

Ghi chép từ Trà Đạo Bửu Long (ngày 02/08/2016)

- Ghi chép từ Trà Đạo Bửu Long
(ngày 02/08/2016)
 - Tác giả: Viên Minh
-

1/ Tà định là khi định có mục đích bất thiện. Nhưng trong lúc hành thiền không có bất cứ ý niệm bất thiện nào thì mới vào định được. Chỉ cần có 1 tâm sở bất thiện không thể nào vào định được. Vậy tà định và chánh định khác nhau chỗ nào?

- Tà định thường được hiểu theo nghĩa có động cơ và mục đích xấu, nhưng tà định nói chung chỉ có nghĩa là không phải chánh định thôi. Vì vậy, nên nói “không phải chánh định” chính xác hơn là nói tà định chung chung. Ngoài trừ tà định trong Phật giáo còn phân biệt phàm định với Thánh định, phàm định là định tuy tốt nhưng còn hữu vi hữu ngã, do hành giả cố gắng tập trung tâm trên một đề mục, hay trấn áp tâm để đắc các thiền chi. Thông thường định này có mục đích mong cầu đạt được các trạng thái định lý tưởng nào đó, nên chưa hẳn là chánh định (theo Bát Chánh Đạo) mà chỉ đưa đến thiền sắc giới, vô sắc giới, còn nằm trong Tam giới, tức vẫn còn vô minh ái dục, có thể gọi là vô minh ái dục cao cấp, nó còn nguy hiểm hơn vô minh ái dục thô thiển, nên vẫn còn “hữu ý, hữu tướng, hữu tác, hữu cầu”.

Chánh định là định đúng hướng “không, vô tướng, vô tác, vô cầu” mà đức Phật dạy, vì vậy chỉ cần thân thư giãn, tâm buông xả mọi ý đồ trở thành của bản ngã để trả tâm về với bản chất thanh tịnh vắng lặng tự nhiên của nó, nên gọi là định vô vi vô ngã. Lúc đó tâm tự thấy đề mục (như sự thở vô thở ra chẳng hạn) hoặc chính tâm thái tịch tịnh là đề mục. Để tâm tự yên, không cần cố gắng nỗ lực dụng công, chỉ buông ra thì tâm liền tự lắng dịu và tự đi vào định, cũng không cần phải biết tâm vào loại định nào, mà để tâm tự định, có thể đi đến định cao nhất, nhưng cũng không cần khởi khái niệm phân biệt đó là định cao hay thấp. Khi vào định tự nhiên này thì tâm vừa rỗng lặng vừa trong sáng, nên gọi là định hay tuệ gì cũng được, hoặc có khi định tuệ nhất như, có khi yếu tố tuệ trội hơn thì sáng suốt thấy rõ Pháp, khi yếu tố định mạnh hơn thì vào định dễ dàng. Dù thế nào vẫn là vô vi vô ngã.

Trong Bát Chánh Đạo, khi có chánh kiến thì có chánh tư duy, khi có chánh tư duy thì có chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng nhờ đó tâm tự động ổn định (chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định). Nên Bát chánh đạo là một chuỗi liên hoàn không tách rời ra để tu từng phần. Sở dĩ đức Phật dạy tinh tấn, chánh niệm, tỉnh giác (chánh kiến) trong Kinh Tứ Niệm Xứ, vì đó là 3 yếu tố dẫn đầu trong Bát Chánh Đạo. Khi hành giả sử dụng 3 yếu tố dẫn đạo này thì những yếu tố khác tự động trở thành chánh, tức là tự động có chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp,

chánh mạng và chánh định một cách hoàn toàn tự nhiên. Nếu hiểu đúng nguyên lý đức Phật dạy thì việc tu tập trở nên rất dễ dàng, dường như tự động, nên mới gọi là “không, vô tướng, vô tác, vô cầu”.

Thời kỳ đầu đức Phật chỉ giảng những nguyên lý tinh yếu như Tứ Diệu Đế, Vô Ngã Tướng, Pháp duyên khởi, 5 uẩn, 18 giới, Bát chánh đạo... để người nghe thấy ra sự vận hành tương giao hoặc mối quan hệ của thân-tâm-cảnh mà không bị lầm lạc trong đó. Trong Kinh Đoạn Giảm, đức Phật nói rất rõ, một người đắc sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền cho đến Phi tướng phi phi tướng xứ, đó không phải là hạnh đoạn giảm, đối với các bậc Thánh đó chỉ là hiện tại lạc trú thôi. Còn hạnh đoạn giảm là hạnh đối trị những sai lầm, bất thiện đưa đến phiền não khổ đau, nhờ thấy Pháp mà tùy duyên chuyên hoá một cách tự nhiên và tương đối, chứ không xem thiền định là mục đích tuyệt đối để mong cầu mà ngoại đạo thường cố gắng đạt được như mục đích cuối cùng. Nói tà định là ý như vậy. Cũng như 62 tà kiến, thực ra mỗi kiến đều có chỗ đúng nhưng sở dĩ trở thành tà kiến là do chấp một chiều “chỉ như vậy mới đúng”.

Thí dụ pháp vẫn có thường, có đoạn nhưng chỉ chấp thường thôi hoặc chấp đoạn thôi, hoặc chấp vừa thường vừa đoạn là sai. Với tà kiến hữu biên, vô biên cũng vậy, v.v... Sai ở chỗ chấp một chiều như người mù sờ voi. Sờ cái tai mà cho đó là con voi thì sai, nhưng là cái tai voi thì vẫn đúng. Sờ cái chân voi giống cây cột thì đúng, còn nói con voi giống cây cột mới là sai. Nhiều người đọc kinh nghe Phật nói 62 tà kiến thì tưởng những kiến ấy là sai lầm, nhưng thực ra chúng cũng đúng nhưng đúng cục bộ, phần diện, một chiều thôi mà tưởng là toàn diện nên mới gọi là tà kiến. Nếu người thấy được sự tổng hợp toàn diện 62 kiến đó đúng với vị trí của mỗi phương diện thì lại là người có chánh kiến.

Cũng vậy, tà định có khi không hoàn toàn là xấu, nhưng sở dĩ gọi là tà vì không đúng hướng chánh đạo: viển ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, chánh trí, giác ngộ, Niết-bàn, mà chỉ hướng đến đạt sở đắc này, sở đắc kia làm cho bản ngã ngày càng tăng trưởng... nên mới gọi là tà định.

2/ Mục đích ngồi thiền là phải đạt được các tầng thiền từ sơ thiền đến tứ thiền. Vậy sai chỗ nào? Có mục đích rõ ràng mới thiền được.

- Tại sao chỉ hướng hành giả đến mục đích đạt được các tầng định, trong khi có thể hướng họ đến tuệ tri Bốn Sự Thật? Thí dụ Ngài Xá Lợi Phất hướng dẫn tâm một người sắp lâm chung khiến sau khi chết người ấy sinh lên cõi Trời, nhưng bị Đức Phật quở trách, lẽ ra không nên hướng tâm người ấy đến cõi Trời mà có thể hướng tâm ông ta đến đạo quả Tu-đà-hoàn. Mục đích các tầng định chỉ là hiện tại lạc trú và thần thông chứ không hướng đến giác ngộ giải thoát, nên vẫn còn là những kiết sử sắc ái, vô sắc ái. Phật tùy căn cơ người tâm vọng động mà khuyên họ thiền định như pháp đối trị thôi. Với người khác như Bàhiya, Vakkàli Phật không dạy thiền

định, mà dạy thấy biết như thực hoặc chỉ cho thấy ngũ uẩn là vô thường, khổ, vô ngã... thì liền giác ngộ giải thoát.

Vì tâm loạn nên mới thích định, nhưng cố trấn áp khối tham sân si quá nặng nên kết quả của sự dồn nén chỉ là... tẩu hỏa nhập ma! Còn nếu đạt được định thì cũng chỉ là lấy đá đè cỏ nhưng lại dễ bành trướng đại ngã, chứ không thể giác ngộ giải thoát được.

Tất cả phương pháp thiền định là do các vị thiền sư sau này tự đặt ra dựa theo Chú Giải. Thí dụ cách đếm hơi thở không có trong chánh kinh mà do người sau mô phỏng theo cách tu thiền định của Bà-la-môn để chế định ra. Nếu biết cách thì định phát huy trong khi đi đứng ngồi nằm và tất cả mọi hoạt động đều được cả, nghĩa là chỉ cần thận trọng (giới), chú tâm (định), quan sát (tuệ) một cách tự nhiên trong mọi lúc mọi nơi thì định ngày càng kiên cố. Nên nếu hành như vậy một thời gian thì tự động ngồi đâu định cũng tự đến một cách dễ dàng.

Cách dạy của đức Phật ngược với cách dạy của thế gian là Ngài dạy từ cao xuống thấp dần, chứ không từ thấp lên cao. Tức Ngài dạy những nguyên lý thực tánh rốt ráo như Tứ Diệu Đế, Vô Ngã... trước rồi mới nói dần các pháp môn tùy theo trình độ thấp dần, như vậy mới không mất thời gian của vị căn cơ đã chín mùi.

Trong Bát chánh đạo, 8 yếu tố đi chung với nhau, không tách thiền định riêng để tu như đạo Bà-la-môn. Các yếu tố giới định tuệ luôn hợp nhất trong Bát Chánh Đạo, nên khi đã thấy rõ các yếu tố then chốt này thì có thể tùy lúc cần thiết mà gia giảm từng yếu tố cho phù hợp với hoàn cảnh, đó chính là biết điều chỉnh nhận thức và hành vi. Vì về sau các tông phái tách rời các yếu tố trong Bát Chánh Đạo ra để tu riêng nên mới gọi là thời Mạt Pháp. Mạt là tách ra từng nhánh ngọn riêng, từng chi Pháp riêng mà hành, như niệm Phật thì niệm Phật không thôi, thiền định thì thiền định không thôi... với mục đích sở đắc lý tưởng của mình mà trở thành hữu vi hữu ngã.

Chánh định là trạng thái vô vi vô ngã do thân tâm hoàn toàn thư giãn, buông xả, cảm nhận toàn thân đang thở, đang đi hoặc đang ngồi... (tùy chỗ, tùy lúc, tùy hiện trạng) một cách tự nhiên, nên tâm không còn tán loạn, tự trở về với tự tánh rỗng lặng, trong sáng tự nhiên của nó. Lúc đó, thoát khỏi mọi ý đồ sở đắc nên tâm tự định, tánh biết tự biết, không có bản ngã tạo tác nào trong đó, vì vậy chánh định được gọi là vô vi vô ngã. Ngược lại, không phải có mục đích xấu mới gọi là tà định, mà định tác thành bởi ý đồ của bản ngã, dù có mục đích thiện vẫn là phàm định, còn vô minh ái dục, chưa phải là chánh định. Trong 4 giai đoạn tiến hóa, giai đoạn phát huy bản ngã thiền định được xem là phương tiện tối ưu để tiêu ngã trở thành đại ngã. Trong đạo Phật thì thiền định hữu vi hữu ngã vẫn còn trong Tam giới nên chưa được gọi là chánh định.

Về sau do một số nhà chú giải trước kia tinh thông giáo điển Bà-la-môn đã vô tình (hay hữu ý?) đưa tư tưởng và phương pháp hành trì của Bà-la-môn (nhất là thiền định) vào giáo pháp đức Phật, mà nhiều người do không đủ trình độ thâm nhập trực tiếp lời dạy của đức Phật nên quá tin vào các chú giải ấy đã hiểu Phật pháp theo Bà-la-môn mà hoàn toàn không hay biết. Bahiya nghe Phật dạy không cần qua bất kỳ một chú giải nào vẫn giác ngộ lập tức.

Cuốn kinh cực kỳ quan trọng mà mỗi người cần phải đọc thật kỹ càng đó là chính mình. Chính mình là cuốn kinh vi diệu nhất không có kinh nào có thể vi diệu hơn. Bất kỳ kinh điển nào không nói được sự thật nơi chính mình thì đều không đúng. Toàn bộ những lời Phật dạy đều chỉ thẳng vào sự thật nơi mỗi người. Hãy đọc cuốn sách của chính mình! Ai thấy sự thật ngay nơi mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, nơi tất cả cảm giác cảm xúc, nơi những phản ứng, những thái độ, những trạng thái nội tâm, nơi sự tương giao và mối quan hệ với vạn pháp xung quanh... người ấy dễ thông suốt toàn bộ lời dạy của Phật mà không bị giới hạn bởi ngôn ngữ được thuật lại trong kinh điển.

Như trên tấm bản đồ, người ta chỉ phác họa con đường đi thôi, còn thực tế con đường phong phú hơn nhiều, khác xa với hình vẽ. Nên khi đi trên con đường đó có thể thấy biết bao cây cối xung quanh, cây nào đang nở hoa, hoa nào màu đỏ, hoa nào màu xanh, con đường lát đá gì, rộng bao nhiêu, hai bên đường có bao nhiêu nhà... Vô số những điều mà bản đồ không thể nói hết được. Cũng vậy người nào biết đọc cuốn kinh vi diệu nơi chính mình để khám phá ra ở đó sự thật vô cùng phong phú, người đó mới có khả năng xiển dương Phật Pháp nhiệm mầu, vì Phật Pháp không phải là ngôn từ được tường thuật lại trong kinh điển mà người sau đem ra chú giải thêm thắt.

3/ Phần lớn trong kinh mô tả các tầng của thiền xuất hiện quá nhiều. Nên ai cũng nghĩ muốn tu phải qua 4 tầng thiền mới được. Đọc Kinh phải đọc chú giải mới đúng? Thầy nói: "Đọc quyển kinh nơi chính mình là tuyệt vời nhất!" Ngài Ajahn Chah cũng nói vậy, giảng theo chứng nghiệm thực thì Phật tử thâm nhập đạo nhanh hơn. Không nên chạy theo ngôn thuyết quá nhiều mà chỉ nên quan sát đời sống hàng ngày để thấy ra sự thật.

- Khi đặt ra mục đích lý tưởng là đã đưa khái niệm ra trước, rồi cuối cùng chạy theo phóng ảnh của khái niệm đó. Khi đạt được mục đích đề ra, mình tưởng đã đạt được cái thực, thật ra mình chỉ đạt được ảo tưởng của chính mình. Như cô gái nọ lấy được người chồng lý tưởng mà cô hằng mơ ước, nhưng sau một thời gian chung sống mới phát hiện ra đó chỉ là bánh vẽ của chính mình, còn anh ta vẫn chỉ là anh ta chứ không như mình mơ mộng.

Trong chúng ta vốn có sẵn tất cả pháp. Định gì cũng có sẵn trong đó nhưng chúng ta lại cố gắng tu luyện cho bằng được loại định mà bản ngã mong cầu. Có lúc ngồi lặng lẽ quan sát lại mình thấy tâm đang đi qua hỷ lạc, có lúc định xả, thậm chí có lúc thấy cả trạng thái tâm Phi tướng phi tướng xử một cách hoàn toàn tự nhiên, không hề mong đợi.

Nhưng khi chúng ta dụng ý, dụng công để cố gắng định tâm thì tâm càng bị dồn nén, cho dù có đạt được định như ý muốn thì định đó hoàn toàn hữu vi hữu ngã mà bên trong khối vô minh ái dục bị dồn nén vẫn còn nguyên. Vì không biết chiêm ngoạn mình nên không biết mọi tâm định - từ cận định cho đến Phi tướng phi phi

tướng định - đều có sẵn bên trong, nên cứ mãi loay hoay đi tìm kiếm, tu luyện, nỗ lực dụng công để rồi chỉ đi tìm được ảo tưởng của chính mình mà thôi. Còn mình không tìm, chỉ ngồi chơi thôi, bỗng dưng tâm hoàn toàn lặng lẽ, đúng là mình đang vào trạng thái từ cạn đến sâu mà hoàn toàn không cần dụng công dụng ý. Như vậy, chỉ cần lặng lẽ quan sát một cách hồn nhiên chúng ta ai cũng có thể dạo chơi trong tất cả các tầng thiền đã có sẵn nơi tâm khảm mỗi người! Tại mình không chịu quan sát để khám phá ra tâm lúc nào là sơ thiền, lúc nào là nhị thiền, lúc nào là tam thiền hay tứ thiền và chỉ trải nghiệm để chiêm ngoạn sự thật thôi chứ không cần sở hữu chúng như cái «ta» thường đòi hỏi.

Chỉ cần ngồi buông xả hoàn toàn thôi thì ngay đó liền thấy tâm tứ thiền với định xả như thế nào..., thấy cả tâm Phi tướng phi phi tướng xứ như thế nào. Thậm chí đôi khi còn thấy được cả tâm Tu-đà-huàn, Tu-đà-hàm... và Niết-bàn nữa không chừng! Tất cả những Pháp này đều có sẵn, tại vô minh ái dục mà không thấy ra thôi. Chứ không cần phải rèn luyện để trở thành, vì khởi tâm rèn luyện để trở thành là rơi vào thập nhị nhân duyên sinh, rơi vào tập đế, khổ đế rồi. Nếu thấy tất cả các pháp như nó đang là thì đâu cần luyện tập để trở thành. Chỉ do người ta không đủ sức đi theo nhất hướng xả ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh nên không thể nào thấy chánh trí giác ngộ Niết-bàn như đức Phật đã dạy.

Phật nói giáo Pháp của Như Lai là nhất hướng xả ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh thì mới trở về với chánh trí để giác ngộ Niết-bàn. An tịnh này chính là sự an tịnh buông xả mọi ý đồ của bản ngã nên trong thấy chỉ thấy, trong nghe chỉ nghe, trong biết chỉ biết, đó chính là chánh trí giác ngộ Niết-bàn. Thế mà mình cứ dựng lên cái bản ngã để đạt được định này định kia nên ngay đây không thấy đâu là luân hồi sinh tử, đâu là giải thoát Niết-bàn. Niết-bàn vẫn luôn ngay đây, không sinh không diệt, sao lại phải tìm kiếm trong thiền định hữu vi hữu ngã? Tâm tham lam sân hận si mê thì ngay đó mà thấy chứ không phải cố gắng thiền định để trấn áp. Vì trấn áp nên tham sân si bị dồn nén vào vô thức, mà không thể nào diệt được.

Nếu không thận trọng chú tâm quan sát, không trở về trọn vẹn tỉnh thức, không trong lành định tĩnh sáng suốt, không rỗng rang lặng lẽ trong sáng ngay tại đây và bây giờ thì làm bất cứ điều gì cũng là tà đạo, tu kiểu gì, lên núi vào hang đều là tà đạo. Khi đứng đi, hoạt động đều biết rõ, không mê, thì khi ngồi, nằm tâm sẽ tự thanh tịnh, tỉnh thức nên không còn nghĩ ngợi gì nữa. Như nàng Patàcàrā sau khi mất hết mọi thứ sở hữu, trở nên điên loạn. Nhưng khi nghe Phật nói một câu kệ không có gì sở hữu được trên đời thì nàng liền tỉnh ngộ. Sau khi xuất gia hàng ngày mặc y mang bát đi khát thực trong chánh niệm tỉnh giác. Một hôm, đi khát thực về, múc nước rửa chân thấy nước chảy xuống thấm vào đất mất hút, với tâm thuần tịnh trong sáng nàng đã đắc đạo quả A-la-hán. Đắc đạo quả không phải do thấy nước, mà do tâm hoàn toàn rỗng lặng trong sáng. Lúc đó không kinh điển, không chú giải, không ngôn từ, không tư tưởng, chỉ một tâm hoàn toàn tịch tịnh mà thôi.

4/ Các thiền sinh khi trình thiền, căn cứ trên lời trình thiền rồi thiền sư kết luận đã đắc tam thiền, tứ thiền, đắc quả này quả kia. Lúc này Thầy có nói đôi khi trạng thái tâm đó mình vô thiền rồi mà mình không biết là thiền gì, nhưng Phật nói ai chứng thì người đó biết ngay làm con bói rồi. Vì đôi lúc mình cho rằng mình thấy như vậy nhưng sợ rằng đó là ảo tưởng thì sao. Làm sao mình biết tâm mình khi đó ở trạng thái nào?

- Người thường chánh niệm tỉnh giác, trọn vẹn tỉnh thức, thận trọng chú tâm quan sát thực tại thì đương nhiên biết rõ tâm mình đang ở trạng thái nào - biết rất rõ thân thọ tâm pháp ra sao - nên nếu tâm vào định cũng biết trạng thái tâm định như thế nào. Nhưng có hai loại “biết rõ”: Một là biết rõ trạng thái thực chứng nhưng không biết gọi tên nó là gì. Còn một loại biết rõ tên từng chi pháp các tầng thiền theo pháp học nhưng không thực chứng.

Như trong thời đức Phật có 2 vị tỳ kheo, một vị giỏi pháp học, Phật hỏi chi Pháp nào cũng nói được hết; còn vị kia tuy thực chứng nhưng không biết gì cả. Đến khi đức Phật hỏi vào các trạng thái thực của tâm thì vị thực chứng diễn tả được hết còn vị thứ nhất lại không biết gì cả. Vị thực chứng biết rõ tâm mình nhưng không biết gọi nó là gì nên không cho mình là đắc thiền thứ mấy, hoặc đạo quả nào. Ngược lại vị giỏi pháp học có khi tưởng mình đã đắc tam thiền tứ thiền theo khái niệm học được nhưng trên thực tế đó chỉ là ảo tưởng. Có nhiều thiền sư cũng ưa tuyên bố vị này đắc thiền này vị kia đắc quả nọ theo kiến thức pháp học chứ không phải đúng với tri kiến chân thực. Cho dù có đắc tam thiền tứ thiền mà thấy có “cái tôi đắc” là đã tà thiền rồi. Còn vị thực chứng chỉ thấy trạng thái tâm như vậy, như vậy... chứ không cần nói cũng không cần biết đó là tam thiền hay tứ thiền gì cả. Đặt thêm khái niệm tam tứ gì vào đó chỉ giống như chụp mũ mà thôi.

Khi mình cảm nhận trạng thái thực, hoàn toàn thực mới không có chụp mũ. Nếu mình nói đó là tứ thiền thì đã chụp mũ khái niệm vào cái thực rồi. Nhân duyên tâm thế nào thì thấy ra như thế, người giác ngộ có thể thấy rõ từ địa ngục cho tới Niết-bàn, nhưng không cần nói đắc tầng này tầng kia cao thấp làm cho hành giả phát lòng tham sở đắc. Nên đức Phật dạy Pháp là trở về mà thấy, ngay nơi thực tại, có thể thấy ngay, không qua thời gian và mỗi người tự chứng tự biết là vậy.

5/ Tỳ niệm xứ nói, “trong thấy chỉ là thấy, trong nghe chỉ là nghe, không có tôi nghe trong đó”. Vậy khi con nghe tiếng: “Cứu tôi với” cách con 100m, con phải hành xử như thế nào cho phù hợp?

- Pháp có hai: Pháp thực tánh chân đế và Pháp khái niệm tục đế, vì vậy người giác ngộ sống trong thế gian biết rõ cả 2 mặt nhưng không loại bỏ tục đế cũng không bám trụ chân đế. Nếu trụ thực tánh chân đế không thôi là trầm không trệ tịch, cũng sai. Pháp tu toàn diện là tục đế thì thấy rõ tục đế, chân đế thì thấy rõ chân đế. Thấy

chân đế để không tin tưởng hoàn toàn vào tục đế, tức là “không nương tựa, không vương mắc bất kỳ điều gì ở đời”, nhưng cũng phải thấy rõ tục đế mới giải quyết những vấn đề tương đối của thế gian. Vì vậy nghe kêu cứu phải biết rất rõ là giả hay thực.

Có một lần Thầy ở Sydney, nghe tiếng kêu hốt hoảng của một con quạ, Thầy vội ra xem vì nghe tiếng kêu Thầy biết ngay con quạ đang cầu cứu, nó bị con chim khác ăn hiếp. Thấy thầy ra con chim kia bay mất. Nên đôi lúc trong tục đế cũng cần phân biệt thật rõ ràng xem kêu cứu thật hay giả như Tôn Ngộ Không mới được, chứ đừng vội đến cứu mà bị ma quỷ bắt ăn thịt như Đường Tăng thì nguy. Không phải cứ tưởng mình nguyện hạnh Bồ-tát rồi gặp gì cũng cứu thì chỉ là bi không trí mà thôi.

Giữa tục đế và chân đế, như mình thấy cây cột, mình nói đó là cây cột, là tục đế. Nhưng mình vẫn thấy đây chỉ là một Pháp như nó là, đây chỉ là tứ đại giả hợp, đây chỉ là một hiện tượng duyên khởi chứ không có cây cột gì cả, nghĩa là vẫn thấy đâu là tục đế, đâu là chân đế.

Thí dụ nghe tiếng chuông báo hiệu biết là giờ ăn trưa, biết đến giờ lên trai đường lấy bát, đó là tục đế. Nhưng nếu chỉ biết như thế thì chẳng khác phạm tục nên người tu phải biết trong nghe chỉ nghe, trong thấy chỉ thấy để không hoàn toàn bị khái niệm tục đế chi phối. Cúng ví như người biết ngôi nhà của mình thì cho dù có đi du lịch xa (tục đế) cũng biết chỗ về (chân đế), còn người không biết nhà mình thì đi đâu cũng xem như đang bị lạc.

Ngoài phân biệt tục đế và chân đế, còn một cách nhìn khác là tánh và tướng, thật và ảo. Người giác ngộ không những thấy tánh trong chân đế mà còn thấy tánh của tướng duyên khởi và thấy luôn cả tướng ảo do tướng sinh. Như vậy thế giới này có 3 mặt: 1/ Mặt ảo. 2/ Mặt thực tướng duyên khởi. 3/ Mặt tự tánh chân đế (Thánh đế và Niết-bàn). Người thực hành sống đạo cần thường thấy ra lúc nào là ảo, lúc nào là duyên khởi, lúc nào ở trong ảo hoá và duyên khởi mà vẫn “không động, không sâu, tự tại và vô nhiễm” của Niết-bàn.

6/ Khi ngồi thiền tâm con bất động, tâm buông xuống hoàn toàn yên lặng, trong con không có niệm gì khởi lên. Vậy lúc đó con trở về tâm rỗng lặng trong sáng hay là tâm sáng suốt định tĩnh trong lành và biết tất cả như nó đang là? Con vẫn chưa được rõ.

- Đó là bất động của định, còn bất động của tuệ thì chỉ thấy pháp đến đi như nó đang là chứ không phân vân chọn lựa gì cả. Trong bất động của tuệ, tánh biết tùy lúc tùy nơi mà tự ứng ra thận trọng chú tâm quan sát, hoặc trở về trọn vẹn tỉnh thức, hoặc trong lành định tĩnh sáng suốt, hoặc rỗng rang lặng lẽ trong sáng một cách tự nhiên thuận pháp chứ không còn ý đồ của bản ngã lập trình sự thấy biết. Điều này mỗi người phải tự chứng, thầy chỉ trình bày sự thật thôi.

7/ Xin Thầy chỉ dạy thêm Thiền trong đời sống hàng ngày. Sống trọn vẹn với thân tâm như nó đang là. Phải sống nghiêm túc với chính mình trong mọi hoạt động hàng ngày như thế nào?

- Khi đi là trọn vẹn tỉnh thức biết rõ đang đi. Cũng vậy biết mình trong mọi hành động, trong mọi cảm giác, cảm xúc, trong mọi trạng thái hoặc thái độ nội tâm, trong mọi sự tương giao hoặc mối quan hệ với pháp. Biết lúc nào cần thận trọng chú tâm quan sát, lúc nào chỉ cần trở về trọn vẹn tỉnh thức. Lúc nào đối pháp tâm vẫn trong lành định tĩnh sáng suốt, lúc nào buông ra để tâm trở về với bản chất rỗng lặng trong sáng nơi chính nó. Đó là tất cả giới định tuệ tự tánh có sẵn, sẽ ứng ra tùy mọi trường hợp. Cho nên khi pháp đến thì tâm tự ứng, khi pháp đi thì tâm trở về rỗng lặng như hư không.

Cụ thể như bây giờ nghe chuông báo đến giờ ăn sáng, hết giờ trà đạo, thì thầy nhìn xuống xem dép ở đâu, đưa chân xuống, mang dép vào, đứng dậy đi... mỗi mỗi đều rõ ràng là tu chứ có tu gì nghiêm trọng quá đâu! Chỉ cần nghiêm túc, không cần nghiêm trọng.

(Ghi chép theo Trà Đạo Bửu Long ngày 2.8.2016)