

Thư Thầy trò (32)

- Thư Thầy trò (32)
- *Tác giả:* Viên Minh - Như Hải

Ngày 31 - 10 - 2011

Thầy à,

Con vẫn theo dõi các câu hỏi đáp, thư Thầy Trò đều đặn và vẫn đang thực hành theo hướng dẫn của Thầy.

Hôm qua tụi con đàm luận về việc làm sao sống tùy duyên thuận pháp mà không bị rơi vào cái “tùy” theo kiểu “thế nào cũng được”. Một số bạn hiểu như vậy là đúng hay sai?

Theo thực hành con thấy rõ ràng tinh tấn là rất cần thiết. Như khi bị “hôn trầm, thụy miên” con biết rõ mình đang bị “hôn trầm thụy miên”, như vậy đã là “minh” chưa, thưa Thầy?

Và ngay khi thấy rõ hôn trầm thụy miên con lại thấy cần phải tinh tấn chánh niệm tỉnh giác hơn, để thoát ra khỏi trạng thái đó. Như vậy có phải đó là do bản ngã con đang “muốn”?

Nếu bản ngã không muốn thì ai đang muốn tinh tấn chánh niệm tỉnh giác đây? Con đang tìm câu trả lời này.

Con hay mâu thuẫn với chính mình: Thịnh thoảng muốn lên chùa gặp Thầy để tăng “tinh tấn” và “tự tin” trong tu tập. Nhưng mặt khác con lại thấy cần thời gian tự mình chứng nghiệm đã mới lên gặp Thầy. Chẳng lẽ cả 2 trường hợp đều do bản ngã hay sao thưa Thầy?

Mong Thầy không chê cười và chỉ dạy thêm cho con trong bài thực tập "nhận diện bản ngã" này.

Con cảm ơn Thầy thật nhiều.

Con, Như Hải.

Như Hải con,

1) Có 2 hoạt động trong mỗi người:

- Hoạt động xuất phát từ tri kiến của tánh biết mà thấy pháp và xử lý tùy duyên thuận pháp. Hoạt động này hoàn toàn vô ngã, vô vi và tự nhiên, không có cái ta tạo tác thiện ác.

- Hoạt động từ kiến thức của cái ta lý trí và phản ứng chủ quan theo tư kiến tư dục, do đó có thiện - ác, có lấy - bỏ.

Thiền vipassanā là quan sát trực tiếp và rõ ràng thực tại với tánh biết thì sẽ phát hiện đâu là ngã đâu là vô ngã. Từ đó thấy ra khi có ngã thì mọi hoạt động thuận theo tư ý của bản ngã, khi sáng suốt vô ngã thì mọi hoạt động sẽ tùy duyên thuận pháp.

Nói rộng ra, có 4 cái tùy: tùy ngã, tùy pháp, tùy chúng sanh và tùy nguyên lực (ba-la-mật). Tùy ngã là làm theo tư kiến tư dục của bản ngã. Tùy pháp là sống thuận theo pháp thực tánh chân đế. Tùy chúng sanh là sống thuận theo pháp tục đế giữa cuộc đời mà vẫn vô ngã. Tùy nguyên lực là sống vị tha, lợi lạc quần sanh mà vẫn vô ngã (vô ngã vị tha). Việc hàng ngày sống và khám phá ra đâu là ngã đâu là pháp, đâu là tục đế đâu là chân đế, đâu là tùy nguyên lực đâu là tùy tham ái... chính là sống thiền vậy.

2) Như thầy đã nói ở trên, có 2 cách thấy pháp, như thầy "hôn trầm thụ miên" chẳng hạn: Một là thấy bằng kiến thức của cái ta lý trí theo khái niệm tục đế gọi là tướng tri và thức tri. Hai là thấy qua tri kiến của tánh biết tự nhiên theo thực tánh chân đế gọi là tuệ tri hay liễu tri.

- Khi cái thấy còn bị lệ thuộc vào tục đế thì bản ngã thể hiện tư ý qua sự cố gắng lấy/bỏ của tà kiến và tham ái, thì đó là tinh tấn của bản ngã, chưa phải là tinh tấn đi cùng chánh niệm tỉnh giác với nghĩa không buông lung theo cái ta vô minh ái dục trôi dạt trong tục đế. Đó chưa phải là minh.

- Khi tánh biết thấy rõ pháp thực tánh chân đế thì không có bản ngã tà kiến tham ái xen vào nên ngay đó tinh tấn chánh niệm tỉnh giác khởi hoạt dụng một cách tự nhiên, chỉ thấy thực tánh sinh diệt của "hôn trầm thụ miên" mà không có phản ứng cố gắng lấy/bỏ. Đó mới là minh.

Có một bí quyết này: khi có bản ngã đang hiện khởi mà tâm như thật biết (tỉnh giác) có bản ngã đang hiện khởi thì tánh biết vẫn vô ngã. Ngay đó trực nhận tánh biết và pháp vốn vô ngã thì chính là tuệ giác hay ngộ vậy.

Thầy Viên Minh
