

Thư Thầy Trò (10)

- Thư Thầy Trò (10)
- *Tác giả:* Viên Minh - Như Hải

*Vô minh là không thấy tính không của thực tại mà lại thấy thành cái ta ảo tưởng nên sinh ra **chấp ngã**, còn **ái dục** là cái ngã ấy muốn thực tại trở thành “vật” mà mình quy định nên sinh ra **chấp pháp**. Một khi đã chấp ngã chấp pháp thì bắt đầu **tạo tác để trở thành**, có trở thành thì có thời gian, có nhân quả, nghiệp báo, có sinh tử và tất nhiên có phiền não khổ đau.*

Thưa Thầy,

Được gặp và trò chuyện với Thầy suốt cả ngày Lễ 2/9 thật là phước lớn cho tụi con. Con luôn suy nghĩ về những lời thầy chỉ dạy suốt trong thời gian sau khi về và ngay cả bây giờ. Lời thầy dạy bảo giúp chúng con ý thức được tốt hơn việc tu tập của mình. Có nhiều điều, nhưng sau đây là những điều con suy nghĩ nhiều nhất. Con xin tóm tắt lại dưới đây, có gì chưa đúng, xin thầy hoan hỉ chỉ bảo giúp con:

1. Pháp tu thầy dạy là thuận theo tự nhiên, chỉ cần “*thận trọng, chú tâm và quan sát*” những gì xảy ra nơi thân tâm và đối cảnh, không thêm bớt theo tư niệm chủ quan, tự khắc tánh biết sẽ hiển hiện và mọi thứ sẽ tự giải quyết theo trình tự vận hành của pháp.

2. Thiền có động có tĩnh, tùy duyên mà ứng. Chỉ cần buông cái ta lăng xăng kiểm duyệt, phê phán, lấy bỏ... thì tâm liền trở nên rỗng lặng trong sáng, chứ không cần phải khoanh chân kiết già, ngồi nhắm mắt thật lâu. Trong mọi hoạt động bình thường, từ uống nước, ăn cơm đến đi đứng ngồi nằm ... nếu biết định tĩnh sáng suốt thì tất cả đều là thiền.

3. Không cần cố gắng “*tinh tấn*” quá mức, khiến cuộc sống luôn bị cuốn vào mục đích phía trước và trở nên “*không bình thường*”. Ngay nơi thực tại thân tâm của mỗi người đã có đầy đủ mọi thứ, thứ nào cũng là bài học quý giá, không cần phải cố gắng bỏ bớt thứ này, nắm giữ thứ kia, kể cả những xúc cảm cũng là bài học cho mình tu tập. Nếu đè nén quá, cảm xúc sẽ càng mạnh mẽ hơn. Tốt nhất là chú

tâm quan sát kỹ càng các cảm xúc đó để biết rõ mình đang buồn, vui, mừng, giận v.v... tức là thường chánh niệm và tỉnh thức, không si mê lầm lạc.

4. Khi nói "*Sức mạnh lớn nhất là có thể chịu được **không là gì cả***", có phải ý Thầy "*không là gì cả*" ở đây chính là sự thể nghiệm về "*Tính Không*" của ngã và pháp? (Điều này chúng con còn rất mơ hồ).

5. Hết sức thận trọng với những pháp sư, bùa chú, pháp thuật, đồng bóng... Con đường tu tập đúng đắn là nên tin vào chính mình, tin vào Pháp thực tại để giác ngộ, chứ không nên cả tin và lệ thuộc vào bất kỳ năng lực nào bên ngoài. Sự ỷ lại sẽ làm suy giảm khả năng "*tự lực nội sinh*".

6. Cõi âm là có thật, trong đó có những cõi đang sống chung với cõi người, như cõi *Peta (ngạ quỷ)*, *Asura (Atula)* v.v... Tuy mỗi cõi có cách sống riêng nhưng phải tuân thủ nguyên tắc bình đẳng, tôn trọng lẫn nhau, không ai xâm phạm ai. Những người sống đạo đức, lương thiện, có tâm từ, có chánh niệm tỉnh giác là người "*Đức trọng quý thần kinh*", đúng hơn là người âm rất kính mến những người đó, vì năng lượng của người đó tỏa ra giúp người âm được an lạc. Người không có chính khí sẽ bị ảnh hưởng bởi âm khí của cõi âm.

Còn có rất nhiều điều khác mà chúng con rút ra được từ buổi nói chuyện với Thầy. Như người bạn của con theo Công Giáo, nhờ Thầy mà hiểu rõ hơn Kinh Thánh và sự không khác biệt giữa Thượng Đế (bên Công Giáo) và Pháp (bên nhà Phật). Tuy nhiên điều con ghi lại trên là những ý chính theo con là rất quan trọng cho việc tu tập của chúng con trong lúc này.

Thưa thầy,

Ý thứ 4 "***không là gì cả***" trên đây là khó nhất đối với chúng con trong việc thực hành. Anh M. nói câu nói đó của Thầy giống "*sấm sét giáng xuống*" giúp anh ấy tỉnh ngộ. Anh ấy ví câu nói đó của thầy giống "*xưa nay không một vật*" của Lục Tổ Huệ Năng.

Thầy có thể hoan hỷ chia sẻ kinh nghiệm của Thầy và của các đệ tử về việc thực hành Tính Không được không ạ? Con cảm ơn Thầy thật nhiều.

Con cầu mong Thầy thật khỏe mạnh, an vui, chuyển đi Hà Nội sắp tới hoằng pháp thật thành công.

Con chào Thầy, Như Hải

Như Hải con,

"Bản lai vô nhất vật" là câu nói tuyệt vời nhất của Tổ Huệ Năng, nhưng cũng là câu nói bị hiểu lầm nhiều nhất. Trong câu này có mấy từ bị hiểu lầm khi dịch ra tiếng Việt là *"xưa nay không một vật"*. Từ **"bản lai"** không có nghĩa là *"xưa nay"* như một trạng từ chỉ thời gian từ xưa đến nay, mà là một danh từ ám chỉ **"bản thân thực tại"**, **"pháp tánh"** (*paramattha*) hay nói cho dễ hiểu là **"thực tại như tự nó là"**. Còn **"vô nhất vật"** không phải là *"không một vật"* theo nghĩa *"không có một vật nào cả"*, mà là **"không là gì cả"**. Vậy câu nói này có thể dịch: **"Pháp vốn không là gì cả"**, hay nôm na cho dễ hiểu là **"thực tại tự nó không là gì cả"** chứ không phải là *"xưa nay không có một vật nào cả"*. Bởi vì nói *"không một vật"* là đã nói đến một vật rồi! Dù con quan niệm thực tại là gì đi nữa cũng đều gán cho nó khái niệm chủ quan của con, nghĩa là vẫn còn một vật, không phải là tính không của bản thân thực tại.

Vì hiểu *tính không* là *không có vật gì* nên các luận sư và các triết gia cố gắng chứng minh thực tại không có thực, và ngay cả các nhà vật lý cũng dễ dàng chứng minh được điều đó:

- 1) Thực tại luôn biến đổi vô thường nên không có thực.
- 2) Thực tại sinh ra rồi diệt đi nên không có thực.
- 3) Thực tại do duyên giả hợp mà thành nên không có thực.
- 4) Thực tại tồn tại trong khái niệm giả định nên không có thực.

Tuy chứng minh được là không có gì thực cả nhưng đói vẫn có cơm ăn, khát vẫn có nước uống, và không được ăn, không được uống vẫn có khổ đau! Cao hơn nữa người ta có thể tập chú vào ý niệm *"không có gì cả"* (*vô sở hữu*) để đạt tới *Vô sở hữu xứ thiền*, nhưng mâu thuẫn là *không có gì cả* thì làm sao có *thiền để đạt được*!

Vậy **tính không** không phải là kết quả của lý luận hợp lý để phủ nhận thực tại với kết luận *"xưa nay không một vật"* nào hiện hữu trên đời, mà **tính không tức bản chất không là gì cả của thực tại đang hiện hữu**. *"Không là gì"* ở đây chỉ có nghĩa **không phải là một khái niệm nào do con người quy định**. Điều này ám chỉ *thực tánh* (*sabhāva*) và *giả tướng* (*attha*) chứ không liên quan gì đến *chất liệu của thực tại* nên không cần chứng minh chất liệu ấy là có hay không, thực hay giả theo quan điểm duy vật, hay duy tâm

cực đoan, mà nó liên quan đến *thái độ tâm lý* của con người (hay chúng sinh nói chung) đối với thực tại đó. Vật và tâm là hiện tượng có xảy ra thực, nên mới có thể lấy làm đối tượng nghiên cứu, thí nghiệm và tìm ra được định luật vận hành của chúng. Tất cả mọi sự vật vật được gọi chung là pháp, hay thực tại. Con người gán lên thực tại vô số “vật” mà tự nó không có, thực chất chỉ là khái niệm, nên gọi là *vật khái niệm (attha paññatti)* rồi lại đặt tên cho nó nữa nên gọi là *danh khái niệm (nāma paññatti)*. Lâu ngày con người chỉ thấy thực tại qua khái niệm vật hay tên mà họ quy định, không còn thấy bản chất của “*pháp vốn không là gì*” nữa.

Và vấn đề bắt đầu rắc rối là ở chỗ đó. Khi đã tự gán cho thực tại thân tâm “*một vật*” ảo tưởng “*ta*” và “*của ta*”, đồng thời gán cho đối tượng bên ngoài là *vật này vật nọ* thì “*tính không*” hay “*tính vô nhất vật*” của “*bản lai*” đã bị chụp mũ và bóp méo thành “*vật*” này “*vật*” nọ theo quan niệm của bản ngã vô minh ái dục mất rồi. Vô minh là không thấy tính không của thực tại mà lại thấy thành cái ta ảo tưởng nên sinh ra chấp ngã, còn ái dục là cái ngã ấy muốn thực tại trở thành “*vật*” mà mình quy định nên sinh ra chấp pháp. Một khi đã chấp ngã chấp pháp thì bắt đầu tạo tác để trở thành, có trở thành thì có thời gian, có nhân quả, nghiệp báo, có sinh tử và tất nhiên có phiền não khổ đau.

Sở dĩ thầy nói dông dài như vậy để con thấy ra manh mối mà trở về với tính không của thực tại thân tâm và vạn pháp đúng như nó vốn “*không là gì cả*”. Phật giáo thường được gọi là *Cửa Không* vì từ phương tiện (Đạo Đế) đến cứu cánh (Diệt Đế) đều đồng nhất trên ba nguyên lý tính không: **Không, vô tướng (vô tác), vô nguyên**. Trong Đạo Đế, ba yếu tính này được thể hiện qua **giới, định, tuệ** được gọi là **ba vô lậu học (Anāsava tisikkhā)**, từ vô lậu cũng có nghĩa là *tính không*. Trong Diệt Đế, **KHÔNG** là Niết-bàn đoạn tận bản ngã tham sân si. **VÔ TƯỚNG** tức “*không là gì cả*”, hoặc **VÔ TÁC** tức “*không làm gì cả*” biểu hiện qua “*vô vi*”, “*vô sở trụ*”, “*vô thủ trước Niết-bàn*” bởi vì tất cả những gì hữu tướng, hữu vi đều là vô thường. **VÔ NGUYÊN** tức là Niết-bàn tịch tịnh, không còn mong muốn trở thành gì cả, bởi vì tất cả ước vọng trở thành đều tạo ra thời gian, nhân quả và khổ đau.

Do con bị ám ảnh bởi sự phức tạp của *triết học tính không*, nên không thấy ra được sự thật vốn giản dị đến không ngờ. Thực ra, toàn bộ khóa thiền 7 ngày mà con đã được học, thầy đều chỉ bày rất rõ **thực tại tính không** để con có thể dễ dàng *thể nhập thực tính pháp* ấy. Câu nói: **“Sức mạnh lớn nhất là có thể chịu được không là gì cả”** chính là gói ghém toàn bộ lý và sự của *tính không* mà thầy muốn chỉ bày. Sau đây thầy tóm tắt khóa thiền 7 ngày để con dễ nhận ra:

1) Trở về trọn vẹn với thực tại ngay đây và bây giờ, không nương tựa vào ai khác, không y lại thế lực nào, là tính không.

2) Thấy biết rõ ràng, trong sáng và trực tiếp không qua khái niệm, phương pháp, và bất cứ hình thức quy định hữu tướng nào, là tính không.

3) Buông xuống mọi ý đồ lăng xăng của bản ngã, không còn ý niệm chủ thể và đối tượng, trong và ngoài, trước và sau, là tính không.

4) Khi vô sự, thái độ sáng suốt, định tĩnh, trong lành đối với thực tại, là tính không.

5) Khi hữu sự, thân tâm tự ứng thái độ thận trọng, chú tâm, quan sát một cách tự nhiên, mà tùy cơ ứng biến cho thích nghi, không theo tư ý, tư dục, là tính không.

6) Thư giãn, buông xả, nghỉ ngơi vô sự không vướng vào ý niệm quá khứ, hiện tại, vị lai, là tính không.

7) Nhiệt tình sống tùy duyên thuận pháp vô ngã vị tha, là tính không.

8) Không còn thấy bất cứ điều gì trái ý nghịch lòng cả, là tính không.

9) Thấy tất cả các pháp đều vận hành theo nguyên lý tự nhiên, không thêm bớt lấy bỏ, là tính không.

10) Không còn ước vọng trở thành, không tìm cầu lý tưởng bên ngoài thì ngay đó là tính không.

Đó là thầy chỉ gợi ý những nguyên lý chính yếu để con không rơi vào hình thức pháp môn phương tiện mà có thể tự vận dụng sáng tạo hầu thấy biết và thể nghiệm tính không ngay trong đời sống thực tiễn hàng ngày. Sống như vậy chính là con đang thể hiện *thiền Vipassanā* hay *thiền Thấy Tánh* vậy.

Chúc con thấm nhuần đạo lý giác ngộ giữa đời thường.

Thầy Viên Minh