

NGƯỜI MÊ, KẸ TÌNH THƯƠNG MÌNH KHÁC NHAU CHỖ NÀO?

Giảng tại chùa Thập Phương - Mỹ năm 2000

Bài pháp hôm nay có tựa Người mê, kẻ tình thương mình khác nhau chỗ nào?

Trước tiên, chúng tôi nói về cách thương mình của kẻ mê. Như muốn thỏa mãn sự vui chơi nên người ta bày ra cờ bạc, đàng điếm... cho đó là vui. Vì thương quý bản thân, muốn thỏa mãn nhu cầu của bản thân nên nó muốn gì liền làm nấy. Đó là thương trong mê. Có người để thỏa mãn khoái cảm tạm thời, họ dùng á phiện, xì ke, ma túy... cũng vì chiều theo những đòi hỏi của bản thân. Có người vì để thỏa mãn khẩu vị, không biết điều độ ăn uống, bệnh hoạn cũng không kiêng cử. Thương như thế là thật sự thương mình hay phá hoại mình? Đó là phá hoại chứ không phải thương.

Người mê càng thương mình chừng nào trở lại càng hại mình chừng đó. Chẳng những hại trong hiện tại, mà còn kéo dài mãi về sau. Vì thương sai lạc, không đúng chỗ nên phải chịu khổ đau trong đời này và đời sau. Nếu thương mình trong cái mê đó là tai họa, là thương nguy hiểm. Còn thương trong cái tỉnh là tình thương tốt đẹp.

Kể đến tôi nói cách thương mình của người tỉnh. Người tỉnh thương mình trước hết phải tránh những hiểm nguy, tội lỗi. Như quý Phật tử thì qui Tam Bảo, thọ trì Ngũ giới. Ngũ giới là rào chắn không để chúng ta rơi vào chỗ hiểm nguy, đau khổ. Ngược lại, không giữ Ngũ giới là duyên cớ để chúng ta rơi vào chỗ tội lỗi, hiểm nguy. Là đệ tử Phật, đi chùa, lạy Phật, tụng kinh liên miên, mà chưa giữ tròn năm giới thì thật là xấu hổ. Chúng ta giữ giới cho Phật hay cho mình? Rõ ràng vì thương mình mà chúng ta phải giữ năm giới: không giết người, không trộm cướp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu mạnh, không hút á phiện, xì ke, ma túy. Đó là người biết thương mình, không để sa đọa trong hố tội lỗi, không để tan vỡ hạnh phúc gia đình.

Trong năm giới, nếu phạm giới Sát giết người thì ở tù. Phật tử giữ giới Sát, chủ yếu là không giết người và những con vật lớn như trâu, bò, heo. Còn những con vật nhỏ hơn giữ được bao nhiêu tốt bấy nhiêu, không bắt buộc giữ hoàn toàn như hàng Tăng Ni. Nhiều vị hiểu lầm, nghĩ không sát sanh là không được sát hại sanh mạng của tất cả muôn loài, nên người làm ruộng hay đánh cá không dám thọ giới. Hiểu như vậy là chưa thấu triệt.

Phật bắt giữ giới là vì thương chúng sanh. Ngài từ bi chế giới cấm để chúng ta vâng theo, giữ giới thì

không chuốc quả khổ. Như vậy giữ năm giới là giữ cho mình, chặn đứng con đường tội lỗi. Đó là cách thương chân chánh, quý giá của người tỉnh.

Quý Phật tử có sợ ba độc không? Ba độc là tham, sân và si. Tại sao nói chúng độc? Tham thì trầm lặng khó thấy, nhưng sân rất dễ thấy. Như trong gia đình, vợ chồng nổi sân thì dẫn đến cãi vã, đánh nhau, thậm chí ly dị nữa. Đối với láng giềng, nổi sân cũng gây đủ thứ chuyện lôi thôi. Cho nên sân rất nguy hiểm. Trong kinh kể lại, một hôm Phật hỏi các thầy Tỳ-kheo:

- Nay các Tỳ-kheo, nếu trong thất của các ông có ba con rắn độc chui vô thì các ông có ngủ ngon không?

Các thầy thưa:

- Bạch Thế Tôn, chúng con ngủ không ngon.

Phật hỏi:

- Làm sao các ông ngủ mới ngon?

Các thầy thưa:

- Bạch Thế Tôn, chừng nào chúng con đuổi hết ba con rắn độc ra khỏi thất thì ngủ mới ngon.

Phật kết thúc:

- Ba con rắn độc tuy độc nhưng không độc bằng ba thứ tham, sân, si. Tại sao? Vì rắn độc cắn chỉ chết thân đời này thôi, còn tham sân si hại không những đời này mà còn qua đến nhiều đời khác nữa.

Đây là điều hết sức cụ thể. Người tu phải dẹp bỏ ba con rắn độc tham, sân, si mới có thể tu được. Làm sao để dẹp chúng? Nóng giận là rắn hổ lửa. Nếu nó ở trong nhà mình, chúng ta phải lấy roi nhẵn nhục để đuổi. Nhẵn là an nhẵn, nhịn nhục, dần dần nóng giận sẽ lắng dịu. Như ai nói câu gì trái ý làm mình nổi giận, miệng la tay múa. Tất cả những hành động khiến người ta khổ gốc từ nóng giận mà ra. Muốn nhịn, có người nói uống nước cho mát, nhưng nước qua khỏi cổ thì nóng lại nữa. Có người niệm Phật, nhưng khi ngưng niệm cũng nổi nóng trở lại. Cho nên đó là những lối trị chưa hữu hiệu lắm.

Bây giờ tôi đề nghị với quý vị một lối nhẵn thực tế hơn. Khi vừa nổi nóng chưa kịp mở miệng, chúng ta liền đọc câu thần chú này: "Nói là ngu, nín là khôn." Cứ đọc tới đọc lui một hồi thì cơn giận hết. Vì sao? Vì khi nổi nóng mình sẽ nói bậy. Nói bậy tức là ngu. Vì vậy ta tự nhắc nói là ngu, còn im lặng là khôn. Cứ tự nhắc mình như vậy hoài sẽ không nói trong lúc đang nóng. Nhờ thế ta tránh gây khẩu nghiệp, tránh luôn cả thân nghiệp không tốt. Tự nhắc như thế chúng ta yên được một lúc. Nhưng

sau đó nhớ lại cũng nổi nóng nữa, nên phải bước qua chặng thứ hai là quán từ bi.

Từ bi là sao? Từ bi là thương mến tất cả như người thân của mình. Nhưng họ chửi thì làm sao ta thương được? Chúng ta phải dùng trí suy xét kỹ, kể nói những điều thô lỗ vô lý là người tỉnh hay mê? Đó là người mê. Nếu người mê thì ta phải tỉnh mới khôn ngoan. Người tỉnh thì phải thương kẻ mê, chớ đâu thể giận họ được. Ví dụ chúng ta vào bệnh viện tâm thần, gặp một người điên chửi mình, lúc đó ta xử trí thế nào, nên giận hay nên thương họ? Họ điên khùng không biết phải quấy, thấy như vậy mình càng thương, chớ đâu nỡ giận. Người điên chửi chúng ta không giận, thì kẻ nói bậy cũng gần giống người điên rồi, ta nên thương họ. Đã thương thì sẽ không còn giận nữa. Đó là quán từ bi.

Như vậy chặng thứ nhất là nhẫn, để ngăn chặn sự nóng giận bộc phát, đến chặng thứ hai mới bứng tận gốc sân hận.

Đến tham làm sao trị? Tham dụ như rắn hổ mang. Loại rắn này thường chạy tứ tung, không chịu ở yên một chỗ. Tham có năm thứ: tham tài, tham sắc, tham danh, tham ăn, tham ngủ. Chúng ta trị tham như thế nào?

Tham tiền thì lấy thuốc vô thường trị. Tiền của tuy có nhưng sẽ mất bất cứ lúc nào. Phật dạy tiền của thường bị năm nhà lấy: một là bị nước lụt cuốn trôi, hai là bị lửa cháy tiêu, ba là bị trộm cướp, bốn là bị con bất hiếu phá, năm là bị quan quyền không lương thiện chiếm đoạt. Tiền của chúng ta tích lũy, gìn giữ được một thì muốn thêm hai, được hai muốn thêm ba bốn... cứ muốn tích lũy thêm hoài gọi là tham. Nếu chúng ta nhớ lại của cải nhiều, nhưng gặp tai nạn lửa cháy, nước lụt, con bất hiếu phá, hoặc bị trộm cướp rình rập cướp lấy... thì sẽ tiêu tan hết. Nên đó là của cải không bảo đảm.

Muốn được bảo đảm hơn chúng ta phải tu pháp bố thí. Giả sử một ngàn đồng đủ cho chúng ta sống trong một tháng, nếu mình có ngàn một ngàn hai thì tính để dành, đó cũng là hơi tham một chút. Bây giờ có dư ta giúp đỡ những người thiếu kém hơn mình, đó là bố thí. Vì vậy nói bố thí độ san tham. Dư cho thì hết tham, còn tích lũy hoài thì tăng thêm lòng tham. Trước hết chúng ta nghĩ của ấy vô thường, kể nghĩ mình muốn tích lũy là tham, nên đem giúp đỡ cho người nghèo đói, đó là bố thí. Bố thí như vậy có thiệt thòi không? Chẳng những không thiệt thòi mà còn được phước nữa. Phước này không ai rình rập ăn cắp cả. Ngược lại, nếu chúng ta để dành tiền bạc trong tủ thì người ta rình lấy được. Như vậy đem của thế gian dễ mất, đổi lấy phước cao thượng hơn là khôn hay dại?

Tất cả của cải thế gian đều có thể bị người ăn cắp, chỉ nghiệp lành của mình là không ai lấy. Thế tại sao chúng ta ít chịu làm việc này, lại thích chứa hơn là buông. Biết làm thế là khôn mà không dám buông, cứ tích lũy hoài. Người tích lũy của cải với người tích lũy nghiệp lành, ai lo hơn ai? Như vậy đối với tham tài chúng ta dùng hai thứ thuốc: một là quán vô thường, hai là bố thí để trị.

Đến bệnh tham sắc. Đây cũng thuộc loại bệnh trầm trọng. Bệnh này lấy thuốc quán bất tịnh để trị. Quán thân nhớp nhúa bẩn thỉu, thì tự nhiên bớt tham sắc. Thuở xưa đức Phật tu dưới cội bồ-đề, sắp chứng quả thì Ma vương hiện ra thành mỹ nữ kiều diễm đến dụ dỗ Ngài trở về hưởng lạc thú gia đình. Khi đó đức Phật liền bảo: "Hãy đi! Đây da hôi thối, ta không dùng." Nghe quở bợn ma xấu hổ rút lui.

Vì sao chúng ta dính mắc với sắc đẹp? Vì nhìn mọi người qua dáng vẻ bên ngoài, chớ không thấy tốt cùng phần bên trong. Đức Phật thấy rõ con người chỉ là một đống da hôi thối. Đó là lẽ thật mà chúng ta lại không dám nhận. Nghe hôi liền kiếm nước hoa bôi lên cho thơm, thấy đen liền lấy phấn thoa lên cho trắng. Đó là đánh lừa nhau, chớ không có lẽ thật. Sự thật thì từ đầu tới chân, chỗ nào cũng nhớp hết. Nếu thân thật đẹp đẽ, sang trọng, lẽ ra trong ngoài đều phải tốt đẹp, nhưng đằng này vừa có rịn chấy chỗ nào thì ta liền nghe hôi hám như nhớp.

Đó là Phật dạy chúng ta thấy đúng như thật giá trị của con người. Khi đã thấy thân là đống da hôi thối, mình có muốn tìm vài ba đống da hôi thối ở chung nữa không? Một mình đã chịu không nổi rồi, còn thêm hai ba cái nữa thì quả là khổ! Nhờ quán vậy chúng ta không còn đắm mê sắc đẹp. Đó là chưa nói sắc đẹp không thể tồn tại lâu dài. Chỉ lứa tuổi thanh niên về đẹp mới sung mãn, chớ tới bảy tám mươi tuổi thì da nhăn má hóp, lúc đó hết đẹp rồi. Cái đẹp chỉ tạm một thời mà người ta lại làm mê, đắm đuối theo nó.

Phật dạy quán thân này như nhớp, là quán ngay nơi mình chớ không phải quán nơi người khác. Nhiều người không biết, nghe Phật dạy quán thân bất tịnh, rồi thấy ai dễ thương liền quán trên người đó, quán một hồi thương thêm! Phải quán ngay nơi mình, biết rõ thân như nhớp, gớm thân mình thì thân người khác cũng sẽ gớm. Quán bất tịnh thành công thì bệnh tham sắc không còn. Nên nói đó là thuốc trị bệnh tham sắc.

Đến tham danh làm sao trị? Tham danh là tham có chức quyền. Ví dụ một Nghị sĩ Quốc hội trước khi ra ứng cử có lo không? Lo làm sao thu hút được quần chúng, nên cũng mất ăn mất ngủ. Kể lại lo cạnh tranh giữa những người được lòng dân, bởi

đâu phải chỉ có mình ứng cử, như vậy khổ không? Nếu kết quả mình rớt thì khổ vô cùng, còn đậu mới thấy như vui nhưng thật ra cũng không vui. Vì lãnh trách nhiệm với dân phải làm cho được, nếu làm không được thì bị chửi, như vậy cũng lo nữa. Đến khi mất chức lại càng khổ hơn. Như vậy trước khổ, giữa khổ, sau cũng khổ; ba thời đều khổ chớ sướng (ích gì)! Khổ mà người ta cứ tưởng vui, cho nên mới giành giật với nhau. Người tu biết rõ tham danh là nhân đau khổ. Quán như thế thì trị được bệnh tham danh.

Đến tham ăn, có ai không tham ăn đâu. Đại đa số đều thích ăn ngon. Như vậy, bệnh tham ăn làm sao để trị? Chúng ta phải dùng hai thứ thuốc: một là quán vô thường, hai là quán bất tịnh. Cái ngon không tồn tại được lâu, chỉ một phút nửa phút khi nhai, lúc thức ăn còn ở lưỡi thấy ngon, nhưng nuốt qua khỏi cổ rồi thành hơi dơ. Như vậy thức ăn uống chỉ là tạm bợ, ngon trong chốc lát, chớ không bền. Chúng ta ăn cốt để sống khỏe mạnh, chớ không phải ăn cốt để ngon. Nhiều khi vì muốn ăn ngon mình phải tốn hao tiền của gấp mấy lần ăn bình thường. Rõ ràng do tham ăn mà khổ, đó là chưa nói ăn ngon quá sanh bệnh. Cho nên việc ăn uống hạn chế vừa phải, đừng đòi hỏi, đừng tham lam. Đó là biết quán vô thường, quán bất tịnh để trừ bệnh tham ăn.

Đến tham ngủ lấy gì để trị? Tham ngủ là bệnh trầm trọng chung cho nhiều người. Ví dụ Phật tử biết tu, hẹn năm giờ khuya thức dậy tụng kinh, hoặc niệm Phật, tọa thiền. Nhưng đêm đó ngủ ngon giấc, nghe đồng hồ reo cứ lần qua trở lại, một lát rồi thôi cho nó qua luôn! Đó là bệnh tham ngủ, cũng gọi là bệnh giải đãi, lười biếng. Bệnh này chẳng những Phật tử tại gia, mà kể cả hàng xuất gia cũng thường mắc phải. Phật tử ở ngoài năm sáu giờ mới thức, nhưng trong chùa ba bốn giờ khuya đã dậy rồi. Giờ đó ngủ ngon lắm, cho nên nghe keng báo vẫn không muốn ngồi dậy, lần qua trở lại rồi cáo bệnh ngủ luôn. Đó là bệnh tham ngủ.

Đối với bệnh tham ngủ, có hai pháp để trị. Một là tinh tấn trị giải đãi, hai là quán vô thường. Khi đang ngủ, nghe tiếng keng hoặc đồng hồ reo không muốn thức, thì phải nhớ rằng ngày nay mình khỏe mạnh, nhưng chắc gì ngày mai cũng khỏe, nên giờ nào khỏe mạnh thì phải ráng tu, để mai mốt lỡ chết làm sao tu được. Đó là quán vô thường để đánh thức, để lay tỉnh chúng ta ráng tu.

Phật thường dạy phải quán vô thường như cứu lửa cháy đầu. Lửa rớt một đóm lên đầu, ta chờ năm mươi phút sau mới phui hay phui liền? Vừa thấy lửa cháy đầu thì phải phui liền. Cũng vậy, ngày nay chúng ta khỏe mạnh, ngày mai chắc gì khỏe mạnh. Vì vậy ngày nào khỏe mạnh thì ráng tu ngày ấy,

không chần chờ. Đó là chúng ta biết thân này vô thường, không bảo đảm, lúc nào làm được gì thì cố gắng làm, không bỏ qua.

Nhờ quán vô thường ngay lúc đó ta trở dậy, đi rửa mặt rồi tụng kinh niệm Phật hoặc tọa thiền. Nếu cứ lần qua trở lại giật giữa hoài thì không trở dậy nổi, con ma ngủ sẽ làm chủ mình. Quán vô thường xong, kể đó lấy roi tinh tấn đánh mạnh một cái, bắt nó trở dậy rửa mặt thì mình tu được, không bị mất thì giờ. Đó là phương pháp trị bệnh tham ngủ.

Như vậy, năm bệnh tham kể trên đều có thuốc trị. Chỉ vì Phật tử lâu nay không biết thuốc trị, nên gặp bệnh không biết làm sao. Trị được năm bệnh đó rồi thì chúng ta hết tham, hết sân.

Đến sau cùng là si. Si mê là gốc đau khổ nhất của cuộc đời. Nói theo đúng thứ lớp thì trước là si, rồi tới tham, sân. Sân là ngọn, si là gốc. Tại sao? Si mê là thấy không đúng như thật. Sự vật trắng mà mình thấy đen, xấu mà cho tốt, đó là si mê. Si mê là thấy theo ảo tưởng, trí tuệ là thấy đúng như thật. Người nào sống theo ảo tưởng sai lầm đó là người si mê.

Chữ si mê trong nhà Phật có chia từng loại. Loại cạn nhất không biết phân biệt thiện ác, tội phước, chánh tà. Chúng ta tu phải biết rõ gì là thiện gì là ác. Trong nhà Phật dạy làm gì được tốt đẹp, sáng suốt, đem lại lợi ích cho mọi người, đó là thiện. Ngược lại làm điều xấu xa, đem lại nguy hiểm cho mọi người, đó là ác. Chúng ta biết giữ giới không ăn trộm là thiện, người làm những điều đó là ác. Trong kinh đức Phật có nói tới mười điều thiện và mười điều ác, gọi là thập thiện và thập ác.

Thập thiện là gì? Thập thiện bao gồm ba điều thuộc về thân: không sát sanh, không trộm cướp, không tà dâm. Bốn điều thuộc về miệng: không nói dối, không nói lời ác độc, không nói lời ly gián, không nói lời thù dật. Ba điều thuộc về ý: bớt tham, bớt sân, bớt si. Đó là mười điều thiện, ngược lại là mười điều ác. Nếu người còn tham sân si đầy đủ đó là người ác. Chúng ta tu là phải giảm những điều ác, tăng những điều thiện. Làm đau khổ cho người cho vật là tội, làm vui vẻ cho người cho vật là phước.

Đến phân biệt tà chánh, Phật tử phải biết thế nào là chánh, thế nào là tà, không phân biệt được điều này rất dễ phạm lỗi lầm. Phật dạy Phật tử tu giữ năm giới, làm lành lánh dữ, tức tu nhân quả. gieo nhân lành thì hưởng quả lành, nhân ác thì chuốc quả ác. Chúng ta tu cốt làm sao không tạo tội lỗi, không phạm giới, đồng thời giữ đúng tinh thần nhân quả của Phật. Cái phước đến do mình đã tạo nhân lành, cái khổ đến do mình đã tạo nhân ác.

Đức Phật tuyên bố Ngài không có quyền ban ơn xuống họa cho ai. Vì sao? Vì nếu có ban ơn xuống họa thì không còn nhân quả. Nhân quả do mình tạo thì mình lãnh, chớ không do ai ban cả.

Vậy mà Phật tử đi chùa, thấp hươg lạy Phật: “Phật cho con cái này, cho con cái kia...”, xin nhiều hơn cúng! Đó là mắc tội tham rồi vì cúng ít mà đòi nhiều. Thế là Phật tử phạm hai tội: một tới chùa mà còn tham, hai không làm đúng lời Phật dạy. Phật bảo chúng ta làm nhân lành sẽ được quả lành, nhưng chúng ta không chịu làm lại xin. Nên hiểu đi chùa, cúng chùa là vì Tam Bảo, tức vì Phật, Pháp, Tăng để cho ngôi Tam Bảo ngày càng sáng sủa hơn. Cúng mà không đòi gì cho mình, đó mới đúng với tinh thần của Phật tử. Nếu có nguyện thì nguyện cho Tam Bảo thường còn ở thế gian để cứu độ chúng sanh. Đó mới đúng là tâm chân chánh của người Phật tử.

Mỗi năm tới mùng tám tháng giêng âm lịch, quý vị thường đi cúng sao phải không? Chỗ này tôi nói cho quý Phật tử hiểu rõ. Đúng ra nhà chùa không có coi ngày coi giờ, không cúng sao cúng hạn, nhưng tại sao bây giờ lại cúng? Vì ở Việt Nam ngày xưa có các cụ đồ nho chuyên coi lịch. Trong lịch để ngày lành ngày dữ, tuổi tốt tuổi xấu, cúng sao cúng hạn. Nhưng về sau, đến khi Pháp cai trị thì không cho dân mình học chữ Hán, bắt học chữ Việt. Lần lần mấy ông đồ thất nghiệp.

Phần Phật tử chúng ta đã quen coi lịch, muốn cất nhà không coi lịch không yên, nên đem lịch đến chùa nhờ thầy coi giùm, vì thầy mới biết chữ Hán. Ai muốn cất nhà, muốn định vợ gả chồng cho con cái đều đem lịch tới nhờ thầy coi giùm. Nhờ thầy coi rồi chẳng lẽ không nghĩ nhớ ơn thầy, cũng tạ ơn chút ít, lâu ngày thành thói quen. Phần mấy thầy thấy làm như vậy được Phật tử cúng dường, khỏi làm gì khác cũng khỏe, nên cứ thế mà làm.

Thật ra trong kinh Tứ Thập Nhị Chương, kinh Di Giáo, Phật đã cấm những điều đó, vì nó thuộc về tà, không phải chánh. Cho nên Phật tử phải hiểu rõ, sở dĩ trong chùa có các việc như thế là vì hoàn cảnh, chớ không phải đó là nghề của quý thầy. Nghề của quý thầy là tu. Hiểu như vậy, Phật tử đừng đòi hỏi quý thầy làm thế nữa, đem mấy cuốn lịch đốt tuốt cho rồi, không cúng sao cúng hạn gì hết!

Tôi nói điều này cho quý vị thấy, có khi nào cúng sao cúng hạn để tên thầy Trụ trì đầu số không? Không có chuyện đó. Nghĩa là thầy không tin, mà tại Phật tử đòi nên buộc lòng quý thầy phải để tên rồi đốt sớ cho quý vị vui. Nếu đó quả là một quyền lợi lớn thì tên thầy phải đứng đầu. Hiểu như vậy quý Phật tử mới biết cái nào chánh, cái nào tà để chùa

bỏ. Tin nhân quả là chánh, tin cúng sao cúng hạn là tà, đó là lẽ thật.

Thí dụ như việc coi ngày, ai cũng lựa ngày tốt để đi đường khỏi bị tai nạn, vậy sao mấy chú ăn trộm cũng lựa ngày đó nhưng vẫn bị bắt như thường. Nên biết ngày đó đâu có cố định, chủ yếu do tâm mình. Ngày nào cũng là ngày tốt nếu tâm mình tốt. Ngày nào cũng là ngày xấu nếu tâm mình xấu. Đó là lẽ thật. Vậy mà chúng ta không sợ tâm, lại đi sợ ngày. Đó là tin tà không tin chánh. Tin tà là si mê. Nếu kể ra thì rất nhiều thứ si mê. Bỏ được những si mê ấy là chúng ta đi con đường chánh, phân biệt tà chánh rành rẽ thì sẽ không còn si mê nữa.

Như vậy chúng ta biết cái gì tội nên tránh, cái gì phước nên làm, đó là có trí tuệ, hết si mê. Cho nên người tu phải can đảm, nhìn đúng lẽ thật, thì việc tu mới tiến. Nếu không như thế việc tu không tiến được.

Phiền não do tham sân si mà ra. Nếu chúng ta biết chùa, biết ngăn đón tham sân si thì phiền não sẽ giảm dần. Nhưng có nhiều Phật tử nói đi chùa nhiều năm mà sao càng đi càng phiền não? Đó là vì đi chùa mà không biết tu, đi chùa muốn được người ta khen, muốn được phước nhiều mà không chịu tu. Tu là việc hết sức chân thật cao thượng, chớ không phải như lâu nay chúng ta lầm tưởng.

Đối với người tỉnh, thương mình là phải tìm ra cái gì thật mình, cái gì không phải thật mình. Chúng ta xét xem nơi mình cái gì thật, cái gì không thật. Thân này thật không? Không thật. Tại sao? Vì thân vô thường, duyên hợp tạm có. Nhà Phật nói thân do bốn phần đất, nước, gió, lửa hợp lại thành. Chất cứng trong người là đất, chất ướt trong người là nước, chất động trong người là gió, hơi ấm trong người là lửa. Bốn thứ đó thiếu một thì không sống được.

Khi bốn chất đó hợp lại thành thân rồi, muốn thân tăng trưởng lâu dài thì phải mượn đất, nước, gió, lửa bên ngoài bồi bổ thêm hoài. Như vậy nó mới còn, mới tăng trưởng. Như lỗ mũi chúng ta đang thở. Hít vô là mượn, thở ra là trả. Mượn trả, mượn trả... trả ra mà không mượn lại thì tắt thở. Nếu thân thật thì đâu cần mượn, mà mượn thì không thật. Đó là nói về gió.

Đến nước, một lát mượn tách nước, mượn rồi trả. Rồi mượn cơm tức là mượn đất, mượn rồi cũng trả. Như vậy chúng ta sống an vui, khỏe mạnh là nhờ mượn trả suôn sẻ. Nếu mượn trả trực trặc thì phải đến bệnh viện cứu cấp liền. Thế thì giá trị của con người ở chỗ nào? Chỉ là sự mượn trả, mà chúng ta cứ ngỡ mình thật, mình là chủ tất cả. Khi thấy được thân này vay mượn tạm bợ, chúng ta có bớt quý nó

không? Giả sử ai chê, nói mình xấu quá ta có giận không? Đã là đồ vay mượn, xấu tốt có quan trọng gì.

Sở dĩ người ta chê một câu mà mình nổi sân đùng đùng là do ta tưởng mình quý, tưởng mình tốt. Còn nếu biết mình là hư giả, người ta nói gì mình cũng cười thôi. Đó là người trí tuệ, ngược lại là kẻ si mê. Như vậy lấy cái tạm bợ làm cái chân thật của mình có được không? Chắc chắn không được rồi. Đó là tôi nói về thân.

Đến tâm, cái gì là tâm mình? Vấn đề này tế nhị hơn. Lâu nay chúng ta quen cho nghĩ thiện nghĩ ác... là tâm mình. Tôi xin hỏi, từ khi cha mẹ sanh ta ra đến ngày nhắm mắt, mình là một hay trăm thứ tạp nhạp? Tâm suy nghĩ thiện ác hơn thua phải quấy tạp nhạp, một ngày đổi thay cả trăm lần. Nếu tâm ấy là mình thì chúng ta tạp nhạp mất rồi. Nên phải biết tâm buồn thương giận ghét hơn thua phải quấy chỉ là những mảnh vụn, tạm bợ, chớ không phải thật tâm mình.

Đạo Phật chỉ cho chúng ta cái gì là thật nơi mình. Như khi niệm Phật đến nhất tâm bất loạn, tâm không còn suy nghĩ lăng xăng nữa, mới được đức Phật đón về Cực lạc. Tại sao phải niệm tới chỗ nhất tâm? Vì tất cả những nghĩ suy đều là tạp nhạp hư dối, không phải thật mình. Lặng hết những thứ đó, Tâm chân thật mới hiện bày. Tâm chân thật hiện bày nên Phật mới đến đón. Cho nên niệm Phật phải niệm tới nhất tâm là vậy.

Còn tu thiền để được định. Định những tâm lăng xăng lộn xộn, mà lâu nay chúng ta mê cứ tưởng nó là mình. Những thứ giả dối tạm bợ ấy lặng rồi thì được định. Định tới chỗ cứu kính sẽ được Niết-bàn vô sanh. Như vậy, chủ trương đạo Phật dạy tu là dẹp tâm lăng xăng lộn xộn, trở về Tâm chân thật sẵn có nơi mình. Lâu nay chúng ta quên nên cứ chạy theo những thứ lăng xăng.

Khi chúng ta ngồi chơi năm mười phút yên tĩnh, không nghĩ gì hết, lúc đó có mình không? Nếu nói suy nghĩ là tâm mình thì lúc đó mình chết sao? Nhưng rõ ràng không suy nghĩ mà ta vẫn hiện tiền. Gió thổi nghe mát, chim kêu nghe tiếng, người qua lại thấy rõ ràng. Như vậy, cái thấy biết vẫn hiện tiền mà không đợi suy nghĩ. Thấy biết hiện tiền đó mới là cái chân thật của mình. Chỉ vì lâu nay chúng ta cứ bị tâm vụn vặt che phủ nên lầm nhận nó là mình.

Trong kinh Lăng Nghiêm, đức Phật giảng giải nghĩa “chủ” và “khách” rất rõ ràng. Đức Phật bảo ngài A-nan, như trong một nhà trọ, có người chủ coi nhà và một người khách tới tá túc. Khách ở một lúc rồi đi, còn chủ nhà không đi. Như vậy đến đi là khách,

còn chủ nhà không có đến đi. Cũng thế, cái sanh diệt được mất lăng xăng là khách mà ta nhận là mình, còn Ông chủ thường trực lại bỏ quên. Đó là nhận khách làm chủ. Nhận như vậy là tình hay mê? Bởi mê nên Phật dạy chúng ta phải tu, để định lại tâm lăng xăng đó. Tâm đó lặng thì Ông chủ hiện ra, gọi là giải thoát sanh tử.

Tu Phật là để giải thoát sanh tử. Cái gì giải thoát? Đó là tâm không sanh không diệt, thường giác thường tri. Bao nhiêu kinh điển Phật dạy đều đi tới chỗ đó. Tâm lăng xăng dừng thì Trí tuệ Phật hiện ra. Tu là biết những lỗi lầm chừa bỏ để trở thành con người tốt, dần dần bỏ luôn những tâm phân biệt tốt xấu để trở về Tâm chân thật. Đó chính là mình, tu như vậy là từng bước đi tới giác ngộ giải thoát.

Hiểu đúng chúng ta mới biết được lẽ thật, nếu không chúng ta tu để mong những việc hão huyền vô ích. Thế nên chúng tôi giản trách cho quý Phật tử biết cái gì thật mình, cái gì không phải thật mình. Những niệm nghĩ lăng xăng là vọng tưởng, ta phải “buông” để nó lặng xuống. Chừng nào hết vọng tưởng thì Tâm chân thật hiện tiền. Thật ra, không phải đợi hết vọng tưởng tâm đó mới có, nó luôn sẵn có nhưng vì vọng tưởng che khuất nên ta không nhận ra.

Thí dụ như đêm rằm, trên hư không mặt trăng vẫn sáng tròn, nhưng mây đen cứ liên tục kéo dày đặc nên chúng ta không thấy mặt trăng. Chừng nào mây tan thì trăng mới hiện. Trăng hiện ra là mới có hay đã sẵn có rồi? Đã sẵn có rồi. Cũng vậy, chúng ta sẵn có ông Phật của mình, nhưng vì mây phiền não che phủ. Nếu dẹp được mây phiền não thì ông Phật của mình hiện ra, không cần tìm kiếm ở đâu hết. Sống được với ông Phật thật của chính mình, đó mới là người biết tu, biết trở về cái cứu kính chân thật, nguồn an lạc vĩnh cửu. Ngược lại, chạy theo tâm suy nghĩ lăng xăng, chúng ta chỉ chuốc đau khổ mà thôi.

Tóm lại, chúng tôi nêu lên người tình và kẻ mê thương mình khác nhau như thế nào cho quý vị thấy rõ, để chọn cho mình một lối đi. Người mê thương mình nhưng rốt cuộc lại hại mình, càng thương lại càng hại chớ không lợi ích gì. Còn người tình thương mình, từ thấp đến cao, tìm cho được chỗ cứu kính mình là cái gì. Tìm được rồi thì vĩnh viễn an lạc.

Chúng ta phải luôn tỉnh để tự cứu mình, chớ không ai cứu mình được. Nếu mê thì đi trong trầm luân muôn kiếp, còn tỉnh thì lần lần thoát khỏi phiền não, vượt ra vòng luân hồi sanh tử. Đó là chỗ cao siêu, cứu kính trong đạo Phật.