ai sống với tâm ấy, thì ở đâu và lúc nào cũng hạnh phúc và vĩ đại. Đòi

sống vĩ đại đến với con người không phải từ những công trình đồ sộ hay từ những quyền lực ngất trời, mà đến với họ từ nơi đại tâm của chính họ. Nếu con người không sống với đại tâm, thì nó chỉ là những loài sâu bọ của trái đất.

Ta hãy tin như vậy, ta hãy thực hành đúng như vậy là ta có hạnh phúc và vĩ đại đúng như vậy.

Tin đúng như vậy

Mọi điều xấu xảy ra cho ta, ta đừng đổ lỗi cho hoàn cảnh và xã hội, mà ta phải có đủ bản lĩnh để chấp nhận những yếu kém của chính mình. Không chấp nhận những hành vi xấu ác của ta, mà đổ lỗi và kết án cho hoàn cảnh xã hội là một sự đổ lỗi và kết án thiếu thông minh và không có gì chính xác cả.

Mọi tệ nạn xã hội không thể nào xảy ra, nếu mỗi thành viên của xã hội có tâm chân thật đối với mọi hành động và việc làm của chính mình mà nhất là những người có trách nhiệm đối với xã hội.

Ta điên đảo và tạo ra những tệ nạn cho xã hội là chỉ vì ta thiếu tâm chân thật. Xã hội điên đảo là tại vì trong xã hội không có ai hoặc ít có ai sống với tâm chân thật.

Xây dựng một xã hội lành mạnh, thì ai cũng muốn, ngay cả những kẻ sống bằng nghề nghiệp nói dối và ăn trộm; và nghe nói đến đời sống thánh thiện thì ai cũng

thích, ngay cả những kẻ gian tà, nhưng làm thế nào những ước muốn ấy có thể trở thành hiện thực cho họ.

Không thể nào có được một xã hội lành mạnh, khi con người đang chạy đua theo một nền khoa học kỹ thuật với những tâm ý gian tà và đầu cơ trục lợi. Và làm sao con người có được một đời sống thánh thiện, khi tâm ý của họ đầy dối trá, chấp ngã và cao ngạo?

Ta điên đảo, vì ta chấp ngã và càng chấp ngã, ta lại càng lao đầu vào đời sống điên đảo. Ta điên đảo, vì ta sống thiếu tâm chân thật. Xã hội điên đảo, vì trong xã hội có quá nhiều người sống với tâm không chân thật.

Con người tin tưởng vào một “cái tôi” đã là một sự tin tưởng mù lòa, huống nữa đem hết cả sức lực để phục vụ cho một “cái tôi” do sự tin tưởng mù lòa đem lại, thì thử hỏi sự điên đảo và mù lòa của con người đến chừng mức nào?

Không có một xã hội nào xây dựng trên niềm tin điên đảo và sự hiểu biết mù lòa, mà có thể trở thành lành mạnh và không có một con người nào thiết lập

đời sống trên tâm ý dối trá và gian tham mà trở nên thánh thiện bao giờ.

Ta không thánh thiện, chỉ vì ta sống với tâm không chân thật và xã hội của ta điên đảo là do nhiều người giao tiếp với nhau bằng tâm ý thủ lợi, điên đảo và vọng cầu.

Muốn trị liệu căn bệnh điên đảo của xã hội, thì trước hết mỗi người phải tự trị liệu tâm điên đảo ở nơi tự thân của mỗi người chúng ta. Trị liệu tâm điên đảo của ta bằng cách nào? Bằng cách sống với tâm chân thật; bằng cách nói và làm đúng với sự thật. Chúng ta không nên chơi trò chơi “tưới hoa” cho nhau và không nên vẽ bánh cho nhau ăn và cố động nhau ăn bánh vẽ.

Ta phải biết lắng nghe người khác nói để học hỏi và phải biết chân thật thỉnh cầu người khác chỉ điểm những sai lầm của ta cho ta, đó cũng là một trong những phương pháp trị liệu bệnh ăn bánh vẽ của ta cho ta và cho cả thời đại của ta.

Ta tin tưởng vào tâm chân thật của ta. Ta thực tập sống với tâm ấy. Ta sống và thực tập như vậy, là chắc

chấn ta sẽ làm cho đời sống của ta có một ý nghĩa chân thật sâu thẳm và cao quý. Mọi người đều tin tưởng như vậy, đều thực tập như vậy, chắc chắn xã hội của chúng ta sẽ trở thành một xã hội tốt đẹp đáng yêu và đáng quý biết chừng nào!

Hạnh phúc là bạn

Bạn đừng làm cho người nào khổ đau, vì nếu bạn làm cho người nào khổ đau, thì chính bạn cũng đang bị đau khổ như người ấy, hoặc có khi bạn bị đau khổ hơn cả người ấy nữa. Bạn nên nhớ, người cai tù có khi lo lắng, sợ hãi và khổ đau hơn cả người tù.

Vì vậy, không có một ai với tâm trí bình thường mà có thể bảo rằng, ở tù là hạnh phúc cả. Ở tù là đau khổ. Đau khổ vì mất tự do. Người ở tù đau khổ vì mất tự do bao nhiêu, thì người cai tù cũng bị đau khổ bởi mất tự do bấy nhiêu. Cả hai thực sự đều mất tự do.

Mất tự do, thì không thể gọi là hạnh phúc. Mất tự do mà bảo rằng, nó là hạnh phúc, ấy là hạnh phúc của những kẻ bị tâm thần.

Bởi vậy, bạn muốn có tự do, thì ngay trong cuộc sống của bạn, bạn đến với ai bạn đừng đặt ra bất cứ điều kiện nào đối với người bạn đang hướng đến ấy. Nếu bạn đến với ai mà đặt điều kiện với người ấy, thì ngay đó đã không có tự do. Trước hết là bạn đã không có tự do cho chính bạn.

Hạnh phúc là tự do và đau khổ là không có tự do. Sự tự do đích thực của bạn không phải là những ân sủng được ban tặng từ những người khác, mà chính từ nơi những hoạt động của bạn không bị chi phối hay buộc ràng bởi những phiền não và bởi những nhận thức quy ước lệ thuộc vô minh.

Mọi hạnh phúc của bạn đều liên hệ đến hành động của bạn và mọi đau khổ của bạn cũng đều liên hệ đến hành động của bạn. Hành động nào của bạn liên hệ đến vô minh, chúng đều có tác dụng sinh ra những hoa trái không như ý cho bạn. Và những hành động nào của bạn liên hệ đến minh hay trí tuệ, thì chúng có khả năng sinh ra hoa trái thơm lành và ngọt ngào cho bạn.

Nhưng, bạn nên biết, không có bất cứ điều kiện nào để hành động của bạn liên hệ và không còn có bất cứ ý niệm nào tác động để hành động của bạn hiện khởi, thì ngay đó mọi hành động tự do đích thực sẽ có mặt cho bạn. Bây giờ bạn là tự do và tự do là bạn. Bây giờ bạn là hạnh phúc và hạnh phúc là bạn.

Mây trắng thoảng bay

Bạn biết không, mọi thuận nghịch giữa đời đều có tác dụng giúp bạn. Nếu bạn là người thông minh, không những bạn biết cảm ơn những điều kiện thuận lợi cho bạn, mà còn phải biết cảm ơn những điều kiện đối nghịch với bạn nữa.

Bạn hãy sử dụng những điều kiện thuận nghịch ấy với một tâm hồn trầm tĩnh, sáng trong, thì tất cả đều có tác dụng yểm trợ để tạo thành đời sống cao khiết cho bạn.

Bạn hãy dùng nước trong để rửa mặt, nấu cơm và bạn hãy dùng nước đục để rửa chân, tưới hoa và lúa. Hoa và lúa sẽ xanh tươi và sẽ nở ra thơm, đẹp từ nước đục ấy bạn ạ.

Thuận và nghịch, đục và trong giữa đời này cũng như nước trong và nước đục vậy. Thuận và nghịch, đục và trong đâu phải dành riêng cho ai, đâu có phải dành riêng cho một thời đại nào hay một xứ sở nào mà chúng đều có mặt cùng khắp tất cả. Và nó có mặt ngay nơi thân tâm và hoàn cảnh của mỗi chúng ta.

Bạn đừng bỏ đục mà chạy theo trong; đừng bỏ nghịch mà chạy theo thuận, bởi vì ở nơi nào cũng có đục và trong, cũng có thuận và nghịch mà bạn phải biết chấp nhận cái đục để chuyển hóa cái đục thành cái trong; phải biết chấp nhận cái nghịch để chuyển hóa cái nghịch thành cái thuận, để thuận hay nghịch, đục hay trong, không còn là những ám ảnh chối từ hay rượt bắt của bạn, mà tất cả đều là những điều kiện giúp bạn tạo nên một cuộc sống phong phú và đầy những ý nghĩa tươi vui, sinh động.

Hạnh phúc của bạn sẽ có thực và dài lâu, chỉ khi nào bạn biết sử dụng cả hai mặt đối lập ấy cho mọi hành hoạt của bạn. Nếu gặp phải những khó khăn, bạn hãy thực tập mỉm cười và đùa chơi với những khó khăn ấy đi, nếu đã là khó khăn, thì bạn hãy xin nó khó khăn thêm chút nữa, để thử xem tâm can của bạn thế nào!

Bạn nên biết rằng, tột cùng của khó khăn sẽ mở ra cho bạn một niềm tin mới, một phương trời mới để bốn mùa đều có mây trắng thanh thoi bay.

Thần được cho chúng ta

Một điều xấu hay một sự rủi ro vấp ngã nào đó xảy ra cho ta, ta đừng đổ lỗi cho hoàn cảnh hay xã hội, mà ta phải có đủ bản lĩnh để chấp nhận những yếu kém ấy, từ nội tâm của chính mình. Và ta hãy mạnh dạn đứng dậy để tiếp tục hành động với tất cả trái tim chân thật của ta.

Ta thất bại trước mọi vấn đề của cuộc sống, chỉ vì trái tim ta đã đập theo những nhịp đập của những nhận thức điên đảo; và xã hội điên đảo, chỉ vì trái tim của xã hội đang đập theo những nhịp đập của những nhận thức điên đảo ấy.

Những nhận thức điên đảo là những nhận thức đi ngược với thực tại. Thực tại thì toàn diện và sống động. Thực tại không bao giờ dừng lại và đứng về một phía, trong lúc đó ta đứng về một phía để ngắm nhìn thực tại bằng chính những nhận thức mang kích thước cố hữu của ta, thì làm sao mà mọi nói cười và hành hoạt của ta không rơi vào điên đảo và lạc hậu nhỉ!

Thực tại không hề có bất cứ một cái tôi nào đặc thù hay phổ quát cho chính nó, để cho lòng tham của ta ngày đêm khát vọng, thế mà những nhận thức của ta đã tạo ra cho ta một cái tôi đặc thù cho chính mình và phổ quát cho mọi người, khiến cho những nhịp tim của ta muôn đời lặn độn và nhịp tim của xã hội càng lúc càng trở nên căng thẳng, rối bời và hấp hối.

Tim ta rối bời, bởi vì tim ta bị điều động bởi lòng tham; trái tim của xã hội bị rối bời và hấp hối, bởi vì trái tim của xã hội bị điều khiển bởi tà tâm và tham dục của nhiều người.

Vậy, ta trách ai và đổ lỗi cho ai bây giờ, khi mọi sinh hoạt của xã hội và cá nhân đang rơi vào những cạm bẫy của sự tham vọng và dối trá.

Thử hỏi có tham vọng nào mà không dối trá? Càng có nhiều người tham vọng, thì lại càng có nhiều người dối trá. Tham vọng càng cao, thì sự dối trá lại càng tinh vi, và hễ còn có một chút tham vọng là còn có một chút dối trá; và còn có một chút dối trá là còn có một chút tà tâm. Trái tim của xã hội đang trong nhịp

đập căng thẳng, rối bời và hấp hối, tùy theo những mức độ phát triển của tà tâm, tham vọng và dối trá ấy!

Không trách ai hết và cũng chẳng đổ lỗi cho ai hết, mỗi người trong chúng ta, tùy theo vị trí của mình, cần phải có đủ bản lĩnh để nhận thấy tà tâm ở nơi chính mình và phải chấp nhận những hậu quả do tà tâm ấy đem lại. Và hãy cùng nhau nỗ lực lắng yên tâm ý tà vạy ấy, ngay trong mỗi hành động và lời nói của chính mình đối với những người chung quanh, là tức khắc ta có hơi thở lành mạnh để vui sống và thương yêu, và tức khắc ta có cái nhìn khoan dung và độ lượng.

Bây giờ xã hội của chúng ta không cần sửa mà tự nó đẹp; không cần trị mà tự nó yên, như người xưa nói: *“Hãy bình tâm địa, thì tất cả thế giới đại địa đều bình”*.

Lời dạy ấy há không phải là thần dược để chữa trị cho cơn bệnh căng thẳng, nan y, hấp hối của xã hội con người chúng ta hiện nay đó sao, vậy chúng ta còn thắc mắc và chần chừ gì nữa, mà *“không bình tâm địa để cho thế giới đại địa đều bình!”*.

Tu và học

Tu và học là hai chất liệu gắn liền trong đời sống những người đệ tử của đức Phật.

Chúng ta bị mất hướng là do chúng ta chỉ biết tu mà không biết học; chúng ta chỉ biết tu mà không biết học là chúng ta khó vượt qua được những ngôn ngữ luận lý sắc bén và những hành xử xảo quyệt của thế gian; và như vậy chúng ta không có đủ khả năng để chinh phục thế gian, nhằm hoằng truyền chánh pháp.

Chúng ta chỉ biết học, biết nuôi dưỡng và tích lũy kiến thức, ngay cả kiến thức Phật học, mà không biết ứng dụng Phật học vào ngay trong đời sống của mỗi chúng ta, thì những kiến thức ấy, những hiểu biết ấy là những miếng mồi làm cho vô minh sinh khởi, khiến tăng trưởng những hạt giống ngã chấp nơi ta và nhận chìm ta trong biển cả sinh tử.

Kiến thức uyên bác về Phật học không có đủ khả năng giúp ta đối diện và chuyển hóa phiền não trong

sinh tử, mà chỉ có thực hành theo Phật học mới có thể giúp cho ta có khả năng này.

Vì vậy, tu và học là hai chất liệu gắn liền trong đời sống của những người đệ tử Phật chúng ta.

Ta không thể bảo rằng, tu trước học sau hay là học trước tu sau. Vì sao? Vì sanh già bệnh chết, đến với chúng ta không có kỳ hạn; khổ đau xuất hiện trong đời sống của chúng ta không có trước sau và những luận lý sắc bén của thế gian đến với chúng ta không có tiệm thứ. Trái lại, chúng có thể đến với chúng ta bất cứ ở đâu và lúc nào.

Do đó, tu chính là học và học chính là tu, tu có mặt ở đâu thì học phải có mặt ở đó; học có mặt ở đâu, thì tu phải có mặt ở đó. Hai chất liệu ấy không thể tách rời nhau mà chúng luôn có mặt trong nhau.

Hai chất liệu ấy phải có mặt trong chúng ta, để giúp chúng ta vững chãi trong hướng đi và giúp chúng ta triệt tiêu ngã chấp ngay nơi mọi khởi điểm của hành động.

Chánh pháp của Thế Tôn có tồn tại đúng ý nghĩa hay không, nó phải được khẳng định từ hai chất liệu này nơi mọi hành hoạt của mỗi người đệ tử Phật.

Chánh pháp của Thế Tôn tồn tại và phát triển lớn mạnh ở trong thế gian, làm ngọn hải đăng cho cuộc đời trong đêm dài tăm tối, chúng không đi từ những người có tu mà thiếu học hay có học mà thiếu tu, mà chúng được biểu hiện một cách đầy đủ từ một người có đủ cả hai chất liệu này.

Và nếu thiếu một trong hai, bánh xe chánh pháp không thể nào chuyển vận, ánh sáng chánh pháp không thể nào bật lên và thế gian không thể thoát khỏi đêm dài tăm tối.

Nhìn kỹ tâm ta

Ta thường nói và làm theo bản năng hơn là theo sự suy nghĩ; hoặc có khi ta nói và làm theo sự suy nghĩ liên hệ đến lòng tham, sự sân hận, tâm si mê, tánh cuồng nhiệt và mù quáng hơn là tâm tỉnh giác và từ bi.

Nếu ta nói và làm theo bản năng, thì lời nói và việc làm của ta càng lúc càng thô lỗ và nặng nề, khiến cho những người chung quanh ta thường sinh khởi những cảm giác khó chịu đối với ta.

Nếu ta nói và làm theo những suy nghĩ liên hệ đến lòng tham, sự sân hận, tâm si mê, tánh cuồng nhiệt và mù quáng, thì khiến cho mỗi lời nói và hành động của ta tạo thành những phẩm chất thấp kém cho ta và chính nó là nguyên nhân làm dẫn sinh cho ta một đời sống thất vọng và khổ đau.

Và khi ta khổ đau, ta đừng nghĩ rằng, chỉ có một mình ta đang đau khổ mà ta phải biết rằng, nhân

duyên khổ đau của ta có liên hệ mật thiết đến nhiều người khác.

Nếu ta khổ đau, thì cha mẹ, anh chị em và bạn bè của ta đều có liên hệ đến những khổ đau ấy.

Chẳng hạn, ta không thi đỗ đại học, hay không may bị ở tù hoặc hạnh phúc lứa đôi bị đổ vỡ, hay ta tự ý xả bỏ thân này ... những nhân duyên khổ đau của ta như vậy đều có liên hệ trực tiếp đến những người thân yêu của ta.

Vì vậy, ta không nên nói và làm theo bản năng hay những suy nghĩ liên hệ đến lòng tham, sự sân hận, tâm si mê, tánh cuồng nhiệt và mù quáng, mà hãy nói và làm theo tỉnh giác và từ bi.

Tâm tỉnh giác là tâm của Phật. Tâm ấy do chánh định mà hội nhập. Chất liệu của định tâm không hề có mặt một cách đơn thuần, mà nó có mặt là do có liên hệ đến tín là niềm tin giác ngộ; liên hệ đến tấn, tức là sự nỗ lực liên hệ trực tiếp từ niềm tin ấy; liên hệ đến niệm, tức là năng lực duy trì niềm tin giác ngộ, khiến cho niềm tin ấy luôn luôn có mặt hiện tiền ngay nơi ý

thức; liên hệ đến định, tức là niềm tin giác ngộ không phải chỉ hoạt khởi thường trực ở nơi ý thức mà đã thấm sâu và tạo thành năng lượng giác ngộ vững chãi, bất động ở trong tâm thức. Năng lượng của thiền định ấy, không còn là năng lượng của ý thức mà nó là năng lượng thuộc về tâm thức. Năng lượng ấy, có khả năng chuyển hóa tâm thức trở thành tâm tuệ.

Tuệ có mặt từ định, tuệ ấy gọi là tuệ giác ngộ và giải thoát; định có mặt từ niệm, định ấy là định giác ngộ và giải thoát; niệm có mặt từ tấn, niệm ấy là niệm giác ngộ và giải thoát; tấn có mặt từ tín, tấn ấy là tín giác ngộ và giải thoát; và tín có mặt từ sự quy kính Tam bảo, tín ấy là tín giác ngộ và giải thoát.

Nếu ta thực tập niệm định tuệ, không thiết lập trên niềm tin và sự quy kính Tam bảo, thì sự thực tập ấy không có khả năng đoạn tận tác nhân khổ đau cho ta và không có khả năng giúp ta giải thoát những khổ đau của sinh tử.

Ta không có khả năng đoạn tận tác nhân của sinh tử, thì lòng nhân từ của ta chỉ là những biến thể của

khát ái, mà hoàn toàn không phải là chất liệu từ bi. Từ bi là chất liệu và những hoạt động thương yêu không mang tính ngã dưới bất cứ hình thức nào.

Vậy, trước khi nói và làm bất cứ một điều gì, ta hãy nhìn kỹ tâm ta để thấy rõ nó và thấy những gì liên hệ với nó là gì, để ta có thể hành hoạt hay ngưng chỉ một cách thích ứng.

Ai cướp mất hạnh phúc con người?

Sống trong thời đại công nghiệp, con người phần nhiều bận rộn với công việc, đến nỗi họ không còn là họ, họ là công việc. Vợ và chồng không có thì giờ thanh thản để ngồi chơi với nhau; cha mẹ, con cái, anh chị em và bạn bè cũng vậy. Và nếu họ có ngồi chơi với nhau, thì chỉ là những tranh thủ, nên bất cứ cuộc chơi nào của họ, cũng đều là như bị lừa đốt dưới lòng bàn chân hay như những chú cóc ngồi trên những cái bệ vàng. Thời đại công nghiệp, vô hình dung đã biến con người thành những con cóc ngồi trên những cái bệ vàng; và dưới hai lòng bàn chân của mỗi người đều có hai cục than nóng.

Con người đang chạy đua với những tương lai ảo mị của cuộc sống và cuộc sống cũng đang chạy đua một cách ảo mị với con người. Và trong cuộc chạy đua ấy, chẳng có ai hơn ai cả, chẳng có cái nào hơn cái nào cả, mà chỉ có bệnh hoạn, sự thất vọng, sự cô đơn,

sự thiêu đốt, khổ đau và rụi tàn là điểm đến sau cùng của những con người trong xã hội ấy.

Sống trong xã hội công nghiệp, hạnh phúc của con người phải chăng là những ảo giác? Mẹ và cha không có thì giờ chơi với con khi con còn nhỏ, thì ngay đó hạnh phúc gia đình đã trở thành rụi tàn và ảo ảnh. Tiếng gọi cha và mẹ không còn có đủ sức sống để nuôi dưỡng sự hiếu nghĩa của con cái.

Trong một gia đình, con cái không còn có chất liệu hiếu kính đối với cha mẹ, thì những vị làm cha mẹ ấy có hạnh phúc chăng? Trong một gia đình, cha mẹ không còn có chất liệu dễ thương, khả kính và là linh hồn của con cái, thì những người làm con cái có cha mẹ như vậy, họ có hạnh phúc chăng? Trong một xã hội mà người dân và người cầm quyền sống với tâm đầy nghi ngờ nhau, không có sự tin tưởng và thương yêu nhau, xã hội ấy là xã hội hạnh phúc chăng?

Hỏi chính là trả lời. Và mỗi người tùy theo vị trí của mình để đặt cho mình những câu hỏi, và phải biết đi tìm một đáp án chính xác cho những câu hỏi ấy của mình.

Đời sống bận rộn, ngay cả những bận rộn với lý tưởng, có phải là đời sống hạnh phúc chăng?

Ở trong chùa, có những vị thầy hết sức bận rộn, nên tôi chỉ nhìn họ và cười mà không nhờ họ giúp tôi bất cứ một công việc gì? Vì tôi biết rất rõ, họ đem cái tâm bận rộn mà giúp tôi, thì không những hại họ mà còn hại luôn công việc của tôi nữa.

Vì vậy, nên ta biết rằng, không ai cướp mất hạnh phúc của con người bằng chính những tâm bận rộn của nó.

Hạnh phúc của bạn

Hạnh phúc của bạn không phải là những tài sản thuộc về vật chất; không phải là sắc đẹp và lại càng không phải là những quyền lực hay địa vị gia đình và xã hội, mà nó nằm ngay nơi thân thể vô bệnh và tâm vô ưu của bạn.

Tài sản đến với bạn từ nhiều người, chứ không phải từ tự thân của bạn mà có tài sản, nên hạnh phúc do tài sản đem lại là hạnh phúc của nhiều người, và vì vậy mà nhiều người cùng nhau tranh giành hạnh phúc ở nơi tài sản, khiến cho tài sản dễ tiêu mất mà hạnh phúc của nhiều người cũng dễ tan biến.

Sắc đẹp đến với bạn từ những phước báo và từ những hành vi tốt đẹp, mượn các duyên tốt đẹp mà hình thành, chứ không phải đến với bạn từ những hành động chiếm hữu, riêng tư, và vì vậy bạn càng chiếm hữu sắc đẹp để làm riêng tư, thì làm cho sắc đẹp của

bạn chiếm hữu ấy càng sớm bị úa tàn, khiến cho hạnh phúc của bạn cũng sớm bị úa tàn theo sắc đẹp ấy.

Quyền lực gia đình và xã hội mà bạn đang có trong tay, không phải là của bạn, mà đến với bạn từ quyền lợi của nhiều người. Nếu bạn tham đắm, cao ngạo và độc tài, bạn sẽ hoàn toàn mất trắng những phước báo ấy và mọi quyền lực của bạn tự nó trở thành vô lực.

Và lại nữa, nếu bạn có nhiều tài sản, mà thân thể bệnh hoạn, tâm luôn luôn ở vào những trạng thái lo lắng, thì làm sao mà bạn có hạnh phúc được! Bạn chỉ có sắc đẹp chân thật, khi nào thân bạn vô bệnh và tâm bạn vô ưu. Nếu thân thể của bạn bị bệnh, thì sắc đẹp của bạn sẽ bị úa tàn và nếu tâm bạn có nhiều phiền muộn, lo lắng, thì mọi sắc đẹp nơi thân thể của bạn bị tàn lụi một cách nhanh chóng. Quyền lực của bạn đối với gia đình và xã hội có thể là những chất xúc tác làm tăng thêm hạt giống kiêu mạn và tự đắc nơi tâm bạn, khiến cho đời sống của bạn rất dễ xa rời thực tế và khiến cho bạn sinh ra sự đề phòng, lo lắng và sợ hãi

hơn là sinh ra cho bạn những chất liệu hạnh phúc và an lạc.

Nếu bạn có nhiều tiền của, sự giao tiếp của bạn khó mà gặp được những người chân thực. Điều này không phải là suy luận mà là thực tế của cuộc sống. Trong cuộc sống bạn cần phải giao tiếp, nhưng khi giao tiếp bạn lại tiếp xúc toàn với những người giả dối, với những người sành điệu đóng phim, hơn là chân thực, vậy bạn có thấy hạnh phúc trong sự giao tiếp ấy không?

Nếu bạn có sắc đẹp, nhưng bạn không có chất liệu vô bệnh của thân và vô ưu của tâm, thì sắc đẹp ấy không phải là một sự may mắn mà là một tai họa cho bạn.

Và nếu bạn có quyền lực gia đình và xã hội, nhưng bạn không có thân vô bệnh và tâm vô ưu, thì những quyền lực ấy sẽ tạo nên khổ đau và thất vọng cho bạn, hơn là tạo ra hạnh phúc cho bạn.

Thân vô bệnh và tâm vô ưu là hai chất liệu tạo nên đời sống hạnh phúc cho bạn. Muốn có thân vô bệnh, bạn hãy thực tập đời sống của tâm vô ưu.

Tâm vô ưu là tâm không sợ hãi, tâm không lo lắng, tâm không phiền muộn. Tâm vô ưu là tâm tỉnh giác và sáng trong. Tâm ấy không bị những ý niệm được mắt, khen chê, đúng sai,... tác động và chi phối.

Hễ tâm của bạn mà bị những ý niệm được mắt, khen chê, đúng sai,... tác động và chi phối, thì đối tượng hạnh phúc của bạn chỉ là những cái bóng, mà đời sống của bạn chẳng khác nào những vó ngựa đang phóng tìm và rượt bắt những cái bóng ấy.

Càng bắt bóng, thân thể của bạn càng trở thành bệnh hoạn và tâm hồn của bạn càng trở nên rất bóng và bất mãn với cuộc sống. Thân bệnh hoạn, hạnh phúc của đời bạn đã bị rã nửa phần và tâm bệnh hoạn, thì đời sống hạnh phúc của bạn hoàn toàn tan biến theo bọt bèo, dâu bể.

Vậy, bạn muốn thân vô bệnh, bạn phải có tuệ để quyết trách những thực phẩm để nuôi thân. Có tuệ, bạn không những có khả năng quyết trách những thực phẩm để nuôi thân, mà bạn còn biết nuôi dưỡng sự nhẹ nhàng và trong sáng của thân đúng thời và đúng xứ nữa.

Và bạn muốn tâm vô bệnh, thì bạn cũng phải có tuệ để có khả năng quyết trách những thực phẩm cho tâm đúng thời và đúng xứ.

Với sự quyết trách của tuệ, bạn không sử dụng những chất liệu của tham, sân, si, kiêu mạn và nghi ngờ để nuôi tâm. Vì sao? Vì tâm tiếp nhận và bị xúc tác bởi những chất liệu ấy, chúng làm cho tâm của bạn càng lúc bị tăm tối và nặng nề. Và mỗi khi tâm của ta đã bị tăm tối và nặng nề, thì thân của bạn cũng bị tăm tối, nặng nề như tâm ấy.

Và với sự quyết trách của tuệ, tâm vô ưu chỉ được tác dụng và nuôi dưỡng bởi những chất liệu của tỉnh sáng, thương yêu, bao dung và hỷ xả. Sự tỉnh sáng càng trong và lắng, thì tâm vô ưu càng rộng và sâu; sự thương yêu càng lớn, thì tâm vô ưu càng tròn đầy; sự bao dung càng lớn, thì tâm vô ưu càng sáng trong và lòng hỷ xả càng cùng khắp, thì tâm vô ưu càng thường trực biểu hiện và hạnh phúc, an bình không lúc nào là không thường tại trong bạn.

Thân là biểu hiện của tâm, nên bạn hãy tập nhìn tâm của bạn qua thân và bạn hãy tập làm chủ tâm của bạn qua thân. Nghĩa là khi bạn đi, đứng, nằm, ngồi, hay bạn đang ở vào trong tư thế hay động tác nào của thân thể, thì bạn phải biết những động tác hay những tư thế ấy một cách rõ ràng, đi kèm với niềm tin và sự nhiệt tình trong sáng của bạn.

Khi bạn thở cũng vậy, bạn không nên thở đơn thuần theo bản năng, mà bạn hãy thở những hơi thở có niềm tin và sự nhiệt tình trong sáng của bạn, thì hơi thở của bạn không những có tác dụng nuôi thân vô bệnh cho bạn mà còn nuôi dưỡng tâm vô ưu cho bạn nữa.

Và ngay khi bạn dùng những thực phẩm thô để nuôi thân của bạn, bạn không nên dùng nó với tâm sợ hãi, lo lắng, bận rộn, ưu phiền và nhất là dùng nó với tâm tham đắm hay cầu thả. Vì sao? Vì dùng nó với những chất liệu của tâm ấy, nó sẽ tác động, khiến cho thân của bạn tiết ra nhiều độc tố, gây nên bệnh hoạn cho thân thể.

Vậy, bạn hãy tiêu thụ mọi thực phẩm với niềm tin trong sáng và với tâm an bình của bạn, khiến cho chúng không những có tác dụng nuôi thân thể của bạn mà còn tạo ra cho bạn một thân thể kiện khương, vô bệnh.

Bấy giờ hạnh phúc của bạn không còn là một sự ước mơ, mà là hiện thực, nó hiện thực ngay nơi thân vô bệnh và tâm vô ưu của bạn.

Hiểu và nghĩ đến những điều tốt đẹp

Bạn đừng để ý đến tật xấu của bạn và tật xấu của người khác. Thực tập điều này sẽ giúp cho bạn tháo gỡ được những mặc cảm tự ty và tự tôn nơi tâm của bạn.

Mặc cảm tự ty, tâm của bạn sẽ không chế tác ra được những năng lượng, giúp bạn vươn lên đời sống yên bình. Và mặc cảm tự tôn, tâm của bạn sẽ chế tác ra những độc tố, khiến cho bạn luôn luôn ở trong những trạng thái của những cảm giác cô độc.

Vì vậy, thực tập theo phương pháp này, thì ngay trong đời sống hằng ngày, bạn không cần để ý tới những tật xấu của bạn, mà hãy để tâm nhìn vào những hạt giống dễ thương nơi tâm bạn và làm cho những hạt giống dễ thương ấy, được nhân rộng ra nơi những vùng hoạt động của ý thức và rồi khiến cho nó được biểu hiện và lặp đi, lặp lại nơi hành động cụ thể của bạn mỗi ngày.

Thực tập như vậy, sẽ giúp cho bạn có khả năng xóa đi những mặc cảm tự ty. Mỗi khi những hạt giống mặc cảm tự ty đã rơi rụng một cách tự nhiên và được chuyển hóa nơi tâm bạn, thì năng lượng hạnh phúc trong đời sống của bạn tự có.

Bấy giờ bạn có thể nhìn một bông hoa, một ráng nắng, một giọt sương,... để có thể mỉm cười và nói chuyện với nó một cách bình yên và an lạc.

Không những bạn thực tập không để ý đến những tật xấu của bạn, mà còn thực tập không để ý đến những tật xấu của những người khác nữa. Tại sao? Vì nếu bạn để ý đến những tật xấu của những người khác, thì thử hỏi đến khi nào, tâm bạn mới yên? Và những để ý ấy của bạn giúp được gì cho tâm bình yên của bạn? Nên nhớ, bạn để ý đến những điều xấu của người khác, là tức khắc, tâm bạn bị xấu và bị thiệt hại trước. Tôi biết một cách chắc chắn rằng, nếu tâm bạn không xấu, thì những điều xấu của người khác sẽ không có điều kiện để liên thông đối với tâm bạn.

Do đó, nếu bạn là một người thông minh, bạn không cần để ý đến những tật xấu của những người khác, mà chỉ cần để ý đến những tính tốt của người khác để trân quý, yêu thương và học tập.

Thực tập theo phương pháp này, bạn sẽ xóa đi được những hạt giống mặc cảm tự tôn nơi tâm bạn; bạn sẽ xóa đi những oán kết giữa bạn và mọi người; và bạn cũng có khả năng xóa đi những oán kết giữa mọi người với bạn. Bạn sẽ trở thành người bạn hiền lành và cần thiết đối với tất cả.

Sống với đời sống không có oán kết, không có hận thù, không bị người ganh và không sanh tâm ganh ty với người, ấy là đời sống của yên bình, tự do và hạnh phúc.

Vì vậy, đời sống yên bình và hạnh phúc, không bao giờ sinh khởi từ sự van xin, cầu khẩn mà sinh khởi từ một sự hiểu biết và thực hành đúng đối với tâm nghĩ đến những điều tốt đẹp của bạn và nghĩ đến những điều tốt đẹp của mọi người.

Ăn là đạo

Nếu khi ăn cơm, bạn nghĩ rằng, bạn đang ngồi ăn một mình và chỉ có một mình bạn ngồi ăn thôi, đó là cái nghĩ sai lầm của bạn.

Với cái nhìn của “thực tại vô tướng” bằng sự quán chiếu, bạn không hề ngồi ăn một mình, mà bạn đang ngồi ăn với tất cả. Bạn không ăn với tất cả sao được, khi mà mắt bạn đang nhìn vào các thực phẩm ưa thích; khi mà tay bạn đang gấp những thực phẩm ưa thích ấy đưa vào miệng; miệng bạn đang nhai những thực phẩm ưa thích ấy một cách thích thú; và tim, gan, phổi và những bộ phận tiêu hóa trong cơ thể của bạn, đang hỗ trợ cho bạn tiêu thụ những thực phẩm ấy,... Như vậy, rõ ràng bạn không hề ngồi ăn một mình, mà bạn đang ngồi ăn với tất cả những liên hệ với bạn.

Việc ăn của bạn đâu phải liên hệ ngang đó, mà còn liên hệ đến những sự có mặt của các thực phẩm và những người lao tác làm ra những thực phẩm nữa chứ. Nên, đối với cái nhìn “thực tại vô tướng”, thì bạn không hề ngồi ăn một mình mà bạn đang ngồi ăn với

tất cả. Với cái nhìn ấy, giúp cho bạn tiêu đi những cái tự thị trong lúc bạn tiêu thụ tất cả những thực phẩm. Và với cái nhìn ấy không những giúp cho bạn tiêu đi những tự thị về một bản ngã, trong lúc ăn, mà còn tiêu đi những tự thị trong lúc uống, trong lúc đi, đứng, nằm, ngồi, làm việc và ngay cả trong những phong thái động tịnh nữa.

Vì vậy, Ngài Liễu Quán đã thưa với Ngài Minh Hoảng - Tử Dung rằng: “Tảo tri đặng thị hỏa, phạn thực dĩ đa thì”. Nghĩa là: “Sớm biết đèn là lửa, cơm chín đã lâu rồi”.

Cơm không chín, là do cái lỗi không dùng lửa để nấu, đã vậy mà trên tay đèn đang có lửa, lại còn bung đèn đi khắp nơi mà tìm kiếm và xin lửa.

Cũng vậy, sự mâu nhiệm của cuộc sống, hay thực tại vô ngã, vô tướng ở đâu mà không có, mà ta phải nhọc công kiếm tìm. Ta chỉ cần dừng lại mọi ý niệm chấp ngã nơi tâm ta, thì toàn thể chân như nơi tâm ta hiện ra, và thực tại vô tướng tức khắc hiển bày. Nên ta thấy ăn là đạo và không có cái gì là không đạo để cho ta vui sống trong sự an bình.

Chính nó chứ không ai khác

Nỗi đau và những ân oán giang hồ đến với bạn không phải từ trời cao giáng xuống; không phải từ dưới lòng đất vọt lên; không phải từ những người khác hay từ xã hội, mà từ nơi lòng tham, sự giận hờn và tâm mù quáng của bạn.

Lòng tham, sự giận hờn và tâm mù quáng của bạn có khả năng chế tác ra những chất liệu khổ đau cho đời sống của bạn. Chánh kiến trong đạo Phật đã giúp cho ta thấy điều đó. Và người thực tập chánh niệm, phải nỗ lực ghi nhận điều đó một cách thường trực nơi ý thức, khiến ý thức không có điều kiện để hoạt động theo lòng tham, sự giận hờn và tâm mù quáng.

Nếu ý thức của bạn hoạt động theo lòng tham, sự giận dữ và tâm mù quáng, thì đời sống của bạn không thể nào tránh thoát khổ đau.

Tâm lý sợ hãi của bạn đi từ nơi lòng tham của bạn, và có mặt trong mọi hành xử của bạn. Tâm lý sợ hãi

thường sinh ra những hành xử hèn nhát cho bạn, trong lúc đó tâm sân hận lại sinh ra những hành động thô tục và bạo lực của bạn đối với những người khác. Và tâm mù quáng thường sinh ra cho bạn những hành xử cuồng loạn, liêu lĩnh và điên đảo.

Vậy, có khi nào bạn ngồi một mình thật yên lặng để nhìn những hạt giống ấy đang vận hành và biểu hiện trên dòng tâm của bạn không? Nếu nó trôi chảy và biểu hiện, nhưng không đi qua ý thức của bạn, ấy là sự trôi chảy tự nhiên, vô hại. Vì sao? Vì chúng chưa có sự tham dự và thúc đẩy bởi ý thức của bạn liên hệ đến tham, sân, si hay tà kiến, nên chúng chưa đủ điều kiện để tạo ra kết quả khổ đau cho bạn.

Do đó, bạn muốn chấm dứt khổ đau, thì hãy chấm dứt ngay mọi tác ý, mọi tư duy liên hệ đến tham, sân, si và tà kiến ngay nơi tâm bạn. Vì sao? Vì chính chúng là tác nhân, là tác duyên làm sinh khởi những lo lắng, sợ hãi, bất an và khổ đau trong đời sống của bạn. Và nhân cách của bạn đã bị chúng bồi nhọ và chiếm đoạt, chứ không phải do một ai khác.

Vì vậy, khi một điều xấu nào đó xảy ra cho bạn, bạn hãy mỉm cười với nó bằng tất cả tấm lòng chân thật của bạn, thì trước sau gì những điều xấu ấy cũng được chuyển hóa theo hành động mỉm cười với tâm hồn rộng lớn và chân thật của bạn.

Khi một điều xấu xảy ra, điều tối kỵ là bạn đừng bao giờ khởi lên những tác ý “tại, bởi, và vì”. Vì khi bạn khởi lên những tác ý này, chúng chỉ làm tổn thương sự can đảm và tâm an bình của bạn và nó đẩy tâm bạn đi về phía tà kiến, tà niệm mà thôi.

Người có trí

Xấu và tốt là biểu hiện hai mặt trong đời sống của con người. Nếu bạn được sinh ra trong một hoàn cảnh tốt, được cha mẹ chăm sóc và giáo dục bằng một định hướng đúng và đẹp, chưa hẳn bạn đã trở thành một người tốt đẹp, tại sao? Vì hoàn cảnh tốt, giáo dục đúng và đẹp chỉ là ngoại duyên, chưa phải là tác nhân. Tác nhân chính là những hạt giống tốt đẹp đang có mặt nơi tâm hành của bạn. Nếu bạn không có tác nhân này, thì cái xấu có thể xảy ra cho bạn bất cứ lúc nào và ở đâu, một khi có đủ những nhân duyên tương ứng với cái xấu của bạn.

Nếu bạn có những hạt giống tâm hành tốt đẹp, bạn lại gặp được hoàn cảnh giáo dục đúng và tốt, bởi cha mẹ, học đường và xã hội, thì những thành quả tốt đẹp trong đời sống của bạn chắc chắn sẽ xảy ra. Cái tốt ấy là cái có thật của bạn, vì nó là cái tốt có từ bản chất và lại được nuôi dưỡng từ những tương ứng nhân duyên tốt đẹp.

Tuy nhiên, nếu bạn có những hạt giống thuộc về tâm hành tốt đẹp, nhưng hoàn cảnh giáo dục gia đình, học đường và xã hội không đúng và không tốt đẹp, thì sự tốt đẹp trong đời sống của bạn khó có thể xảy ra, hoặc có thể xảy ra, nhưng không tương ứng hoàn toàn với những gì mà nơi tâm hành tốt đẹp của bạn đã chứa hàm.

Cũng vậy, nếu bạn có những hạt giống thuộc về tâm hành xấu, và bạn lại sinh ra trong một hoàn cảnh xấu, bị định hướng giáo dục của cha mẹ sai và xấu, thì những hạt giống xấu nơi tâm hành của bạn lại tăng lên, khiến cho những cái xấu thường xảy ra cho bạn là điều không có gì khó hiểu.

Và nếu, bạn có những hạt giống thuộc về tâm hành xấu, nhưng bạn sinh ra trong một gia đình tốt, được cha mẹ giáo dục theo một định hướng đúng và đẹp, lại thêm sự giáo dục của học đường và xã hội đúng và tốt, thì những hạt giống tâm hành xấu của bạn, không có điều kiện để biểu hiện, nên cái xấu trong đời sống của bạn có thể bị giảm dần, nhưng không có nghĩa là bạn đã trở thành một con người sống tốt đẹp từ bản chất.

Vì vậy, xấu và tốt trong đời sống của bạn, không phải chỉ lệ thuộc vào hoàn cảnh, mà lệ thuộc rất nhiều vào những hạt giống xấu tốt nơi tâm của bạn. Và những hạt giống xấu tốt nơi tâm bạn, cũng tùy theo nhân duyên thuận nghịch mà biểu hiện hay ẩn tàng.

Với cái nhìn ấy, không cho phép chúng ta vội vàng kết luận bất cứ một sự kiện xấu hay tốt nào xảy ra trong đời sống của chúng ta cũng như của tất cả mọi người.

Kết luận về một sự kiện chỉ có giá trị, khi nào nó được nhìn thấy một cách cặn kẽ từ bản chất đến hiện tượng và từ hiện tượng xuyên suốt đến bản chất. Hay nói cách khác, khi một hậu quả xảy ra dù xấu hay tốt đều có nhân duyên tương ứng với nó. Nhân như vậy, duyên như vậy, thì hậu quả tất yếu phải xảy ra như vậy.

Do đó, đối với những kẻ có trí trong đời, khi họ thấy nhân đã hàm chứa như vậy, duyên đã tác động hỗ tương như vậy, chắc chắn chúng sẽ dẫn đến hậu quả như vậy, và cái thấy đúng như nhân duyên, nhân quả của nó như vậy, là cái thấy của những người có trí trong đời.

Vì vậy, những bậc có trí trong đời, khi hậu quả xấu xảy ra cho họ, họ không oán trách ai và lại càng không đổ lỗi cho ai, mà chỉ nhìn sâu vào những hạt giống đang vận hành nơi tâm của họ, không phải chỉ ở mặt ý thức mà cả ở chiều sâu của tâm thức, qua những tác nhân, tác duyên, tác pháp và tác nghiệp, không phải chỉ ngay trong đời hiện tại, mà trải qua nhiều đời trong quá khứ để nhận diện, ôm ấp và chuyển hóa. Nhận diện với tất cả sự giác tỉnh; ôm ấp bằng tất cả tâm hỗ thẹn và tự trách; chuyển hóa bằng tất cả năng lượng của tuệ quán và từ bi.

Nhờ vậy, cái xấu xảy ra với những bậc có trí, không thể xấu thêm, mà tự nó ngày càng giảm thiểu và tự biến tan; những cái tốt đẹp lại có nhiều cơ hội tăng lên; những oán đối với họ càng ngày càng giảm thiểu, sự thông cảm, bao dung, độ lượng đối với họ càng ngày càng tăng lên, họ đi đâu cũng hạnh phúc và sống với ai cũng an toàn. Và nếu không phải vậy, thì không thể nào gọi họ là người có trí.

Nói với bạn

Ở trong đời không ai bỗng dưng mà thương hay ghét bạn, hay hoan hô hoặc đả đảo bạn, mà người ta thương hay ghét bạn, hoặc hoan hô hay đả đảo bạn là do từ sự quan hệ giữa bạn với mọi người.

Nếu bạn quan hệ với bất cứ ai với tâm phô trương cái thân thể và sự nghiệp của bạn, thì trước sau gì, bạn cũng bị người ấy chán ghét và dẫn đến thù hận.

Nếu bạn quan hệ với bất cứ ai mà ăn nói sắc sảo, nhưng thiếu chân thật, thì trước sau gì, bạn cũng bị người ấy ghét bỏ và dẫn đến thù hận.

Nếu bạn quan hệ với bất cứ ai với tâm ý bảo thủ, thì trước sau gì, bạn cũng bị người ấy ghét bỏ và dẫn đến thù hận.

Nếu bạn quan hệ với bất cứ ai, mà chỉ nghĩ đến sự thủ lợi và thủ đắc cho mình, thì trước sau gì, bạn cũng bị người ấy ghét bỏ và dẫn đến thù hận.

Nếu bạn quan hệ với bất cứ ai bằng cách nhìn nông nổi và thiên cận, thì trước sau gì, bạn cũng bị người ấy ghét bỏ và dẫn đến thù hận.

Nếu bạn quan hệ với bất cứ ai bằng tâm kiêu mạn và tự đắc, ngay cả tự đắc về cái đạo đức của bạn, thì trước sau gì, bạn cũng bị người ấy ghét bỏ và dẫn đến thù hận.

Như vậy, trong đời sống của bạn có nhiều khổ đau, oán thù và thất vọng, chúng hoàn toàn không đến với bạn từ bỗng dưng, lại càng không phải đến với bạn từ những thế lực sát phạt của các bậc thần thánh siêu nhiên, mà đến với bạn từ sự quan hệ bằng những tâm ý bệnh hoạn, thiếu trong sáng và không lành mạnh giữa bạn với mọi người.

Cũng vậy, không một ai giữa đời này bỗng dưng có sự thương yêu và tôn kính đối với bạn, mà sự thương yêu và tôn kính của mọi người đối với bạn là do bạn quan hệ với mọi người mà sinh khởi.

Nếu bạn quan hệ với bất cứ ai, bằng tâm khiêm tốn và những hành động thanh nhã, chân thật và hy sinh,

thì trước sau gì, bạn cũng được người ấy thương mến và trân quý.

Nếu bạn quan hệ với bất cứ ai, bằng tất cả những lời nói và việc làm chân thật, thì trước sau gì, bạn cũng được người ấy tin tưởng, thương yêu và trân quý.

Nếu bạn quan hệ với bất cứ ai, bằng tâm ý cởi mở, chân thật và cầu học, thì trước sau gì, bạn cũng được người ấy thương mến và trân quý.

Nếu bạn quan hệ với bất cứ ai, bằng tâm xả kỷ, không thủ đắc, thì trước sau gì, bạn cũng được người ấy thương mến và trân quý.

Nếu bạn quan hệ với bất cứ ai, bằng cái nhìn sâu lắng, chính xác, thấu đáo và thực tế, đầy cảm thông và chia sẻ, thì trước sau gì, bạn cũng được người ấy thương mến và trân quý.

Nếu bạn quan hệ với bất cứ ai, mà thấy việc tốt của họ thì vui, thấy việc xấu hay khổ của họ thì buồn và liền tìm đủ mọi cách giúp đỡ cho họ bớt xấu hay bớt khổ, thì trước sau gì bạn cũng được người ấy thương mến.

Như vậy, trong đời sống của bạn có sự thương yêu, trân quý và hạnh phúc từ những người khác, chúng hoàn toàn không đến từ bổng dung, lại càng không đến từ những sự ban phát của các bậc thần thánh, mà đến với bạn từ sự quan hệ của bạn với mọi người, với một tâm hồn sáng trong, chân thật và lành mạnh.

Nhìn sâu và thực tập đối với mười hai mệnh đề “nếu và thì” này, bạn sẽ giải tỏa hết thảy những oán kết và nội thù đối với bản thân, gia đình và xã hội, không phải chỉ một đời mà nhiều đời và không phải chỉ nơi đây mà còn bất cứ ở nơi nào.

Nhìn sâu và thực tập đối với mười hai mệnh đề “nếu và thì” này, niềm tin, hạnh phúc và sự an toàn trong đời sống của bạn tự nó dẫn sinh, không phải một đời mà nhiều đời, và không phải chỉ ở đây mà bất cứ nơi nào mà bạn có mặt.

Mong bạn thực tập thành công đối với những sự liên hệ giữa các mệnh đề “nếu và thì” này. Và nếu thực tập không thành công, bạn sẽ không có gì để cống hiến cho cuộc đời này cả.

Làm người hay làm cây cỏ

Nếu ta nhìn sâu vào mọi sự hiện hữu, thì không có sự hiện hữu nào là không đem lại lợi ích cho con người, ngay cả những con giun, dế, những thảo mộc, những làn gió nhẹ, những tia nắng mỏng của mặt trời chiếu lên cành lá, hoặc những sao Hôm lấp lánh từ bầu trời xa,...

Trong các thảo mộc đã hàm chứa nhiều dược liệu để giúp đỡ cho đời sống của con người một cách lành mạnh, và có ý nghĩa, nhưng nhiều người đã sống cực kỳ vô tâm đối với những thảo mộc. Không những vậy, họ còn sống vô tri với chính họ và với những người chung quanh. Sống, họ chỉ chạy theo bản năng, để thỏa thích những thú tính của họ. Nếu con người, sống chạy theo bản năng và thỏa thích theo thú tính, thì sự có mặt của con người nơi trái đất là một tai họa cho muôn loài, kể cả cỏ cây hoa lá, kể cả núi rừng, sông ngòi và biển cả.

Các nhà y học phương Đông từ xưa đã nhìn thấy sự lợi ích của cây cỏ, vì trong tự thân của chúng đã hàm chứa nhiều dược liệu để trị liệu những bệnh tật của con người. Và đức Phật hơn hai mươi sáu thế kỷ trước, đã khuyên dạy những đệ tử của Ngài, khi đau ốm, nên trị liệu bằng những dược liệu lấy ra từ cây cỏ.

Các nhà khoa học ngày nay, cũng đã phát hiện ra trong thảo mộc, hàm chứa rất nhiều chất bổ dưỡng và dược liệu, giúp cho con người sống và trị bệnh.

Ngày 09, tháng 7, năm 2009, tôi đã đọc bài viết của Dược sĩ Lê Kim Phụng về mười một lợi ích của trái vả, do báo Thanh niên Online đưa lên mạng Internet, tôi thấy rất là vui. Vui là vì tôi nhận ra rằng, mọi sự hiện hữu là hiện hữu ở trong sự tương quan, hòa điệu, mâu nhiệm và lợi ích. Chúng hiện hữu là hiện hữu như những bản nhạc kỳ diệu mà vô thanh. Vô thanh mới là thanh âm kỳ diệu. Vô thanh không phải là không có âm thanh gì cả, mà vô thanh là vì mọi âm thanh đang hòa điệu tuyệt đối trong một âm thanh, khiến cho một âm thanh của bản nhạc đang có khả năng chứa đựng hết

thấy mọi âm thanh và đang diễn tấu toàn thể những âm thanh ấy trong cùng một lúc. Và mọi sự hiện hữu đang hiện hữu như những bức tranh pha màu tuyệt tác. Bức tranh tuyệt tác là bức tranh vô sắc. Vô sắc mới là màu sắc kỳ diệu. Vô sắc không phải là không có sắc màu gì cả, mà tất cả màu sắc đang hòa điệu tuyệt đối ở nơi một sắc màu. Một sắc màu được làm nên từ vô số màu sắc khác nhau, bức tranh mang một sắc màu từ vô số màu sắc ấy mới là bức tranh tuyệt tác. Bởi vậy, bức tranh vô sắc là bức tranh chân thật, tuyệt tác, diệu kỳ, nó hiện hữu vượt thoát thời gian và nó có mặt cùng khắp mọi không gian.

Bản nhạc vô thanh, bức tranh vô sắc ấy, đều đang có mặt ở nơi đời sống của mỗi chúng ta và ở nơi mọi sự hiện hữu chung quanh chúng ta. Châu báu cho con người quả thật là vô lượng, không thể nào kể hết, không thể nào nghĩ bàn, nhưng con người do vô minh, chấp ngã và ích kỷ, khiến không nhận ra sự giàu có vô tận của mình, nên trở thành nghèo cùng khốn khổ, rồi sinh tâm ganh tỵ tật đố đối với những gì hiện hữu

chung quanh, khiến cho sự hiện hữu của con người từ vị trí lợi ích và cao quý trong trời đất, bỗng sà xuống trở thành những con vật khôn đốn, xấu ác, tàn hại đồng loại, tàn hại muôn loài và tàn hại thiên nhiên, mà không có một chút gì truy vấn rằng, tại sao ta phải nghĩ và hành động như vậy?

Con người đâu biết rằng, mình hại người khác, chính là mình đang gây thiệt hại cho đời sống của chính mình; mình ăn thịt và tàn hại muôn loài là mình đang ăn thịt mình, ăn thịt anh em mình và đang tàn hại đời sống của chính mình và đời sống của anh em mình, dưới những hình thức khác. Mình vô trách nhiệm với môi trường chung quanh là mình đang bóp chết hơi thở, bùng phổi và trái tim của mình và của anh em mình. Mình sống theo thú tính, đua đòi theo bản năng, thì đời sống ấy không có lợi ích cho một cái gì, mà chỉ toàn là gây thiệt hại cho chính nó, cũng như mọi người và muôn vật.

Làm người mà chạy theo thú tính, không kể nhân nghĩa, không biết tương quan, gây thiệt hại cho nhiều người, thì chi bằng làm cỏ cây mà có lợi ích cho tất cả.

Làm người mà không có lợi ích gì cho ai cả, cho loài nào cả, thì làm sao có thể so sánh được với sự hiện hữu của một trái vả có đến mười một lợi ích cho sức khỏe và đời sống của con người.

Mười một lợi ích ấy của trái vả đối với sức khỏe con người như sau:

1.Ngừa táo bón: Mỗi ngày con người dùng 5 gam chất xơ của vả, tương đương với ba trái, sẽ phòng chống lại bệnh táo bón, nhất là ở nơi những người già.

2.Giảm cân: Vả có hàm lượng chất xơ cao, nhưng ít năng lượng, nên rất thích hợp để ngăn ngừa cho những người có tạng béo phì.

3.Giảm cholesterol: Vả có chất pectin, nhờ có chất này hòa tan đối với một lượng lớn cholesterol và được bài tiết ra ngoài.

4.Ngừa bệnh tim mạch: Các acid béo ở trong vả thuộc loại omega-3 và omega-6, giúp thân thể con người hạ thấp những nguy cơ gây ra bệnh tim mạch.

5.Ngừa ung thư: Vả có hàm lượng cao về các chất flavonoid, khiến có khả năng giúp ngăn ngừa bệnh ung thư, cũng như những tổn thương đối với các tế

bào. Đặc biệt là ngăn ngừa được bệnh ung thư vú, đối với những phụ nữ sau giai đoạn tiền mãn kinh.

6.Ổn định đường huyết: Vả và lá chứa nhiều chất potassium (k), có khả năng giúp kiểm soát lượng đường trong máu.

7.Ngừa huyết áp cao: Vả có nhiều chất potassium, nhưng lại ít chất sodium, nên có khả năng giúp tránh được huyết áp cao.

8.Bảo vệ khung xương: Trong vả có hàm lượng calci rất cao, nên có khả năng giúp kéo dài tuổi thọ của xương và bảo vệ khung xương.

9.Ngừa sự thoái hóa da: Vả có chất làm cho da bớt sạm và nhăn, vì vậy nó có khả năng giúp cho làn da bớt đi sự thoái hóa.

10.Ngăn ngừa mụn nhọt, ghẻ lở: Vả có nhiều chất nhầy, nên có khả năng giúp con người ngừa được mụn nhọt, ghẻ lở và chóng lên da non.

11.Vả dùng để chữa các bệnh thuộc hô hấp như hen, suyễn, ho gà.

Như vậy, ta thấy sự có mặt của cây và trái vả đã đóng góp cho đời sống con người có thể rất nhiều,

nhưng ta mới phát hiện ra mười một lợi ích của nó mà thôi.

Nhìn vào cây và trái vả hay nhìn vào bất cứ sự hiện hữu nào, bằng con mắt trầm lắng, nghiên cứu, thí nghiệm và ứng dụng, ta sẽ phát hiện ra nơi mọi sự hiện hữu ấy đều có những khả năng đóng góp, không những cho sự sống và lợi ích của con người, mà còn có khả năng đóng góp sự sống và lợi ích cho cả muôn loài nữa.

Vậy, trong mọi sự hiện hữu ấy, con người là gì, sống có lợi ích gì cho chính nó không? Con người chỉ sống có lợi ích và có ý nghĩa cho chính nó, khi nào nó biết chịu trách nhiệm về hành vi của nó và nó có ý thức rõ, nó không thể hiện hữu một mình, mà nó hiện hữu trong sự tương quan với mọi người và muôn loài. Và nó phải biết sử dụng cái ý thức lớn của nó, cái hiểu biết lớn của nó để bảo vệ nó, bằng những hành động bảo vệ người khác, bảo vệ muôn loài và bảo vệ thiên nhiên. Nếu con người không có ý thức lớn, không có cái hiểu biết lớn ấy, không có hành động lớn ấy, mà chỉ sống theo bản năng, đua đòi theo thú tính, nô lệ

lòng tham dục và tính chấp ngã của nó, thì sự có mặt của con người là một tệ hại. Trước hết là tệ hại cho chính nó, cho đồng loại của chính nó, sau nữa là đến muôn loài và cả thiên nhiên.

Làm người mà sống theo thú tính và đua đòi theo lòng tham, chi bằng làm loài giun, dế mà tự do ca hát giữa đêm thâu hoang vắng hay làm cây thông đứng giữa trời mà reo như Nguyễn Công Trứ đã từng ao ước:

“Kiếp sau xin chớ làm người,

Làm cây thông đứng giữa trời mà reo”.

Thà làm cây thông đứng giữa trời mà reo, đời sống của nó còn thấy thú vị và còn có ý nghĩa hơn nhiều, so với làm người mà sinh hoạt theo thú tính, hành động theo bản năng, phóng tâm theo tham dục và sa lầy trong ngã kiến.

Màng lưới và buồng xả

Những chú nhện, mỗi ngày đang làm công việc giăng lưới để bẫy những con mồi, nhưng trước khi những con mồi sa vào bẫy sập của chú, thì chính chú nhện đã bị những màng lưới của chú bủa ra trói chú. Và như vậy, đời sống của chú nhện cũng sống trong tình trạng rình mò, hồi hộp, nên cũng chẳng có chút an lạc và tự do nào cho chú cả.

Cũng vậy, nếu bạn nói và làm với những ý niệm hướng về tự ngã, thì chính bạn là người đang giăng những màng lưới để cho bạn sa vào. Bạn càng nói và làm là bạn càng sa vào những bẫy sập của mọi màng lưới nguy hiểm và tà kiến.

Nếu bạn nói và làm với tâm hoàn toàn vắng mặt những ý niệm về tự ngã, thì bầu trời trở nên thanh trong đối với bạn và không có bất cứ một lưới giăng nào dưới đất hay trên trời có thể giăng ra để sập bẫy được bạn cả. Bạn đi đến đâu cũng an toàn, sống với ai

cũng an lạc, tiếp xúc với cái gì cũng thấy cái ấy là thiết thực, lợi ích và mẫu nhiệm.

Bạn nói và làm với tâm không hướng về tự ngã, thì mỗi lời nói và mỗi việc làm của bạn đều là những bông hoa làm đẹp cuộc đời; đều là những viên ngọc minh châu đem lại những lợi ích vô giá cho mọi sinh vật.

Nếu bạn đang sa vào trong mọi màng lưới của tự ngã, bạn đang giãy giụa trong tà kiến, đang đắm chìm trong thất vọng, đang bị bức hại bởi khổ đau và đang khao khát tự do, hạnh phúc, thì bạn hãy ngồi thật yên hoặc đứng thật yên hay đi thật yên, để cho những màng lưới của tự ngã do từ vọng tưởng, liên kết với vô minh nơi tâm bạn, mà giăng bủa ra ấy, sẽ tự đứt đoạn và cuộn phẳng, khiến cho bạn sẽ thoát ra khỏi những màng lưới ấy.

Hoặc bạn muốn thoát ra khỏi những màng lưới ấy, bạn hãy thực tập ngồi yên, đứng yên, đi yên, ăn uống và hành hoạt trong sự yên lặng và hãy gọi tên những hạt giống “buông xả” nơi tâm bạn, để cho chúng khởi dậy, và bạn hãy nhận diện và tiếp xúc với những hạt giống ấy. Sau khi nhận diện và tiếp xúc với những hạt

giống “buông xả” ấy, bạn nỗ lực làm cho chúng có mặt thường trực nơi ý thức của bạn và rồi dẫn đến có mặt thường trực nơi mỗi lời nói, nơi mỗi động tác hành hoạt hàng ngày của bạn.

Nếu bạn thực tập chuyên cần về sự “buông xả” như vậy, mọi màng lưới giăng ra để bẫy bạn, tự nó bị đâm thủng, những ưu não không còn có cơ hội làm khổ bạn, bạn đích thực là người có đời sống tự do và hạnh phúc không những ngay ở đây, trong đời này mà còn bất cứ đời nào và bất cứ ở đâu mỗi khi bạn có mặt.

Bạn nên nhớ, bạn còn nắm bắt bất cứ một ý niệm nào về tôi và về cái của tôi, thì không những bạn đang và sẽ bị sập vào mọi lưới bẫy của trần gian, mà bạn còn vĩnh viễn mắc kẹt vào trong màng lưới của ân oán ở trong sinh tử luân hồi!

Cái bóng không phải là bạn

Mọi sự hiện hữu trên cuộc đời này, không có bất cứ cái gì thuộc về bạn cả. Ngay cả thân thể và tâm hồn của bạn.

Chất rắn trong thân thể của bạn là thuộc về đất; chất lỏng trong thân thể của bạn thuộc về nước; chất nhiệt trong thân thể của bạn thuộc về lửa; chất khí trong thân thể của bạn thuộc về gió; những cảm xúc vui buồn nơi thân tâm của bạn thuộc về thọ; những ý niệm hiện khởi nơi tâm của bạn thuộc về tưởng; những nghị lực, tư niệm và tác ý nơi tâm bạn thuộc về hành; những sự phân biệt đúng sai, xấu tốt nơi các quan năng của bạn là thuộc về nhận thức, vậy bạn là ai? Và có cái gì trong những cái ấy thuộc về bạn?

Bạn không là ai cả, bạn chỉ là những sự tương tác giữa cái này và cái kia hay giữa cái kia và cái này, mà liên tục biểu hiện. Vì vậy, bạn không phải là bạn, bạn chỉ là những biểu hiện của những cái tương tác giữa

nhân và duyên, giữa duyên và nhân trong dòng thiên diễn vô tận.

Và cũng vì vậy, bạn không thuộc về ai cả. Và nếu có chẳng, bạn chỉ thuộc về nhân duyên và vô thường.

Nhân duyên chính là những chủng tử hàm tàng và biểu hiện nơi tâm thức của bạn được tác động tương quan bởi các duyên tương ứng và chúng có năng lực tương tác vận hành tự nội.

Vô thường không phải là diệt và vô thường cũng không phải là sanh mà vô thường có mặt ngay cả trong sanh và diệt. Vô thường không phải là chết mà vô thường cũng không phải là sống mà vô thường có mặt ngay cả trong sống và chết.

Cái chết hàm chứa cái sống và cái sống hàm chứa cái chết; cái sanh hàm chứa cái diệt và cái diệt hàm chứa cái sanh. Sanh và diệt, sống và chết như vậy đều là ở trong vô thường. Vô thường là chân lý tất yếu cho mọi sự hiện hữu ở trong sự tác động tương quan. Vì vậy, vô thường là một cách nói khác của duyên khởi.

Bạn hiện hữu trong dòng sống tương tác liên tục giữa cái sanh và cái diệt, giữa cái diệt và cái sanh;

giữa cái sống và cái chết, giữa cái chết và cái sống, ấy là bạn đang hiện hữu giữa những tương tác vận hành của nhân duyên hay vô thường. Vì vậy, chính bạn là vô thường hay duyên khởi.

Trong dòng tương tác vận hành của nhân duyên ấy, bạn khởi lên những tác ý và hoạt động theo những đối tượng nào, mà bạn đang tác ý và bám víu, thì ngay tác ý và hành động ấy tạo thành cái bóng cho bạn và bạn đã nhận lầm cái bóng ấy là bạn.

Cái bóng không phải là bạn, nhưng cái bóng đã làm cho bạn thất vọng và đau khổ rất nhiều. Bạn không phải là cái bóng mà bạn là dòng sống vận hành tương tác của nhân duyên từ vô thi và chuyển hằng bất đoạn cho đến vô chung.

Trong dòng chảy vô thường bất đoạn của nhân duyên ấy, bạn luôn luôn được tạo nên từ những cái không phải bạn. Bạn phải nhận ra mình từ nơi những cái không phải mình ấy, là tức khắc mọi vô minh chấp ngã nơi bạn sẽ được tháo tung và phương trời rộng lớn tự mở ra cho bạn vui cười.

Kẻ ăn trộm lớn nhất

Đọc Lịch sử Việt Nam, ta thấy Hưng Đạo Vương

- Trần Quốc Tuấn đã nói với Yết Kiêu, người gia nô của ông ở nơi trận chiến Nội Bàng rằng “*Chim hồng hộc có thể bay cao được, tất phải nhờ vào sáu trụ xương cánh, nếu không có sáu trụ xương cánh, thì nó cũng như chim thường thôi*”.

Cũng vậy, bạn muốn làm việc lớn, nhưng bạn không có tâm hồn lớn, bạn không có cái nhìn lớn, bạn không có những ứng xử độ lượng thích ứng với những điều kiện hỗ trợ bạn, bạn không ăn ở tử tế đối với những người có khả năng giúp bạn, thì việc lớn của bạn do đâu mà thành?

Chim hồng hộc bay cao, là nhờ hai cánh của nó có sáu xương trụ, còn bạn làm được những công việc lớn là nhờ ai? Và nhờ cái gì? Chẳng lẽ một mình bạn mà làm nên được việc lớn chẳng?

Nếu bạn tự cho rằng, một mình bạn làm nên việc lớn, và bạn có quyền ban phát, khen thưởng tất cả, thì kẻ ăn trộm và nói dối lớn nhất trong thiên hạ chính là bạn. Và như vậy, bạn không phải là chim hồng mà còn thua cả chim sẻ nữa đấy!

Cây tùng trước sân

Nếu người nào muốn làm việc lớn, thì người ấy phải có khả năng am tường việc nhỏ. Nếu những việc nhỏ không am tường, thì lấy cơ sở đâu mà làm việc lớn.

Nếu một người có khả năng làm việc nhỏ tường tận, thì người ấy sẽ có cơ sở để phát triển làm những công việc lớn. Vì sao? Vì mọi sự ở đời cái lớn bao hàm cái nhỏ, và chính những cái nhỏ là tinh hoa của những cái lớn.

Người làm quan mà chưa từng làm dân, quan ấy không phải là quan của dân, nên họ không hiểu được lòng dân, khiến cho họ thiết định những chánh sách không phù hợp lòng dân, vì vậy họ làm quan mà bị dân thù ghét.

Dân xem miếng ăn là trời, áo mặc là đất, kẻ làm quan tay ngang, không biết được điều này, nên họ giành cơm của dân mà ăn, giành áo của dân mà mặc, tha hồ sưu cao, thuế nặng, nên quan đã đụng chạm đến

trời đất của dân. Vì vậy, quan ấy trước sau gì cũng bị mang họa vào thân.

Dân xem ruộng vườn là nơi chôn nhau cắt rốn của họ, là những kỷ niệm lớn lao nhất trong cuộc đời làm người của họ và huyết mạch của đời sống, kẻ làm quan tay ngang, không biết được điều này, nên giành vườn dân mà ở, giành ruộng dân mà bán, đụng chạm đến huyết mạch của dân. Vì vậy, quan ấy trước sau gì cũng bị mang họa vào thân.

Dân xem đình làng, tôn tộc, miếu vũ, chùa chiền là những nơi tín ngưỡng thiêng liêng của họ, kẻ làm quan tay ngang, không biết được điều này, nên đã phá hủy những nơi thờ tự, đụng chạm tới tín ngưỡng của dân. Vì vậy, quan ấy trước sau gì cũng bị mang họa vào thân.

Dân xem học đường là nơi đào tạo con em của họ trở thành những con cháu tốt đẹp của các bậc thánh hiền, kẻ làm quan tay ngang, không biết được điều này, nên đã biến học đường trở thành thương trường và đấu trường, giàu được, nghèo thua, mạnh được, yếu

thua, khiến đụng chạm đến quyền lợi học hành con cháu của họ. Vì vậy, quan ấy trước sau gì cũng mang họa vào thân.

Dân xem báo chí, truyền thanh, truyền hình là nơi nói lên sự thật cho họ nghe và giúp họ nói lên sự thật cho người khác nghe, kẻ làm quan tay ngang, không biết được điều này, nên đã sử dụng báo chí, truyền thanh, truyền hình, nói láo với họ, đăng tải tin tức sai lạc sự thật, khiến đụng chạm đến lòng tin chân thật của người dân. Vì vậy, quan ấy trước sau gì cũng mang họa vào thân.

Dân xem bệnh viện là nơi thể hiện lòng nhân ái, lương y là những bà mẹ hiền lành chăm sóc bệnh tật cho dân, kẻ làm quan tay ngang, không biết được điều này, biến bệnh viện thành nơi thương trường, dịch vụ, biến lương y trở thành những kẻ bóc lột bệnh nhân, khiến dân oán hận. Vì vậy, quan ấy trước sau gì cũng mang họa vào thân.

Dân xem luật pháp là khuôn vàng và thước ngọc, tòa án là cán cân công lý, kẻ làm quan tay ngang,

không biết được điều này, bôi đen pháp luật, bẻ cong công lý, xử phạt theo cảm tính, đụng tới lòng ngay thẳng của dân. Vì vậy, quan ấy trước sau gì cũng mang họa vào thân.

Dân xem quân đội là chính họ. Khi bình thì họ là dân lao động sản xuất, khi chiến thì họ là quân cầm súng giữ giang sơn bờ cõi, kẻ làm quan tay ngang, không biết được điều này, đã biến quân đội thành nô bộc, bảo vệ quyền lợi cho phe nhóm. Vì vậy, quan ấy trước sau gì cũng mang họa vào thân.

Dân xem quan bên trong thì sống trung chính, bên ngoài thì sống nhân nghĩa, giản dị, kẻ làm quan tay ngang, bên trong thì bất tài, xảo trá, bên ngoài thì hào nhoáng, xa hoa, khiến lòng dân thất vọng. Vì vậy, quan ấy trước sau gì cũng mang họa vào thân.

Dân xem quan là gạch nối giữa dân với vua, nhưng kẻ làm quan tay ngang, đối với vua thì bợ đỡ, nịnh hót, tâu đạt sai lòng dân, dưới đối với dân thì chèn ép, ức hiếp. Vì vậy, quan ấy trước sau gì cũng bị mang họa vào thân.

Vì vậy, vào thế kỷ mười ba, Phù vân quốc sư đã dạy cho vua Trần Thái Tông rằng “Phàm làm bậc nhân quân, phải biết lấy ý dân làm ý của mình”.

Lời dạy này là cơ sở cho mọi thể chế dân chủ, và đã tạo nên phong cách lãnh đạo, cho những nhà lãnh đạo xã hội dân chủ ngày nay. Làm quan mà không hiểu ý dân, quan ấy là họa. Vì sao mà họa, vì họ không phải là quan của dân. Làm quan mà hiểu ý dân, biết lấy ý dân làm ý của mình, quan ấy là phước. Vì sao là phước, vì họ là quan của dân. Họ sinh ra từ dân, họ lớn lên từ dân. Họ sống và chết cho dân. Nên dân thương họ như mẹ, kính họ như cha. Quan như vậy không phải là quan phước, thì quan gì?

Có những người bảo rằng, việc nước là việc lớn, việc nhà và việc dân là việc nhỏ. Tôi không nghĩ như vậy, vì sao? Vì nếu không có việc nhà và việc dân, thì làm gì có việc nước. Nếu việc nhà, việc dân mà yên, thì việc nước chẳng có việc gì nữa để làm. Người làm việc nước, chính là người đang làm cho dân yên và làm cho nhà ổn vậy.

Người làm cho nhà yên là người có khả năng hiểu được ý của những người trong nhà và có khả năng thống nhất mọi ý kiến ấy cho mọi hành động.

Người làm yên việc nước là người có khả năng hiểu được việc của dân và có khả năng thống nhất ý kiến của mọi thành phần dân chúng, kết cấu thành một chánh sách an dân vậy. Nhà không yên, dân loạn, quan hư, chính sách không thực tế, nước lấy đâu mà yên nhỉ!

Ngày xưa, có vị hỏi một thiền sư rằng: “Tổ sư đến từ Tây trúc với ý gì?”. Thiền sư trả lời cho vị ấy: “Cây tùng trước sân kia”.

Cây tùng trước sân, ta đối diện với nó mỗi ngày, mà không thấy nó, không biết nó là gì, thì hỏi gì đến việc Phật, ý Tổ.

Cũng vậy, ta làm quan, ta đối diện với dân suốt ngày mà ta đâu có hiểu họ là gì, thì còn hiểu gì đến Tổ quốc, giang sơn để gánh vác và bảo vệ!

Than ôi, ta nào đâu biết cái lớn bao trùm cái nhỏ, nhưng cái nhỏ chính là tinh hoa của cái lớn!

Vì vậy, các bậc Thánh trí trong đời cẩn thận, khiến không phạm vào những lỗi nhỏ, thấy rõ từng bước chân của mình chạm xuống vững chãi trên đất, chăm sóc từng ý niệm sinh khởi vi tế của tâm mình, còn những kẻ mộng muội, mở miệng ra, thì nói chuyện trên trời, ăn uống thì không có tiết độ, mà chân đi thì không bén đất, nên gặp nhiều tai ương là vậy.

Đời sống lâu dài

Sống lâu thì ai cũng thích, nhưng làm thế nào để sống lâu, thì ít ai biết và ít ai thực hiện.

Ở trong đời, người nào sống với tâm đầy tham dục, đầy giận hờn và trách móc, nhiều lo lắng và sợ hãi, khiến thân tâm sinh khởi nhiều khổ thọ, đời sống của người ấy sẽ ngắn lại.

Ở trong đời, người nào sống với tâm ít tham dục, ít giận hờn, trách móc, ít lo lắng, sợ hãi và sống biết rải lòng từ bi đến với nhiều người và mọi loài, thì thân tâm của người ấy sinh ra nhiều lạc thọ, đời sống của người ấy sẽ dài ra.

Người nào sống ở trong đời, với tâm hại người, hại vật, thì phước đức của họ liền giảm và tai họa của họ liền tăng. Phước đức giảm thì tai họa tăng lên xảy ra, thọ mạng tự nó ngắn lại.

Người nào sống trong đời, với tâm giúp người, thương vật, thì phước đức của họ liền tăng và tai họa

của họ liền giảm. Phước đức tăng, thì tai họa giảm, thọ mạng tự nó dài ra.

Người nào sống trong đời, tự mình giết hại, khuyến khích người khác giết hại, tạo điều kiện cho người khác giết hại, ra lệnh và chỉ bày cho người khác giết hại, thì người ấy thiện căn bị bào mòn, lòng từ bi và nhân ái bị tổn, khiến cho phước đức của họ cũng bị tổn giảm theo. Phước đức của họ tổn giảm thì tai họa tăng lên, thọ mạng tự nó ngắn lại.

Người nào sống trong đời, tự mình không giết hại, không khuyến khích người khác giết hại, không tạo điều kiện cho người khác giết hại, không ra lệnh và chỉ bày cho người khác giết hại, thì người ấy thiện căn lại được bồi, khiến cho phước đức của họ cũng lại được bồi thêm. Phước đức của họ tăng lên, thì tai họa giảm xuống, thọ mạng tự nó dài ra.

Người nào sống trong đời, với tâm phóng túng theo ăn uống và tình dục, thì thân thể sinh ra nhiều tật bệnh, phước đức tổn giảm, tai họa tăng lên. Phước giảm, họa tăng thì thọ mạng tự nó ngắn lại.

Người nào sống trong đời, với tâm cẩn trọng, không phóng theo và đua đòi theo sự ăn uống, không bị tình dục áp bức, sống nếp sống lành mạnh an hòa, khiến thân thể ít sinh ra bệnh hoạn, thì phước tăng, họa giảm. Phước tăng, họa giảm thì thọ mạng dài ra.

Người nào sống trong đời, với tâm cố chấp, thì phước giảm, họa tăng. Phước giảm họa tăng, thì thọ mạng ngắn lại.

Người nào sống trong đời, với tâm khoan dung, độ lượng, buông xả, không cố chấp, thì phước tăng, họa giảm. Phước tăng, họa giảm thì thọ mạng dài ra.

Như vậy, trong con mắt thiên quán, ta thấy rằng, họa hay phước, sống lâu hay chết yểu đều từ nơi tâm của ta mà tạo ra. Tâm sinh khởi liên hệ đến tham, hay phiền não, thì từ phước, trở thành họa và từ họa, thì họa lại tăng lên; tâm sinh khởi liên hệ đến tham, hay phiền não, thì đời sống lâu dài trở nên ngắn lại và đời sống đã ngắn lại càng ngắn thêm.

Và tâm sinh khởi liên hệ đến vô tham hay bồ đề, thì từ không có phước lại sinh ra phước; và từ có phước,

phước lại tăng lên; từ có họa, họa lại giảm xuống và từ không có họa thì họa vĩnh viễn không sanh.

Một người có đời sống mà tai họa vĩnh viễn không sanh là người có phước đức tròn đầy, có trí tuệ viên mãn. Người ấy ta có thể gọi là Phật, Thế Tôn hay là bậc Vô thượng giác và ta có thể cung kính, phụng sự và đánh lễ Ngài mỗi ngày, để cho ta sinh trưởng phước đức, thọ mạng lâu dài.

Ta đánh lễ Ngài với tâm tin tưởng, chí thành và cung kính, thì sự nghi ngờ nơi ta không còn, mọi vọng tưởng nơi ta ngưng lắng và tâm kiêu ngạo, chấp ngã nơi ta càng ngày càng đoạn tận, thì thử hỏi phước đức nào mà không sinh, và tai họa nào mà không hủy diệt.

Phật, Thế Tôn, bậc Vô Thượng Giác, ta có thể gọi các Ngài bằng những danh hiệu ấy, hay là những danh hiệu như Phật Thích Ca, Phật A Di Đà hay có thể gọi và xưng tán Ngài bằng bất cứ danh hiệu nào cũng được. Vì sao như vậy? Vì chư Phật thường có mặt trong nhau và thường hỗ dụng cho nhau giáo hóa chúng sanh viên thành đại nguyện.

Khói bụi cay mắt

Tai họa đang đến với thế giới con người và rồi sẽ xảy ra cho thế giới con người một cách khốc liệt không phải không có duyên cớ.

Tâm mù quáng và lòng tham dục của con người là duyên cớ, tạo nên tai họa cho chính nó. Tâm mù quáng và lòng tham dục của con người càng mãnh liệt, thì đó là những duyên cớ đem lại tai họa khốc liệt cho chính nó và xã hội của nó.

Với sự hiện hữu đúng nghĩa, con người và muôn vật có mặt là để *hỗ dụng cho nhau sinh tồn, chứ không phải có mặt để chiếm dụng và lạm dụng nhau.*

Do cái nhìn thiên cận, con người phần nhiều đến với nhau đánh mất tính chất hỗ dụng mà chạy theo cái chiếm dụng và lạm dụng, nên con người đã biến cuộc sống của họ trở thành những đấu trường, khiến cho nhân cách của con người càng ngày càng trở nên cạn

kiệt, và cuộc sống con người càng ngày càng bấp bênh đến nỗi trở thành vô dụng và vô nghĩa.

Nhân cách của con người cạn kiệt, vì những thủ đoạn, gian manh của nó. Tai họa lớn nhất của thế giới con người không phải là động đất, không phải là sóng thần, không phải là núi lửa, không phải nhân mãn, lại không phải là đói nghèo và lại càng không phải là những lò vũ khí hạt nhân, mà *chính là sự ngu dốt, khiến cho nhân cách của con người bị cạn kiệt.*

Càng ngu dốt, thì càng dẫn đời sống con người đến chỗ lạm dụng và chiếm dụng mọi sự hiện hữu cho riêng mình, cho phe phái của mình, cho vùng hay khối của mình.

Mỗi khi nhân cách của con người đã bị cạn kiệt bởi những sự ngu dốt của nó, thì niềm tin và đạo đức nơi xã hội của nó bị đốt cháy thiêu rụi, hẳn nhiên cuộc sống con người chỉ còn lại với những đồng tro tàn, gạch vụn và môi trường sống của nó chỉ còn lại khói bụi cay mắt.

Vì vậy, muốn khói bụi khỏi cay mắt, những người có lương tâm và lương tri với con người và xã hội, trước hết phải làm gì? Đó là thiên án cho thời đại của chúng ta.

Bước chân Phật trong mỗi bước chân ta

Ta hãy bước những bước chân vững chãi và sâu lắng, là ngay trong mỗi bước chân của ta, đều có mỗi bước chân đầy đủ trí tuệ và từ bi của đức Phật.

Ngày xưa, khi mới xuất hiện trong cõi đời này, Bồ tát Tất Đạt Đa liền đi bảy bước trên bảy hoa sen thật vững chãi, sâu lắng và trong mỗi bước chân, Ngài lại nhìn vào mỗi phương, để xác nhận sự có mặt của mình ở trong thế giới này.

Bước thứ nhất, nhìn về phương Đông, Ngài nói: “Vị chư chúng sanh tác đạo sư cố”. Nghĩa là “vì các chúng sanh mà làm bậc đạo sư”.

Phương Đông là nơi mặt trời mọc. Biểu tượng nơi sinh khởi nguồn sáng để soi chiếu và nuôi dưỡng muôn loài. Nên, phương Đông là biểu tượng cho “cái này”, cái đơn thuần của dương khí tinh khiết hay trí tuệ tinh anh.

Cũng vậy, Bồ tát xuất hiện để làm Phật trong đời, đem nguồn tuệ giác thuần khiết và tinh anh để khai thị và nuôi dưỡng chúng sanh, dìu dắt chúng sanh đi trong nguồn tuệ giác tinh khiết của một bậc đạo sư đã giác ngộ hoàn toàn.

Như vậy, bước chân thứ nhất của Ngài, trong ngày đản sanh là biểu tượng cho bước chân của bậc đạo sư đầy đủ phẩm chất trí tuệ chân thật và có đầy đủ vô số phương tiện trí tuệ xảo diệu để dẫn dắt, thương yêu và nâng đỡ muôn loài, đưa họ đi về nẻo chính.

Do đó, bước chân thứ nhất là biểu tượng cho *bước chân của bậc đạo sư có đầy đủ trí đức*.

Bước thứ hai, nhìn về phương Nam, Ngài nói: “Vị chư chúng sanh, tác phước điền cố”. Nghĩa là “vì hết thảy chúng sanh mà làm ruộng phước”.

Phước điền là ruộng phước. Phần nhiều chúng sanh, nuôi dưỡng sinh mệnh bằng tất cả những lao tác theo nghiệp chủng trên những mảnh ruộng vườn biến dịch vô thường của sinh tử. Nay, Bồ tát xuất hiện làm Phật, để làm mảnh ruộng vườn của trí tuệ và từ bi,

giúp cho chúng sanh quay về nương tựa, gieo trồng và vun xới những hạt giống phước đức và trí tuệ, để gặt hái những hoa trái giải thoát, giác ngộ an lành.

Phương Nam là biểu tượng cho ánh sáng êm dịu, tạo nên khí hậu ôn hòa giữa phương Đông và phương Tây, vì vậy con người, sinh vật và thảo mộc rất dễ phát triển. Phương Nam là nơi gặp gỡ giữa ánh sáng từ phương Đông và bóng đêm từ phương Tây, và là nơi gặp gỡ giữa cái cực dương từ phương Đông và cái cực âm từ phương Tây. Tuy là nơi gặp gỡ giữa Đông và Tây, giữa dương và âm, nhưng nó không bị Đông và Tây, dương và âm chi phối, vì vậy phương Nam là biểu tượng cho chánh trực hay Trung đạo.

Trung đạo là không rơi vào hai cực đoan của Đông và Tây. Và chánh trực là bị lệch theo một trong hai hướng. Từ chánh Nam mà lệch về phương Đông là nghiêng về phía ánh sáng hay dương và từ chánh Nam mà lệch về phía Tây là nghiêng về bóng đêm hay âm. Nên, Phương Nam là biểu tượng cho nơi gặp gỡ giữa

ánh sáng và bóng đêm, giữa dương và âm, giữa “cái này và cái kia” hay giữa trí tuệ và từ bi.

Như vậy, bước chân thứ hai của Ngài trong ngày đản sanh là biểu tượng cho bậc đạo sư có đầy đủ ân đức để nuôi dưỡng và phát triển thiện căn cho hết thảy chúng sanh gồm đủ cả hai chất liệu trí tuệ và từ bi.

Do đó, bước chân thứ hai của Ngài là *bước chân phước điền hay ân đức, ấy là bước chân nuôi lớn những điều tốt đẹp cho chúng sanh, khiến cho đời sống của chúng sanh không bị thiên lệch.*

Bước thứ ba, nhìn về phương Tây, Ngài nói: “*Vì chúng sanh dĩ tối hậu thân cố*”. Nghĩa là “*vì chúng sanh, nên thân này là thân sau cùng*”.

Phương Tây là nơi mặt trời lặn. Biểu tượng cho “cái kia”, cái thuần âm cực tịnh, cái từ bi cực khiết, vô nhiễm và bất động. Và là biểu tượng nơi dừng chân của mọi ánh sáng, và là điểm đến hay là điểm dừng chân của mọi sự khởi hành. Và là điểm đến trực diện của phương Đông, của dương khí hay của trí tuệ tinh anh được phóng ra từ tâm đại bồ đề.

Khởi hành từ phương Đông với ánh sáng tinh anh, với trí tuệ thuần khiết, bằng tất cả đại nguyện và đại hạnh, thì điểm dừng chân là nơi gặt hái những hoa trái trồn lành của Tịnh độ phương Tây hay Niết bàn thuần khiết, tịch tịnh và nếu khởi hành từ những ý tưởng xấu, từ những vọng tưởng điên đảo, thì điểm đến cuối cùng là đắm chìm trong sự đọa đày, mịt mù tăm tối.

Như vậy, bước chân thứ ba của Ngài trong ngày đản sanh, là biểu tượng rằng, vì hết thấy chúng sanh, mà mọi vô minh, phiền não nơi Ngài sẽ được đoạn tận ngay trong thân cuối cùng của đời này.

Do đó, bước chân thứ ba của Ngài, trong ngày đản sanh là biểu tượng cho *bước chân của thân cuối cùng trong vòng sanh tử hay đoạn dứt*. Ấy là bước chân sau cùng trên lộ trình vượt qua sanh tử và ấy là bước chân đã đặt mọi gánh nặng xuống, để bước tới Niết bàn tuyệt đối.

Bước thứ tư, nhìn về phương Bắc, Ngài nói: “*Vì chúng sanh, ngã đắc A nậu đa la tam miệu tam bồ*

đề”. Nghĩa là “vì chúng sanh mà tôi thành tựu bậc Giác ngộ Vô thượng”.

Phương Bắc là biểu tượng cho điểm gặp gỡ giữa phương Tây và phương Đông, tức là nơi gặp gỡ giữa hai nguồn tối và sáng. Nếu từ chánh Bắc lệch về phía Tây, nó sẽ bị đắm chìm trong đêm dài tăm tối và nếu nó lệch về phía Đông, thì nó sẽ từ nơi bóng tối bước ra ánh sáng. Do đó, phương Bắc là biểu tượng cho điểm gặp gỡ giữa đêm và ngày, giữa bóng tối và ánh sáng, giữa cực âm và cực dương hay giữa cái kia và cái này.

Như vậy, bước chân thứ tư, của Ngài trong ngày đản sanh, là vì chúng sanh mà nguyện vào trong bóng đêm sanh tử, để tu tập và thành tựu bậc Vô thượng giác, và dìu dắt chúng sanh từ bóng đêm sanh tử, bước ra sống với đời sống của ánh sáng trí tuệ và từ bi.

Do đó, bước chân thứ tư của Ngài trong ngày đản sanh là biểu tượng cho nguyện đức, nghĩa là đức thành tựu bậc Vô thượng giác là từ bản nguyện độ sanh.

Nên, bước chân này là *bước chân khẳng định thành tựu bản nguyện Vô thượng bồ đề hay thành tựu nguyện đức*.

Bước thứ năm, nhìn xuống phương Dưới, Ngài nói: “*Vị dục phá ma binh chủng, kỳ thời tận cố*”. Nghĩa là “*vì chúng sanh mà muốn trừ dẹp các loại binh chủng của ma, khiến cho chúng ma hoàn toàn tận diệt*”.

Các loại binh chủng của ma, chính là các loại phiền não, ngày đêm đang hoạt khởi nơi tâm thức của hết thảy chúng sanh. Chúng làm chướng ngại sự tu học và hiểu biết của hết thảy chúng sanh đối với chân lý.

Phương Dưới là biểu tượng cho những sinh hoạt thấp kém của chúng sanh. Những thấp kém ấy, chúng lại có gốc rễ từ tính chấp ngã và phiền não, nên tính chấp ngã và phiền não làm cho chúng sanh bị chướng ngại đối với những gì tốt đẹp và cao quý.

Vì vậy, bất cứ cái gì làm chướng ngại cho sự tu học, tiến tới đời sống giải thoát và giác ngộ đều gọi là ma. Nên, phải có kiếm tuệ để chặt đứt phiền não nhiếp phục hết thảy ma oán.

Do đó, bước chân thứ năm của Ngài trong ngày đản sanh là bước chân biểu tượng cho *phá binh chũng ma hay tuệ đức*, nghĩa là đức do kiểm tuệ chặt đứt phiền não cho mình và cho chúng sanh mà thành tựu.

Bước thứ sáu, nhìn lên phương Trên, Ngài nói: “*Vì chúng sanh, quy y nhân thiên cổ*”. Nghĩa là “*vì chúng sanh mà làm chỗ nương tựa cho thế giới trời, người*”.

Phương Trên là biểu tượng cho sự cao quý. Ở trong lục đạo chúng sanh, phước báo của cõi người và cõi trời là trên hết.

Tuy nhiên, ở hai cõi này vẫn còn bị sanh, bị già, bị bệnh, bị chết và bị tái sanh ở trong sanh tử luân hồi, và nếu hai thế giới trời và người muốn thoát ly sanh tử luân hồi, thì phải biết quay về nương tựa Phật, Pháp, Tăng và thọ trì các tịnh giới.

Do đó, đức Phật ra đời là làm chỗ nương tựa tu học cho hai giới trời và người. Và giúp họ tu học tiến lên các thánh quả giải thoát.

Vì vậy, bước chân thứ sáu của Ngài, là biểu tượng cho *bước chân nhân thiên qui kính hay là bước chân*

đại đức, nghĩa là vị Thầy có đức lớn, làm chỗ quí kính nương tựa tu học và giải thoát sanh tử cho hai thế giới trời và người.

Bước thứ bảy, một tay chỉ lên trời và một tay chỉ xuống đất Ngài nói: “*Thiên thượng thiên hạ duy ngã độc tôn*”.¹ Nghĩa là “*trên trời, dưới đất chỉ Ta là độc tôn*”. Ngài nói xong lời ấy, chư thiên dâng hai dòng nước nóng và lạnh tắm cho Ngài. Sau đó, Ngài trở lại như những trẻ thơ bình thường.

Khi đản sanh, đi bước thứ bảy, Ngài tay chỉ lên trời, tay chỉ xuống đất và tuyên bố ta là độc tôn, lời tuyên bố ấy có nghĩa gì?

Lời tuyên bố ấy với ý nghĩa là “không có một Sa môn nào, một Bà la môn nào, ở trên trời và dưới đất này, có thể thành tựu một cách trọn vẹn, như pháp mà Thế Tôn, bậc A la hán, bậc vô thượng chánh đẳng chánh giác thành tựu. Thế Tôn là bậc làm khởi dậy con đường trước đây chưa từng khởi dậy; làm cho

¹ Kinh Ưu Bà Di Pháp Môn Tịnh Hạnh-Phẩm Thụy Ứng.

chúng sanh biết được con đường trước đây mà họ chưa từng biết; nói cho chúng sanh con đường trước đây chưa từng ai nói; Thế Tôn là bậc thấy đạo; là bậc hiểu đạo; là bậc thiện xảo về đạo”.²

Và độc tôn, vì Tăng chi bộ kinh nói: *“Một người, này các Tỷ kheo, khi xuất hiện ở đời, là xuất hiện một người không hai, không có đồng bạn, không có so sánh, không có tương tự, không có đối phần, không có người ngang bằng, không có đặt ngang bằng, bậc tối thượng giữa các loài hai chân. Người ấy là ai? Chính là Như lai, bậc A la hán, Chánh đẳng giác”*.³

Như vậy, độc tôn là độc tôn đối với sự giác ngộ, đối với đời sống giải thoát sanh tử và độc tôn đối với sự giáo hóa chúng sanh, bằng con đường phát khởi từ đại nguyện bồ đề.

Do đó, bước chân thứ bảy của Ngài là biểu tượng cho bước chân *“Độc Tôn hay Lương túc Thế Tôn”* đối với sự thành tựu đại nguyện bồ đề. Nghĩa là đấng Tôn

² Trung Bộ Kinh III, tr 110.

³ Tăng Chi Bộ Kinh, Tập I, tr 23.

kính duy nhất của trời và người, có sự thành tựu đầy đủ vẹn toàn cả trí và đức đạo bồ đề.

Ngày đản sanh, đức Phật đi bảy bước trên bảy hoa sen với tư cách và truyền thống của một vị Phật ứng hóa thân hay một vị Bồ tát “Nhất sanh bồ xứ”, giáng trần từ cung trời Đâu suất. Bồ tát nhất sanh bồ xứ là bồ tát đã phát khởi bồ đề tâm, thực hành các đại nguyện trải qua vô lượng kiếp, và còn một đời cuối cùng là được bồ xứ thành Phật.

Tư cách và truyền thống của các vị bồ tát ấy, khi giáng trần hay đản sanh đều đi bảy bước trên bảy hoa sen và tuyên bố ngay trong mỗi bước đi cũng với tư cách và truyền thống ấy, để khẳng định khả năng thành Phật của chính mình ngay trong kiếp sống này.

Đi với tư cách và truyền thông ấy, là để khẳng định sự có mặt của chính mình giữa cuộc đời này không do nghiệp lực, mà chính là do từ nguyện lực của tâm đại bồ đề.

Đến với thế giới này từ nguyện lực của tâm đại bồ đề, nên dù ở trong trần ai mà vẫn không ô nhiễm, ở

trong sanh tử mà vẫn không bị buộc ràng, như hoa sen ở trong bùn mà không bị bùn làm ô nhiễm hay trôi buộc vậy.

Ta là đệ tử Phật, không luận là xuất gia hay tại gia, ta phải khởi phát tâm đại Bồ đề, và ta phải thực tập những bước chân đi ở trong đại nguyện của Bồ đề. Nếu không phải vậy, lấy gì để khẳng định ta là đệ tử của Ngài.

Ta phải tin rằng, bảy bước chân ấy ta sẽ thành tựu, như chính đức Phật đã thành tựu. Ta phải biết biến đức tin ấy trở thành hiện thực trong mỗi bước chân đi của ta; Ta phải biết duy trì đức tin ấy, khiến chúng có mặt thường xuyên nơi ý thức của ta mỗi khi ta cất bước; Ta phải biết làm cho bảy bước chân ấy thuần hóa và kiên định ở nơi tâm ta và ở nơi mỗi bước chân của ta; và khi trong mỗi bước chân của ta đã được thuần hóa và kiên định bằng bảy bước chân của bậc giác ngộ, thì mỗi bước chân của ta là mỗi bước chân phát ra ánh sáng vô nhiễm, ánh sáng của sự giác ngộ và giải thoát.

Và như vậy, đức Phật đã có mặt trong mỗi bước chân của ta; và mỗi bước chân của ta đều có mặt ở trong mỗi bước chân của đức Phật và ở nơi thế giới của Ngài. Bây giờ, ta sẽ từ nơi hoa sen mà hóa sanh và sẽ chính thức tham dự vào pháp phần của Phật.

Đạ, hết rồi

Có nhiều cư sĩ Phật tử hỏi tôi rằng: Niệm Phật đúng hay niệm Bụt đúng?

Tôi trả lời cho họ rằng, niệm Phật cũng đúng mà niệm Bụt cũng đúng. Danh từ Phật và Bụt đã có rất lâu trong truyền thống Đạo Phật Việt Nam.

Phật hay Bụt đều phiên âm từ chữ Buddha của tiếng Phạn. Buddha, Ngài Mâu Tử vào cuối thế kỷ thứ hai đã viết trong Lý Hoặc Luận là Phật và Ngài Khương Tăng Hội vào thế kỷ thứ ba đã dịch ở trong Lục Độ Tập Kinh là Phật.

Buddha mà gọi là Bụt, thì ta đọc và thấy ở trong Cư Trần Lạc Đạo Phú của vua Trần Nhân Tông vào cuối thế kỷ 13, đầu thế kỷ 14 như: “Vậy mới hay! Bụt ở trong nhà, chẳng phải tìm xa, nhân khuấy gốc, nên ta tìm Bụt,...” và cũng thấy ở trong Đắc Thú Lâm Tuyên Thành Đạo Ca của vua Trần Nhân Tông có sử dụng như: “Thanh nhàn vô sự, quét tước đài hoa; thờ phụng

Bụt trời, đêm ngày hương hỏa. Tụng kinh niệm Bụt, chúc thánh khẩn cầu; tam hữu tứ ân, ta nguyện được trả,...”.

Nên, trong truyền thống đạo Phật Việt Nam, từ ngữ Phật đã có gần 2000 năm, và từ ngữ Bụt cũng đã có hơn 700 năm, do đó đối với Phật tử Việt Nam, ai có duyên với danh hiệu nào thì niệm theo danh hiệu ấy.

Nếu ta niệm Ngài với tâm thành kính, không mắc kẹt mới cũ, đúng sai, trước sau, thì niệm Ngài với danh hiệu nào, ta cũng được các Ngài ấn chứng cả và tâm ta dễ đạt tới chỗ sáng trong, thanh tịnh và nhất tâm.

Trái lại, niệm với tâm mắc kẹt mới cũ, đúng sai, trước sau, thì dù cho niệm Ngài với danh hiệu Bụt hay Phật, thì cũng chẳng dính dáng gì đến Ngài cả.

Tôi hỏi quý vị ấy rằng, còn có gì thắc mắc nữa không? Họ trả lời, dạ hết rồi.

Thấy Phật

Trong thiền học của Ngài Bồ Đề Đạt Ma, có một thiền ngữ rất hay đó là “Trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật”. Nghĩa là “Chỉ thẳng tâm người, thấy tánh thành Phật”.

Chỉ thẳng tâm người bằng tuệ giác, không thông qua chữ nghĩa, kiến thức kinh điển và trường lớp. Và lại càng không thông qua bất cứ một ý niệm nào. Nếu có một ý niệm nào rơi vào, thì đó không còn là pháp “chỉ thẳng”.

Thấy tánh thành Phật. Tánh ấy là tánh giác ngộ. Thấy tánh ấy là thành Phật, không cần thông qua bất cứ một cái thấy nào khác nữa. Nếu thông qua bất cứ một cái nào khác, kể cả cái suy nghĩ để thấy, thì xem như không thấy.

Không thấy, thì không thành Phật. Không thấy tánh ấy là tánh thường sáng suốt mà thường rỗng lặng, chiếu soi cùng khắp, không nhân ngã, không bỉ thử. Lớn thì bao trùm cả trời đất, nhỏ thì ngay cả một ý

niệm cũng không thể lọt vào. Không thấy tánh ấy như vậy, gọi là không thấy.

Vì vậy, các bậc cổ đức nói: *“Lớn thì không có bất cứ một vật gì có thể trùm ở ngoài, nhỏ thì không có bất cứ một vật gì có thể lọt vào trong”*. Thấy được cái ấy là thấy được phật tánh vậy. Tiếp xúc được với cái ấy là tiếp xúc được với phật tánh vậy. Thế nhập được với cái ấy là đi vào được cửa ngõ không có cửa ngõ vậy.

Muốn thấy Phật, phải phát khởi đại nguyện, nếu không phát khởi đại nguyện, thì không thể nào thấy Phật được đâu. Đức Phật A Di Đà, khi còn là Pháp Tạng tử kheo, đã quỳ trước đức Phật Thế Tụ Tại Vương Như Lai, mà phát khởi bốn mươi tám đại nguyện, trong đó có đại nguyện thấy Phật như sau:

“Nguyện khi con thành Phật, chúng bồ tát ở phương khác, nghe danh hiệu con, đều đặng Phổ đặng tam muội, an trú trong tam muội này cho đến khi thành Phật, thường thấy được hết thấy chư Phật với lượng số vô hạn, không thể nghĩ bàn. Nếu không được

như thế thì con không ở ngôi chánh giác".⁴ Như vậy, qua đại nguyện của Tỷ kheo Pháp Tạng, ta thấy không phát khởi đại nguyện và không nỗ lực biến đại nguyện trở thành sự tỉnh giác trong những hoạt động của cuộc sống, thì ta không bao giờ thấy Phật, dù là Phật của tự tánh, hay Phật của mười phương.

Thấy Phật trong đời sống, nghĩa là ta ăn cơm, ta có sự tỉnh giác về ăn, là tức khắc ta thấy Phật trong lúc ăn; ta uống nước, ta có sự tỉnh giác trong lúc uống, là tức khắc ta thấy Phật trong khi uống; ta đi đứng nằm ngồi, làm việc, nói cười, động tĩnh, ta đều có sự tỉnh giác đối với tất cả, động tác ấy, là ngay trong mỗi động tác ấy, ta đều thấy được Phật.

Như vậy, ta đang ở trong đại nguyện của Phật A Di Đà và đại nguyện của Phật A Di Đà đang có mặt một cách thiết thực trong những hành hoạt của ta.

Nếu Phật trong ta mà không thấy, thì mong gì thấy được Phật mười phương! Và mỗi khi ta đã thấy được Phật nơi tánh của ta, nơi mỗi hành động của ta, nơi

⁴ Đại nguyện 45

mỗi hơi thở vào và ra của ta, và ngay trong từng việc làm của ta, thì ngay nơi mỗi động tác, nơi mỗi việc làm ấy, ta đều thấy được các Ngài.

Chư Phật mười phương nhiều không thể kể hết, đang có đó cho ta, nhưng trước mắt ta, ta không thấy có bất cứ một Ngài nào, là do niềm tin của ta đối với các Ngài không chân thực và không thâm sâu.

Lại nữa, ta đem tâm điên đảo, vọng tưởng, loạn niệm, đầy nhân ngã, đầy tranh chấp hơn thua, mà tìm kiếm các Ngài, thì làm sao mà ta có thể thấy được các Ngài, mặc dù bản thể thanh tịnh, cũng như thiên bách ức hóa thân theo bản nguyện độ sanh của các Ngài vẫn nghiêm nhiên thường trú đó cho ta!

Phật xưa nay vẫn ngồi đó, mà tâm ta điên đảo kiếm tìm, nên tìm hoài không gặp; Phật ngồi đó mà biển tánh của ta, bị sóng thức khuấy động liên hồi, nên kiếm mãi mà chẳng thấy nguyên hình!

Lỗi ấy, ta trách ai bây giờ nhỉ! Trách Phật, trách tánh hay trách tâm?

Cái biết chạm vào thực tại

Cái “biết” rất quan trọng trong đời sống của mỗi chúng ta. Vì sao? Vì nó giúp cho ta sống một đời sống có ý nghĩa; nó giúp cho ta biết những gì cần làm và nên làm, những gì không cần làm và không nên làm.

Đối với những gì cần làm và nên làm, mà ta không làm là do ta thiếu cái biết, nên ta đã mất đi cơ hội đối với những cái cần và cái nên ấy, khiến cho những gì tốt đẹp không xảy ra trong đời sống của ta. Và đối với những cái gì không cần làm, không nên làm mà ta vẫn cứ làm, là do ta thiếu cái biết, nên cái làm ấy của ta đã đem lại hậu quả nguy hại cho ta.

Cái biết nào giúp ta hữu ích và cái biết nào không đem đến hữu ích cho ta? Cái biết về nhân duyên, nhân quả đem lại cho ta rất nhiều hữu ích không phải chỉ trong hiện tại mà cả quá khứ và ngay cả tương lai.

Tại sao? Vì khi ta nghĩ, nói hay làm một điều gì đó, ta phải biết rõ, những suy nghĩ ấy của ta do đâu mà

có, và nếu ta nói và làm theo những ý nghĩ đó, thì hậu quả gì sẽ xảy ra cho ta.

Nếu ta biết rõ những suy nghĩ đó liên hệ từ những cá tính ích kỷ của ta, hay từ những ý tưởng tham lam, giận dữ, trách móc hay mù quáng trong ta, thì ta không thuận theo chúng để nói và làm, mà phải biết tìm đủ mọi cách để đình chỉ những ý tưởng ấy đi, thì những hậu quả xấu không thể xảy ra nơi việc làm và lời nói của ta trong hiện tại và những hậu quả xấu không thể xảy ra cho ta ngay cả trong tương lai.

Ta nên biết rằng, những gì hạnh phúc hay khổ đau đang có mặt với ta trong đời sống này, chúng không phải chỉ hoàn toàn tùy thuộc vào những nhân duyên hiện tại, mà còn tùy thuộc vào những nhân duyên của ta trong quá khứ nữa.

Vì sao như vậy? Vì không có hiện tại nào mà không được làm nên từ những quá khứ, nên hiện tại chỉ là những kết quả của quá khứ. Và cũng không có tương lai nào không được tạo thành từ hiện tại, nên

tương lai chỉ là những kết quả của những tác nhân hiện tại.

Vì vậy, ta chỉ có cái biết về quả mà không có cái biết về nhân là cái biết bị khuyết tật. Vì sao? Vì cái biết ấy không giúp được cho ta giải quyết đời sống của ta một cách trọn vẹn, hợp lý từ những tác nhân.

Ta chỉ có cái biết về nhân mà không có cái biết về quả, cái biết ấy cũng dẫn ta đi đến một đời sống khuyết tật, nửa vời. Vì sao? Vì cái biết ấy không có khả năng giúp ta gạt hái hay khắc phục những hậu quả đúng thời.

Nếu ta chỉ biết nhân quả một đời, cái biết ấy chưa đủ khả năng để giúp ta giải quyết và tháo gỡ những hiểu biết sai lầm của ta đối với nhân quả, và nhiều khi cái biết nhân quả một đời ấy, lại đẩy ta rơi vào cái biết của đoạn kiến, khiến ta sống bị lạc lõng và rơi vào hư vô.

Nếu ta chỉ biết nhân nào sinh ra quả nấy, cái biết ấy chưa đủ khả năng giúp ta hiểu biết một cách chính xác về nhân quả, và nhiều khi cái biết ấy lại đẩy ta rơi lệch vào cái biết của thường kiến, khiến ta sống ỷ lại,

cổ chấp và bảo thủ, làm cho cuộc sống của ta trở nên nghèo nàn và lạc hậu.

Đối với thời gian, ta phải biết rõ nhân quả liên hệ và tác động trực tiếp với nhau đến ba đời và ngoài ba đời ấy, chúng còn có những liên hệ và tác động gián tiếp đối với nhau nữa.

Với cái biết này giúp ta giải quyết mọi cái hiểu biết sai lầm của ta đối với nhân quả mà ta cho là mâu thuẫn như: “Tại sao, ta thấy trong hiện tại người làm ác mà hưởng an lạc, người làm thiện mà bị khổ đau?”.

Với cái nhìn đúng nhân quả, không có ai trong đời hiện tại làm ác mà hưởng thụ sự an lạc hết. Cái an lạc mà họ đang hưởng thụ đó, hoàn toàn không phải do cái nhân mà họ làm ác trong hiện tại đem lại, mà chính là do cái nhân của họ đã làm thiện trong quá khứ đem lại; còn hiện tại họ làm ác, cái quả khổ của họ sẽ xảy ra cho họ trong tương lai.

Cũng giống như người nông dân làm ruộng hiện tại bị mất mùa, nhưng họ không hề ăn gạo mua, vì sao? Vì gạo họ đang ăn là gạo họ đã tồn trữ từ những

vụ được mùa của nhiều năm về trước. Và cũng vậy, người nông làm ruộng, mùa hiện tại này được mùa, nhưng vẫn ăn gạo mua, vì sao? Vì mùa trước họ bị thất thu, nên phải vay vốn để làm vụ này, dẫu rằng vụ này được mùa, nhưng phải bán thóc để trả nợ cũ, khiến cho người nông dân vụ này được mùa mà hiện tại họ vẫn mua gạo để ăn.

Cái biết của nhân quả như vậy, không phải là cái biết thuộc về tri thức khô cứng mà lại là cái biết của tuệ giác đầy sinh động, chính xác và thực tế.

Đối với nhân quả, ta phải có cái biết rằng, nhân không thể đơn điệu sinh ra quả, mà nhân sinh khởi được quả là phải có duyên tác động.

Duyên có tác động thuận làm cho nhân sinh khởi quả một cách nhanh chóng; duyên có tác động nghịch, khiến cho nhân sinh khởi quả chậm lại, hoặc có khi làm cho quả bị hư giữa chừng; hoặc cũng có khi làm cho quả bị hư hay bị thay đổi ở trong nhân.

Do đó, có khi có nhân mà không có quả hay quả không thể sinh là vì do thiếu duyên hay không có

duyên tác động. Và có khi có quả, nhưng quả ấy không đủ duyên để hàm trữ những năng lượng tái tạo thành nhân, vì sao? Vì trong quả đã có những nghịch duyên làm chát xúc tác, khiến cho những hạt nhân hàm chứa trong quả bị triệt tiêu, nên dù quả đang có, nhưng quả không đủ khả năng để tái tạo lại nhân.

Bằng cái biết nhân quả, nhân duyên như vậy, giúp cho ta có điều kiện để quán chiếu những hiện tượng họa phúc, rủi may, an lạc và khổ đau xảy ra đối với mọi người ở trong thế gian này một cách tường tận và chính xác.

Và đồng thời, cái biết ấy cũng giúp cho ta chuyển hóa những cái nguy thành cái an và những cái an lại càng tiến tới những cái an vững chãi và lâu dài.

Vì vậy, mọi thuận nghịch, hên xui của một đời người, một tập thể, một cộng đồng hay cả một dân tộc, ta hãy đặt tất cả chúng vào cái nhìn của nhân duyên, nhân quả một cách sâu sắc, từ nhiều góc độ về thời gian cũng như không gian, ta sẽ biết chúng là gì và tại sao chúng xảy ra như vậy mà không xảy ra khác đi.

Và cũng từ cái nhìn ấy, ta biết rõ, dù nhân quả là một định luật, nhưng không phải là một định luật khắt khe, bất biến, chúng là một định luật biểu hiện cực kỳ sống động hoàn toàn tùy thuộc vào duyên.

Vì vậy, ta muốn biết nhân duyên trong quá khứ ta là gì, thì hãy nhìn kỹ vào những gì mà ta đang thọ nhận hôm nay và muốn biết tương lai của ta là gì, thì hãy nhìn kỹ vào những gì ta đang suy nghĩ, nói và làm bởi các nhân duyên hôm nay.

Nên, ta biết rằng, cái quả mà ta đang có không phải vĩnh viễn là ta và cũng không phải vĩnh viễn là của ta, mà nó hoàn toàn tùy thuộc vào những tác động của nhân duyên vậy.

Ngôi nhà của bạn

Tâm là ngôi nhà vĩnh cửu của bạn. Lời chỉ bảo ấy không có gì mới mẻ và cũng chẳng có gì văn hoa khó hiểu cả. Lời chỉ bảo ấy đã trải dài trong dòng chảy tâm linh của thế giới con người, suốt mấy ngàn năm bởi các bậc đạo sư chứng ngộ.

Ngôi nhà ấy của bạn đang bị bạn chất chứa đầy bụi bặm phiền não và cỏ rác kiến thức. Những cục than hầm kiến thức, đang bung khói phiền não mịt mù trong ngôi nhà của bạn. Bạn sẽ bị chết ngột bởi những độc tố khói bụi trong ngôi nhà chứa đầy kiến thức ấy của bạn.

Bạn bỏ ngôi nhà ấy làm lữ khách ra đi dong ruổi kiếm tìm những cái dễ chịu bên ngoài, nhưng không có cái bên ngoài nào dễ chịu cho bạn cả. Vì sao? Vì những cái bên ngoài bạn đang tìm kiếm ấy, cũng đang được tạo nên từ những cái bên trong của tâm bạn là những cục than hầm kiến thức ấy.

Trong cuộc kiếm tìm ấy, nếu bạn được ai thương mời bạn vào nhà họ, đối đãi tử tế, thì chẳng bao lâu, khói trong ngôi nhà ấy cũng bị bốc lên. Tại sao? Vì chính cục lửa than hầm kiến thức ấy từ nơi tâm bạn đang bốc lên, đốt cháy cái dễ chịu mà người khác đã dành cho bạn.

Bạn hãy trở về và đối diện với ngôi nhà nơi tâm của bạn đi. Vứt bỏ những cục lửa than hầm kiến thức nơi tâm của bạn, là tức khắc ngôi nhà của bạn trở nên thanh trong, mọi oi bức trong ngôi nhà của bạn tự nó lắng xuống và tiêu tan.

Bây giờ, bạn hãy sống với ngôi nhà không còn bất cứ cục lửa than hầm nào của kiến thức nữa.

Bạn nên nhớ rằng, trên trời dưới đất không có bất cứ một ai có khả năng làm nhóp hay đốt cháy ngôi nhà tâm linh của bạn, ngoại trừ những rác rưởi và những cục lửa than hầm kiến thức nơi tâm bạn.

Những ý niệm tự ngã đã tạo nên những cục lửa than hầm, đốt cháy ngôi nhà của bạn, khiến cho bạn

trở thành những kẻ sống vất vưởng vô gia cư và chết vô địa táng.

Những ngôi nhà mà bạn đang xây dựng bằng ngói gạch, gỗ đá hay những tòa cao ốc bằng bê tông không phải là ngôi nhà vĩnh cửu của bạn đâu nhé. Những ngôi nhà ấy rồi cũng bị sụp đổ bởi thời gian, chúng sẽ bỏ bạn mà đi hay buồn cười và thê thảm hơn là bạn phải từ bỏ chúng.

Trong lúc đó đất tâm của bạn thì lớn vô cùng, và châu báu ngọc ngà nơi ngôi nhà tâm linh của bạn quả thật là vô tận.

Bạn hãy buông bỏ những cục lửa than hầm kiến thức ấy đi, ngay cả những kiến thức phật pháp, thì bạn mới có thể bước vào được cửa ngõ của ngôi nhà tâm linh, và bạn sống ở trong ngôi nhà ấy một cách thoải mái và an toàn.

Bạn sống trong ngôi nhà của tâm, mà mọi ngọn lửa của ý niệm, nhận thức và kiến thức đã được dập tắt, mây khói phiền não không còn bất cứ lý do gì để hiện

hữu, bạn sẽ có khả năng thấy rõ bạn là gì và thấy rõ những người chung quanh là gì của bạn.

Sống trong ngôi nhà ấy, bạn vĩnh viễn không bị những ngọn lửa của thời gian thiêu đốt; nước dù dâng cao đến mấy cũng không thể cuốn trôi và nhận chìm nhà bạn, bão táp dù mạnh đến mấy cũng không thể làm lay đổ được ngôi nhà của bạn. Tại sao? Vì bây giờ bạn với tâm bạn là một và bạn là một với ngôi nhà. Ấy là ngôi nhà rỗng lặng mọi ý niệm, không còn nguyên nhân sinh khởi lửa và khói.

Ngôi nhà tâm linh ấy hoàn toàn sáng trong bất động, không còn bị bất cứ cái sở tri hay nhận thức nào của thế gian làm chướng ngại và không còn bất cứ một hạt bụi nào của khói mây phiền não khởi lên làm lay động và che mất mặt trời tâm linh nơi ngôi nhà của bạn.

Và từ nơi ngôi nhà tâm linh sáng chói, rỗng không, vĩnh cửu và bất động ấy, bạn có thể tùy duyên ra và vào, biến thể dưới bất cứ hình thức nào, để làm lợi ích cho mọi người và làm người chỉ đường cho mọi người đi về với ngôi nhà tâm linh đích thực của họ.

Khi mặt trời lên

Hiện tại dù bạn là một trẻ thơ, nhưng bạn đã từng là những người lớn trong quá khứ và bạn sẽ trở thành những người lớn trong tương lai. Và bạn sẽ lớn mãi cho đến vô cùng. Bây giờ bạn lớn đến nỗi trong cõi người ta không ai có đủ tư duy và ngôn ngữ để gọi đúng tên bạn là gì và nếu muốn gọi, người ta cũng không biết gọi bạn là gì nữa.

Bạn có tin rằng, bạn sẽ lớn mãi cho đến chỗ vô cùng và đến chỗ vô danh, vô tướng không? Tin hay không tin là quyền của bạn. Và ít ra trong đời sống con người, bạn cũng có được chút quyền tin hay không tin ấy chứ! Vì sao? Vì quyền ấy là quyền thiêng liêng của một con người trưởng thành, nhất là trưởng thành về mặt suy tư và tri thức.

Và dù cho bạn có tin hay không tin, thì điều ấy vẫn hiển nhiên xảy ra cho bạn.

Này bạn, tôi nói cho bạn nghe nhé! Từ bé bạn sẽ lớn lên, rồi bạn sẽ có học hành, nghề nghiệp, yêu đương và có hôn nhân gia đình; bạn sẽ sinh con, con của bạn sẽ gọi bạn bằng cha hay mẹ; rồi cháu của bạn sẽ gọi bạn bằng ông hay bà; cháu của bạn sẽ gọi bạn bằng cố ông hay cố bà; rồi chiu của bạn sẽ gọi bạn bằng cao tổ; rồi thế hệ sau chiu của bạn sẽ gọi bạn bằng cao cao tổ; rồi thế hệ sau nữa lại gọi bằng cao cao cao tổ; sau cao cao cao tổ, người ta gọi bạn là khiêu tổ, sau khiêu tổ, người ta gọi bạn là tiên tổ; sau tiên tổ người ta gọi bạn là triệu tổ, sau triệu tổ người ta gọi bạn là viễn tổ, sau viễn tổ người ta gọi bạn là thi tổ và sau thi tổ, người ta không biết gọi bạn là tên gì nữa, nên bạn trở thành vô danh.

Tại sao bạn lớn đến đó lại trở thành vô danh nhỉ? Vì bây giờ bạn là vô tướng. Do vô tướng, nên người ta không biết tướng của bạn là tướng gì, nên người ta không thể nào gọi được tên bạn, bây giờ bạn trở thành vô danh, không những vô danh ngay nơi thế giới con người, mà vô danh ngay cả ở trong dòng họ của bạn,

nơi mà bạn đã từng sinh ra có đầy đủ cả tướng và danh của một thời và cũng trong một thời, mọi người đã gọi bạn theo cái danh, cái tướng ấy.

Bạn nên nhớ! Cái có danh và tướng, cái đó không lớn, chính cái không có danh và tướng, cái đó mới là cái lớn. Cái lớn ấy, lớn đến nỗi, người ta không biết gọi nó là gì, tạm gọi là đạo.

Như vậy, bạn sinh ra và lớn lên, từ trong cái vô danh, vô tướng mà bạn không biết, lại chạy theo cái danh tướng phù phiếm huyễn hoặc bên ngoài, và buồn vui theo với những thị phi vọng tưởng, rồi hy vọng và thất vọng trong những danh tướng hão huyền ấy.

Do những ý tưởng hão huyền, bạn đã nỗ lực để có một cái danh tướng gì đó với núi sông, nhưng tất cả những nỗ lực của bạn, sẽ bị thời gian nuốt chửng và đẩy bạn vào chỗ vô tướng và vô danh vậy.

Vậy, ngay trong đời sống này, bạn nên thực tập buông bỏ mọi ý niệm về danh và tướng, để đời sống của bạn, tuy là chỉ khoảnh khắc trong từng hơi thở, nhưng lại cộng thông với thời gian vô cùng và tuy xác

thân của bạn, chỉ là những hạt bụi, nhưng lại tương dung với không gian vô tận. Bạn là một hợp thể của vô thể, là hợp tướng của hết thấy tướng và là toàn thể tướng đang biểu hiện nơi tướng co duỗi của một ngón tay, mà mọi ngôn ngữ và tư duy của trần gian không thể nghĩ bàn.

Hạnh phúc lớn nhất của bạn không phải là những danh tướng, mà chính là cái biết mỉm cười với sự co duỗi của một ngón tay hay mỉm cười với một hạt sương long lanh trên đầu ngọn cỏ khi mặt trời lên.

Tô canh mặn và lạt

Bạn tiếp xúc với một tô canh qua vị giác, có thể làm khởi sinh những cảm giác dễ chịu và khó chịu cho bạn.

Nếu cảm giác dễ chịu phát sinh, lòng tham của bạn đối với tô canh tăng lên, khiến bạn không làm chủ được tâm bạn. Giây phút ấy, bạn liền biến thành tô canh và tô canh liền biến thành bạn. Tô canh liền biến thành biển cả cho những cảm giác dễ chịu của bạn lặn hụp.

Nếu cảm giác khó chịu phát sinh, lòng sân của bạn không những tăng lên với tô canh mà còn tăng lên với những gì trong tô canh và cả những người nấu canh cho bạn, khiến cho bạn không làm chủ được tâm bạn. Giây phút ấy, bạn với tô canh tách thành hai, rồi thành ba, thành bốn; bạn cũng nổi giận đối với tô canh và cả người nấu canh, trong lúc đó cả tô canh và người nấu canh không những là vô sự đối với bạn mà còn là ân nhân của bạn nữa.

Tô canh và cả người nấu canh không hề nổi lửa, nhưng lửa tham và sân đã nổi lên trong lòng của bạn và đốt cháy hết mọi ý nghĩa trong đời sống, mà bạn đang có và cần phải có.

Tại sao bạn lại phải hành sử nông nổi và buồn cười như thế? Phải chăng bạn nghĩ rằng, bạn sinh ra để ăn và tất cả mọi người và mọi vật đều phải phục vụ cái ăn cho bạn? Nếu bạn nghĩ như vậy, thì đó không phải là những ý nghĩ đẹp.

Bạn không phải sinh ra để ăn mà bạn sinh ra để sống và trong đời sống của bạn có cái ăn. *Ăn để giúp bạn sống, chứ không phải bạn sống để ăn.*

Nếu bạn nghĩ rằng, bạn ăn để sống, thì ai cũng có thể giúp bạn và bất cứ cái gì cũng có thể giúp bạn. Khiến sự sống của bạn càng ngày càng trở nên phong phú, thanh cao và thánh thiện. Và bấy giờ bạn không bận rộn bởi cái ăn. Lòng tham ăn nơi bạn không thể lớn mạnh và nó không có đủ khả năng để điều khiển đời sống của bạn và quan trọng hơn hết là nó không thể cướp mất nhân cách của bạn.

Lòng tham đối với cái ăn đã cướp mất nhân cách và nhận chìm danh dự của nhiều người trong xã hội, khi họ cho rằng, sống để ăn, bạn có nhận ra được điều đó không? Nếu bạn không nhận ra được điều đó và không có khả năng phòng hộ chúng bằng những ý thức tỉnh giác sáng trong, bằng cái nhìn sâu lắng và toàn thể, thì mọi tai họa, bệnh hoạn sẽ xảy ra cho bạn bất cứ lúc nào và ở đâu.

Và nếu bạn cho rằng, sống để ăn, thì cả thế gian này không ai có thể phục vụ nổi cái ăn cho bạn, vì sao? Vì càng ăn, bạn thấy càng thiếu, càng ăn bạn càng tìm đủ mọi cách khai thác cái ăn để hưởng thụ, nhưng bạn nào có biết, lòng tham ăn của bạn thì vô hạn, mà những vật dụng chứa đựng thức ăn nơi cơ thể của bạn thì lại có chừng! Vì vậy, bạn sống như một loài ngựa quý, và chết như một lũ khát thèm.

Bạn nên biết, một trong những nguyên nhân chính xảy ra tai họa và xung đột của xã hội con người, chính là do lòng tham ăn của họ.

Nếu bạn nhìn vào những sinh hoạt xã hội, quán ăn được dựng bản khắp nơi, con người ra vào sinh hoạt đông đúc nơi những quán xá ấy, đó là triệu chứng của nếp sống gia đình và xã hội băng hoại.

Nhiều người bạn Tây phương khi đến Việt Nam nghiên cứu, họ đã nói với tôi rằng: “Xã hội Việt Nam phát triển khá mạnh về mặt ăn uống, hơn là phát triển về mặt giáo dục và tâm linh”.

Nghe họ nói, lòng thấy nhói đau, tôi gượng cười và hỏi: Các bạn dựa vào đâu, vào tư liệu nào để phát biểu như thế? Họ trả lời với tôi rằng, họ dựa vào cái thấy thực tế mà họ đã chứng kiến.

Bây giờ, tôi chỉ cười và nói với họ một cách gượng gượng rằng: “Trong truyền thống Việt Nam giáo dục gia đình là chính”.

Nhưng, may cho tôi trả lời như vậy, mà những người nghiên cứu kia, họ không hỏi tiếp và yêu cầu tôi rằng: “Xin Thầy chỉ giúp cho chúng tôi một vài gia đình tiêu biểu, có truyền thống giáo dục của gia đình Việt Nam, để cho chúng tôi đến bất ngờ ở nơi những

gia đình ấy, nhằm nghiên cứu thực tế phong cách sinh hoạt trong ăn uống nơi gia đình của họ”.

Thực tế, hiện nay ta không biết còn có bao nhiêu gia đình của người Việt Nam được giáo dục theo truyền thống của hơn bốn ngàn năm văn hiến? Và trong mỗi bữa ăn hàng ngày, họ có còn chấp tay tỏ lòng biết ơn và cầu nguyện trước khi ăn, con cái có còn mời cha mẹ cùng ăn cơm, cha mẹ ngồi trên, anh chị em ngồi dưới tuân tự với nhau, chị đơm cơm cho em, anh gấp thức ăn cho em, em cảm ơn anh chị, ăn xong con cái pha nước cho cha mẹ, biết lấy cái tách pha hai phần ba tách để trên cái đĩa và có một cái tăm để vào nơi đĩa, có một cái khăn nhỏ giặt sạch vắt khô, xếp lại đặt vào trong một cái đĩa, để cho cha mẹ dùng cơm xong, xĩa răng, uống nước và lau miệng không nhỉ? Hay những câu hỏi ấy, chẳng khác nào, ta đang đối diện với một tô canh mận lạt trong một bữa ăn, mà ngon hay dở là tùy theo cảm giác của mỗi người!

Địa ngục để dành cho ai

Đó bạn địa ngục để dành cho ai? Chắc chắn bạn sẽ trả lời là để cho những người nghèo khổ, cô thế và những người làm việc bất nhân, bất nghĩa.

Câu trả lời của bạn chỉ đúng một nửa. Vì sao? Vì địa ngục không phải để dành cho những người nghèo khổ, hay cô thế, mà để dành cho những người giàu có, những người bất nhân, bất nghĩa, những người giả danh, giả nghĩa, những người có bản ngã to, mà còn ngay cả những người những lạm quyền lực nữa chứ.

Người nghèo khổ đời này là do đời trước họ là những người giàu có, khởi lòng khinh khi và đối xử bất tiện với những người nghèo khổ, nên sau khi những người giàu ấy chết, họ bị đọa địa ngục, rồi ra khỏi địa ngục, họ lại tiếp tục thọ nhận quả báo nghèo khổ.

Như vậy, người nghèo khổ hôm nay, họ đang nhận lấy cái khổ quả, do nhân khinh người và bất tiện của họ từ đời trước mà ra. Ngày nay họ sống chân thật,

khiêm tốn, thủ phận, không làm ác, thì ngày mai họ sẽ lên thiên đàng, chứ đâu có đọa địa ngục như bạn nói.

Còn bạn nói địa ngục, dành cho những người cô thế, thì lại càng không phải. Người cô thế ngày nay, nhưng đời trước họ đã từng là người hét ra lửa đấy! Và cũng vì do đời trước họ là những người có quyền thế hét ra lửa ấy, nên đời nay họ phải nhận đời sống của kẻ cô thế.

Ngày nay họ cô thế là do họ thọ nhận cái nhân lạm dụng quyền thế của họ từ trước. Nên, trong hiện tại họ sống trong cô thế, và một khi đã sống trong cô thế, thì họ có quyền thế gì mà ức hiếp ai. Hiện tại họ không ức hiếp ai, thì tương lai làm sao mà họ đọa ngục để nhận khổ quả được.

Bạn nên nhớ, quả báo không mang tính chất thiện hay ác mà mang tính chất khổ hay vui. Còn nhân mới mang tính chất thiện hay ác. Nhân thiện dẫn sinh quả vui. Nhân ác dẫn sinh quả khổ.

Trong hiện tại, người cô thế, nói cái gì cũng sợ người có quyền lực, nên không dám nói; làm cái gì cũng

sợ người có quyền lực, nên không dám làm và nghĩ điều gì cũng sợ người quyền lực biết, nên không dám nghĩ. Như vậy, người ấy trong hiện tại đâu có đủ điều kiện để tạo nhân ác mà tương lai phải đọa địa ngục.

Như vậy, địa ngục tương lai không phải dành cho người nghèo khổ hay người cô thế, mà dành cho những người hiện tại đang làm việc bất nhân, bất nghĩa, giả nhân, giả nghĩa; dành cho những người hiện tại có bản ngã to; dành cho những người hiện tại giàu có mà bản tiện, ngạo vật, khinh người; dành cho những người hiện tại đang những lạm quyền lực.

Những người hiện tại sống không có nhân nghĩa, thì có điều ác nào mà họ không làm, có thủ đoạn nào mà họ không sử dụng, vì vậy địa ngục tương lai để dành cho họ, chứ để dành cho ai.

Những người hiện tại sống giả nhân, giả nghĩa, đem nhân nghĩa mà dối gạt thiên hạ, đối với hạng người như vậy có việc xấu ác nào mà họ không làm, vì vậy địa ngục tương lai là để dành cho họ, chứ để dành cho ai.

Những người hiện tại có cái bản ngã to tướng, đi đến đâu cũng giương cái bản ngã to tướng ấy ra, hễ có một chút bất bằng là giận, trái ý là sân, muốn đạp đầu kẻ dưới, giành giật kẻ trên, coi thường chung quanh, khinh khi nhân nghĩa, xem rõ đạo đức, những người như vậy, thì trong hiện tại không có điều ác xấu nào mà họ không nghĩ và làm, vì vậy địa ngục tương lai để dành cho họ, chứ dành cho ai.

Những người những lạm quyền lực, thì oán thù của mọi người đối với họ nhiều như cát bụi, tội ác của họ không thể nào nói hết. Tại sao? Vì một người có quyền lực mà nói một lời sai là gieo rắc tai họa cho cả muôn dân, phán xét theo một ý nghĩ sai lầm là gây tang tóc, điều tàn cho cả thiên hạ và một hành sự sai lầm làm điều đúng hạnh phúc của nhiều người cả ba đời.

Người có quyền lực làm sai, vì thiếu khả năng phán xét mà còn ương lự đến nhiều người như thế, huống gì những người những lạm quyền lực, thì tai hại do họ gây ra cho người khác khốc liệt và thảm họa đến chừng mức nào đó ai lường nổi.

Bạn nên nhớ rằng, những người những lạm tiền bạc, sắc dục tuy là tệ hại, nhưng không tệ hại bằng những người lạm dụng quyền lực, vì vậy địa ngục tương lai không phải chỉ để dành cho họ một tầng mà nhiều tầng.

Những địa ngục sinh khởi cho bạn trong tương lai từ nơi những tác nhân bất thiện thuộc về thân, ngữ và ý của bạn là địa ngục chính xác và công bằng một cách tuyệt đối.

Điều ấy, đến khi nào bạn mới nhận ra, để địa ngục không phải là tương lai của bạn, mà tương lai của bạn là “một cõi đi về” bình an!

Không còn hoan hô chiến tranh và hòa bình

Bạn đừng đi vận động và tìm kiếm hòa bình trong thế giới hữu ngã hay trong thế giới sinh hoạt đầy áp cả hữu niệm, vì sao? Vì hòa bình đích thực không bao giờ có mặt nơi những thế giới sinh hoạt như thế đâu, để cho bạn vận động và kiếm tìm.

Nơi thế giới sinh hoạt bằng hữu niệm và hữu ngã, thì danh từ hòa bình là danh từ sáo rỗng, người đứng ra vận động hòa bình, cũng chính là kẻ đang cổ xúy cho chiến tranh, dưới một hình thức này hay một hình thức khác của hữu niệm và hữu ngã.

Và những người đang sinh hoạt ở trong thế giới hữu niệm và hữu ngã, mà chủ trương sống hòa bình, cũng có nghĩa là họ đang chủ trương sống với chiến tranh, và có khi chính họ là tội phạm của chiến tranh, vì sao? Vì còn tính ngã và còn những suy nghĩ lệ thuộc tính ngã, là còn chiến tranh. Ấy là chủ trương chiến tranh núp dưới nhãn hiệu chủ trương hòa bình

và chủ trương hòa bình núp dưới nhãn hiệu chủ trương chiến tranh đó bạn ạ!

Người ta sống trong thế giới hữu niệm và hữu ngã, chiến tranh là một hình thức khác của hòa bình và những khao khát đối với hòa bình; và sống trong thế giới hòa bình là một hình thức ngầm phát khởi chiến tranh và người ta đang chuẩn bị và khao khát tìm kiếm chiến tranh, vì sao? Vì tự thân của thế giới hữu niệm và hữu ngã là thế giới của kỳ thị và phân biệt. Hễ nơi nào có kỳ thị và phân biệt là ở nơi đó có phân hai, phân ba, phân bốn và phân ra từng mảnh vụn.

Kỳ thị là kỳ thị đối với những gì, mà họ cho không phải là họ và không phải là của họ; Phân biệt là phân biệt cái này là mình, cái này thuộc về mình; cái kia không phải là mình và không thuộc về mình. Như vậy, gốc rễ của mọi cuộc chiến tranh, từ chiến tranh cấp quốc gia, đến chiến tranh cấp vùng và chiến tranh toàn thế giới có phải sinh khởi từ những ý niệm phân biệt đối xử và kỳ thị của con người ở trong cõi người ta mà ra không bạn nhỉ?

Muốn có hòa bình để sống, thì trước hết ta phải buông bỏ hết thảy mọi ý niệm phân chia, để sống ở trong vô niệm. Vô niệm là vô ngã. Vô ngã là hòa bình. Vô ngã, nên toàn thể vũ trụ lúc nào và ở đâu cũng hoạt động trong sự hòa điệu tuyệt đối, toàn thể và đồng thời. Nên, vô ngã là sự hòa điệu tuyệt đối của vũ trụ, vì vậy vũ trụ luôn luôn sống trong hòa bình.

Bạn đừng nghĩ rằng, sống vô niệm và vô ngã, thì không có cái gì để làm lợi ích và hiến tặng cho cuộc đời. Nếu bạn nghĩ như vậy, thì chính những ý nghĩ đó đưa bạn đi từ những sai lầm này đến những sai lầm khác.

Ta hãy xem, mặt trời chiếu sáng ban ngày, mặt trăng chiếu sáng ban đêm, nó có suy nghĩ rằng, nó làm lợi ích cho đời gì đâu, mà nó làm lợi ích rất nhiều cho đời, cho mọi sự sống một cách hữu hiệu, thiết thực và bình đẳng. Những bông hoa nở ra, nó có nghĩ rằng, nó nở ra để làm đẹp cho đời đâu, nó nở ra là nở ra từ tự tính vô niệm và vô ngã nơi nó. Nhưng ở nơi thế giới hữu niệm, hữu ngã, có ai bảo rằng hoa không đẹp, không thơm và không có lợi ích đâu? Không những

vậy, người ta còn cài hoa trên đầu, đặt hoa vào những chỗ thiêng liêng và trang trọng nhất nữa chứ! Tại sao con người đã dành cho hoa những vị trí xứng đáng và cao cả như vậy? Vì hoa sinh ra từ vô niệm và biểu hiện đời sống bằng bản chất vô ngã nơi nó.

Ở Bát Nhã Tâm Kinh nói: “Bấy giờ Bồ tát Quán Tự Tại thực hành Bát nhã sâu xa, soi thấy năm uẩn rỗng không, liền vượt qua mọi khổ ách”.

Bạn khổ đau và khổ đau là thế giới của bạn, cả hai đều xảy ra cho bạn, không phải là ngẫu nhiên hay tình cờ, mà chúng xảy ra đồng thời và chính xác cho bạn. Xảy ra đồng thời cho bạn, vì bạn là thế giới và cả toàn thể thế giới đang có mặt trong bạn. Điều ấy xảy ra chính xác cho bạn, vì nó chính là tư duy và tác ý của bạn, mà không phải là tư duy hay tác ý của người khác.

Bạn không thấy đó sao? Hai người cùng ngủ chung một giường, mà mỗi người có một giấc mơ khác nhau và đều có những cảm nhận khác nhau đối với những giấc mơ ấy. Tại sao có sự khác biệt này? Ấy là do hữu

niệm, hữu ngã của bạn đã tạo nên sự khác biệt ấy, chứ có nào ai khác!

Do hữu niệm, bạn cho thân năm uẩn này là tôi và là của tôi, vì vậy mà bạn nhảy mấy cũng không qua khỏi lưới võng khổ đau. Do hữu niệm, nên mọi người trong mọi gia đình của bạn, ai cũng cho thân năm uẩn này là họ và là của họ, nên mọi người trong gia đình của bạn, cùng nhau nhảy cao mấy, cũng không ra khỏi lưới võng của khổ đau; Và do hữu niệm mà cộng đồng của thế giới con người cho rằng, thế giới này là của họ, thân năm uẩn trong thế giới này là thân thể của họ, nên chiến tranh xảy ra cho họ liên hồi và tranh chấp nhau liên tục, từ hải đảo đến rừng xanh, từ đồng bằng đến phố thị, họ đã từng đánh giết nhau bằng miệng lưỡi, bằng gậy gộc, ngói gạch, dao mác, cung tên, súng đạn cho đến vũ khí nguyên tử, hạt nhân và họ đang gặm gù nhau, dọa nhau đối với những loại vũ khí tối tân này, và vì vậy mà thế giới con người, dù văn minh đến mấy, tiện nghi đến mấy, họ vẫn cũng không

thể vượt ra khỏi khổ đau và họ cũng không thể nào vượt ra khỏi chiến tranh để sống trong hòa bình.

Khổ đau hay chiến tranh của thế giới con người là do con người có tư duy hữu ngã. Với tư duy hữu ngã, thì con người mở mắt ra là chiến tranh và khổ đau, nhắm mắt lại là con người lại rơi vào bẫy sập của tâm thức tính toán, lo lắng, sợ hãi và chuẩn bị cho đời sống của chiến tranh và đối diện với khổ đau.

Hạnh phúc và hòa bình đích thực nơi con người và xã hội của nó, chỉ hiện hữu, khi nào chúng biết tư duy vô ngã và cùng nhau biểu hiện những hành động ấy bất cứ ở đâu, lúc nào và đối với bất cứ ai, trong sự tương tác hòa điệu tuyệt đối và đồng thời.

Bạn đã từng nghe nhạc, và bản nhạc mà bạn cảm nhận là hay, chỉ khi nào bản nhạc ấy được phát ra từ sự hòa điệu tuyệt đối và đồng thời giữa các nhạc công, nhạc sĩ, nhạc khí và nhạc âm,... Chính sự hòa điệu tuyệt đối của âm nhạc mới phát ra cho ta những âm thanh kỳ diệu. Âm thanh kỳ diệu của bản nhạc, chính là âm thanh được biểu hiện từ tự tánh tư duy vô ngã đó bạn ạ!

Tư duy vô ngã, là tư duy có khả năng soi thấy sự hòa điệu tuyệt đối và rỗng lặng của năm uẩn hay của thế giới, không có mọi hoạt khởi và vận hành của các tư niệm hữu ngã.

Tư duy vô ngã chính là tư duy vô niệm. Vô niệm là giác tính rỗng lặng và tròn đầy vốn có nơi hết thảy chúng sanh. Nên ta mở mắt trong vô niệm là ta mở mắt trong hạnh phúc và sống ở trong hòa bình toàn thể. Ta nhắm mắt trong vô niệm là ta ở trong thế giới của an lạc và hòa bình toàn thể ấy.

Vì vậy, chiến tranh của thế giới con người, chỉ có thể chấm dứt, khi nào con người biết buông bỏ những tư duy hữu niệm mà quay về sống với tư duy vô niệm.

Vô niệm là tất cả niệm ở nơi tâm đều ở trong trạng thái thuần tịnh, sáng trong và hoàn toàn rỗng lặng.

Toàn thể vũ trụ lúc nào, ở đâu cũng vận hành trong sự hòa điệu tuyệt đối và đối xử với ai cũng đều ở trong vô niệm, mà con người thì lúc nào, ở đâu cũng phân chia ta và người, và đối xử với ai cũng đều là hữu niệm.

Do đó, thể tính của vũ trụ là hòa bình, mà nghiệp dụng của chúng sanh, thì ở trong hòa bình, mà hiện khởi chiến tranh; thể tính của vũ trụ thì thanh tịnh, mà nhân hạnh của chúng sanh, thì ở trong sự thanh tịnh, mà khởi hiện ô nhiễm; thể tính của vũ trụ, thì dung thông vô ngại, mà đời sống chúng sanh, thì ở trong sự dung thông vô ngại, mà khởi lên ý tưởng ngăn cách, chia phân, khiến cho đời sống của họ luôn luôn xảy ra tình trạng “trống đánh xuôi kèn thổi ngược” hay “cha vỗ tay reo mừng chiến tranh, mẹ vỗ tay hoan hô hòa bình”.

Vì vậy, ta đừng làm kẻ “vỗ tay reo mừng chiến tranh” và cũng đừng làm kẻ “vỗ tay hoan hô hòa bình”, mà chỉ làm người thực tập buông bỏ vọng niệm. Buông bỏ đến chỗ không còn có bất cứ cái gì nữa để buông bỏ, ngay cả cái gọi là buông bỏ.

Lúc ấy, thế giới chân thực hiện ra cho ta, ta tha hồ mà vui sống, tự do. Và nhiều người hỏi thế giới như vậy là thế giới gì, ta không biết thế giới ấy tên gì để gọi, liền tạm gọi là thế giới không còn có sự hoan hô chiến tranh và hòa bình.

Huyễn ảo hơn cả huyền ảo

Bạn đừng nghĩ rằng, bạn là quan trọng đối với cuộc đời, vì sao? Vì khi nghĩ như vậy, bạn trở thành kẻ cô độc, nặng nề và nghèo nàn đối với cuộc sống.

Không cô độc sao được, vì sự thật giữa cuộc đời này chẳng có cái gì và chẳng có ai quan trọng đối với nó cả.

Trước khi bạn chưa có, thì dòng sông vẫn chảy từ núi cao xuống đồng bằng; nước sông vẫn ngọt và nước biển vẫn mặn; trâu và bò vẫn ăn cỏ; những chú chó vẫn chạy bốn chân; những chú mèo vẫn rình mò những chú chuột; những chú chim vẫn bay trên trời; những chú cá vẫn sống và bơi lội dưới nước; con người khi gặp chuyện vui thì cười, khi gặp chuyện buồn thì khóc; khi đói họ đi tìm lương thực để ăn; khi khát họ tự đi tìm nước để uống; nóng họ đi tìm gió để hóng mát; lạnh họ đi tìm chăn để đắp, mọi việc ở đời xưa nay đều vẫn diễn ra như vậy cả, chứ đâu phải vì

có bạn, mà chúng diễn ra như vậy, còn không có bạn thì chúng diễn ra khác đi!

Sự thật là giữa cuộc đời này, chẳng có cái gì quan trọng cả, chân lý đã hiển thị cho chúng ta thấy như thế và chúng ta cần thấy như thế để sống với cuộc đời.

Việc có mặt hay ẩn mất của một người giữa cuộc đời này, chẳng có gì quan trọng đối với cuộc đời này cả. Do đó, giữa đời này, ai thấy mình quan trọng, thì người ấy tự trở thành kẻ cô độc, nghèo nàn và bị lặn chìm dưới dòng chảy của cuộc sống.

Tại sao bạn không thực tập để thấy rằng, bạn chẳng có gì quan trọng đối với cuộc đời này cả, để cho tâm của bạn càng ngày càng trở nên nhẹ nhàng và thanh thoát?

Bạn hãy nhìn xem, ở trong đời cái gì nhẹ thì bay lên, cái gì nặng thì rơi xuống. Đá nặng thì rơi xuống, khí nhẹ thì bay lên; bụi bặm thì rơi xuống, mây khói thì bay lên. Chân lý của cuộc đời đã hiển thị cho chúng ta thấy như thế, và chúng ta cần phải thấy sự

thật như thế, để cho đời sống của chúng ta, không bị chìm xuống dưới vực thẳm của dòng đời.

Vì vậy, bạn chỉ cần thấy rằng, bạn chẳng có gì quan trọng đối với cuộc đời này. Và giữa dòng đời này, bạn hiện hữu, chẳng khác nào một vàng mây, một hạt sương, một ánh chớp, một ảo ảnh, một bọt nước là tức khắc cảm giác cô độc trong bạn không còn, lẽ khóa cố chấp trong bạn tự tháo tung, thân và tâm bạn nhẹ nhõm hơn cả những hạt sương hong trên đầu ngọn cỏ, khiến cho sống và chết, được và mất, thăng và trầm, khen và chê giữa cuộc đời này đối với bạn chỉ là những trò chơi trốn tìm huyền ảo. Và cái mà xưa nay bạn cho rằng, bạn là rất quan trọng đối với cuộc đời này lại càng huyền ảo hơn cả những cái huyền ảo ấy nữa.

Khuôn mặt của bạn chính là tâm của bạn. Tâm của bạn như thế nào, thì khuôn mặt của bạn biểu hiện đúng như thế ấy. Tâm bạn có nhiều ưu tư và phiền muộn, thì khuôn mặt của bạn không thể nào biểu hiện sự tươi vui, điều ấy là một sự thật, bạn có biết không?

Vì vậy, bạn muốn có một khuôn mặt đẹp và tươi vui, thì bạn phải biết chăm sóc tâm của bạn mỗi ngày. Nên, người xưa đã nói cho ta biết rằng: “Tâm là vị họa sư, mọi bức tranh giữa đời đều do tâm vẽ ra”.

Câu nói ấy của người xưa, không phải là một câu nói đùa, mà là câu nói cực kỳ trang trọng và đầy lòng lân mẫn đối với chúng ta và câu nói ấy, không phải là một câu nói thuộc về tri thức tích lũy, mà nó là từ sự lịch nghiệm và giác ngộ.

Đường đời của bạn có nhiều gập ghềnh, là vì tâm của bạn có quá nhiều khúc mắc, lời lỡm; cuộc sống của bạn có quá nhiều nỗi đau, vì tâm của bạn có quá nhiều gai góc, mũi nhọn; sự hành xử của bạn bị lăm người phụ bạc, vì tâm của bạn giả dối không thật; mọi người đối xử với bạn trước tốt sau xấu, vì do tâm của bạn trước sau không chung thủy; bạn nói ra điều gì không ai tin, vì chính nơi tâm bạn không có niềm tin; bạn đi đâu cũng bị mọi người kỳ thị, vì tâm bạn thường khởi sinh phân biệt nhân ngã; bạn ở đâu cũng bị mọi người ruồng bỏ, vì tâm bạn khi nào cũng muốn lấn lướt hơn

người và bạn làm cái gì thất bại cái đó, vì tâm của bạn luôn luôn kiêu mạn, không biết lắng nghe,...

Như vậy, ở đời bạn thành công hay thất bại, khổ đau hay hạnh phúc, nô lệ hay tự do, thấp kém hay cao thượng, rộng lớn hay hẹp hòi, thánh hay phàm đều do tâm của bạn quyết định và nó đã, đang và sẽ vẽ ra bức tranh ấy cho bạn giữa cuộc đời này.

Vì vậy, từ xưa đến nay các bậc thánh trí, không một ai muốn làm chủ người khác hay làm chủ gia đình hoặc làm chủ xã hội mà chỉ thích làm chủ tâm mình.

Nếu bạn không làm chủ được tâm bạn, thì bạn còn có bao nhiêu phần trăm hy vọng làm chủ người khác, làm chủ cái khác? Tâm của bạn đầy ắp cả bụi bặm, nhưng đồng thời nó cũng đầy ắp cả hoa thơm. Nó đầy ắp cả thất vọng, nhưng nó cũng đầy ắp cả hy vọng cho bạn.

Nếu bạn chăm sóc tâm bạn với ý thức tĩnh lặng, sáng trong và từ bi, thì tâm của bạn sẽ cho bạn rất nhiều hoa thơm và trái ngọt. Và nếu bạn nuôi dưỡng tâm bạn, bằng những chất liệu tham dục, giận hờn,

thua hơn, ganh tỵ, bám víu vào những ý tưởng sai lầm, thì tâm của bạn sẽ cho đời sống của bạn, bằng những hầm hố, gai góc và bụi bặm.

Và quan trọng hơn hết, nếu tâm bạn trống vắng hết thấy mọi ý niệm về một bản ngã, những ý niệm về không phải ngã, những ý niệm về pháp và những ý niệm về không phải pháp, thì tâm bạn là hoa.

Bấy giờ không gian tâm thức vô hạn của bạn là đầy cả hoa, và khoảng hơn sáu mươi hai tỷ tế bào nơi thân thể hiện thể của bạn đều là những đóa hoa, và từ trong mỗi đóa hoa ấy lại nở ra vô lượng, vô số đóa hoa khác nữa, cứ như thế mà tâm bạn là hoa, thân thể của bạn là hoa, cả cuộc đời của bạn là hoa, vô số đời của bạn là hoa, và bạn dùng hết thấy những bông hoa xuất hiện từ tâm trống vắng nơi bạn, mà trang nghiêm cuộc đời và cúng dường chư Phật khắp cả mười phương thế giới.

Trong lúc thực hành pháp cúng dường, bạn chỉ cần ngồi yên, trong tư thế hoa sen bất động, với tâm hoàn toàn trống vắng, ngã và vô ngã; pháp và vô pháp là tức khắc những đóa hoa giác ngộ và từ bi của bạn liền đến

tận tay và đều chạm lên thân thể giác ngộ của hết thầy
chư Phật mười phương, và bây giờ chư Phật khắp cả
mười phương đồng thời đang mỉm cười với bạn. Hoa
lòng của bạn đang có mặt ở trong hoa lòng của các
Ngài và hoa lòng của các Ngài đang có mặt trong hoa
lòng của bạn. Ấy là giây phút tuyệt vời, mọi ngôn ngữ
và tri thức thế gian tuyệt nhiên im lặng.

Quét cho sạch cái ấy

Mục đích sự tu học của chúng ta là đạt tới cái không cần đổi mới. Cái không cần đổi mới và không còn có gì nữa để đổi mới là cái tối hậu, mà sự tu học của chúng ta hướng tới.

Trong khi tu học, ta không đạt tới cái không cần đổi mới của tự tâm và của muôn vật, thì ta cứ lay hoay kiếm tìm cái đổi mới và càng đổi mới ta lại càng lạc hậu.

Ngày xưa ngài Thần Tú nói : *“Thân thị bồ đề thọ, tâm như minh cảnh đài, thời thời thường phát thức, vật sử nhá trần ai”*. Nghĩa là: *“Thân là cây bồ đề; tâm như đài gương sáng. thời thời thường lau quét, chớ để bụi bám vào”*.

Như vậy, mục đích của sự tu học là đạt tới cái không cần đổi mới. Cái không cần đổi mới ấy là cái gì? Đó là cái sáng thường tại nơi tâm. Nhưng, làm sao để đạt tới cái đó, thì Ngài Thần Tú dạy cho ta phải tinh

cần lau quét bụi bám bám nơi tâm, để cho cái tâm vốn sáng ấy, lại sáng ra trong đời sống của ta.

Và, cũng vì vậy mà vua Trần Nhân Tông nói: “Nhất hồi niệm xuất, nhất hồi tâm”. Nghĩa là: “Một lần đưa ra là một lần mới”. Mỗi lần ta tĩnh tâm và để quán chiếu tâm ta, là mỗi lần ta đi gần tới với ánh sáng bản nhiên của tâm. Và mỗi lần ngắm nhìn tâm ta là mỗi lần thấy mới. Thấy mới là do công phu thực tập thiền quán của ta, hay là do khả năng trở về với bản nhiên của ta, chứ ánh sáng bản nhiên của tâm nào đâu có mới cũ.

Tự tánh của ánh sáng bản nhiên ấy, không mới, không cũ, không nhiễm ô, không thanh tịnh, không tăng lên, không giảm xuống, không trường tồn, không diệt mất, không đồng nhất, không biến thể, không sinh ra, không ẩn tàng, nên mọi ý niệm và ngôn ngữ đối lập thì không thể diễn tả. Vì vậy mà Tổ Huệ Năng nói: “Bồ đề bản vô thọ, minh cảnh diệt phi đài, bản lai vô nhất vật, hà xứ nhá trần ai”. Nghĩa là: “Bồ đề vốn

không cây, gương sáng không phải đài, xưa nay không một vật, có bụi đâu mà quét”.

Như vậy, rõ ràng chư Tổ dạy, mục đích tu học của chúng ta là đạt tới cái không cần đổi mới, cái bản nhiên, cái xưa nay vốn như vậy.

Do đó, cái gọi là đổi mới, cái ấy là bụi bặm bám trên cái bản nhiên, bám trên cái không cần đổi mới, nên Ngài Thần Tú dạy ta phải quét cho sạch cái ấy.

Cái tâm ăn của bạn

Khi bạn còn thích ăn mặn, tôi không khuyên bạn ăn chay. Vì khuyên như vậy là đụng chạm tới cái sở thích của bạn.

Và khi bạn thích ăn chay, tôi không khuyên bạn từ bỏ việc ăn chay của bạn, vì khuyên như vậy cũng là đụng chạm tới cái sở thích của bạn.

Kinh nghiệm cho ta thấy, đụng chạm tới cái sở thích của người khác là cái đụng chạm nguy hiểm nhất.

Nếu bạn thích ăn mặn, tôi chỉ nói với bạn rằng, miếng thịt không có khả năng đem lại hạnh phúc cho bạn, mà hạnh phúc chính là ở nơi tâm bạn khi ăn miếng thịt.

Bạn ăn miếng thịt với tâm biết ơn nó và biết xấu hổ với nó, thì việc ăn thịt của bạn không phải là một tội lỗi, mà có khả năng chuyển hóa để tiến tới đời sống tốt đẹp.

Tại sao bạn phải biết ơn miếng thịt trước khi ăn, hay phải có cảm giác xấu hổ trước khi ăn nó. Biết ơn, vì chính nó giúp bạn sống, nên nó phải chết và bao nhiêu sinh vật khác cũng đã phải chết để tạo thành những miếng thịt nuôi dưỡng cho cái sống của bạn. Bao nhiêu sinh vật chết cho bạn sống, cho những người khác được sống, tự thân của cái chết ấy có một ý nghĩa rất lớn. Cái chết ấy chẳng khác nào cha mẹ chấp nhận hy sinh cho con cái được sống. Vì vậy, ta phải chấp tay cảm ơn và cầu nguyện cho miếng thịt trước khi ăn. Miếng thịt là một ân nhân của ta, ta đang thọ ân của nó và ta là kẻ hèn mọn hơn nó.

Bạn phải biết xấu hổ với nó trước khi ăn, vì sao? Vì trước mắt, miếng thịt có lợi cho sự sống của bạn, nhưng bạn sống chẳng có ích lợi gì ngoài việc đam mê ăn thịt. Và nếu bạn ăn nó với lòng tham và nhiều lý lẽ biện bạch, thì càng ăn thịt, thân bạn lại càng tội tệ và tâm bạn càng ngày càng trở nên độc ác, chai lì và trớ trêu.

Vì vậy, trước khi gắp một miếng thịt để ăn, bạn phải biết xấu hổ, thì việc ăn thịt của bạn chỉ là bắt đắ

dĩ, mà không phải là một sự thích thú. Vì bạn ăn để sống, nhằm làm một việc gì đó có ý nghĩa, để hồi hướng công đức cho miếng thịt và nhiều người đã lao tác để tạo nên một đĩa thịt trước mặt bạn, mà không phải bạn sống để ăn thịt.

Nếu bạn ăn thịt với sự hiểu biết, tâm từ bi và sự biết ơn sâu xa như vậy, những miếng thịt sẽ nhìn bạn mỉm cười và cảm ơn. Vì nhờ thông qua bữa ăn của bạn, mà miếng thịt trở thành một phần thân thể có khả năng hiểu biết, từ bi và đời sống hướng thượng.

Nếu bạn chỉ biết sống để ăn thịt, thì đời sống của bạn trở thành đời sống của cạp beo. Cạp beo ăn thịt để nuôi dưỡng bản năng và thú tính của nó theo nghiệp chủng, và tương lai nó lại trở thành những miếng thịt cho những con thú khác ăn nó. Bạn không nên ăn thịt theo bản năng, và nếu cần thì bạn cứ ăn, nhưng ăn với tâm lòng biết ơn và lòng đầy hổ thẹn.

Và nếu bạn thích ăn chay, thì tôi cũng chỉ nói với bạn rằng, những đĩa rau, không có khả năng đem đến

hạnh phúc cho bạn, mà chính là tâm bạn trong lúc ăn đĩa rau.

Đĩa rau đang đối diện trước mặt bạn là công lao của nhiều người và của nhiều sinh vật phải hy sinh mạng sống. Người trồng rau phải tốn nhiều công phu để chăm sóc luống rau của họ. Họ phải giành giựt rau với những loài sâu bọ, bằng những xịt thuốc độc, khiến bao nhiêu sâu bọ lăn ra chết, chỉ vì sâu bọ muốn ăn rau và con người cũng muốn ăn rau như sâu bọ.

Người nông dân xịt thuốc độc lên luống rau để bảo vệ luống rau của họ, không những chết những chú sâu bám rau để ăn, mà còn chết bao nhiêu sinh vật vô can đang chung sống với những luống rau ấy nữa. Không những vậy, mà đời sống của chú nông dân trước sau gì, cũng bị nhiễm chất độc của thuốc, mà hàng ngày chú đã sử dụng để xịt lên những luống rau của chú chăm sóc.

Đĩa rau đang đối diện trước mặt bạn không phải là đĩa rau hiện hữu đơn thuần, nếu hiện hữu đơn thuần

thì không bao giờ có đĩa rau, vậy làm gì có đĩa rau xanh cho bạn trong những bữa cơm.

Vậy, mỗi khi đối diện với đĩa rau để ăn, bạn phải chấp tay lại một cách thành kính, để biết ơn và cầu nguyện cho tất cả những gì đang có mặt trong đĩa rau ấy, khiến cho tất cả chúng đều được sinh ra trong cõi an lành và thánh thiện.

Bạn ăn rau với sự hiểu biết và tâm từ bi như vậy, thì những miếng rau mà bạn đang ăn, chúng sẽ nhìn bạn mỉm cười và cảm ơn bạn, vì chúng đã được bạn ăn và qua sự ăn của bạn, mà chúng được chuyển hóa từ thân thể và đời sống của một loài thực vật, trở thành những yếu tố của thân thể và đời sống của loài người có sự hiểu biết sâu và có tâm từ bi lớn.

Nếu bạn ăn rau mà thiếu sự hiểu biết và không có tâm từ bi, thì việc ăn rau của bạn, chẳng khác nào trâu bò ăn cỏ. Trâu bò ăn cỏ, thì chỉ nuôi lớn thân thể theo bản năng và đời sống hoạt động theo nghiệp chủng và tương lai bạn sẽ trở thành rau cỏ cho trâu bò và sâu bọ ăn lại.

Vậy, ăn chay hay ăn mặn là quyền bạn, nhưng bạn hãy nhìn kỹ tâm bạn, trước khi đôi đũa của bạn chạm vào đĩa rau hay đĩa thịt. Bạn ăn chúng với tâm nào, thì kết quả đời sống của bạn sẽ xảy ra cho bạn, đúng với cái tâm ấy. Mọi thực phẩm chỉ là điều kiện, tâm của bạn mới là tác nhân để cho mọi điều kiện trở thành.

Hãy thấy nước để dùng

Trong đời sống hàng ngày, ta lấy nước để uống, rửa mặt, súc miệng, tắm rửa, giặt giũ, tưới hoa, nấu cơm, pha trà, chế cà phê,... nghĩa là trong đời sống hàng ngày của chúng ta không thể thiếu nước. Như vậy, nước là ân nhân và là người yêu đích thực luôn luôn có mặt ở trong mỗi chúng ta, để giúp cho chúng ta đi, đứng nói cười, ăn uống, hát ca, làm việc và giúp cho ta ngay cả trong những giờ phút mà ta mơ mộng!

Không những vậy mà nó còn là người yêu và ân nhân của mỗi sinh vật và của mọi cỏ cây cũng như núi rừng nữa.

Không có nước, thì không thể có cây cối và núi rừng; và không có nước, thì không có bất cứ một sinh thể nào có thể tồn tại nơi trái đất này.

Như vậy, mọi sự sống không thể không có nước. Nước là một trong bốn yếu tố căn bản hỗ trợ cho sự có

mặt và tồn tại của mọi sinh thể và làm cho mọi sinh thể có sự lưu nhuận.

Nước thanh trong sẽ giúp cho đời sống con người sống lành mạnh, tươi vui, ít bệnh tật. Nhưng, ngày nay “cái gọi là thể giới con người văn minh”, chính cái ấy đã làm cho các nguồn nước bị ô nhiễm.

Các độc tố, do “cái gọi là con người văn minh khoa học” thải ra, đã ngấm xuống lòng đất, làm thay đổi chất đất hồn nhiên, trở thành chất đất ô nhiễm, độc hại; làm cho các mạch nước hồn nhiên dưới lòng đất, trở thành những mạch nguồn của nước ô nhiễm, độc hại; cây trái hút đất và nước ô nhiễm, độc hại ấy, để nuôi dưỡng nó, và rồi cây trái sẽ thải ra những chất ô nhiễm ấy từ những hoa lá của nó, khiến cho bầu không khí hồn nhiên của chúng ta đang thở đều trở thành bầu không khí ô nhiễm, độc hại.

Mọi thực phẩm căn bản nuôi dưỡng đời sống của con người đều đã trở thành độc hại, chúng bị độc hại ngay nơi những nguyên tố cấu thành nó, vì vậy bệnh tật của thể giới con người càng ngày càng xảy ra

thường trực và trở nên nguy khốn, mà không có một nền y học văn minh nào của thế giới con người có thể trị liệu dứt điểm. Người ta trị liệu hết chứng bệnh này, nó lại sinh khởi những chứng bệnh khác. Vì vậy, bệnh viện và nghĩa địa là những nơi mà con người ngày nay và con người tương lai sẽ đua nhau chạy tới mà không có một lực nào cản nổi.

Tại sao những nguy hại căn đở ấy lại xảy ra cho thế giới con người và muôn vật ở đây? Có người bảo rằng, những điều ấy xảy ra là do những vị thần thánh quả trách. Không, không phải như thế và một ngàn lần không phải như thế. Chúng ta đừng đổ lỗi cho các vị thần thánh mà mang thêm những cái tội vu không và hèn mọn. Thần thánh thì không còn tham dục, không còn sân hận và thù oán, lấy đâu mà trừng phạt con người. Nếu còn tham dục, sân hận và thù oán, thì hoàn toàn không phải là thần thánh, vì tham dục, sân hận và thù oán, chúng hoàn toàn thuộc về tâm ý của kẻ phạm tục.

Những nguy hại ấy xảy ra không phải do thần thánh mà do sự ngu muội của con người. Con người chạy theo chủ nghĩa thực dụng, chỉ thấy những cái lợi trước mắt, mà không thấy ngay trong những cái lợi trước mắt ấy, là kéo theo cả một chuỗi nguy hại.

Người xưa đã dạy cho ta rằng: “Phàm làm cái gì phải nghĩ đến hậu quả của nó”. Những hậu quả xảy ra cho việc làm của chúng ta, có cái xảy ra tức thì, nhưng có những cái xảy ra lâu dài.

Vì vậy, uống nước ta phải thấy được nước để uống; ăn cơm ta phải thấy được cơm để ăn; mặc áo ta phải thấy được áo để mặc; đi xe ta phải thấy được xe để đi; làm việc ta phải thấy cho được hậu quả của việc làm để làm; nói ta phải thấy được lời nói để nói và nghĩ ta phải thấy được ý nghĩ để nghĩ.

Tai họa xảy đến cho ta là do ta uống nước mà hoàn toàn không thấy nước để uống; ăn cơm mà hoàn toàn không thấy cơm để ăn; mặc áo mà hoàn toàn không thấy áo để mặc; đi ta hoàn toàn không thấy được cái đi để đi; làm việc ta hoàn toàn không thấy cái việc mình

làm để làm; nói ta không thấy được lời nói để nói; suy nghĩ ta không thấy được cái suy nghĩ để nghĩ. Vì do không thấy nước uống mà uống, không thấy cơm ăn mà ăn, không thấy áo mặc mà mặc, không thấy cái đi mà đi, không thấy được cái nói mà nói, không thấy được cái nghĩ mà nghĩ,... nên mọi hành xử của ta đều đem tai họa đến cho ta và cho cả nhiều người.

Lúc mới vào chùa tu học, Thầy tôi đã dạy cho tôi bài thi kệ rửa mặt và buộc phải học để thực tập, bài thi kệ ấy như sau:

“Dĩ thủy tẩy diện
Đương nguyện chúng sanh
Đắc tịnh pháp môn
Vĩnh vô cấu nhiễm”.

Nghĩa là:

*“Lấy nước rửa mặt
Xin nguyện chúng sanh
Được pháp môn sạch
Không còn nhiễm ô”.*

Bấy giờ tôi học thuộc lòng và đọc như vẹt, nhưng càng ngày càng lớn lên, được sự giáo dục của những bậc Thầy đi trước, tôi mới nhận ra rằng, đây là bài kệ không những giúp ta nhận diện sự có mặt của nước và còn thấy rõ những liên quan và tác dụng của nước đối với đời sống con người và hết thảy chúng sanh. Và qua sự thực tập bài thi kệ ấy, ta nuôi dưỡng được chất liệu trí tuệ và từ bi trong đời sống hàng ngày của ta.

Ta lấy nước rửa mặt, nhưng nước ở đâu để ta lấy? Nếu ta chỉ lấy nước rửa mặt mà không biết nước từ đâu mà có, để ta lấy, thì ta sẽ trở thành kẻ sống vô ơn và tâm từ bi của ta không thể sinh khởi.

Nước mà ta đang lấy để rửa mặt đó, nó không thể tự có và lại càng không thể có một cách đơn thuần, mà chúng có trong sự tương tác giữa các chúng sanh vô tình với vô tình, và giữa chúng sanh vô tình với chúng sanh hữu tình.

Ta lấy nước rửa mặt với cái thấy như vậy, thì việc lấy nước rửa mặt của ta là lấy nước trong cái thấy, và rửa mặt trong cái biết. Nên, ta biết ơn chúng sanh qua

nước và ta biết ơn nước qua chúng sanh. Ta hãy đứng hoặc ngồi yên lặng và cầu nguyện cho nước và hết thảy chúng sanh có liên hệ đến nguồn nước, mà ta đang sử dụng này, đều được đi vào cửa ngõ thanh tịnh của chánh pháp, vĩnh viễn không còn luân lưu vào những nguồn gốc nước ô nhiễm, mỗi khi ta đưa tay chạm vào vòi nước hay bất cứ nguồn nước nào.

Mỗi khi ta sử dụng nước, ta phải đưa cái thấy ấy, cái biết ấy, cái tâm ấy, tiếp xúc với chúng và ta có thể khuyến mọi người nên cùng nhau thực tập một cách thường trực và sâu sắc như vậy, ngay mỗi khi ta sử dụng nước cho bất cứ một công việc gì, lên hệ đến đời sống của ta và mọi người.

Ta và mọi người cùng nhau thực tập như vậy, không những chúng ta bảo vệ được đời sống an bình cho chúng ta mà chúng ta còn bảo vệ được sự thanh trong, vô nhiễm của mọi nguồn nước và sinh môi cho chúng ta và muôn loài nữa.

Con người vì vô minh, không biết được nước là nguồn sống và gia tài quý báu của mình, nên họ đã

chạy theo những cái thực dụng trước mắt, mà làm cho mọi nguồn nước nhiễm ô, khiến môi sinh cũng bị nhiễm ô toàn thể, gây thiệt hại lâu dài cho mọi sinh thể, thì chính bây giờ đây, con người phải đem cái thấy, cái biết sâu xa đối với nước, đối với chúng sanh mà bảo vệ đời sống con người, đời sống của mọi chúng sanh, bằng những phương pháp được biểu hiện cụ thể từ cái thấy, cái biết ấy.

Ta nên biết rằng, nước không những tạo ra sinh lực cho chúng sanh, mà còn có khả năng giúp cho chúng sanh làm sạch những gì dơ bẩn nơi khuôn mặt, cũng như những gì dơ bẩn trong đời sống của họ.

Trong truyền thống của các Tôn giáo, nước có thể trở thành nước thánh hay cam lồ bởi sự chú nguyện của các bậc thánh, sống đời thanh tịnh và từ bi.

Những giọt nước được rưới xuống từ nơi bình cam lồ của tâm từ bi ấy, chúng có khả năng rửa sạch bao nhiêu trần lụy, tai chướng cho chúng sanh ở nơi thế giới này, khiến cho những cây đã bị khô héo đều nở

hoa và tạo thành mùa xuân trở lại, và bao nhiêu sự ô nhiễm nơi cõi đời đều chuyển thành tịnh độ.

Nước là vậy, nên ta cần phải thấy được nước trước khi dùng. Nếu không, thì không những tội cho nước, mà còn tội nghiệp cho đời sống của chúng ta và cả muôn loài.

Con giận từ đâu tới

Con giận của ta từ đâu tới? Từ nơi thương mà tới.

Ta thương ai mà người ấy không đáp lại, thì con giận liền đi tới. Từ nơi tham mà con giận bước tới. Ta tham đối với bất cứ cái gì mà không được thỏa mãn, thì con giận trong ta liền bước tới. Từ nơi nghi ngờ mà con giận đi tới. Ta nghi ngờ đối với cái gì, thì khi ta tiếp xúc với cái ấy là con giận xuất hiện nơi ta. Từ nơi tiếp xúc không như ý mà con giận đi tới. Bất cứ cái gì ta tiếp xúc mà không như ý, thì con giận đi tới. Từ nơi chấp ngã mà con giận đi tới. Từ nơi tà kiến và chấp kiến mà con giận đi tới. Và từ nơi chấp pháp mà con giận đi tới. Nghĩa là con giận có thể đi tới với ta bất cứ lúc nào và ở đâu, khi ở nơi đó và lúc đó ta có chấp ngã và chấp pháp.

Chấp ngã là cho năm uẩn này là ta; cho kiến thức này là ta; cho tư tưởng này là ta; cho những nhận thức này là ta; cho vị trí này là ta; cho danh dự này là ta;

cho nhân cách này là ta,... Vì vậy, cái ta là tụ điểm cho mọi cơn giận xuất hiện và đi tới. Cái ta càng lớn, thì sự giận dữ càng nhiều và càng bén nhọn.

Chấp pháp là cho rằng, pháp ta đang sống là tối thượng, pháp của người kia đang sống là thấp kém; pháp của thầy ta là tối thượng, pháp của thầy người kia là thấp kém,... Vì vậy mà sanh ra sự tranh cãi, từ tranh cãi dẫn sinh tranh chấp, từ tranh chấp, nên có thắng bại. Người thắng sinh kiêu hãnh, kẻ bại sinh giận dữ, oán thù. Chính kiêu hãnh là đối tượng của giận dữ và oán thù đi tới.

Ở trên đời không có bất cứ một bậc có trí nào tuyên bố rằng, những kẻ sống với tâm thường giận dữ là thông minh và có lợi ích cả.

Trái lại, người đời thường nói với nhau rằng: “Giận thì mất khôn”. Và kinh Hoa Nghiêm thì nói: “Một ngọn lửa sân đốt cháy cả rừng công đức” hay “Một niệm sân ở nơi tâm khởi lên là mở ra trăm vạn cửa ngõ cho nghiệp chướng”.

Bản ngã của ta càng to, thì đời sống dễ thương của ta càng teo lại; bản ngã của ta càng to thì sự giận dữ của ta có thể bùng ra bất cứ lúc nào, và bất cứ ở đâu đối với bất cứ ai.

Kinh nghiệm cho ta thấy rằng, sự nôn nóng hay nhiệt tình của ta đối với một công việc nào đó hay với ai đó, là một hình thức khác của giận dữ. Nôn nóng hay nhiệt tình đối với công việc gì đó, với ai đó là một hình thức khác của ái dục. Ái dục là một hình thức khác của giận dữ. Ái dục thì săn đuổi, kiếm tìm, thèm khát, hung hăng và mất bình tĩnh. Hung hăng và mất bình tĩnh là một hình thức khác của giận dữ. Ái dục là ghen tuông. Ghen tuông là một hình thức khác của giận dữ. Ái dục là ích kỷ. Ích kỷ là một hình thức khác của giận dữ. Do ái dục, thèm khát và ích kỷ mà cơn giận dữ đi tới.

Giận dữ là xấu, là bất thiện. Giận dữ làm cho hạnh phúc của ta tan biến; làm cho gia đình của ta vỡ tan và làm cho xã hội nổi loạn.

Ở trong đời, chỉ có những kẻ ngu mới thường nổi lên những cơn giận dữ và làm cho cơn giận dữ nổi lên. Do cơn giận, người ta tự tử. Người tự tử do cơn giận, không ai bảo rằng, người ấy thông minh cả.

Bất mãn gia đình mà nổi giận, thì thử hỏi đến khi nào ta mới hết nổi giận. Vì gia đình là nơi dễ nổi giận nhất, tại sao? Vì nơi đó là nơi dễ thương nhất của ta. Do là nơi dễ thương, cho nên là nơi dễ nổi giận. Nếu không thương, thì lấy cái gì để giận và không giận thì lấy cái gì để thương.

Có những người bất mãn với xã hội mà nổi giận với gia đình và nổi giận luôn đối với chính mình. Giận như vậy, gọi là sân những. Ấy là sự những lạm của lòng sân. Ở đời người ta không phải chỉ có tham mà còn có tham những, tức là những lạm của lòng tham. Người ta không phải chỉ những lạm về tiền bạc mà còn những lạm đối với sắc dục, đối với quyền lực, và ngay cả ăn uống, ngủ nghỉ. Mỗi khi đối với những cái ấy người ta những lạm không được, thì cũng từ nơi những cái ấy mà lòng sân khởi lên. Và mỗi khi sân đã

khởi lên, mà không có phương pháp phòng hộ và chuyển hóa, thì sân những sẽ khởi lên. Sân những đã khởi lên, thì si những cũng từ đó mà phát khởi.

Các bậc Thánh trí nói: “Tham sân si là nguồn gốc của mọi tội lỗi và khổ đau”. Thế mà con người thời nay, không những chỉ có tham sân si, mà còn phát triển tham thành tham những, phát triển sân thành sân những và phát triển si thành si những, thì thử hỏi mọi gốc rễ tội lỗi, chúng to lớn đến chừng mức nào và mọi khổ đau của thế giới con người hiện nay đến khi nào mới hết?

Và nếu ta ngồi giữa thế giới này mà buồn và giận, thì đến khi nào ta mới hết buồn và giận. Người đời sống với tâm lòng không tham, ta mới ngạc nhiên, chứ họ sống với lòng tham, thì có gì để ta ngạc nhiên mà buồn và giận họ. Người đời họ sống với lòng không sân, ta mới ngạc nhiên, chứ họ sống với lòng đầy sân hận, thì có gì để ta ngạc nhiên mà buồn và giận họ. Người đời họ sống với lòng không si, ta mới ngạc

nhiên, chứ họ sống với lòng đầy si mê, thì có gì để ta ngạc nhiên mà buồn và giận họ.

Có khi nào ta giận những chú chim bay trên trời và những chú cá ở dưới nước, những chú cọp ở trên rừng không nhỉ? Nếu ta có những cái giận ấy, thì chính ta đã rơi vào tình trạng của sân nhũng và si nhũng rồi đấy!

Cũng vậy, trong đời sống xã hội, có người giàu, có người nghèo, có người giỏi, có người lếu, có người cao, có người thấp, có người mập, có người ốm, có người tham, có người không tham, có người đạo đức, có người không đạo đức, điều đó có gì là lạ, có gì là đáng ngạc nhiên?

Điều đáng ngạc nhiên là ta đòi hỏi một xã hội bình đẳng? Và nếu xã hội không có bình đẳng theo kiểu của ta là ta buồn và ta giận! Xã hội bình đẳng là xã hội vẽ trên giấy. Và thực hiện một xã hội bình đẳng là thực hiện trên giấy hay là một xã hội chết.

Một xã hội sống là một xã hội luôn luôn sinh động. Xã hội sinh động là một xã hội của sai thù, vạn biệt. Một xã hội sai thù, vạn biệt là một xã hội hấp dẫn và

đẹp. Trong một xã hội sai thù vạn biệt ấy, mỗi thành viên tự điều chỉnh và hoàn thiện sự có mặt của mình để tạo nên một xã hội bông hoa tốt đẹp và đa dạng.

Ta đừng hiểu bình đẳng xã hội theo kiểu bắt buộc dê đực phải có chửa như dê cái. Và nếu dê đực không có chửa như dê cái, thì ta buồn và giận nó. Cái buồn và cái giận của ta như vậy, không khởi sinh từ chân lý của cuộc sống, mà do từ ảo tưởng, và do từ những ảo tưởng về bình đẳng vẽ trên giấy, viết ở trong sách và bị nhồi sọ ở trong các học đường.

Nước thì lỏng, lửa thì nóng, đất thì khô, gió thì chuyển động, chim thì bay, cá thì lội. Cái sai biệt và không bình đẳng của mọi vật ở giữa thế gian như vậy, là chân lý và công lý của chúng.

Mọi sự vật hiện hữu từ bản thể của nó và mọi hiện tượng của nó đều là hiện tượng của bản thể. Mọi tác dụng của nó đều là những tác dụng của bản thể, nên nó an trú đúng vị trí của nó. Nó không lạm dụng cái khác, nó chỉ làm đúng vị trí của nó. Chính vì vậy, nó hiện hữu mà không làm trở ngại những cái hiện hữu khác.

Đối với xã hội con người cũng vậy, chúng chỉ có thể trở nên trật tự và tốt đẹp, khi nào mỗi người hãy tự mình làm cho tốt đối với những gì ngay ở nơi vị trí của mình và đừng bao giờ lạm dụng những công việc không phải là công việc và vị trí của mình.

Mỗi người hãy tự mình làm đúng vị trí của mình, chỉ có hổ dụng mà không có ai lạm dụng cái của ai, thì cái giận sẽ không bao giờ phát sinh. Cái giận trong mỗi người đều không có chỗ tới mà cũng không có chỗ về. Cái giận ở nơi mỗi người tự rỗng lặng, và mỗi người đang ở trong mỗi thế giới thân thang. Tự do không đòi hỏi mà tự có, bình đẳng không mong đợi mà tự thành, khổ đau không có ai xua đuổi mà tự tan và công lý tự hiển lộ không cần có kẻ thi hành. Hạnh phúc đích thực của con người và xã hội của nó chính là cái ấy. Cái ấy không bao giờ có chỗ đến và cũng không bao giờ có chỗ về.

Niềm tin và tình yêu

Bạn không tin vào một cái gì đó, thì bạn không thể thân cận với cái đó. Không thân cận, thì tình thương nơi bạn không thể phát sinh đối với cái đó. Và mỗi khi tình thương của bạn đối với cái đó không sinh khởi, thì tình yêu của bạn đối với cái đó cũng hoàn toàn vắng mặt.

Bạn tin vào một cái gì đó, thì bạn mới thích tiếp xúc và thích thân cận. Do thích tiếp xúc và thân cận, mà bạn có cảm tình, do có cảm tình mà tình thương trong bạn sinh khởi đối với cái ấy và bạn luôn nghĩ về cái ấy. Mỗi khi sự nhớ nghĩ của bạn về cái ấy quá keo đậm, cái chất liệu quá keo đậm của tình thương ấy là tình yêu. Bấy giờ tình yêu dẫn đường cho đời sống của bạn, bạn hoàn toàn bị phụ thuộc vào tình yêu. Bạn là tình yêu. Những người khác không phải là bạn, họ nhìn vào những hành động của bạn, cho cái bạn đang yêu là ngớ ngẩn và dại khờ.

Mỗi khi tình yêu đối với cái gì đó đã có mặt trong tâm bạn, bạn sẽ bám lấy hình ảnh của đối tượng ấy và

bạn tìm đủ mọi cách, làm cho đối tượng ấy hiện hữu trong bạn, bằng đơn phương hay song phương.

Bạn không tin đức Phật, bạn không bao giờ có tình yêu đối với Ngài. Bạn không tin Thượng đế, bạn không bao giờ có tình yêu đối với Thượng đế. Bạn không tin vào ai đó, và cái gì đó, bạn sẽ không bao giờ có tình yêu đối với người đó, đối với cái đó. Và bạn không tin vào bất cứ cái gì, thì bạn sẽ không bao giờ có tình yêu đối với bất cứ cái gì cả.

Vậy, tình yêu của bạn hay tình yêu của mọi người do đâu mà có? Do tin tưởng. Không có tin tưởng, thì mọi ngôn ngữ và cảm giác của tình yêu hoàn toàn vắng mặt hoạt động trên bề mặt ý thức của bạn.

Tình yêu của bạn đối với ai đó, đối với cái gì đó, bị giảm dần và chết điếng là do tâm của bạn nghi ngờ và mất niềm tin. Bạn tin ai đó, tin cái gì đó, mà không hiểu được căn kẽ đối với chúng, thì khi bạn nghe một ai đó, một người nào đó, nói xấu hay chỉ trích người hoặc đối tượng, mà bạn đang tin tưởng ấy, là tâm nghi của bạn liền phát sinh đối với người ấy và đối với cái ấy.

Nghi ngờ thì không thân cận và tránh xa, đó là phản ứng rất thật của mọi tâm lý trong mọi lứa tuổi. Và mất niềm tin là bắt đầu từ những sự nghi ngờ. Mất niềm tin là nỗi thất vọng và đau khổ lớn nhất của tình yêu.

Thú vị và bền vững của mọi thứ tình yêu không đến với bạn từ những sự tin tưởng đơn thuần, mà đến với bạn từ sự tin tưởng luôn luôn được đi kèm với sự hiểu biết.

Bạn tin vào một cái gì đó, một ai đó mà có tư duy, có gan lộc, có sự nhìn sâu vào đối tượng để hiểu, thì niềm tin của bạn đối với cái đó, đối với người đó, không bị rơi vào những cạm bẫy của mù quáng, hay của những chất liệu tâm lý thất vọng và khổ đau.

Tình yêu sinh khởi trong bạn, từ nơi niềm tin có gan lộc, có sự hiểu biết sâu lắng và sáng trong, chúng sẽ tạo ra tuổi thọ hạnh phúc cho bạn, không phải chỉ lâu dài, mà còn cả tuyệt diệu nữa.

Do đó, niềm tin là chất xúc tác cho tình yêu hiện hữu. Và tình yêu hiện hữu lâu dài và tuyệt diệu, thì không phải chỉ có niềm tin đơn thuần, mà còn phải có mặt của trí tuệ nữa.

Vi Tính:

Quảng Huệ

Bản In:

Tâm Dung

Công ấn:

Phật tử Đạo tràng Liên Hoa, chùa Đức Hậu
(Linh Sơn Tự), Sóc Sơn - Hà Nội.