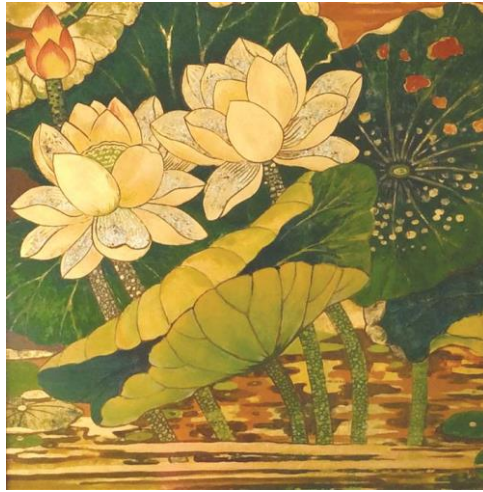


Tu làm sao?



Các bạn thân mến,

Chúng ta có duyên lành, tiếp thu được chánh pháp của Phật qua sự giảng dạy của quý Thầy Cô, dù theo hệ phái nào đi nữa thì đây chính là một hành trình dài để ta học hỏi rồi tự quay về với chính mình, nhận diện những hạt giống xấu nơi ta để sửa đổi, chuyển hóa từ trong tâm thức, tu luyện để có trí, có định, có tuệ, để giảm bớt những khổ đau phiền não trong cuộc sống vốn dĩ đã đầy dẫy bụi trần. Tôi nhận ra rằng, trường tu luyện quan trọng không chỉ là miếu chùa, tu viện, cũng không chỉ ở thiền đường, và cũng chẳng chỉ là nơi núi rừng thanh vắng....mà then chốt nhất chính là nơi mà những tình huống trong đời đang diễn ra, đang có mặt ngay trong tâm ta, cho dù ta đang ở đâu trên trái đất này.

Chúng ta cũng nghe câu nói trong dân gian:“Thứ nhất tu nhà, thứ hai tu chợ, thứ ba tu chùa“ cho thấy, rừng sâu núi cao, đền chùa, thoát ly gia đình, xã hội...nói cho cùng cũng là những phương tiện trợ duyên tốt cho việc tu hành, nhưng môi trường, hoàn cảnh ở ngay trong hiện thực cuộc sống mới chính là nơi tu luyện tâm can, là trường tu luyện tốt nhất để con người giải thoát mọi vướng mắc cả thân lẫn tâm.

Theo thiên ý, khi gặp phải những vấn đề tiêu cực trong cuộc sống, ta hay có cảm giác trốn tránh, gạt bỏ nó ra, đôi khi còn kết tội những phiền não, bất như ý là nguyên nhân làm rối loạn sự tu hành của ta. Nhưng kỳ thực, tu hành và cuộc sống thường nhật luôn gắn liền và đi đôi với nhau, ngay cả những người trong chùa, trong tự viện vì hễ „có chung thì có đụng“ và lúc nào cũng đưa đến không ít khó khăn. Nhưng ta cũng phải công nhận rằng, nếu có tu tập thì ít nhiều vấn đề trong cuộc sống thực tế cũng sẽ được giải quyết dễ dàng. Ngoài những trường hợp các vị xuất gia vì đại nguyện tui không dám mạo phạm bàn đến, nhưng với cư sĩ thì cách ly cuộc sống để chỉ lo chuyện tu hành không khác nào đi tránh né vấn đề của cuộc sống hay sao? Có thể né tránh cũng giúp ta dần lãng quên những xô bồ lên xuống bên ngoài ...để rồi một ngày nào đó ra lại đời bằng đôi chân không vững, trực diện các tình huống không mấy giản dị trong cuộc sống, chạm trán với những cám dỗ của tình cảm, danh lợi, sắc dục...thì khó mà vẫn đường hoàng, thanh thản vượt lên nó. Đương nhiên, sống trong chôn bụi trần đầy dẫy ô nhiễm mà vẫn thông dong tự tại an nhiên là một điều thật khó khăn. Nhưng không phải là không thể thành tựu được.

Có một câu chuyện về một nhà sư, cả đời tu hành phạm hạnh không tì vết, đến khi gần ra đi, nhà sư thấy thềm một chén nước mắm...ngài thất vọng, buồn bã cảm thấy cả đời tu hành của mình vẫn còn cát bụi chén nước mắm tận nơi sâu thẳm của tâm can, mà không hoàn toàn được bôi xóa, buông bỏ bởi sự tu hành tốt đẹp bấy lâu nay. Ngài phải thốt lên lời than: „Sự tu hành sao khó lắm thay!“

Các bạn thân mến,

Thời nào, lúc nào và bất cứ ở đâu, chúng ta đều thấy rất nhiều khổ não, đổ vỡ, khó khăn, giết hại...dây dầy tệ nạn, khiến cho chúng ta thường chuyển hướng suy nghĩ về sự bình an, yên ổn, quy ẩn nơi núi rừng hoang vắng, mặc thiên tịch địa để mà hành bộ, tu luyện.

Nhưng sự tu hành không chỉ gói trọn trong chùng ấy. Sự tu hành cũng có thể thực hiện ngay trong cuộc sống đời thường, nó đòi hỏi chắc chắn phải có sự dấn thân và dũng cảm hơn những người tu ẩn, cách tu hành này đòi hỏi ta phải biết cân bằng giữa công việc và gia đình, giữa áp lực của mong muốn và cảm thọ, khổ đau cùng hạnh phúc...Tìm được sự cân bằng khiến ta sẽ có thể thấy tận mắt và hiểu rõ bản chất thực sự của cuộc sống. Đơn giản mà nói, tu tập trong đời thường, có nghĩa là luôn đối mặt với cám dỗ của tình cảm, danh lợi mà vẫn thanh thản, thông dong vượt lên nó, một khi ta luôn chuyên chú ngay khi ta nấu cơm, rửa bát, làm việc, hành xử, sinh hoạt...cũng có thể làm chủ tâm mình! ...Mỗi rắc rối, mỗi vấn đề đều là một sân chơi cho sự tu luyện của ta. Sự chuyên chú miên mật không buông lơi này được Sư Ông yêu kính gọi là Chánh Niệm. Một khi có được Chánh Niệm, ta sẽ định tĩnh để biết đâu là chánh, đâu là tà, sẽ suy nghĩ và hành xử một cách chân chánh qua ngôn từ, hành động, rồi mọi điều khác sẽ theo đó mà theo tiếp cái chuỗi của Duyên sinh Duyên khởi. Và đây cũng là một trong những phương pháp cốt lõi của Sư Ông Làng mai.

Đức Thế Tôn đấng đạo không phải để làm thần thánh chi hết, mà Người đã tìm ra những phương thuốc để giúp chúng sinh thấy được cái Khổ, Nguyên nhân của Khổ, Lòng mong muốn đẹp bỏ, chuyển hóa cái Khổ và Phương pháp đối trị cùng đoạn diệt cái Khổ. Và chìa khóa để mở cửa vào kho tàng Chánh pháp chính là Chánh Niệm.

Cho nên với tôi, xin thưa rằng: tu luyện để biết mình, để khắc phục được tham sân si thì nên tu luyện ngay trong những phiền não của cuộc sống hoặc từ những thống khổ, bế tắc của thực tế, vì phiền não chính là Bồ đề!

Với những phương pháp đã được học hỏi, ta nên hành, nên sửa từ ngay những vấn đề nhỏ lớn của đời sống thực tế, không thể mơ hồ nói suông vì nó không đem lại ý nghĩa gì. Có thể ta có một bụng lý thuyết về Chánh pháp, nhưng đến khi đụng việc lại cảm thấy đau khổ, buồn rầu...như vậy, ta đã thực sự tu hành đàng hoàng chưa? Tu hành không phải là một phương thức trốn tránh phiền não, khổ đau hoặc lìa bỏ hoàn toàn cuộc sống hiện thực, và càng không phải là một sự giải trí hay „công tác tâm linh“ nào cả.

Nếu ta có vấn đề trong gia đình, với chồng, với vợ, với con cái, thân bằng quyến thuộc...thì chính những nơi đó là trường tu luyện và chuyển hóa của ta. Nếu ta có mâu thuẫn với đồng nghiệp thì những mâu thuẫn này chính là nơi để ta tu luyện, Nỗi thất vọng, buồn chán trong cuộc sống cũng là chỗ cho ta tu, vấn đề tài chính, tiền bạc cũng thế. Ở đâu có vấn đề thì ngay đó chính là nơi cần tu, cần sửa. Tu hành cần phải ở đâu có vấn đề thì ở đó có sự tu sửa, chuyển hóa, diệt trừ. Đừng nên vì vấn đề này, thất bại nọ, bắt như ý kia mà chạy đến chùa chiền bái lạy, cầu xin nài nọ. Cầu xin không phải là cầu nguyện.

Ở những nơi chùa chiền, thiền đường, tự viện, đại sơn lâm...những nơi mà chung quanh toàn là người có tâm tính tốt, không có vấn đề gì, vậy thì tu làm sao đây?

Lúc còn sơ cơ, ta phải theo ngón tay chỉ trắng của Bụt mà vào hang, vào động để tìm cho mình các phương thuốc trị ba loại độc Tham Sân Si, làm tư lương cho hành trình chính mình, tu và hành cho mình chứ không phải là để cầu bên ngoài, hoặc cả đời cứ thể hiện ra bên ngoài, đại để như: „Tôi là người có bao nhiêu năm tu đạo Bụt, tôi năng đi chùa lễ bái, tôi đã ngồi thiền bao lâu, đọc tụng qua bao nhiêu kinh kệ, tôi hay cầu Bụt để được thế này thế nọ, tôi đã cúng dường như thế đó...“ Cũng có tốt đó, nhưng Bụt chỉ muốn, chỉ mong ta tu, mong ta hướng vào chính bản thân để có được những suy tư như: „Tôi thấy có đau khổ đó, tôi chấp nhận và tu tập tinh tấn để sửa đổi, chuyển hóa nó, hay là: cái gì cũng không thể làm tôi khổ sở vì bực tức và phiền não nữa, vì tôi sẽ làm chủ được chính bản thân tôi...“ Và để có thể „Tu thành“ giữa cõi ta bà đầy dẫy năm loại ô nhiễm này, chỉ dựa vào cố gắng và năng lực của bản thân ta không thôi sẽ không khiến ta „tu thành“, mà cần có một Pháp môn chân chính mà Sư Ông yêu kính cùng quý Thầy Cô đã thay Bụt luôn đưa đường chỉ lối cho ta với sự soi rọi miên mật của ánh sáng Chánh Niệm, diu dắt và nâng đỡ ta trên con đường chuyển hóa, hành trình thanh thân, thông dong tiếp tục tu giữa đời thường.

Vậy nên, không có gì phải trốn tránh cả, không cần phải lên núi hay vô rừng, cứ ở ngay trong đám bùn hôi dơ này, thời thời khắc khắc xem xét tự ngã, chuyển hóa, loại đi những kiêu mạn, tham cầu, kỳ thị, phân biệt, sợ hãi... của bản thân, sống đúng theo Năm giới, đem Bát thánh đạo vào mọi sinh hoạt hằng ngày, hằng thuận theo Duyên sinh Duyên khởi, biết và thấy rõ bất kỳ một tâm hành nào đang có mặt mà không kỳ thị, chấp nhận và sống hòa bình với chúng... để có được một tâm hồn thanh tịnh, an nhiên tự tại, thấy được, cảm được và sống được với các dòng sinh mệnh khác nhau... và khi đó chúng ta chắc chắn sẽ là những bông sen xanh, vàng, đỏ, trắng luôn tỏa hương thơm vi diệu và tinh khiết. Bụt vẫn luôn khẳng định rằng: chúng ta chỉ tìm được Niết Bàn ngay nơi Sinh Tử mà thôi!

Bình trà sáng nay gần cạn mà sao tôi vẫn mãi loanh quanh...nhưng có một cảm nhận chân thành rằng: Hạnh phúc là suối ngọt chung hưởng. Hạnh phúc đâu phải chỉ là khi mình chạm được điều mong muốn một mình thôi đâu! Vì rằng „Tình dữ vô tình tề thành Phật đạo“!

Mến chúc các bạn thường tinh tấn. Chúng ta cùng sách tấn nhau tu sửa nha. Cảm ơn sự có mặt của các bạn.

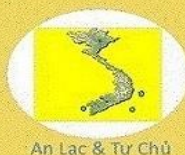
Hiên trúc – Thu 2021

Tâm Hải Đức

Kính mời đọc thêm những bài khác của tác giả tại:

<http://www.vietnamvanhien.org/TamHaiDuc.html>

www.vietnamvanhien.net



VIỆT NAM VĂN HIẾN

www.vietnamvanhien.info



TỦ SÁCH VĂN HIẾN VỚI HƠN 7700 TÁC PHẨM