

Thư Thầy trò (27)

- Thư Thầy trò (27)
- *Tác giả:* Viên Minh - Pháp Tuệ

Con kính chào Thầy,

Trước hết chúng con xin kính chúc thầy nhiều sức khỏe.

Đạo này chúng con vẫn tu tập theo thầy hướng dẫn, tức là Pháp Tuệ thì tập thể dục, đi bộ, tụng kinh Paññā Paramitā, niệm Araham Sammā Sambuddho, ngồi thư giãn buông xả, thận trọng chú tâm quan sát trong sinh hoạt hàng ngày (nhưng chưa phải là luôn luôn). Khi con ngồi thư giãn, buông xả thì thấy thân như là "bao gạo" đặt xuống ghế, đôi khi còn thấy rõ tim đập nhẹ nhẹ rõ ràng, mở mắt nhìn xung quanh thì vẫn thấy biết cả mà thân vẫn cứ yên lặng như "bao gạo", tuy nhiên con thấy có vẻ như tâm vẫn chưa rỗng lặng. Con muốn hỏi thầy như thế là thế nào, đúng hay sai và xin thầy điều chỉnh cho con.

Còn Tịnh Như thì lễ lạy, niệm Araham Sammā Sambuddho trong lúc thiền, tụng kinh Paññā Paramitā, thận trọng chú tâm quan sát trong sinh hoạt hàng ngày (nhưng cũng chưa phải là luôn luôn). Có một điều kỳ lạ con kể thầy nghe: độ này Tịnh Như dẹp bớt những lệ thuộc vào lễ nghi, kinh điển, thì tình cờ nhiều điều không may, thất bại xảy ra trong công việc, nhân viên và con cái, thế là Tịnh Như lo lắng, bất an. Nhờ có tu tập và có Pháp Tuệ chia sẻ nên mức độ có đỡ nhưng trong sâu thẳm thì vẫn lo lắng, bất an. Tối hôm qua (10/7), Tịnh Như ngồi yên lặng, tay cầm cuốn "Tuyển tập thư thầy", đánh lễ thầy từ xa và xin thầy một lời chỉ dạy, sau đó ngẫu nhiên mở sách ra, thì gặp ngay Lá thư số 27 và kỳ lạ thay là Lá thư nói đúng về những băn khoăn của Tịnh Như. Bây giờ thầy xem lại Lá thư số 27 thì thầy còn hiểu rõ hơn là những kể lể của con ở trên về băn khoăn của Tịnh Như. Thế là Tịnh Như đã yên tâm hơn rồi.

Chúng con biết thầy rất bận, nhưng vẫn mong nhận được thư thầy và xin thành kính tri ân thầy.

Con, Pháp Tuệ

Các con Pháp Tuệ, Tịnh Như,

Mấy bữa nay tự nhiên thầy cũng nhớ đến các con, không biết các con tu tập ra sao rồi mà yên lặng thế. Thì ra các con vẫn tu tập tốt. Các con đừng lo, dù gì thì pháp vẫn rất kỳ diệu. Trong họa có phúc, trong phúc có họa khó lường lắm, có điều các con phải thấy rằng những pháp đến đi chỉ để giúp các con biết cách giữ thăng bằng nội tâm thôi. Pháp gì đến không quan trọng mà quan trọng là các con có giác ngộ

giải thoát hay không. Các con có thể không đọc Kinh sách nhiều nhưng nên có một cuốn kinh Pháp Cú để thỉnh thoảng đọc vài câu. Những lời dạy ngắn gọn của đức Phật sẽ nhắc nhở các con thấy ra sự thật.

Pháp Tuệ là tuệ thấy pháp như nó đang là. Vậy nếu có ngồi thiền thì cứ ngồi thư giãn buông xả tự nhiên, nếu tâm rộng lặng trong sáng thì thấy rộng lặng trong sáng, nếu tâm có vọng động thì cứ thấy có vọng động, thấy vọng động sinh diệt tức thấy vô thường, khổ, vô ngã, như vậy là tâm đã có thái độ rộng lặng trong sáng rồi, còn nếu con mong được trạng thái rộng lặng trong sáng thì lại mất thái độ rộng lặng trong sáng rồi, phải không con?

Tịnh Như là dù pháp đến đi như thế nào tâm vẫn an tịnh, không dao động. Không phải vì bỏ đi những pháp tu không cần thiết mà gặp khó khăn đâu. Phật nói pháp như thuyền đưa người qua sông, pháp còn phải bỏ huống chi phi pháp. Giống như người bỏ nặng để tập đi bằng đôi chân của mình, dù gặp khó khăn vẫn còn hơn lệ thuộc vào cái nặng cả đời. Cũng không phải vì con tinh tấn sống chánh niệm tỉnh giác, sáng suốt trong lành mà gặp trở ngại, vì nếu vậy thì con lại càng phải sáng suốt trong lành hơn nữa. Trở ngại không đến từ duyên bên ngoài mà đến từ nhân bên trong: Nhân bất an thì mọi thứ bất an dù là duyên pháp đang thuận lợi, nhân an tịnh thì mọi thứ đều an tịnh dù duyên pháp đang trở ngại. Thầy đặt cho con pháp danh Tịnh Như vì biết rằng pháp thể gian vốn luôn thăng trầm suy thịnh trong được-mất, hơn-thua, thành-bại, vui-khổ, nên nếu tâm con an tịnh thì con vẫn đạt được hạnh phúc cao thượng như đức Phật dạy trong Kinh Hạnh Phúc:

Khi xúc chạm việc đời

Tâm không động, không sầu

Tự tại và vô nhiễm

Là phúc lành cao thượng.

Và khi giác ngộ ra điều đó, Thiền Sư Vạn Hạnh cũng nói:

Thân như điện ảnh hữu hoàn vô

Vạn mộc Xuân vinh Thu hựu khô

Nhiệm vận thịnh suy vô bố úy

Thịnh suy như lộ thảo đầu phô

(Thân như ánh chớp có không

Cỏ cây Xuân thắm Thu Đông lại tàn

Tùy duyên vận pháp nhẹ nhàng

Thịnh suy ngọn cỏ sương tan ngại gì).

Và đức Chúa dạy: *“Hỡi những kẻ gánh nặng, hãy đến với ta gánh của ngươi sẽ được nhẹ nhàng”*. Đến với ta chính là trở về bản tánh Tịnh Như của con đó. Vì vậy sau những trải nghiệm khó khăn thầy chắc rằng các con sẽ trưởng thành trong nhận thức bản chất thật của đời sống. Chúc các con chính là Pháp Tuệ và Tịnh Như.

Thầy Viên Minh
