

Thư Thầy trò (44)

- Thư Thầy trò (44)
 - *Tác giả:* Viên Minh - Quy Nguyên
-

Kính thưa Thầy,

Thầy thường kể trong những buổi giảng thiền về "Cảm ứng đạo giao nan tư nghị". Không biết có phải vậy không, mà chủ nhật tuần trước con có nói dẫn một người bạn lên xin diện kiến Thầy. Bạn đó nói rằng có một điều khó khăn trong lòng, rất muốn được Thầy cho lời khuyên. Nhưng khi lên nghe xong bài pháp của Thầy hôm đó, bạn đó không còn câu hỏi nào để hỏi Thầy và nói với con rằng "Mình đã biết phải làm gì rồi".

Không chỉ có bạn đó thôi, mà con trong lòng cũng thấy như Thầy đang nói với con.

Cả hôm nay cũng thế. Trong lòng con rất hoan hỷ, nên viết mail này thưa với Thầy.

Còn một chuyện nữa con muốn kể với Thầy. Số là tuần vừa rồi con chở mẹ con đi khám bệnh. Ở đó con thấy một bác già, người co quắp, mặt nhăn nhó đau đớn. Bác không nói được, nên bác sĩ không biết bác đau ở đâu để khám. Nhìn bác đau đớn con liền cảm nhận có cái gì đó tự do trong Bác đang bị giam hãm trong chính cơ thể của Bác. Mà không chỉ Bác đó thôi, cả trong con và trong mọi người có một cái gì đó vốn rất nhẹ nhàng, thanh thoát và tự do đang bị giam hãm bởi chính cái cơ thể này. Con cảm nhận rõ ràng cái giam hãm mình chính là những suy nghĩ, cảm xúc, phản ứng, những điều mình quan trọng hóa... mà mình luôn cho là mình.

Đạo gần đây có rất nhiều chuyện xảy ra với con, làm con càng nhận ra cái thành trì bản ngã của mình. Thầy ơi, quả như Thầy nói bản ngã muôn hình muôn mặt, mà chỉ có pháp đến mới cho mình nhận diện nó rõ hơn thôi.

Con xin tạ ơn Pháp. Con xin tạ ơn Thầy. Con kính xin đánh lễ Thầy.

Con, Quy Nguyên (NTH)

Con ạ,

Con nói đúng, chính “những suy nghĩ, cảm xúc, phản ứng, những điều mình quan trọng hóa... mà mình luôn cho là mình” đã giam hãm “cái vốn nhẹ nhàng thanh thoát và tự do”.

Có bốn giai đoạn sinh và diệt của bản ngã tương ứng với Tứ Diệu Đế như sau:

1- Chúng sinh chìm đắm trong đời sống bản năng đầy tính hưởng thụ cảm giác, và tất nhiên hậu quả của sự say mê cảm giác lạc chính là nhận lãnh cảm giác khổ. Nhưng cũng nhờ đối đầu với đau khổ mà dần dần khôn khéo hơn, bản lĩnh hơn để khẳng định khả năng và cá tính của mình, phân biệt mình với kẻ khác, mình với những hiện hữu xung quanh. Sự phân biệt này đưa đến tình trạng tự cô lập mình trong phạm vi giới hạn của kinh nghiệm cá nhân cục bộ mà hình thành bản ngã. Đây là giai đoạn tương ứng với Khổ Đế.

2- Khi bản ngã đã được hình thành thì cái ta bắt đầu phát triển thêm tình cảm ưa và ghét - chọn lấy cái mình ưa thích, loại bỏ cái mình không ưa thích, từ đó cái ta tham ái được củng cố. Đồng thời sự phát triển lý trí trong phân biệt đúng sai xấu tốt theo khái niệm, tư tưởng, quan niệm riêng của mình mà cái ta đã kiến được thành lập. Như vậy cái ta có hai mặt, mặt lý tính thì tìm cầu sở tri và mặt cảm tính thì góp nhặt sở đắc để cố gắng bành trướng bản ngã. Ngã mạn, một đặc tính của cái ta luôn so sánh hơn thua giữa mình và người, là động lực và nỗ lực phát triển bản ngã thành đại ngã. Giai đoạn này tương ứng với Tập Đế.

3- Trong quá trình bành trướng bản ngã, cái ta luôn đụng đầu với thử thách của pháp, nên bản ngã mãi lặn hụp trong thế giới nhị nguyên: được – mất, hơn – thua, thành – bại, vui – khổ hoặc đúng – sai, thiện – ác, có – không, thường – đoạn... với những nỗ lực của ý chí mà hậu quả muôn đời chỉ là dòng hoán chuyển không ngừng từ sự thỏa mãn đến bất mãn và ngược lại trong tự thân nó mà thôi... Cho đến một lúc bản ngã cảm thấy bất lực và đầu hàng trước Pháp Tánh mênh mông vô hạn, bản ngã mới bắt đầu rút lui dần và tự buông bỏ chính mình để nhường lại cho sự vận hành hoàn hảo trong nguyên lý tự nhiên của pháp. Giai đoạn này tương ứng với Đạo đế, sự tu tập ở đây không còn là phát triển bản ngã như giai đoạn 2 mà là xả ly cái ta đã kiến và tham ái bằng cách điều chỉnh nhận thức và hành vi cho tùy duyên thuận pháp (Bát Chánh Đạo).

4- Khi đã biết sống tùy duyên thuận pháp trong Bát Chánh Đạo với hành động, nói năng, suy nghĩ sáng suốt, định tĩnh, trong lành thì bản ngã phiền não tham sân si được đoạn tận. Một đời sống hoàn toàn vô ngã vị tha được thể hiện một cách tự nhiên trong “không, vô tướng, vô tác, vô cầu”, đúng như hướng “xả ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, chánh trí, giác ngộ, Niết-bàn” mà đức Phật đã khai thị. Giai đoạn này tương ứng với Diệt Đế, tức là hoàn toàn giác ngộ, giải thoát Niết-bàn.

Sở dĩ thầy giới thiệu với con bốn giai đoạn tu tập tương ứng với Tứ Diệu Đế này để con thấy pháp hành mà con đang thể nghiệm có hiệu quả vì con đã và đang đi đúng con đường của các Bậc Giác Ngộ. Đừng sợ bản ngã vì bản ngã cũng là những giai đoạn đương nhiên phải trải qua trên hành trình giác ngộ giải thoát. Chúc con luôn sáng suốt, định tĩnh, trong lành.

Thầy Viên Minh

