

Trích ghi chép từ Trà Đạo Bửu Long (ngày 04/08/2016)

- Trích ghi chép từ Trà Đạo Bửu Long
(ngày 04/08/2016)
- *Tác giả:* Viên Minh

1. Trong Thiền Đại Tông Sư của Trang Tử Nam Hoa Kinh có nói: Giải thể, bỏ thông minh, lìa hình, bỏ trí, đồng với Đạo lớn, đó gọi là "tọa vong" (ngồi quên tất cả) có phải như thế nghe có vẻ trái với chánh niệm tỉnh giác?

- “Tọa Vong” như thế nếu hiểu đúng nghĩa theo đạo Phật thì gọi là "an trú Tánh Không" mà đức Phật đã dạy. Đây không phải là cái không của 4 thiền vô sắc do tướng trong định mà trước kia khi chưa hoàn toàn giác ngộ đức Phật cũng đã từng an trú, nhưng sau khi giác ngộ Ngài "an trú Tánh Không" sâu sắc hơn. Vì bây giờ là "an trú Tánh Không" của tự tánh Rỗng Lặng Trong Sáng mà đức Phật gọi là Tâm Chói Sáng (Pabhassara Citta) an nhiên tịch tịnh. Đây là bản chất rỗng lặng trong sáng hoàn toàn tự nhiên của tâm. Khi tâm hoàn toàn buông thư, vô vi, vô ngã thì nó trở về với Tánh Không mà Thiền Tông gọi là Vô Tâm hay Vô Sự. Đó cũng là Chánh Định: “Định này tịch tịnh, vi diệu, vắng lặng, nhất tâm, không điều kiện, không đối kháng, không trở ngại”.

Trong Thiền Tông, phái Tào Động có pháp thiền "Tịch Chiếu": Trong ngồi chỉ ngồi thôi chính là đã đầy đủ định tuệ, lúc đó tu chứng là một, chứ không có chỗ tu, không có chỗ chứng, vì thân tâm đã nhất như. Đức Phật dạy trong thấy chỉ thấy, trong nghe chỉ nghe, không có bản ngã trong đó... thì ngay đó chính là Đạo, là Quả, là Niết-bàn. Tọa Vong, Tịch Chiếu, an trú Tánh Không, thư giãn buông xả... tuy khác nhau trên ngôn ngữ nhưng trong thực chứng rốt ráo thì vẫn không khác. Đó mới thật là chánh tuệ, chánh định trong Bát Chánh Đạo. Trong Thiền Tông có hạnh tu gọi là "vô công dụng hạnh" (tức vượt ngoài dụng ý, dụng công, hoàn toàn vô vi vô ngã. Nên cũng còn gọi là "Tu vô tu, chứng vô chứng").

Bên Đạo Thiên Chúa, “Nguyện” là tâm thái hoàn toàn buông bỏ bản ngã để thể nhập với Chúa Trời, hoàn toàn giao phó linh hồn cho Thiên Chúa... thực ra lúc đó cũng là một hình thức “Tọa Vong”, và nếu thực sự vô vi vô ngã thì gọi đó là "an trú Tánh Không", là "buông thư rỗng lặng" hay "tịch chiếu” gì cũng được, vì khi đã hiểu được nội dung thì ngôn ngữ không còn là ranh giới nữa. Phân biệt này nọ chỉ là muốn khẳng định Tôn giáo mình hay nhất, cao nhất... nhưng chẳng qua cũng chỉ là thói thường phân biệt của bản ngã mà thôi. Xem ra “Tọa Vong” mà nội dụng là "Giải thể, bỏ thông minh, lìa hình, bỏ trí, đồng với Đạo lớn” thì còn cao hơn thiền định của Bà-la-môn vì định này có mục đích hữu vi hữu ngã, là pháp tu tập luyện để tiểu ngã trở thành Đại Ngã, nên vẫn còn trong Tam Giới... Trong khi Lão Tử, Trang Tử hay phái Tào Động nếu hành đúng thì cũng là vô vi vô ngã.

2. Con thấy một trường phái thiền của Bà-la-môn cũng ngồi hoàn toàn buông xả bản ngã để hoà nhập vào sự an lạc của Đấng Phạm Thiên, tức Thượng Đế, thì đâu khác Tọa Vong hay An trú Tánh Không?

- Ở đây, đang nói về mặt giống nhau và ưu điểm trong “Tọa Vong” của Trang Tử, "Huyền Đồng" của Lão Tử, “Tịch Chiếu” của Tào Động hay “Nguyện” của Đạo Thiên Chúa so với "an trú Tánh Không" mà Đức Phật đã dạy thôi.

Còn về mặt khác nhau, rất dễ bị nhầm lẫn. Nếu một người cứ “Tọa Vong” hay “Tịch Chiếu” chỉ để hưởng thụ sự tĩnh lặng hoàn toàn cũng bị rơi vào “trầm không trệ tịch” trở thành tham đắm trong trạng thái tĩnh lặng, lúc nào cũng tranh thủ ngồi Thiền để hưởng sự an lạc của Thượng Đế hay của đấng Phạm Thiên nên tuy bỏ tiểu ngã nhưng thực ra là đồng hoá với cái Ngã vĩ đại hơn. Như vậy trong vi tế vẫn còn chỗ bám trụ. Trong khi “an trú Tánh Không” hoàn toàn khác, ở đó Ngã, Pháp đều không, như Lục Tổ nói “Bản lai vô nhất vật” vậy. Trong Vi Tiểu thầy có viết câu chuyện “Đấng Phạm Thiên Bất Động” như thế này:

“Thiên Sư xuống trần thấy một đạo sĩ Yoga đang tuyệt thực, ngồi ngay ngắn trong một tịnh thất kín đáo yên tĩnh, thân tâm bất động.

Thiên Sư hỏi:

- Đạo sĩ ngồi như vậy để làm gì?

- Để thể nhập đấng Phạm Thiên.

Thiên Sư ngơ ngác nhủ thầm:

Thượng đế ban cho con người mọi hoạt động như đi, đứng, ngồi, nằm, uống, ăn, đưa tay lên, để tay xuống, chân co lại, duỗi ra, mắt nhìn lui nhìn tới... mọi thứ đều uyển chuyển tự nhiên, biến hoá vô cùng để giúp con người học ra mọi tình huống của đời sống mà qua đó họ đều thể nhập được với Thượng đế, sao đạo sĩ này cứ ngồi một chỗ mà nói để thể nhập Thượng đế nhỉ? Thượng đế (Pháp Tánh) thì ở khắp mọi nơi, còn Tâm thì vốn rỗng lặng trong sáng, như vậy “khi xúc chạm việc đời, tâm không động không sâu, tự tại và vô nhiễm” mới là thể nhập Pháp Tánh chứ đâu phải ngồi yên bất động để mong cầu thể nhập Pháp Tánh? Suy nghĩ mãi, Thiên sư mới chợt hiểu ra rằng đạo sĩ này muốn Thượng đế nhập ông ta chứ không phải ông thể nhập Thượng đế. Nghĩa là đạo sĩ muốn Thượng Đế cũng phải theo ý của mình mới được!”

Mong muốn luôn sống trong an lạc chính là chủ trương luận thuyết “hiện tại lạc”, một trong 62 tà kiến mà đức Phật đã đề cập trong Kinh Phạm Võng. Trong khi “An trú Tánh Không” là tâm rỗng lặng trong sáng trong đi đứng ngồi nằm, trong mọi hoạt động tự nhiên, vô tâm, nên tuy có mà không, cái không rỗng lặng mọi ý đồ của bản ngã, thì ngược lại “thể nhập an lạc” của đấng Phạm Thiên vẫn thì vẫn còn chỗ để bám trụ dù đó là chỗ bám cao siêu nhất. Vậy ở đây, không nên đánh đồng các nguồn thiền khác nhau mà cần thấy ra những điểm đồng nhất và dị biệt... Thực ra khi nói đến thiền định Bà-la-môn là thầy muốn ám chỉ cách tu tập với mục đích tiểu ngã trở thành đại ngã thôi chứ thực tế vẫn có không ít Bà-la-môn tu tập đúng hướng hơn những người tu theo Phật nhưng không đúng hướng.

Người sống theo Phật pháp phải nắm thật vững nguyên lý giác ngộ giải thoát mới không bị nhầm lẫn hay tha hoá... Trong Thiền Đông Độ, “Tịch Chiếu” của Tào động đôi khi cũng bị lên án vì phần lớn người thực hành đặt nặng “Tịch” hơn “Chiếu” nên sinh ra trì trệ. Ngài Huệ Năng đã tiên đoán trước và nói rằng “trụ tâm quán tịnh” là bệnh chứ không phải Thiền. Nếu ngồi buông thư tự nhiên để tâm rỗng lặng trong sáng hoà nhập vào sự tịch tịnh của Pháp Chân Đế thì không sai. Nhưng nếu muốn ngồi trụ tâm để được lạc được tịnh thì tất nhiên không đúng.

3. Phật dạy Ngài Xá Lợi Phất về an trú tánh Không trong tứ oai nghi, có phải là chánh niệm tỉnh giác trong tứ oai nghi?

Thực ra không phải chỉ chánh niệm tỉnh giác trong 4 oai nghi mà là chánh niệm tỉnh giác trong tất cả các oai nghi, tất cả mọi hoạt động. Trong tất cả mọi hoạt động mà tâm vẫn rỗng lặng trong sáng là an trú Tánh Không.

Có 4 cách an trú Tánh Không với tinh tấn chánh niệm tỉnh giác:

1. Thận trọng chú tâm quan sát là an trú Tánh Không trong 4 oai nghi và trong mọi hoạt động.
2. Trở về trọn vẹn tỉnh thức với thực tại là an trú Tánh Không trong lúc nghỉ ngơi vô sự.
3. Trong lãnh định tỉnh sáng suốt là an trú Tánh Không khi mở tâm ra với vạn pháp.
4. Rỗng rang lặng lẽ trong sáng là an trú Tánh Không khi hoàn toàn thư giãn buông xả.

Như vậy, có thể an trú Tánh Không ở trong tất cả mọi hoạt động, trong các oai nghi đi đứng ngồi nằm chứ không phải chỉ ngồi mà thôi.

Trong nhiều tình huống khác nhau nhưng mỗi khi bắt gặp tâm trống vắng trong sáng thì đều giống nhau. Thậm chí có lúc trong chiêm bao gặp một tình huống cực kỳ nguy hiểm bỗng nhiên cũng rơi vào tâm hoàn toàn trống vắng trong sáng. Thực ra, trong đời sống bình thường, tâm trống vắng trong sáng mà đức Phật gọi là Pabhassara Citta này, vẫn luôn soi sáng tự nhiên, nhưng do lý trí vọng thức che lấp nên không thấy ra thôi. Bấy giờ mọi lúc mọi nơi dù đi đứng ngồi nằm ngồi hay mọi hoạt động tâm đều có thể trống vắng trong sáng được. Người ta thường không biết rằng đức Phật dạy chỉ cần “an trú chánh niệm trước mặt” trong các oai nghi, trong các sinh hoạt hàng ngày để loại khỏi tâm mọi lậu hoặc (tức mọi ý đồ của bản ngã) là người làm chói sáng khu rừng Gosinga chứ không phải đạt được các sở đắc cao siêu như đa văn, thiền định, thần thông... (Tiểu Kinh Rừng Sừng Bò). Nếu một người có tâm trong lành, định tĩnh, sáng suốt thì mọi hoạt động đều thanh tịnh trong sáng chứ không cần phải nỗ lực để mong cầu đạt được sở đắc. Chẳng hạn câu chuyện Ngài Anan khi cố gắng hành thiền để mau đắc quả A-la-hán hầu được tham dự kết tập Tam Tạng thì chỉ bị căng thẳng thôi nên không thể nào đắc được, nhưng khi buông xuống mọi ý đồ để nằm nghỉ ngơi thì ngay đó tâm liền trống vắng trong sáng và hoát nhiên đắc Đạo Quả A-la-hán.
