

PHƯƠNG DANH ÁN TỔNG

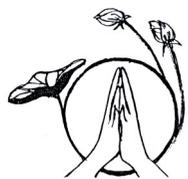
HƯƠNG DƯƠNG TUYỂN TẬP YẾU GIẢI

Thầy Phước Nhơn	700	Hl Ngô Kieran Quang	50
Thầy Phước Viên	50	Hl. Vương Vũ	50
Thầy Phước Quảng	50	Hl. Phạm Thị Sim	50
Thầy Chơn Phong	300	Hl. Nguyễn Thị Phi	50
Sư cô Phước Ngọc	50	Hl. Phạm Thị Lệ	50
Bảo Khánh	500	Hl. Trần Thị Bảy	50
Hiếu Hoa	500	Hl. Trần Láng	50
Chùa Nam Hải Phố Đà Noumea	500	Hl. Lưu Phúc Tài	50
		Hl. Nguyễn Mộng Long	50
Diệu Trang	50	Hl. Nguyễn Thị Xuân	50
Minh Quang	50	Hl. Diệp Thị Thìn	50
Diệu Huệ	50	Hl. Trần Kim Hồ	50
Trần Văn Ba	100	Hl. Phan Văn Tri	50
		Hl. Dylan Khánh Phạm	50

Hồi hướng cầu siêu chư hương linh:

Hl. Trần Văn Hưng	50
Hl. Huỳnh Thị Thơm	50
Hl. Bùi Thị Én	50
Hl. Minh Chiếu	50
Hl. Nguyễn Thanh Vân	50
Hl. Lý Huệ Tiên	50
Hl. Đỗ Thị Kim Yến	50
Hl. Nguyễn Thị Phi	50
Hl. Lạc Phụng	50
Hl. Phạm Thị Sương	50
Hl. Diệu Tín	50
Hl. Lưu Cường	50
Hl. Trần Láng	50

*Nguyện đem công đức này
Hương về khắp tất cả
Đệ tử và chúng sanh
Đều trọn thành Phật đạo*



Lời Đầu Sách

Trước đây, chúng tôi đã cho ra đời ba tập thơ với chủ đề là Hương Dương Thi Tập. Nói là thơ, thật ra chỉ là làm theo thể văn vần cho dễ đọc. Dựa theo những thể thơ mà các bậc tiền bối trước kia đã sáng tác. Trong ba tập thơ phần nhiều chúng tôi chỉ tóm yếu lại những gì mà Phật Tổ đã dạy trong các kinh điển và Ngũ lục. Tuy nhiên, chúng tôi chỉ làm mà không có giải thích. Nay chúng tôi thể theo lời yêu cầu của một số độc giả mà giảng giải đôi điều cho dễ hiểu. Chúng tôi chỉ trích ra một số bài rải rác trong ba tập thơ để tạm nêu ra giải thích sơ yếu đó thôi. Thế nên, chúng tôi xin có vài lời thưa trước với quý độc giả, kính mong quý vị hiểu và thông cảm cho.

Nhân đây, chúng tôi cũng xin chân thành cảm ơn Thượng tọa Thích Phước Viên, Đại Đức Thích Phước Quảng và Phật tử Trung Đồng đã giúp cho phần in ấn và kỹ thuật trình bày.

Và chúng tôi cũng xin thành kính tri ân chư Tôn Đức Tăng, Ni cùng quý liên hữu Phật tử xa gần đã phát tâm hỷ cúng tịnh tài án tổng. Nhờ đó mà tác phẩm này mới được hoàn thành trong việc ấn bản tốt đẹp.

Xin tất cả nhận nơi đây lòng tri ân sâu xa chân thành của chúng tôi.

Nguyện đem công đức pháp thí này hồi hướng cho quý ân nhân cùng pháp giới chúng sanh đều trọn thành Phật đạo.

Trân kính.

Viết tại Pháp Lạc Thất

Ngày 29 tháng 12 năm 2022

Tỳ kheo Thích Phước Thái

Hương Dương

*Mặt trời máu chảy về tim
Lớn nuôi vũ trụ êm đêm lá xanh
Nắng vàng trải lá trên cành
Lá xanh nắng ấm khó thành chia phân
Sen hồng tươi thắm cõi trần
Chan hòa nắng Hạ sáng ngàn thế gian
Bướm ong lượn múa trên đàng
Tạo thành khúc nhạc sáo ngàn không âm.*

~~~~~  
*Mặt trời máu chảy về tim  
Lớn nuôi vũ trụ êm đêm lá xanh*

Lòng từ bi của chư Phật, Bồ tát rộng lớn vô biên được ví như trái tim mặt trời. Đó là trái tim vật lý. Còn trái tim sinh lý của con người, nhất là đối với những người tu hành hướng đời mình về con đường giác ngộ giải thoát, thì ta cần mở rộng trái tim yêu thương rộng lớn chan hòa khắp nơi, giống như trái tim mặt trời vậy. Trái tim yêu thương vạn loại, tất nhiên, đó chính là nguồn yêu thương hạnh phúc lớn nhất của con người. Đó là trái tim không những nuôi lớn tình người mà còn yêu thương trải rộng đến khắp cả muôn loài vạn vật nữa. Chỉ có trái tim rộng mở đó mới đem lại nguồn an vui hạnh phúc tươi đẹp cho nhân thế. Đó là: “*Lớn nuôi vũ trụ êm đêm lá xanh.*”

*Nắng vàng trải lá trên cành  
Lá xanh nắng ấm khó thành chia phân*

21. Phù Tang Ký Sự - 2012
22. Sơ Lược Tiến Trình Xây Dựng Chùa Quang Minh – 2012
23. Kinh Niệm Phật Ba La Mật 1 - 2013
24. Kinh Niệm Phật Ba La Mật 2 – 2021
25. Những Ngày Trên Đất Mỹ - 2013
26. Tam Quy & Ngũ Giới – 2014
27. Chuyện Thiền Môn – 2014
28. Sinh Hoạt Đạo Tràng – 2016
29. Sa Di Oai Nghi Giảm Lược – 2017
30. Tỳ Kheo Giới Giảm Yếu – 2021
31. Kinh Phạm Võng Bồ Tát Giới Yếu Giải – 2021
32. Nghệ Thuật Diễn Giảng – 2014
33. Chuyển Về Việt Nam – 2020
34. Phật Học Danh Số Thông Dụng 1 – 2022
35. Phật Học Danh Số Thông Dụng 2 – 2023
36. Hoài Niệm Tuổi Thơ – 2023
37. Hương Dương Tuyển Tập Yếu Giải – 2023
38. 48 Pháp Niệm Phật Lược Giải – 2023
39. Kinh A Di Đà Lược Giải (sẽ in )



## Sách đã in cùng một tác giả

1. Kinh Pháp Cú Song ngữ Chú Giải Tập 1- 2005
2. Kinh Pháp Cú Song Ngữ Chú Giải Tập 2- 2007
3. Kinh Pháp Cú Song Ngữ Chú Giải Tập 3 - 2008
4. Kinh Pháp Cú Song Ngữ Chú Giải Tập 4 – 2009
5. 100 Câu Hỏi Phật Pháp Tập 1- 2009
6. 100 Câu Hỏi Phật Pháp Tập 2- 2010
7. 100 Câu Hỏi Phật Pháp Tập 3- 2015
8. Hướng Dương Thi Tập 1 – 2010
9. Hướng Dương Thi Tập 2 – 2016
10. Hướng Dương Thi Tập 3 – 2020
11. Oai Nghi Của Một Tu Sinh – 2010
12. Bồ Tát Giới Tại Gia Giảm Yếu – 2011
13. Một Cõi Đi Về 1 – 2011
14. Một Cõi Đi Về 2 – 2014
15. Một Cõi Đi Về 3- 2018
16. Một Cõi Đi Về 4 – 2021
17. Hành Hương Tứ Đại Danh Sơn Trung Quốc – 2011
18. Một Đạo Tràn Lý Tưởng – 2011
19. Hành Trình Trên Đất Phật – 2012
20. Mông Sơn Thí Thực Yếu Giải – 2012

Ai có thể phân biệt tách rời ra giữa ánh nắng và lá xanh trên cành, khi ánh nắng chiếu rọi khắp cả ngàn cây kẽ lá. Chủ thể nhận thức và đối tượng nhận thức hòa nhập làm một, không còn chia phân ra được. Lâu nay, người ta có thói quen nhìn sự vật theo lối nhị nguyên. Chính cách nhìn này mà tạo thành thế giới lưỡng cực tranh chấp chống đối với nhau mãnh liệt. Từ lâu, các học giả Tây phương đều bị dính kẹt vào lối nhìn lưỡng nguyên này. Cho đến nay, ở vào thế kỷ 21 này, họ cũng chưa tìm cách tháo gỡ thoát ra được, mặc dù họ cũng đang vùng vẫy tìm cách thoát ra. Đối với nền đạo học Đông phương, tiêu biểu là tư tưởng Phật giáo, từ lâu Phật giáo đã có cái nhìn nhất quán, tức nhất chơn pháp giới. Chính cái nhìn này, mà xưa nay Phật giáo không bị dính kẹt vào bất cứ đối tượng nào. Phật giáo Triệt tiêu nhị nguyên đối đãi, thể nhập hòa mình vào tự tánh vô sinh bất diệt.

*Sen hồng tươi thắm cõi trần  
Chan hòa nắng Hạ sáng ngàn thế gian*

Vận dụng trí tuệ như ánh nắng mùa hạ soi rọi sáng ngàn khắp cả thế gian. Sống trong cõi đời đầy dẫy trần ai hệ lụy, nhưng vẫn tươi thắm như những đóa sen hồng. Đi giữa dòng đời mà không bị dòng đời lôi cuốn, khác nào như sen mọc dưới bùn lầy như uế mà vẫn không bị ô nhiễm hôi tanh mùi bùn. Dẫn thân vào cuộc đời làm lợi ích cho chúng sinh mà tuyệt nhiên, không thấy có chúng sinh nào để độ.

Vì còn thấy chúng sanh để độ, tất nhiên là còn có ngã tướng. Đã có ngã tướng thì đương nhiên sẽ có nhơn tướng, chúng sanh tướng và thọ giả tướng. Đó là bốn tướng mà trong Kinh Kim Cang Bát Nhã, đức Phật đã dạy

rõ cho ông Tu bò đê. Tuy Phật nêu ra bốn tướng, nhưng nếu nói gọn thì chúng sanh không ngoài hai lối chấp: ngã và pháp chấp. Cũng vì hai lối chấp này mà chúng sanh mãi trôi lăn trong đường sanh tử. Người chấp ngã thì cho thân tâm này là thật. Tất cả những sở hữu thuộc về thân tâm cũng là thật. Tâm nói ở đây, tức tâm vọng. Cái tâm mà hằng theo cảnh theo duyên suy nghĩ tính toán lung tung đủ thứ, đó là cái tâm giả dối không thật. Vì là giả dối nên lúc có lúc không, lúc sinh lúc diệt. Còn cái tâm chơn thật thì không sinh không diệt. Còn chấp pháp là chấp tất cả mọi sự vật đều là thật. Tóm lại, trong chấp ngã, ngoài chấp pháp, chính vì chấp ngã pháp cho là thật, nên chúng sanh luôn tạo nghiệp thọ khổ. Kinh Kim Cang với mục đích là Đức Phật nhằm đả phá tất cả. Khi ngã pháp không còn, thì cái tâm thể chơn thật hiện bày.

*Bướm ong lượn múa trên đàn*

*Tạo thành khúc nhạc sáo ngàn không âm*

Thể “Tam luân không tịch” đã hiện bày, giống như hình ảnh bướm ong lượn múa trên đàn. Bướm ong lượn múa theo nhịp điệu một cách tự nhiên mà không cần có dụng ý phải múa theo điệu này hay điệu kia mới là múa hay. Đó là khúc nhạc tuyệt vời vượt ngoài tiếng sáo thổi âm vang của thường tình thế gian. Vận dụng trí tuệ và từ bi nhập thể độ sinh, hành động và sinh thức như hoa đóm giữa hư không và như bóng trong gương, như ánh trăng dưới nước. Người xưa có nói: “*Thật tế lý địa bất thọ nhất trần, vạn sự môn trung bất xả nhất pháp*”. Nghĩa là, trong cái tánh thể chơn thật, thì không thọ một mảy may trần cảnh, nhưng đối với trong cửa phương tiện thì muôn việc không bỏ sót một pháp nào. Nói rõ ra, làm tất cả mọi công việc Phật sự, nhưng tâm vẫn rỗng rang thông suốt không dính

## Mục Lục

|                  |     |                     |     |
|------------------|-----|---------------------|-----|
| Lời Đầu Sách     | 1   | Chúc Thọ            | 122 |
| Hương Dương      | 2   | Thị Phi             | 127 |
| Sắc Không        | 8   | Ta Về               | 133 |
| Một Nẻo Đi Về    | 11  | Hoa Từ Bi           | 138 |
| Chiếc Áo Quan    | 15  | Chơi!               | 141 |
| Tân Xuân Tự Tĩnh | 20  | Trẻ Mồ Côi          | 145 |
| Về Nhà           | 26  | Một Là Tất Cả       | 150 |
| Quét Lá Sân Lòng | 32  | Thực Tại Mẫu Nhiệm  | 155 |
| Buông!           | 37  | Chén Trà            | 159 |
| Tình Thức        | 41  | Giết Cha            | 165 |
| An Nhẫn          | 46  | Hận Thù             | 169 |
| Hiện Hiện        | 51  | Không Tịch          | 172 |
| Mưa Roi          | 55  | Sống                | 177 |
| Di Đà Trong Ta   | 63  | Mưa                 | 183 |
| Một Câu A Di Đà  | 69  | Thoát Khổ           | 187 |
| Huyền Thân       | 77  | Trần Quý            | 190 |
| Thiền Hành       | 82  | Tìm Vàng            | 194 |
| Hoa Tình Thương  | 87  | Hạt Sương           | 198 |
| Sen Nở           | 93  | Tháp Vàng           | 202 |
| Dùng             | 99  | Lời Cuối Sách       | 206 |
| Bông Hồng Trắng  | 103 | Phương danh ấn tống | 212 |
| Xả               | 108 |                     |     |
| Ồn Cha Mẹ        | 113 |                     |     |
| Người Đã Ra Đi   | 116 |                     |     |

chúng tôi cũng có ý muốn giúp phần nào cho quý độc giả Phật tử có thêm chút ít về kiến thức Phật học. Tuy nhiên, tùy theo trình độ mà mỗi cá nhân đều có cách nhìn và nhận xét riêng. Nếu như tuyển tập này được quý vị để ý ghé mắt xem qua, thì đó là điều rất hân hạnh của người biên soạn. Nếu như có những khuyết điểm lỗi lầm thiếu sót nào đó, kính mong quý vị, nhất là các bậc Cao minh, Cụ nhân, Thiện hữu tri thức từ bi hoan hỷ chỉ giáo cho, tác giả xin chân thành hết lòng đa tạ cảm niệm thâm ân.

Tác phẩm tuyển tập này, nếu như không có sự giúp đỡ của quý Thầy, quý Phật tử thì cũng không thể nào hoàn thành tốt đẹp như ý muốn được. Một lần nữa, xin cảm ơn TT. Thích Phước Viên, ĐĐ Thích Phước Quảng và hai Phật tử Lê Phương, Trung Đồng đã giúp cho phần sửa bản in và phần trình bày nội dung. Nhất là TT. Thích Phước Viên đã tận tâm giúp cho phần lay out và in ấn như từ trước tới nay.

Xin tất cả nhận nơi đây lòng biết ân sâu xa của chúng tôi. Tất cả mọi công đức xin được khắc cốt ghi tâm và thành kính cảm niệm thâm ân tất cả chư vị.

Nam Mô Hoan Hỷ Tạng Bồ Tát Ma Ha tát

Pháp Lạc Thất

Soạn xong ngày 17 tháng 3 năm 2023

**Tỳ Kheo Thích Phước Thái**

mắc vào bất cứ công việc nào. Có thể, thì mới đúng với ý nghĩa là làm Phật sự. Làm việc với cái tâm giác ngộ sáng suốt, không bị dính kẹt nhiệm trước vào sáu trần. Còn dính kẹt vào sáu trần thì làm sao giải thoát được? Phải làm như điệu múa của con ong bay lượn trên đàng một cách tự do tự tại. Và chính những điệu múa tự do tự tại đó mới có thể tạo thành khúc nhạc mà không có âm vang nào cả. Còn có âm vang thì vẫn còn có đối đãi. Không còn đối đãi mới thật là năng sở câu vong. Chừng đó chỉ còn lại một bầu trời trong sáng.

Trong thời khóa lễ, sau khi tán Phật, có bài Quán Tượng. Mở đầu của bài Quán Tượng có hai câu đầu: “*Năng lễ, sở lễ tánh không tịch, cảm ứng đạo giao nan tư nghì ...*” Năng lễ, sở lễ là nói về hình tướng. Năng lễ là người hay lay và sở lễ là Phật tượng bị lay. Tượng thì có động, nhưng tánh thì rỗng lặng. Không tịch là rỗng rang vắng lặng. Như vậy năng và sở tánh thể của cả hai đều vắng lặng. Nếu ta dính kẹt vào hình tướng thì làm sao nhận ra cái thể tánh vắng lặng được?. Nói rộng ra, hình tướng của các pháp thì có động, có tịnh, có sinh, có diệt. Còn tánh thể của các pháp thì không động, không tịnh, không sinh, không diệt. Trong Kinh Pháp Hoa có câu: “*Chư pháp tùng bản lai, thường tự tịch diệt tướng*”. Nghĩa là các pháp từ xưa nay, tướng thường tự vắng lặng. Nói gọn là tánh không của vạn pháp. Trong Tâm Kinh có câu: “*Thị chư pháp không tướng*”. Vì không tướng cho nên mới bất sinh, bất diệt, bất cấu, bất tịnh, bất tăng, bất giảm. Nói tướng không, chúng ta đừng lầm nhận cho rằng không tron như lông rùa sừng thỏ. Mà tướng KHÔNG nói ở đây là chỉ cho thật tánh của các pháp. Vì chỉ có tướng không mới là tướng chân thật. Dụ như tánh hư không là chân thật. Bởi vì hư không không có hình tướng. Còn cái gì có

hình tướng đều là hư giả không thật. Vì tất cả các pháp đều do duyên hợp giả có. Mà đã do duyên hợp thì thực thể của các pháp là không. Chính vì ý này, nên trong Tâm Kinh nói “Ngũ uẩn giai không” là vậy. Song có điều chúng ta nên chú ý, nói ngũ uẩn giai không, tức là nói những yếu tố kết thành năm uẩn là không thật. Chớ không phải là không có tánh thể của năm uẩn. Chúng ta không nên lầm nhận là không tron, nghĩa là trống không, không có gì hết. Hiểu như thế là một sai lầm rất lớn và chống trái lại với Tâm Kinh đã nói. Cũng như nói trong ngôi nhà vắng, vì trong nhà không có người. Không có người ở trong nhà thì gọi là vắng lặng, nhưng ngôi nhà vẫn có. Ngôi nhà dụ cho thực thể của các pháp, còn trong ngôi nhà vắng vẻ là dụ cho không có phiền não.

Trong đạo Phật có một bài kệ ý nghĩa thâm thúy tuyệt vời:

*Chư hạnh vô thường  
Thị sinh diệt pháp  
Sinh, diệt diệt vĩ  
Tịch diệt vi lạc.*

Nghĩa là:

*Các hiện tượng đều vô thường  
Vì đó là pháp sinh diệt  
Sinh diệt, diệt rồi  
Tịch diệt là vui.*

Hai câu đầu của bài kệ, nói rõ về thế giới của Tục đế, của Tích môn. Vì các pháp đều là vô thường có sinh, có diệt. Hai câu cuối là nói rõ về thế giới của Chơn đế, của Bản

Trong đạo Phật hay dùng ánh sáng để biểu trưng cho trí tuệ. Trí tuệ được người ta cụ thể hóa bằng vòng hào quang. Thế nên, đức Phật Di Đà cũng có nghĩa là Vô lượng quang. Ánh sáng trùm khắp không thể suy lường. Đây là thứ trí tuệ Bát nhã vượt ngoài không gian và thời gian. Kinh Pháp Hoa cho chúng ta một nhận thức căn bản là khi nào đại chúng ngược mắt nhìn lên trên, thì đó là nói lên ý nghĩa của Bản môn. Ngược lại, khi nào đại chúng nhìn ngang hay nhìn xuống thì đó là nói lên ý nghĩa của Tích môn. Tích môn hay thế tục để chỉ là biểu thị cho phương tiện hay sinh diệt môn. Còn Bản môn hay Chơn Đế là biểu thị cho chân lý cứu cánh tuyệt đối, tức chân như môn. Vì thế nên phần mở đầu của tuyển tập này và phần tạm kết cả hai đều hướng mắt nhìn lên. Đó là dụng ý của chúng tôi nêu bày cái chân lý tuyệt đối của phần mở đầu cũng như phần tạm kết trước sau đều nhưt quán. Còn lại, tất cả các bài thơ khác, dù rải rác trong đó cũng có nêu bày thứ chân lý siêu việt này, nhưng tất cả không phải là phần chính yếu theo dụng ý của chúng tôi. Nói thế để quý độc giả sẽ có cái nhìn tổng quát và thông cảm với chúng tôi.

Khi giải thích đôi nét về yếu nghĩa của một số bài thơ (tạm gọi như thế) chúng tôi cảm thấy mình vẫn còn vụng về thiêu sót rất nhiều trong sự nhận thức. Tất cả những bài thơ mà chúng tôi trích ra để yếu giải đôi điều, hầu hết là chúng tôi y cứ vào những Kinh Luận mà chư Phật Tổ đã dạy, từ đó, chúng tôi chỉ tóm yếu bằng cách quạ thể thơ văn vần cho dễ đọc đó thôi. Như trong lời nói đầu chúng tôi đã thưa, chúng tôi không phải là một nhà thơ chính hiệu, mà chúng tôi chỉ là người yêu thơ, thích thơ và tập làm thơ. Đây cũng là một việc làm giúp cho chúng tôi trau dồi, nghiên cứu, và tìm hiểu học hỏi thêm. Đồng thời,

## Lời Cuối Sách

Phần trích nêu một số bài thơ, đến đây, chúng tôi xin tạm dừng lại. Chúng tôi mượn hình ảnh của cái “Bảo Tháp” mà trong Kinh Pháp Hoa đã diễn tả. Bảo Tháp là một hình ảnh biểu trưng cho tri kiến Phật, tức thể tánh chân như. Thế giới chân như là một thế giới vượt ngoài đối đãi, bật dứt tư duy và suy luận. Nói cách khác là một thế giới không dính kẹt vào thế giới lưỡng nguyên, mà ở đây biểu trưng bằng một cái bảo tháp lơ lửng ở giữa không trung. Hình ảnh này nhằm mục đích nói lên rằng, cái thực thể Phật tri kiến mà trong kinh đã nói, nó lia tất cả mọi hiện tượng của vạn pháp. Cho nên gọi là “Nhứt thiết pháp không”. Kinh Lăng Nghiêm gọi đó là “ly nhứt thiết tướng, tức nhứt thiết pháp”. Rời lia tất cả mọi hiện tượng, nhưng không có một hiện tượng nào nằm ngoài thể tánh chân như. Dụ như mọi sự vật không một sự vật nào ngoài hư không mà có. Hư không bao trùm tất cả hiện tượng. Nhìn về mặt hiện tượng, thì chúng ta thấy có muôn vàn sai khác, nhưng đứng trên lập trường bản thể mà nhìn vạn pháp, thì tất cả muôn pháp đều có chung trong một bản thể mà thôi. Nói cách khác vạn pháp quy tâm, hay vạn vật đồng nhất thể vậy.

Mở đầu của tuyển tập này, là bài thơ Hướng Dương. Hướng dương có nghĩa là hướng về mặt trời. Mặt trời thì ở trên cao. Công dụng năng lượng của mặt trời là chiếu sáng, ánh sáng chan hòa khắp cả vũ trụ. Vạn vật được sinh tồn cũng nhờ vào năng lượng ánh sáng của mặt trời. Hướng về mặt trời cũng có nghĩa là hướng về ánh sáng.

môn. Vì sinh và diệt không còn, tức vắng lặng rồi, thì đó là Niết bàn thường lạc. Như vậy, Niết bàn là một cảnh giới hiện thực mà ta có thể chứng nghiệm được. Chúng ta đừng nghĩ rằng, Niết bàn là một cảnh giới nào đó rất xa vời với thực tế. Có người còn nghĩ xa hơn, họ cho rằng cảnh giới Niết bàn là ở một nơi nào đó, sau khi con người chết thì mới về đó an hưởng. Đó là một quan niệm thật hết sức sai lầm. Họ quên rằng, Niết bàn là một trạng thái có thực ngay trong đời sống hiện tại. Niết bàn không phải là một cảnh giới bên ngoài, mà Niết bàn chỉ có trong tâm thức của con người. Nếu người nào thực sự tu tập, khi những phiền não trong tâm thức của họ không còn, thì chính ngay lúc đó là Niết bàn hiện khởi. Vì thế, nên trong kinh nói, hãy tìm Niết bàn trong sinh tử, lia ngoài sinh tử không có Niết bàn. Nghĩa là tìm cái thực thể bất sinh, bất diệt trong cái tướng có sinh có diệt. Lia sinh diệt thì không có cảnh giới bất sinh bất diệt vậy. Mà bất sinh bất diệt đó là Niết bàn.

*Niết bàn đương xứ ở tâm ta  
Bất cứ nơi đâu cũng có mà  
Đâu phải tìm cầu nơi xứ khác  
Niết bàn an trú cõi Ta bà*

*Niết bàn diệu pháp tối viên dung  
Nghĩa lý thâm sâu chẳng nghĩ cùng  
Đọc tụng lời kinh không chưa đủ  
Nghiên tâm nghĩa lý chớ buông lung*

*Niết bàn giải thoát pháp thân ta  
Bản thể duyên sanh vạn pháp mà  
Hiện tượng không lia nơi bản thể  
Có gì không phải pháp thân ta.*

## Sắc Không

*Trăng soi bóng ngả qua cầu  
Biển sâu sóng vỗ một lầu thành đông  
Thuyền ai thấp thoáng bên sông  
Chở đầy trăng lạnh thuyền không bóng người  
Nắng lên hoa nở tươi cười  
Hát đưa chào gió mát tươi xuân tình  
Chiều về hoa rụng đất nghinh  
Nước khoe in bóng một mình trời trong  
Đầu nguồn bắt dứt sắc không  
Sắc không, không sắc tròn đồng thái hư*

~~~~~

*Trăng soi bóng ngả qua cầu
Biển sâu sóng vỗ một lầu thành đông*

Mọi hiện tượng trong cuộc đời này đều là giả tạm, nay có, mai không, nay dời, mai đổi, không có gì bền chắc lâu dài. Tất cả đều là hư ảo huyễn hóa không thật. Khác nào như khi qua cầu, ta nhìn thấy bóng trăng in dưới dòng nước. Ai dám phủ nhận là không có bóng trăng? Nhưng đó chỉ là cái bóng chứ không phải là mặt trăng thật. Nếu chúng ta nhìn lên trên nền trời thì ta thấy đó là mặt trăng thật. Trăng thật là dụ cho thể tánh chơn như. Còn bóng trăng là dụ cho mọi hiện tượng đều hư giả không thật. Tất cả đều do nhân duyên giả hợp mà thành. Mặc dù vậy, tuy bóng trăng không thật, nhưng nếu rời mặt trăng thật ra, thì không có bóng trăng dưới nước. Bóng trăng giả đều không rời mặt trăng thật mà có. Cũng thế, mọi hiện tượng

chấp” tức những tri giác sai lầm của mỗi người mà có ra sự tranh cãi hơn thua với nhau như thế. Chính vì vậy, mà muôn đời vạn kiếp ta không có tự chủ tự do. Ta bị những thứ vọng tưởng điên đảo ràng buộc ta vào một đối tượng mà ta cho đối tượng đó là thật. Do đó, mà ta đi vào mê hồn trận của sự điên đảo vọng chấp không lối thoát. Tất cả đều do nhận thức sai lầm của chúng ta mà ra. Thế thì, muốn chấm dứt mầm mống chiến tranh, chỉ có một cách duy nhất là ta phải vận dụng trí tuệ để triệt tiêu cái cội gốc vô minh, có thể, thì đời sông của chúng ta mới thực sự được an ổn và hạnh phúc trọn vẹn.

“Này thiện nam! Tất cả chúng sanh từ vô thủy đến nay, bị các thứ điên đảo (làm mờ tánh viên giác), như người mê lầm lộn bốn phương, vọng nhận tướng tứ đại là thân mình, chấp cái duyên theo bóng dáng sáu trần là tâm mình. Ví như (người) nhắm mắt thấy hoa đốm trong hư không và mặt trăng thứ hai”.

(Kinh Viên Giác do Hòa thượng Thích Thanh Từ dịch giảng).

Mặt trăng thật là dụ cho tánh viên giác, còn mặt trăng thứ hai là dụ cho vọng tưởng, bởi do nhắm mắt (dụ cho vô minh) mà sanh ra vọng chấp cho cái mặt trăng thứ hai và hoa đốm trong hư không là thật. Vì vọng chấp như thế nên quên tánh viên giác sẵn có của mình. Khác nào như không nhìn thấy mặt trăng thật vậy. Nếu không có mặt trăng thật thì làm gì có mặt trăng thứ hai? Như vậy, vốn không có mặt trăng thứ hai, nhưng vì con mắt nhắm (dụ cho vô minh) mà thấy dường như có mặt trăng thứ hai. Song kỳ thật thì không có mặt trăng thứ hai. Bởi do vô minh mà vọng chấp cho tất cả các pháp là thật. Nhưng không biết rằng các pháp chỉ là hư huyễn mà thôi.

lượn sóng, không lượn sóng nào rời nước mà có. Trong Kinh Pháp Bảo Đàn, đức Lục Tổ Huệ Năng có nói đến năm cái “Đâu ngờ”. Trong đó có hai cái đầu ngờ: “*Đâu ngờ tự tánh hay sanh muôn pháp*” và “*Đâu ngờ tự tánh vốn tự đầy đủ*”. Thế thì, tất cả vạn vật không ngoài tự tánh mà có. Cũng như sóng không thể rời nước mà có.

Một cái cây sờ dĩ có cành lá sum suê tươi tốt là nhờ rễ con, rễ cái ăn sâu vào trong lòng đất. Nhìn thân cây, ta có thể biết được gốc rễ của nó. Nhìn vào hiện tượng của vạn pháp, ta cũng có thể ngầm biết được bản thể. Bởi vì “*Tướng*” đâu thì “*Tánh*” đó. “*Sự*” đâu thì “*Lý*” đó. Tánh tướng không hai, sự lý viên dung. Dù trên mặt hiện tượng ta thấy có muôn ngàn sai khác, nhưng tất cả cùng chung một bản thể mà ra. Như đất chỉ có một mà tất cả muôn loài vạn vật trên quả địa cầu này đều có sai khác.

*Muôn ngàn lối rẽ nào đâu khác
Biển nước bao la đất một màu*

Hiểu thế, thì ta không còn có cái tâm phân biệt kỳ thị chia rẽ, gây nên những sự tranh chấp đấu đá hơn thua với nhau. Ta có thể thiết lập tình huynh đệ sống chung hòa bình. Được vậy, thì hơn loại sẽ không còn đau khổ vì chiến tranh nữa. Sờ dĩ có chiến tranh là do những nhận thức sai lầm của chúng ta mà ra.

*Tranh cãi hơn thua lý luận chơi
Vẽ rồng vẽ rắn vẽ khơi khơi
Vẽ đi vẽ lại ngàn muôn kiếp
Vẽ đến bao giờ mới thành thời*

Tất cả những cuộc tranh chấp cãi vã hơn thua với nhau, đều là những trò hý luận. Khác nào như vẽ rồng, vẽ rắn vẽ ra đủ mọi thứ trên đời, tất cả cũng chỉ là phô diễn cái trò ảo mộng huyễn hóa mà thôi. Bởi vì, do sự “*Biến kế sờ*

không rời bản thể chơn như mà có. Như sóng không thể rời nước mà có. Toàn sóng chính là nước, mà toàn nước cũng chính là sóng. Như vậy, nương giả để tìm ra cái chân thật. Kiến sắc minh tâm là thế. Thế tánh chơn như bao trùm khắp cả vạn tượng. Mọi hiện tượng cũng chỉ là thế tánh chơn như. Không theo giả có nghĩa là bỏ vọng về chơn. Không theo hiện tượng của nước, của bóng trăng, mà chỉ cần nhận ra nước và mặt trăng thật, thì những hiện tượng giả dối kia không còn. Ta đi tìm nước trong, trong nước đục. Vì “*vô minh thật tánh, tức Phật tánh, ảo hóa không thân tức pháp thân*” (Chứng Đạo Ca). Khi nhận được cái chân thật rồi, thì cả biển sâu kia cũng sẽ tan biến trở về với biển cả bao la của đại dương.

*Thuyền ai tháp thoáng bên sông
Chở đầy trăng lạnh thuyền không bóng người*

Chùng đó, chiếc thuyền chỉ còn chở ánh trăng vàng chân thật, mà trên thuyền không còn lưu lại một hình bóng nào cả. Bấy giờ tâm hành giả rỗng rang thanh thoát nhẹ nhàng, hòa mình với cảnh vật thiên nhiên, với gió mát, trăng thanh...

*Lấy gió mát trăng thanh kết nghĩa
Mượn hoa đàm đước tuệ làm duyên
Thoát trần một gót thiên nhiên
Cái thân ngoại vật là tiên trong đời*
(Cung Oán Ngâm Khúc)

*Nắng lên hoa nở tươi cười
Hát đưa chào gió mát tươi xuân tình*

Ánh nắng của buổi sáng ban mai đầu ngày rất đẹp. Đó là ánh nắng của thiên nhiên, của đất trời. Ánh nắng là một tặng phẩm tuyệt vời mà trời đất ban cho con người và vạn vật. Nhờ có ánh nắng mà con người và vạn vật mới có thể tiếp tục sinh tồn được. Khi nắng lên ngàn hoa đều reo hò ca hát mừng nắng mới bằng nụ cười tươi duyên dáng. Nắng đẹp, hoa tươi, gió mát, mang lại một khúc nhạc xuân tình tràn đầy niềm vui âm áp.

*Chiều về hoa rụng đất nghinh
Nước khe in bóng một mình trời trong
Đầu nguồn bắt dứt sắc không
Sắc không, không sắc tròn đồng thái hư*

Con người đến với cuộc đời từ lòng đất Mẹ, thì khi nhắm mắt lìa đời cũng trở về với đất Mẹ mà thôi. Đất Mẹ sẵn sàng nghinh đón những đứa con thơ lạc lõng bơ vơ của mình, quay đầu về lại cố hương. Bầu trời bao la kia sẽ không còn phân chia ranh giới, là sắc, là không, mà tất cả đều hòa nhập vào thể tánh chơn như tròn đồng thái hư vậy. Tôi có làm 2 bài thơ Tĩnh Lặng và Năng Sở Câu Vong.

Tĩnh Lặng

*Tôi đứng lặng yên một góc trời
Ngắm nhìn cảnh vật để vui chơi
Đứng yên không phải hình pho tượng
Biết rõ muôn hình vẫn thành thơ*

Năng Sở Câu Vong

*Ngón tay thôi chỉ, chỉ còn trăng
Còn đầu mà chỉ, chỉ lặng nhăng
Sao bằng Trăng Chỉ không còn nữa
Năng sở lặng rồi “Biết” không ngăn*

giới Bản môn. Hình ảnh Bảo Tháp xuất hiện lơ lửng trên hư không, là nói lên ý nghĩa của thể giới Bản môn. Thể giới Bản môn là thể giới tuyệt đối, không còn nằm trong bình diện của thể giới tương đối Tích môn. Đây là thể giới chân như bất sinh bất diệt. Đã thế, thì khi ta vừa khởi niệm muốn khám phá tìm hiểu thể tánh chân như, thì thể tánh chân như trở thành một đối tượng. Nghĩa là, vừa khởi niệm là đã trái với tánh giác rơi vào trần lao rồi. Thế nên tôi viết: “*Muốn hái trăng sao hái được nào*”. Mặc dù trăng sao có đó, nhưng làm sao mà hái cho được? Cũng như thể tánh chân như ai cũng sẵn có, tuy sẵn có, mà ta không thể khởi niệm muốn biết nó được.

Từ vô thi kiếp tới nay, ta đã phan duyên chạy theo trần cảnh mà tạo nghiệp. Ta luôn bị dính mắc vào sáu trần (sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp). Đó là một tâm lý thường tình của phàm phu chúng ta. Đã dính mắc vào sáu trần, thì thử hỏi làm sao ta thoát khỏi con đường sinh tử? Muốn thoát khỏi con đường sinh tử, thì chỉ có cách là ta không để tâm dính mắc vào sáu trần. Phải “*đổi cảnh vô tâm*”, thì mới mong không còn bị sáu trần lôi cuốn. Chừng đó, ta mới thực sự là người giác ngộ giải thoát. Đó là ý nghĩa đại khái của 4 câu thơ ở đoạn đầu. Giờ chúng ta sẽ tìm hiểu ý nghĩa của 4 câu thơ ở đoạn kế.

*Ngàn suối trăm sông chảy biển vào
Lá cành tươi tốt rễ ăn sâu
Muôn ngàn lối rẽ nào đâu khác
Biển nước bao la đất một màu*

Trăm sông ngàn suối đều chảy về biển cả. Biển cả là tiêu biểu cho thể tánh chân như. Nói theo Kinh Pháp Hoa là tiêu biểu cho Phật tri kiến. Vạn pháp, tức mọi hiện tượng không rời bản thể chân như mà có. Cũng như biển cả thu nạp tất cả trăm sông ngàn suối. Nói cách khác trăm ngàn

Tháp Vàng

*Tháp vàng lơ lửng ở trên cao
Muốn hái trăng sao hái được nào
Trần cảnh phan duyên ngàn muôn kiếp
Bao giờ sanh tử mới thoát nao?!*

*Ngàn suối trăm sông chảy biển vào
Lá cành tươi tốt rễ ăn sâu
Muôn ngàn lối rẽ nào đâu khác
Biển nước bao la đất một màu*

*Tranh cãi hơn thua lý luận chơi
Vẽ rồng vẽ rắn vẽ khơi khơi
Vẽ đi vẽ lại ngàn muôn kiếp
Vẽ đến bao giờ mới thành thời*

*Tháp vàng lơ lửng ở trên cao
Muốn hái trăng sao hái được nào
Trần cảnh phan duyên ngàn muôn kiếp
Bao giờ sanh tử mới thoát nao?!*

Khi tụng đọc kinh điển Đại thừa, chúng ta nên chú ý phần ẩn dụ trong kinh. Nhất là trong Kinh Pháp Hoa Phật nêu ra nhiều ẩn dụ. Ẩn dụ là một hình ảnh mang tính cách ngụ ngôn. Nghĩa là nó chứa đựng những nghĩa lý thâm sâu ẩn trong lời nói. Gọi là ý tại ngôn ngoại, nghĩa là cái chân lý nằm ngoài ngôn ngữ. Tiêu biểu như hình ảnh “Hiện Bảo Tháp” ở phẩm thứ 11 trong Kinh Pháp Hoa chẳng hạn. Đây là một phẩm rất quan trọng. Phẩm này nói rõ về thể

Một Nẻo Đi Về

*Hoa rơi nhẹ cánh bên tường
Nghe trong trời đất vô thường tiếng vang
Pháp luân vận chuyển tuôn tràn
Vang rền muôn thuở mây ngàn bay xa
Từ bi suối chảy chan hòa
Ngập tràn hoa lá vị tha muôn loài
Núi nghiêng bóng ngả tây đòai
Nước dòng sông chảy ruộng cày thêm sâu
Đền tàn khuất bóng canh trâu
Nẻo về một lối mây sâu thôi vương
Niết bàn thể nhập an tường
Diệt sanh, sanh diệt vẽ đường trò chơi
Nẻo về trăng tỏ sáng ngời
Mây trôi gió thoảng một thời bóng vang*

*Hoa rơi nhẹ cánh bên tường
Nghe trong trời đất vô thường tiếng vang*

Cuộc đời rút lại, chỉ có một nẻo đi về mà thôi. Nẻo đó là con đường mòn quen thuộc mà cuối nẻo đường trần ai cũng phải một lần bước qua. Còn dẫn nghiệp thì ta còn có mặt với cuộc đời giả tạm này, đến khi mãn nghiệp thì ta từ giả cõi đời mà về với đất Mẹ, nơi mà ta đã từng sanh ra và lớn lên. Đất Mẹ nuôi dưỡng ta, thì đất Mẹ cũng mang ta về. Theo định luật vô thường ai sanh ra rồi cũng phải chết. Đó là tiếng gọi mãnh liệt vang dậy cả đất trời, vô thường có mặt tiềm tàng trong mọi sự vật. Vô thường cũng giúp

cho ta có một đời sống lạc quan yêu đời hơn. Vì không có vô thường, thì mọi vật đều định hình đứng yên một chỗ. Thế thì, cuộc đời này còn gì có giá trị nữa, và cuộc sống cũng không thành cuộc sống. Chúng ta thử tưởng tượng một đứa bé sinh ra, không lớn lên, dù trải qua thời gian bao nhiêu năm tháng, đứa bé vẫn là đứa bé như thuở nào. Thế thì, còn gì là sự sống? Sự sống là phải vươn lên và tiến bộ. Tiến bộ như thế nào tùy con người quyết định. Tiến bộ theo định hướng lợi ích cho mình và người. Như các nhà khoa học ngày nay đã phát minh nhiều máy móc tinh vi, tiện nghi tân thời, và đã giúp cho đời sống con người không ít. Đời người rốt lại giống như một đóa hoa sớm nở tối tàn.

*Pháp luân vận chuyển tuôn tràn
Vang rền muôn thuở mây ngàn bay xa
Từ bi suối chảy chan hòa
Ngập tràn hoa lá vị tha muôn loài*

Ở đây, người viết muốn nói đến một vị Thầy đã thuận thế vô thường mà ra đi có chủ tâm định hướng. Đã hơn một thời, Thầy hoằng pháp lợi sinh, pháp âm của Thầy vang dội tuôn tràn, thấm nhuần chan hòa khắp nơi trên vạn nẻo đường đất nước. Như là mây ngàn bay xa, từ quốc nội ra đến hải ngoại, nơi nào cũng có pháp âm của Thầy. Đó là những dòng suối từ bi chảy khắp nơi chan hòa ngập tràn hoa lá, với một tấm lòng vị tha, muốn mọi người mọi nhà đều thấm nhuần Phật pháp.

*Núi nghiêng bóng ngả tây đoài
Nước dòng sông chảy ruộng cày thêm sâu
Đền tàn khuất bóng canh trâu
Nẻo về một lối mây sâu thối vương*

trong đó. Đừng dại khờ đi tìm cái pháp thân ngoài cái huyền thân. Như trước chúng tôi có nói, đừng đi tìm nước trong ngoài nước đục.

Chính vì chúng ta không hiểu được lý lẽ này, cho nên chúng ta mới đau khổ khi mất huyền thân tứ đại này. “Sương giăng mờ mờ ảo, hoa lá đọng sương khuya, Sương rơi từng giọt thấm, đầm lệ ướt đầm đìa”. Biết rằng sương thì không thật, cũng như con người và vạn vật đều không thật, nhưng khi mất đi thì ta lại tiếc thương buồn khổ. Đó là vì ta chưa chứng nghiệm thực sự lý vô thường. Chúng ta chỉ nói lý vô thường qua văn tự ngữ ngôn mà thôi. Vì vậy, khi vô thường đến ta lại than khóc buồn đau. Ta quên rằng: “Ngàn hoa làn sương mỏng, từng hạt ánh kim cương. Thu về hoa lá rụng, Xuân đến niệm Chơn thường”. Đó là bốn câu kết của bài thơ. Đại ý bốn câu kết này, chúng tôi tự cảnh tỉnh thức nhắc mình rằng, người tu Phật phải nhơn nơi cảnh vật vô thường, vô ngã mà nhận lại cái tánh chơn thật thường hằng của chính mình. Vì kim cương không ngoài làn sương mỏng. Thu về hoa lá rụng, nhưng xuân đến nhớ “Chơn thường”.

Chơn thường là một thực thể bất sinh bất diệt. Lâu nay, chúng ta hằng sống theo các pháp sinh diệt mà chúng ta lại quên mất thể tánh chơn thường. Chơn thường là một trong Tứ đức Niết bàn. “Chơn thường, chơn lạc, chơn ngã, chơn tịnh”. Nhận và sống lại với thể tánh chơn thường, thì còn gì mà phải lo âu sợ hãi? Đến đây, mới thấy rằng, bật dứt tất cả mọi dấu vết ngôn ngữ. “Ly ngôn thuyết tướng, ly danh tự tướng, ly tâm duyên tướng, ngôn ngữ đạo đoạn tâm hành xứ diệt” (Khởi Tín Luận). Liả tất cả tướng ngôn thuyết, liả tất cả tướng danh tự, liả tất cả tướng tâm duyên, bật dứt ngôn ngữ và các tâm hành cũng đều không còn. Chỉ còn lại một bầu trời “Viên giác” trong sáng đó thôi.

*Xuân khứ bách hoa lạc
Xuân đáo bách hoa khai
Sự trục nhãn tiền quá
Lão tùng đầu thượng lai
Mạc vị xuân tàn hoa lạc tận
Đình tiền tạc dạ như chi mai*

Tạm dịch:

*Xuân đi trăm hoa rụng
Xuân đến trăm hoa cười
Việc đời qua trước mắt
Trên đầu già đến nơi
Đừng tưởng xuân tàn hoa rụng hết
Đêm qua sân trước một cành mai*

Bốn câu trên nói về chân lý vô thường của vạn vật, thời tiết và con người. Nói gọn thời gian và không gian đều chuyển biến theo luật định vô thường. Điều quan trọng mà ta cần chú ý là ở hai câu sau: “*Hoa mai tuy rụng hết, nhưng cành mai vẫn còn*”. Sóng có tan biến đi, nhưng nước thì vẫn thường hằng. Mọi hiện tượng thì có sinh, có diệt, vì tất cả đều có hình thể, còn cái không hình thể thì đâu có sinh có diệt. Cành mai là biểu trưng cho lý bất sinh bất diệt. Còn hoa mai là biểu trưng cho hiện tượng sinh diệt. Hiện tượng thì sinh diệt, bản thể thì không sinh diệt. Thể nhập vào thể tánh bất sinh, bất diệt của vạn pháp, mới thấy được các pháp sinh diệt. Vậy thì hoa mai không lìa cành mai mà có. Hiện tượng sinh diệt nằm trong cái thể tánh bất sinh bất diệt. Nói cách khác trong cái vô thường nó có cái chơn thường. Trong Chứng Đạo Ca ngài Vĩnh Gia Huyền Giác có nói: “... *Vô minh thật tánh tức Phật tánh, ảo hóa không thân tức pháp thân...*” Ngay trong cái thân ngũ uẩn giả hợp này, lại có cái pháp thân ẩn tàng

Với tinh thần phụng sự nhơn sinh đó, nay Thầy đã vắng bóng ra đi, để lại cả một bầu trời thương tiếc! Khác nào như ngọn núi cao thiêng liêng kia đứng sừng sững giữa đất trời bao la, nay lại hoàn toàn sụp đổ tan tành để lại cả một không gian tang thương trống vắng! Nhục thân tứ đại của Thầy, tuy hiện tại không còn thấy, nhưng những lời dạy dỗ thức nhắc của Thầy ngày nào, nay như vẫn còn vang dậy âm thâm trong tâm khảm của mọi người. Đèn tàn tuy không còn cháy nữa, nhưng không cháy không có nghĩa là đã vĩnh viễn mất hẳn đi, mà tất cả hình bóng của Thầy vẫn còn hiển hiện khắp nơi, đó là những hóa thân của Thầy.

*Niết bàn thể nhập an tường
Diệt sanh, sanh diệt vẽ đường trò chơi*

Thầy đã thực sự an nghỉ trong cảnh giới Niết bàn vô sinh, bất diệt. Tất cả pháp hữu vi chỉ là sinh diệt, diệt sinh như vẽ đường trò chơi trên đại dương mà thôi. Đường vẽ tuy không còn in trên mặt nước, nhưng biển nước bao la kia vẫn còn đó có mất đi bao giờ! Vàng trắng vẫn luôn luôn sáng tỏ và bầu trời trong xanh kia vẫn mãi mãi hiển hiện hằng còn. Sống chết chỉ là giấc mộng, có không, không có chỉ là trò đùa hư ảo mà thôi!

*Nẻo về trăng tỏ sáng ngời
Mây trôi gió thoảng một thời bóng vang*

Thật vậy, cuộc đời này, mọi thứ đều đi qua như gió thoảng mây trôi, và rốt lại chỉ còn là bóng vang của một thời. Tuy nhiên, bóng vang đó có thể để lại cho người ta nhiều ấn tượng tốt đẹp, sâu xa nhớ nhung luyến tiếc. Có những bóng vang, mỗi khi nhớ đến người ta không ngần ngại

nặng lời trách móc nguyên rủa. Do đó mà người xưa có câu nói: “Hùm chết để da, người ta chết để tiếng”. Để tiếng thơm hay tiếng xấu, tất cả đều tùy thuộc vào cách hành xử sinh thức và hành động của mình. Các bậc hiền thánh đều để lại tiếng thơm muôn đời. Còn những kẻ ác nhân cũng để lại tiếng xấu xa muôn đời. Noi gương xưa, ta nên hành xử như thế nào cho đúng với đạo lý làm người. Đó là con đường “**Chân, Thiện, Mỹ**” mà chúng ta nhất quyết hành xử và tu tập đúng theo lộ trình mà Phật Tổ đã chỉ dạy. Đó là chúng ta khéo chọn cho mình một hướng đi thánh thiện; một hướng đi mà các bậc Thầy Tổ của chúng ta đã đi qua. Chỉ có một con đường giác ngộ dẫn đến đích giải thoát mà thôi.

Tĩnh Giác

*Ai người tĩnh giác chốn mê luân
Thu nhiếp sáu căn nghiệp ắt dừng
Sáu nẻo luân hồi không dính mắc
Nơi nào chẳng có gió thanh xuân*

*Đừng để đi qua một kiếp người
Vô thường nháy mắt chỉ tác hơi
Việc đời sống chết nào ai biết
Cố gắng tu hành dạ thanh thoi*

*Cuộc đời rút lại chỉ trò chơi
Của địa trả thiên đất gọi mời
Nhắm mắt lia đời thôi bỏ hết
Còn gì luyến tiếc hồi người ơi!*

tức vô, ngọn thọ tinh đăng, khởi năng trường cửu. Niệm niệm tán tóc, nhứt sát na gian, chuyển tức tức thị lai sanh, hà nãi yển nhiên không quá...!” Nghĩa là vô thường già bệnh, nó không hẹn với người. Sớm còn tối mất, chợt qua đời khác. Ví như: sương mùa xuân, đọng trên đầu ngọn cỏ, chợt có liền không. Như cây trên bờ, dây dưới giềng đầu đang lâu dài. Niệm niệm chóng qua, trong một sát na, thở ra không hít vào, thì đã chuyển qua đời sau. Đã thế, sao ta đành lặng lẽ ngồi yên!

Chúng tôi trích dẫn một đoạn văn tuy ngắn, nhưng nội dung hàm ý thức nhắc chúng ta rất lớn. Thức nhắc về sự vô thường nhanh chóng, nó luôn đe dọa đến mạng sống con người. Vì vô thường nên vạn vật đều chuyển biến từng sát na (đơn vị thời gian ngắn nhất, không thể tính bằng giây phút). Sanh, già, bệnh, chết là luật định xưa nay. Đã có thân, thì phải chịu nằm trong quy trình vô thường chi phối. Nói sanh, già, bệnh, chết là nói theo tuần tự thay đổi của kiếp người. Thật ra, cái chết đến với chúng ta bất cứ lúc nào. Có khi chết vì tai nạn, hoặc chết bất đắc kỳ tử, mà không cần phải trải qua già bệnh. Cuộc đời này, khác nào như những hạt sương mai. Sáng sớm ra, ta thấy những hạt sương đọng trên đầu ngọn cỏ, nhưng khi nắng lên thì chúng tan biến rất nhanh. Đời người sống chết trong chớp mắt. Tuy những hạt sương tan biến không còn, nhưng ngọn cỏ xanh kia thì vẫn còn đó. Hạt sương là dụ cho xác thân tứ đại của con người. Cỏ là dụ cho thể tánh chơn thường bất diệt. Sương tan đi nhưng ngọn cỏ xanh vẫn còn đó. Cũng thế, xác thân tứ đại của chúng ta tuy có tan rã ra, nhưng cái thể tánh chơn thường nào có biến mất đi đâu. Bóng đèn điện sài lâu thì phải có ngày đứt bóng, nhưng điện kia nào có mất. Thế thì, hiện tượng chết đâu phải là mất hẳn. Thiên sư Mãn Giác đời Lý có nói:

Hạt Sương

*Hạt sương đầu ngọn cỏ
Lấp lánh ánh long lanh
Nặng lên tan thành nước
Chỉ còn ngọn cỏ xanh*

*Sương giăng mờ mờ ảo
Hoa lá đọng sương khuya
Sương rơi từng giọt thấm
Đâm lệt ướt đầm đìa*

*Ngàn hoa làn sương mỏng
Từng hạt ánh kim cương
Thu về hoa lá rụng
Xuân đến niệm Chơn thường*



Hồi xưa, khi chúng tôi còn học ở những năm sơ đẳng Phật học năm thứ nhứt, chúng tôi đã được cơ may học quyển luận Quy Sơn Cảnh Sách của Tổ Linh Hựu. Mở đầu của tập luận, Tổ đã dạy về lý vô thường sinh diệt. Lúc đó, quý Thầy dạy bắt chúng tôi phải học thuộc lòng. Tất cả tăng sinh chúng tôi ai nấy đều phải học thuộc lòng để trả bài. Hồi đó, quý Thầy dạy áp dụng kỷ luật rất gắt gao. Nếu vị nào không thuộc thì sẽ bị phạt. Nhờ đó, mà chúng tôi mới có cơ hội học thuộc nằm lòng. Bài thơ này, tôi lấy ý một đoạn của bài đầu trong bộ luận Quy Sơn Cảnh Sách: “...*Vô thường lão bệnh, bất dữ nhơn kỳ, triêu tồn tịch vong, sát na dị thể. Thí như xuân sương hiếu lộ, thúc hốt*

Chiếc Áo Quan

*Áo quan mặc cõi bao đời
Mà trong nhân thế một thời dọc ngang
Án treo dẫn đến pháp tràng
Mà trong nhân thế một đàng vui chơi
Bốn bên lửa cháy khắp trời
Ngồi trên “ổ kiến lửa” thời chẳng hay
Quên đi kiếp sống đọa đày
Gây bao thảm cảnh khô dài chiến tranh
Hơn thua cầu xé tranh giành
Đảo điên tham vọng tạo thành nghiệp chung
Nẻo về một lối đường cùng
Áo quan bỏ lại trời dung đất mồi
Sum la vạn tượng đôi đời
Bầu trời “Viên giác” tùy thời vân du*



*Áo quan mặc cõi bao đời
Mà trong nhân thế một thời dọc ngang*

Áo quan nói ở đây, không phải là chiếc áo của các vị sĩ quan mặc trong quân đội. Mà áo quan nói ở đây là chỉ cho chiếc áo quan tài. Chiếc áo quan này ai rồi cũng phải mặc nó một lần trong cuộc đời. Khi con người chấm dứt sự sống ra đi. Áo quan mặc cõi bao đời. Mà trong nhân thế một thời dọc ngang. Cứ mỗi lần sanh ra rồi chết đi và chết rồi lại sanh ra, cứ thế mà đi trong vòng luân hồi miên viễn bất tận. Dù cho thông minh tài trí anh hùng, dọc ngang,

ngang dọc trong vòng nhân thế, cuối cùng rồi cũng phải mặc vào mình chiếc áo quan mà thôi.

*Án treo dẫn đến pháp tràng
Mà trong nhân thế một đàng vui chơi*

Đã có sống tất phải có chết. Chết là một định luật tất yếu, là mẫu số chung không ai tránh khỏi. Bởi vì mỗi người đều mang sẵn trong mình một bản án tử hình hết rồi. Chỉ còn chờ đợi qui vô thường đem ra xét xử. Ai cũng phải ra pháp tràng để thọ bản án tử hình, kẻ trước người sau, hàng hàng lớp lớp lần lượt sắp hàng ra đi. Cái chết đến với con người bất cứ lúc nào. Có đôi khi từ già đôi dép khi lên giường ngủ, không còn có cơ hội mang lại đôi dép lần thứ hai, bởi vì:

*“Dép dưới giường lên giường vội biệt
Sống ngày nay dễ biết được ngày mai
Mang người hô hấp kính thay!
Nghĩ con vĩnh biệt tiền đài mà đau”*
(Trích thơ)

Đã có biết bao người ra đi một cách êm ái trong lúc đang ngủ mê say. Không một lời từ già nhắn nhủ lại với người thân trong nhà. Qui vô thường không cho người ta có một lời trần trối. Sự sống chết nhanh như trở bàn tay, ấy thế mà trong nhân thế vẫn còn có người không ý thức đến sự vô thường. Họ cứ mãi mê trên con đường vui chơi thụ hưởng.

*Chơi cho liễu chán hoa chê
Cho lãn lóc đá cho mê mãi sầu*
(Trích thơ)

nghiệp bất thiện. Vì vậy, người tu phải luôn luôn ý thức và phải trang bị cho mình có chánh quán, chánh niệm. Con đường Bát chánh đạo giúp cho chúng ta thăng tiến nhanh trên đường đạo. Cho nên người Phật tử cần phải học hỏi và áp dụng Bát chánh đạo vào đời sống hằng ngày. Bước đầu của Bát chánh đạo là Chánh kiến. Chánh kiến là một nhận định sáng suốt đúng hướng chân lý. Có nhận định đúng với lẽ thật thì sự suy nghĩ, hành động, nói năng, sinh sống... mới phù hợp với chơn lý. Và vì có chánh kiến, nên chúng ta mới có thể phân biệt, cái nào chơn, cái nào giả và cái nào tà, cái nào chánh v.v... Có thế thì sự tu hành của chúng ta mới được an lạc và hạnh phúc cao đẹp.

Ngược lại với chánh kiến là tà kiến. Tà kiến là sự nhận định hiểu biết sai lầm. Chẳng những sai lầm thôi, mà còn rơi vào hố sâu của tà thuyết ngoại đạo. Vì thế, người tu học Phật phải hết sức cẩn thận. Vì hiện đời tà thuyết, tà kiến rất lộng hành. Sự cảm dỗ của tà thuyết rất mạnh. Nếu chúng ta không có hiểu biết chân chánh và giữ vững lập trường kiên định thì cũng dễ bị cuốn hút theo chiều gió tà thuyết. Bởi vì họ có những lập luận mà không khéo người Phật tử dễ bị làm nhận. Vì đại đa số người Phật tử chúng ta không phải ai cũng có niềm tin vững chắc vào chân lý. Cho nên việc xây dựng niềm tin trên cơ sở Tam bảo, đối với người Phật tử phải nói rất là quan trọng. Ngoài niềm tin Tam bảo ra, người Phật tử còn phải đặt định niềm tin vững chắc qua các lĩnh vực: “tin tự, tin tha, tin nhân, tin quả, tin sự, tin lý”. Đó là sáu lĩnh vực mà chúng tôi thiết nghĩ, người Phật tử cần phải học hỏi một cách sâu rộng qua sáu lĩnh vực này. Có thế, thì trên con đường tu học Phật của người Phật tử mới có thể giữ vững lập trường và kiên định vào niềm tin vững chắc của mình.

thật ra, ai cũng sẵn có viên ngọc quý giá này. Tuy sẵn có, nhưng vì mê vọng nên chúng sinh không nhận ra đó thôi. Cứ lo chạy tìm kiếm mãi ở bên ngoài mà quên rằng mình sẵn có viên ngọc quý báu ở trong nhà. Đó là tâm trạng mê lầm của chúng ta.

Người tu muốn biết người đó tu thiệt hay tu giả, chỉ cần đem cây thước Bát phong, tức 8 ngọn gió: Lợi, suy, hủy, dự, xung, cơ, khổ, lạc, ra đo là biết ngay. Chỉ cần một ngọn gió lợi thôi là cũng đủ thổi tróc gốc rồi. Nếu đó không phải là bậc chân tu. Ngược lại bậc chân tu thứ thiệt, thì không những một ngọn gió, dù cho có 8 ngọn gió thổi qua cùng một lượt cũng không làm lay động tâm họ. Nhưng phải là thứ vàng thiệt nguyên chất, chớ nếu pha trộn vào một chút cũng không được. Cũng vậy, đối với các bậc chân tu thì tâm của họ đã hoàn toàn trong sáng thanh tịnh, nếu còn một chút vọng niệm gọi là vi tế vô minh, thì cũng chưa dám khẳng quyết bảo đảm. Vì vậy, đối với người tu hành dù tại gia hay xuất gia, chúng ta cũng phải hằng chuyển hóa những thứ tập khí vô minh. Nghĩa là phải không còn “Kiến”, “Tu” hoặc phiền não và tiền lên phải diệt trừ tận gốc rễ “vô minh” và “trần sa hoặc”. Có thể, thì mới thực sự đúng là bậc tu hành chơn chánh. Không những chơn chánh ở hàng Thanh Văn mà còn chơn chánh ở hàng Bồ tát nữa. Vì hàng Thanh Văn mới đoạn trừ hết Kiến, Tu hoặc phiền não, chúng được quả vị A la hán. Còn hàng Bồ tát thì đoạn trừ luôn cả vô minh và trần sa hoặc.

Bước đầu của việc tu hành, thì phải biết nhận diện và chuyển hóa phiền não. Bởi phiền não là những thứ tập khí rất nguy hiểm. Chúng có một năng lượng rất mạnh. Chúng thường trói buộc và sai khiến chúng ta tạo tác những

*Bốn bên lửa cháy khắp trời
Ngôi trên “ổ kiến lửa” thời chẳng hay*

Trong khi đó thì lửa vô thường cháy sáng khắp nơi. Bốn bên lửa cháy khắp trời, con người như ngôi trên “ổ kiến lửa” vậy mà không hề hay biết. Trong Phẩm Thí Dụ thứ ba, Kinh Pháp Hoa, đức Phật có nêu ra thí dụ về ngôi nhà lửa. “Tam giới bất an, du như hỏa trạch”. Ba cõi không an, dường như nhà lửa. Chúng sinh ở trong ngôi nhà lửa, vậy mà không hề hay biết. Ngôi nhà thì mục nát xiêu vẹo hư hoại, bốn bên thì lửa cháy khắp hết, có một số người gọi là con của ông trưởng giả, cứ một bề đùa giỡn vui chọi ở trong ngôi nhà lửa đó, mà không hề để ý gì đến lửa cháy cả. Đó là tâm trạng của chúng ta hiện nay. Chúng ta đang bị lửa vô thường, lửa tham dục thiêu đốt từng giây từng phút, thế mà chúng ta cũng vẫn vui đùa với nhau không hề quan tâm đến. Đã thế, mà còn gây ra chiến tranh thù hận tàn sát lẫn nhau. Chưa bao giờ chúng ta ý thức để tìm cách thoát ra khỏi căn nhà lửa dục lạc này.

*Quên đi kiếp sống đọa đày
Gây bao thảm cảnh khổ dài chiến tranh
Hơn thua câu xé tranh giành
Đào điền tham vọng tạo thành nghiệp chung*

Cứ một bề đam mê say sưa đắm chìm trong ao tù dục lạc. Họ quên đi kiếp sống đọa đày. Thân phận của một kẻ tù đày đang chịu nhiều khổ đau hệ lụy. Đã thế, con người còn gây ra bao thảm cảnh chiến tranh, hơn thua câu xé tranh giành với nhau. Từ khi có loài người xuất hiện trên quả địa cầu này là đã có gây hấn chiến tranh rồi. Chẳng qua, đó là những cuộc chiến tranh cục bộ và với những thứ vũ khí tranh chấp thô sơ. Vì con người thời đó, họ

chưa có đủ trí thông minh phát minh tiến bộ về mọi mặt như con người thời nay. Cuộc sống của họ vẫn còn trong phạm vi của từng bộ lạc, nên sự tranh chấp của họ không lan rộng như hiện nay. Nhất là, những cuộc chiến tranh sau này, con người đã biết chế tạo ra những thứ vũ khí tối tân hạt nhân nguyên tử giết người hàng loạt trong nháy mắt. Nếu con người không biết dừng lại để kiến tạo một cuộc sống thanh bình, còn mãi mê tham vọng quyền hành, thì một ngày nào đó con người sẽ vắng bóng trên hành tinh này. Tất cả đều do ba thứ độc tố **“Tham, Sân, Si”** của con người tạo ra.

*Nẻo về một lối đường cùng
Áo quan bỏ lại trời dung đất mồi
Sum la vạn tượng đối đời
Bầu trời Viên Giác tùy thời vân du*

Đó là thời kỳ cộng nghiệp của nhân loại. Đó cũng là nẻo về một lối đường cùng, và chiếc áo quan kia trả lại cho đất trời. Thân tứ đại trả về cho tứ đại. Cát bụi cuộc đời là thế! Bởi cuộc sống là do bốn chất: “đất, nước, gió, lửa” tạo thành, nên khi không còn dùng 4 yếu tố này nữa, thì trả về cho nguyên quán của nó. Song có điều ta nên nhớ, sum la vạn tượng tuy có đối đời, nhưng bầu trời “Viên giác” vẫn hiển hiện sáng ngời bao la chan hòa khắp cả vũ trụ, mặc tình mà ngao du sơn thủy không còn vướng mắc vào bất cứ một hiện tượng nào. Đến đây mới thực sự là hoàn toàn giải thoát...

*Loài hoa hướng về mặt trời
Chúc loài hoa ấy trọn đời an vui
Sớm mai hoa nở tươi cười
Hoa cho vũ trụ vạn lời pháp âm*

trong phiền não có Bồ đề. Tìm Bồ đề mà ly khai phiền não, thì không bao giờ có. Vì ngay trong phiền não sẵn có thể tánh Bồ đề. Cũng như ngay trong sinh tử sẵn có thể tánh Niết bàn. Bồ đề và phiền não, sinh tử và Niết bàn, cả hai không thể tách rời ra được. Vì chúng không có thực thể riêng biệt. Tuy nhiên, ta cần biện biệt rõ, phiền não không phải là Bồ đề, sinh tử cũng không phải là Niết bàn. Nhưng rời phiền não thì không có Bồ đề; rời sinh tử thì cũng không có Niết bàn. Như rời sóng thì không có nước và rời nước thì không có sóng. Hạnh phúc và khổ đau cũng như thế. Tìm hạnh phúc mà rời khổ đau thì không bao giờ có. Vì hạnh phúc nằm ngay trong khổ đau. Điều quan trọng là ta khéo biết chuyển hóa đó thôi. Cũng như muốn có nước trong mà ta đổ bỏ hết nước đục thì làm gì có nước trong? Với trí tuệ ta biết chắc rằng, trong nước đục sẵn có chất nước trong. Chỉ cần ta khéo lóng cặn cẩu thì nước trong sẽ hiện ra. Cũng vậy, vàng nằm lẫn lộn trong cát đá hay bùn nhơ, nhưng nếu ta khéo gạn lọc thì ta sẽ có được chất vàng ròng. Điều quan trọng là ta phải chịu khó và biết cách gạn lọc. Với ý nghĩa thâm huyền này, ta thấy trong các kinh điển Đại thừa, Đức Phật đã từng lặp đi lặp lại nhiều lần.

Đọc tụng Kinh Pháp Hoa, hẳn chúng ta còn nhớ, Phật có nêu ra một trong bảy cách ẩn dụ là “viên ngọc trong búi tóc nhà vua”. Đây là một viên ngọc như ý rất quý. Nó có một giá trị không gì có thể so sánh được. Viên ngọc như ý đó là dụ cho thể tánh chơn như, nói theo Kinh Pháp Hoa gọi là Phật tri kiến. Nhưng viên ngọc quý giá này không phải đựng ai cũng trao cho. Mà chỉ trao cho người nào biết rõ giá trị đích thực của nó. Chớ không thể trao cho người mê muội, vì họ không biết cách sử dụng. Dù có trao cho họ cũng vô ích đó thôi! Nói trao chỉ là một cách nói,

Tìm Vàng

Vàng nằm trong sỏi đá
Lẫn lộn chốn bùn nhơ
Đừng xem thường sỏi đá
Mà quên hẳn ước mơ

Ngọc kia trong bụi tóc
Chỉ trao người biết thôi
Người mê không hiểu biết
Ngọc tìm mãi trọn đời

Lửa thử vàng mới biết
Thiệt giả rõ phân minh
Vàng thiệt nhớ giữ gìn
Vì vàng là vật quý

Chon vọng cũng như thế
Chon như vàng tự sáng
Vọng như cát sỏi khô
Chỉ lọc vàng bỏ cát

~~~~~

Năm đã lâu, có lần, chúng tôi đi du ngoạn ở vùng Balarat. Nghe nói nơi đây, ngày xưa người ta hay đồ xô dên đây để đãi cát tìm vàng. Bài thơ này xuất xứ từ chuyến đi du ngoạn đó. Vàng nằm trong sỏi đá. Vàng biểu trưng cho thể tánh chon thật. Sỏi đá là biểu trưng cho hiện tượng hư vọng. Như vậy, chon và vọng không rời ra. Trong chon có vọng và trong vọng có chon. Trong Bồ đề có phiền não và

Hoa là bài pháp thậm thâm  
Hài hòa vũ trụ kiếm tâm đầu xa  
Hoa xinh giữa cõi Ta bà  
Hoa cùng ca hát xây tòa Như Lai  
Hoa tươi hoa đẹp hằng ngày  
Hương hoa còn đó năm dài vẫn thơm.



## Tân Xuân Tự Tĩnh

*Phải quấy hơn thua ích lợi gì?  
Do lòng chấp ngã quá ngu si  
Thân do duyên hợp cho là thật  
Tâm giả theo trần chấp nghĩ suy  
Muốn thoát luân hồi luôn tỉnh giác  
Gìn lòng niệm Phật hết sầu bi  
Đầu xuân tự nhắc khuyên mình thế  
Thị còn chẳng có, có chi phi*

~~~~~

*Phải quấy hơn thua ích lợi gì?
Do lòng chấp ngã quá ngu si*

Nhân dịp đầu xuân năm Giáp Thân 2004, tôi viết bài thơ này để tự răn nhắc cảnh tỉnh mình. Phải hằng nhớ đến lẽ vô thường sinh diệt. Cái chết đến với mình bất cứ lúc nào. Tuổi đời theo thời gian cứ mãi chồng chất thêm lên. Cứ mỗi năm qua mình già đi một ít. Đó là nói ước lượng theo dòng thời gian dài. Thật ra, cái già nó đến với mình từng phút giây. Tế bào này chết đi, nhường chỗ cho tế bào khác sinh trưởng. Đã thế, thì còn hơn thua tranh chấp phải quấy với nhau để làm gì?! Việc thị phi ngày nào lại không có. Phải với người này thì quấy với người kia. Thiên địa vô tư, vậy mà cũng có kẻ ưa người trách. Biết sao cho vừa lòng người.

*Có tài phải chịu cái tai,
Nếu mình ngu dại có ai nói gì.*

*Mở rộng lòng hỷ xả ánh trăng thu
Vui thanh thản cõi đời đầy oán hận.*

Ta hãy mở rộng cõi lòng hoan hỷ mà bao dung tha thứ cho nhau. Đừng có cố chấp mà gây thêm nhiều đau khổ. Không nên ôm oán hận sầu buồn, mà hãy để cõi lòng ta vui tươi thanh thản mát mẻ như ánh trăng thu. Có thế, thì cuộc sống của chúng ta mới thực sự có ý nghĩa và mới có an lạc hạnh phúc.

Cõi đời đầy oán hận nhưng ta sống không oán hận. Ta tìm hạnh phúc trong khổ đau. Sen không thể mọc mà không có bùn. Chính bùn nhờ làm cho hoa sen tươi tốt. Rời bùn không có hoa sen. Rời khổ đau làm sao có hạnh phúc? Rời phiền não thì không có Bồ đề. Rời sanh tử thì không có Niết bàn. Nhưng Niết bàn không phải là sanh tử. Sen không phải là bùn. Nước không phải là sóng. Nhưng rời sóng thì không có nước. Nói một là sai mà nói hai thì không đúng. Truyền thống giáo lý Phật giáo Đại thừa dạy chúng ta như thế. Tuy sống trong cõi đời đầy phiền trần lặn đục khó khăn gian nan đủ thứ, nhưng không vì thế mà ta lại bị quan chán chường. Bởi lửa thử vàng, gian nan thử sức. Đời có gì mà ta phải chán phải bi quan? Ta hãy cố gắng thực tập chánh niệm. Tập sống an lành trong chánh niệm theo mỗi bước chân đi. Ta vui cười với gió mát trăng thanh và ngàn cây kẽ lá. Khi ta thực sự trở về với “**Bến Giác**” rồi, thì mọi thứ đều là trò hư ảo huyễn mộng mà thôi.

*Ta vui sống với cõi đời lặn đục
Đừng bi quan ân hận ích lợi gì
Sống an lành trong mỗi bước chân đi
Về bến giác mọi hận thù đều tan rã.*

độ như bất cần cha mẹ. Mình cho mình là người quá khôn
lanh, tài giỏi nên không cần đến sự có mặt dạy dỗ của cha
mẹ. Đến khi cha mẹ qua đời, bấy giờ mình mới cảm thấy
hối tiếc! Vì thế, cụ Nguyễn Du khuyên chúng ta nên hiến
tặng cho người mình thương bằng sự có mặt đích thực của
mình, nếu không, thì sẽ trở thành như một giấc chiêm bao
không khác. Thật là một lời khuyên nhắc thật vô cùng chí
lý. Nên ở đây tôi viết:

*Hãy trân quý những gì trong cuộc sống
Bởi cuộc đời ngắn ngủi chẳng bao lâu
Mang tình thương khỏa lấp mối hận sâu
Đời tẻ lạnh buồn đau vì ích kỷ*

Có đôi lúc ta nhìn nhau như là một kẻ thù. Ta rất ghét
những người hay làm phiền ta. Dù người đó là người thân
nhút của ta. Nhưng chỉ vì người đó có những hành vi cử
chỉ, hoặc lời nói làm trái ý nghịch lòng ta, thì ta không ưa
người đó. Ta ghét cay ghét đắng người đó. Nhưng ta thử
nghĩ, sống trên đời này có ai làm vừa lòng ai hết đâu. Tại
sao ta cứ biết trách người mà không xét lại mình. Biết đâu
mình có làm lỗi mà không tự thấy đó thôi. Người xưa nói:
“Tiên trách kỷ, hậu trách bĩ”. Nghĩa là trước hãy tự trách
mình rồi sau mới trách người. Ta vì quá ích kỷ chỉ biết
mình mà không biết tới ai cả. Vì ta chưa biết thực tập tình
thương. Ta ý thức rằng, cuộc đời này thật là quá ngắn
ngủi, thời gian sống trên đời thật chẳng có bao lâu, rồi
mỗi người từ giã nhau mà đi mỗi hướng. Ý thức như thế,
thì ta nên yêu thương trân quý và tận tình giúp đỡ cho
nhau: “Mang tình thương khỏa lấp hận sâu, đời tẻ lạnh
buồn đau vì ích kỷ”.

*Hãy tha thứ cho lòng luôn hoan hỷ
Cho vui đi cạn chén hận oán thù*

*Ngày nào chẳng có thị phi,
Tại không nghe đến cũng thì như không.
Nhiều nước thì mới thành sông,
Nhiều người phi báng mới nên công tu hành.*

Dựa vào tiêu chuẩn nào mà cho là phải là quấy? Phải quấy
chẳng qua cũng chỉ là đối đãi giả định mà thôi. Nếu không
có phải thì làm sao có quấy? Hơi đâu mà để tâm đến
chuyện thị phi làm gì. Nếu mình sống thật với lòng mình,
thì ai nói gì cũng được.

*Ai nói chi mình cũng cười khi
Ai nói gì mình cũng cười đi
Cười là cười cho bớt sân si
Cười là cười cho phiền não vui đi!*

Xưa kia, các bậc thánh nhơn vẫn còn bị người đời chỉ
trích chê bai, nói chi đến những hàng phàm phu tục tử như
chúng ta. Họ chê trách mắng nhiếc mình, đó cũng là một
thách thức xem sức nhẫn nại chịu đựng của mình tới đâu.
Vậy thì, lời mắng nhiếc chê bai của họ cũng là điều tốt
cho chúng ta. Vì đó là họ đem lại công đức cho mình, vì
mình có thêm sức nhẫn nại chịu đựng. Nếu những lời chê
trách của họ mà mình có, thì nên cảm ơn họ mà chịu khó
sửa đổi lại. Thế thì, ta nên cảm ơn họ mới phải. Biết đâu
họ cũng là thiện hữu tri thức của ta. Còn nếu họ nói mà
xét lại mình không có, thì coi đó như là những lời gió
thoảng qua tai, hơi sức đâu mà chấp nhứt chi cho thêm
mệt. Trong Chứng Đạo Ca của ngài Vĩnh Gia Huyền Giác,
thi ca thứ 14 có nói:

*“Quán ác ngôn thị công đức
Thử tắc thành ngô thiện tri thức
Bất nhân sáng báng khởi oán thân*

Hà biểu vô sanh từ nhân lực”

Tạm dịch:

*Xét lời nói ác chính là công đức
Vì người kia là thiện tri thức của ta
Không vì chê bai mà khởi oán thân
Đem lòng từ hóa giải đức vô sanh*

Kẻ vu oan giá họa bằng những lời lẽ sỉ nhục thóa mạ ta, đó là họ đem công đức lại cho ta, với điều kiện là ta phải vui lòng nhận nhận. Cứ nghĩ rằng, kẻ đó là thiện hữu tri thức của ta. Ta không nên hờn giận oán trách họ. Ta hãy đem lòng từ bi đối với họ mà hóa giải tiêu dung mọi oán hờn vào biển vô sanh bất diệt. Như vậy, có phải khỏe cho ta lắm không? Chớ nếu ta chấp nhứt đê trong lòng thì chỉ càng chuốc thêm khổ lụy cho ta mà thôi. Có ai đại đột gì mà phải chuốc khổ vào mình như thế? Đó là vì ta còn chấp ngã quá nặng. Cái mà ta gọi là chấp ngã, truy nguyên thủ phạm chính, chính là chú Mạt na thức. Bởi vì trong 8 thức tâm vương thì Mạt na a từng cấu kết với thức thứ sáu (Ý thức) để rồi gây đại não nhờn gian, cũng chỉ vì chấp ngã rất nặng nề đó thôi! Nhưng chủ yếu chính vẫn là Mạt na thức. Bởi vì thức này có 4 thứ phiền não gốc đeo theo nó: “Ngã si, Ngã kiến, Ngã mạn, Ngã ái”. Bốn thứ đại phiền não này, mỗi thứ đều có chữ “Ngã” đứng đầu. Thế thì bảo sao nó không chấp ngã cho được? Muốn trừ khử nó, ta chỉ còn có cách là phải vận dụng trí huệ Bát nhã để quán chiếu thật sâu, soi rọi nó cho thật kỹ lưỡng. Khi quán chiếu kỹ càng, thì ta mới nhận rõ không có gì là thật ngã cả.

*Thân do duyên hợp cho là thật
Tâm giả theo trần chấp nghĩ suy*

mình, chồng mình hay con mình, mà rộng ra là tất cả những cảnh tượng đều đối mặt với mình. Có thể mình với trăng, với sao, hay với một đóa hoa hồng trước mặt v.v... Ta phải trân quý một cách chân thiết. Có khi ta ngồi gần người ta thương, mà ta chưa hề có mặt thực sự với người đó. Ta không hiến tặng cho người ta thương bằng sự có mặt đích thực của ta. Ngồi vào bàn ăn, ta chỉ nhìn đồ ăn ngon dở, mà ta chưa hề nhìn mặt với nhau bằng ánh mắt yêu thương. Vì thế, mà ta phải hết sức trân quý những gì ta đang có. Để sau này khỏi phải hối tiếc đau thương! Tôi có một ông bạn sống xa quê hương Việt Nam đã lâu, khi có dịp ông về thăm lại mẹ già và các người em. Ông có một người em gái thứ ba. Vì ông là người anh cả. Mỗi lần gặp lại người em gái đó, ông chỉ hỏi thăm qua loa vài ba câu cho có lệ, rồi bỏ đi. Sau này, khi người em gái đó mất, bấy giờ ông tỏ ra rất ân hận hối tiếc. Ông tự trách mình, sao lúc em gái mình còn sống, mỗi lần gặp lại em mình, mình xem như người xa lạ. Không chuyện trò hỏi thăm thân tình chí thiết. Và thậm chí còn không nhìn kỹ vào mặt em mình. Nay người em mất đi rồi, ông mới hối hận và cảm thấy thương tiếc vô cùng! Sự hối tiếc ăn năn nào nó cũng đã muộn màng lắm rồi! Ông đã từng tâm sự với tôi như thế.

*Hãy trân quý những gì ta đang có
Để sau này khỏi hối tiếc đau thương!
Đừng nhìn nhau trong ánh mắt chán chường
Rồi ân hận khi người thương vắng bóng.*

Không phải chỉ riêng ông bạn đó vướng mắc phải lỗi lầm này, mà hầu hết chúng ta cũng đều vướng mắc phải. Rõ ràng mình không biết trân quý những gì hiện có. Khi việc đó hay người đó mất đi thì mình mới cảm thấy ăn năn hối tiếc. Nhất là đối với cha mẹ mình. Có đôi khi mình tỏ thái

Trân Quý

*Hãy trân quý những gì ta đang có
Để sau này khỏi hối tiếc đau thương
Đừng nhìn nhau trong ánh mắt chán chường
Rồi ân hận khi người thương vắng bóng*

*Hãy trân quý những gì trong cuộc sống
Bởi cuộc đời ngắn ngủi chẳng bao lâu
Mang tình thương khóa lấp mỗi hận sâu
Đời tẻ lạnh buồn đau vì ích kỷ*

*Hãy tha thứ cho lòng luôn hoan hỷ
Cho vui đi cạn chén hận oán thù
Mở rộng lòng hỷ xả ánh trăng thu
Vui thanh thản cõi đời đầy oán hận*

*Ta vui sống với cõi đời lặn dận
Đừng bi quan ân hận ích lợi gì
Sống an lành trong mỗi bước chân đi
Về bến giác mọi hận thù đều tan rã*

Trong truyện Kiều cụ Nguyễn Du có nhắc gởi chúng ta qua hai câu thơ:

*“Bây giờ rõ mặt đôi ta
Biết đâu rồi nữa chẳng là chiêm bao”*

Tôi đã học nằm lòng hai câu này. Vì tôi rất thích và tâm đắc. Hai câu này như là một câu Thiền ngữ, luôn nhắc nhở chúng ta phải hằng có mặt trong cuộc sống. Có nghĩa là chúng ta hãy trân quý những gì đang có mặt với chúng ta. Đôi ta nói ở đây, không chỉ là cha mình, mẹ mình, vợ

Nói ngã chẳng qua là khi đủ duyên hợp lại mà có đó thôi. Như vậy, cái có đó cũng chỉ là giả có tạm bợ. Giả có tức là vô ngã. Như trăng dưới nước, như bóng trong gương, có thật đâu mà vọng chấp. Thân này, do ngũ uẩn hợp thành. Bản chất của ngũ uẩn cũng chỉ là những thứ giả dối, chúng kết hợp lại với nhau để tạo thành. Như sắc, thuộc vật chất là tứ đại: đất, nước, gió, lửa. Thọ, tưởng, hành, thức gọi là tâm, cũng là do 4 thứ hợp lại. Nói gọn, thân này là do vật chất và tinh thần kết hợp lại tạo thành, vậy thì cái nào là ngã? Sắc là ngã, hay tinh thần là ngã? Nếu cho sắc chất là ngã, phân tích ra từng món cái nào là ngã? Đất là ngã hay nước là ngã? Gió là ngã hay lửa là ngã? Thọ là ngã hay tưởng là ngã? v.v... Rốt lại không có gì là ngã cả. Không có ngã vậy chấp làm gì? Có phải là ta quá ngu si không? Nhờ vận dụng trí huệ quán chiếu ta thấy rõ ngũ uẩn giai không. Nói không là vì ngũ uẩn không có một thực thể cố định. Đừng hiểu lầm là không tron như lông rùa sừng thỏ.

*Muốn thoát luân hồi luôn tỉnh thức
Gìn lòng niệm Phật hết sâu bi*

Như vậy, muốn thoát luân hồi thì ta phải hằng tỉnh thức luôn quán chiếu sâu vào tự tánh của vạn pháp. Để thấy rõ vạn pháp là duyên sinh như huyễn. Thế là chấp ngã không còn. Ngã và pháp không còn, thì ta mới thực sự được giải thoát. Đó là ta hằng niệm Phật, tức hằng giác không mê vậy.

*Đầu xuân tự nhắc khuyên mình thế
Thị còn chẳng có, có chi phi*

Hai câu kết của bài thơ là tự thức nhắc khuyển mình thôi, chớ không dám khuyển ai hết. Và kết lại để thấy rằng: “*Thị còn chẳng có, có chi phi*”. Câu này lấy ý trong Kinh Kim Cang Bát Nhã là “Chánh pháp còn phải bỏ, hà huống là phi pháp!”

Con người do cố chấp mà đau khổ. Càng chấp nặng chừng nào thì khổ nhiều chừng nấy. Bởi thế mà Phật dạy chúng ta phải tu hạnh hỷ xả. Mà muốn hỷ xả thì phải có lòng từ bi. Vì có tình thương nên ta không nỡ làm tổn hại bất cứ ai. Có yêu thương người thì ta mới dễ bỏ qua và bao dung tha thứ. Ta hãy mở rộng tình thương để có được an lạc hạnh phúc. Tôi có làm bài thơ “**Buông Xả**” để trong Đạo tràng Quang Minh hát ca trong những lúc sinh hoạt.

*Buông xả tâm an vui
Buông xả miệng mỉm cười
Buông xả lòng tươi mát
Buông xả thăm tình người
Buông xả có gì hơn
Buông xả hết giận hờn
Buông xả niềm an thoát
Buông xả trở về nguồn.*

Có buông bỏ mọi thứ thì ta mới mong trở về nguồn tâm của ta. Bởi vì bản tâm ta vốn không vướng mắc bất cứ thứ gì. Vì vô minh vọng chấp nên ta phải chịu trầm luân đau khổ. Nay hiểu được lời Phật dạy, nên ta cố gắng tu tập hạnh buông xả cho cõi lòng được cởi mở thanh thoát nhẹ nhàng. Ta ý thức cuộc đời này, không có gì bền chắc. Ta cố bám chấp, nhưng cuối cùng khác nào như nắm bắt một làn hương. Ta nên nhớ:

linh nào. Vì không ai làm cho ta hết khổ. Không có bàn tay thiên liêng thân thánh nào cứu thoát được đời ta. Ta cần phải vươn lên để tự cứu thoát lấy mình. Ta hãy quán chiếu cho thật sâu. Cột hay mở trời là do ta định đoạt. Ta đã cột thì ta phải mở. Khi mở thoát được rồi ta mới thấy cái giá trị của hạnh phúc. Hạnh phúc đang nằm trong tầm tay của ta.

*Ý thức đời mình phải thoát mau
Đừng giam mình nữa chôn thương đau
Tình tiền sắc đẹp thôi chừa bỏ
Bạc tham giàu khổ lụy sâu*

Nếu ta ý thức cuộc đời này có rất nhiều chạm bẫy, thì ta quyết không để vướng mắc vào. Vì khi vướng mắc rồi, cũng không phải dễ tháo gỡ. Tốt nhất là ta hãy luôn cẩn thận đề phòng. Bầu trời luôn trong sáng, đối với người có đôi mắt sáng. Bầu trời đen tối, đối với người đôi mắt bị mù. Thế thì, ta nên làm người có đôi mắt sáng. Ta quyết không làm kẻ mù lòa. Sống trong màn vô minh bao phủ, thiếu ánh sáng trí tuệ, ta rất là đau khổ. Vậy thì, ta hãy tìm mọi phương cách để bước ra khỏi bóng tối si mê. Ánh sáng bình minh hạnh phúc đang chờ đón chúng ta. Ta không van xin khẩn cầu ai cả, mà chính ta phải quyết định đời ta. Ta ý thức về lý nhân quả mà ta sống sao không trái lại với nhân quả, thì đời ta chắc chắn sẽ không còn khổ đau nữa. Vì gây nhân lành tất sẽ hưởng quả lành.



tham, sân, si lòng người khó đoán định. Chiến tranh, thiên tai, dịch bệnh hiện đang xảy ra từng ngày trên hành tinh này. Ngày nay, tiếng kêu thương trầm thống của nhơn loại vang dậy cả đất trời. Bởi cái chết đến với con người nhanh chóng như trở bàn tay. Một trận động đất ở Thổ Nhĩ Kỳ và Syria mới đây đã cướp đi mạng sống con người có hơn 45 ngàn người. Đó là chưa tính cả những người bị thương tích. Thử tưởng tượng số người tử vong với con số thật hãi hùng như thế, thật không biết lương tâm con người có chịu thức tỉnh hay chưa? Thế mà, vẫn còn có người lao đầu vào trong bốn bức tường: cờ bạc, rượu chè, hút chích, và gái điếm. Đây là bốn điều tệ hại mà xã hội xưa nay đều có. Nếu ai đã lỡ vướng vào một trong tứ đồ tường này, thì hãy mau tìm cách thoát ra. Có thể, thì mới khỏi làm khổ mình và khổ người. Chỉ cần một người trong gia đình lỡ phải vướng vào, thì cả gia đình sống không an ổn. Ý thức được sự tai hại khổ đau đó, ta nên mạnh dạn đứng lên cứu thoát đời mình. Bằng không, càng ngày ta càng lún sâu vào con đường tội lỗi sa đọa. Không ai cứu mình bằng chính mình tự cứu mình. Ta không thể tiếp tục chôn vùi cuộc sống của ta vào trong đồng bùn lầy tràn đầy đau khổ. Chỉ mua vui trong chốc lát mà phải chịu khổ sâu ngàn năm. Ta không thể phí cả cuộc đời của tuổi xuân xanh tràn đầy nhựa sống vào trong chốn trụy lạc của thú đau thương.

*Cứu thoát đời mình khỏi khổ đau
Chôn vùi cuộc sống chốn ba đào
Mua vui chốc lát ôm sâu hận
Phí cả cuộc đời khổ biết bao!*

Đời ta, ta phải tự chủ lấy. Khổ vui chính do ta tạo ra. Ta không cầu khẩn van xin ai cả. Dù đó là bất cứ đáng thân

*Ta đến cuộc đời hai tay không
Tiếng khóc oa oa mới lọt lòng
Tung hoành ngang dọc nơi trần thế
Nhắm mắt lia đời tay rỗng không*

*Thôi thế là xong hết một đời
Còn chi tham vọng để vui chơi
Đời người một thoáng nhanh như chớp
Sân khấu diễn rồi để trống chơi!*

Cố Chấp

*Cố chấp chi nhiều khổ thêm sâu
Nặng lòng chấp ngã khổ âu sầu
Buông đi cho khỏe lòng thanh thoát
Hy xả vui cười hết khổ đau*

*Dại gì cố chấp khổ cho ta
Có gì bất ý cứ nói ra
Cùng nhau thảo luận trong êm đẹp
Đừng có tranh nhau phải trái mà!*

*Biết rằng ai phải biết ai không?
Sân si tranh cãi thiệt cuông nông
Người nào cũng muốn mình hơn cả
Kẻ thắng người thua cũng khổ đồng*

*Thử hỏi trên đời sống bao lâu
Xuân xanh mới đó đã bạc đầu
Sớm còn tối mất nhanh như chớp
Ngăn ngùi kiếp người chẳng có lâu.*

VỀ NHÀ

*Lang thang mây độ luân hồi
Trải bao kiếp sóng mây trôi chiều buồn
Biển đời nước mắt trào tuôn
Đùa vui theo sóng quên nguồn suối trong
Làm thân chiếc lá giữa dòng
Nào hay lá rụng cội tông giữa đêm
Trời xanh én lượn êm đêm
Ngàn sao lấp lánh vẫn yên bầu trời
Thuyền chèo bạc nước mù khơi
Tìm về bến cũ thành thời an nhàn
Chuyện đời trả lại trần gian
Một mình lặng bước thênh thang về nhà*

~~~~~

Là con người ai cũng có quê nhà cả. Về nhà, ý tôi muốn nói đến quê hương tâm linh. Bởi tôi thiết nghĩ, ai cũng sẵn có một quê hương tâm linh cả. Nhưng vì chúng ta đã đi quá xa, cứ mãi phiêu bạt hải đảo giang hồ, chưa một lần hồi đầu để trở về lại cố hương. Đó là thân phận của gã cùng tử ở phẩm “Tín Giải” thứ tư mà Kinh Pháp Hoa đã diễn tả. Chuyện rằng, một ngày đẹp trời nào đó, chàng lãng tử bất giác chợt nhớ đến quê hương, nơi mà người Cha già đang ngày đêm trông đợi. Người Cha trông đợi mỗi mòn, nhưng đưa con vẫn biện biệt rong chơi nơi phương trời xứ lạ bật vô âm tín. Rồi một hôm, chàng quay gót trở về lại cố hương. Tuy về đến quê nhà, nhưng chàng không dám nhìn Cha. Cha ở xa trông thấy biết đó là con mình, nhưng cũng không dám đến gần để nhìn nhận. Vì

## THOÁT KHỔ

*Bên bờ vực thẳm tiếng kêu thương  
Nghe tận hồn ai mãi vấn vương  
Từ đó tường kia sao chẳng thoát?  
Mãi mê đắm đuối phải tìm phương*

*Cứu thoát đời mình khỏi khổ đau  
Chôn vùi cuộc sống chốn ba đào  
Mua vui chốc lát ôm sầu hận  
Phí cả cuộc đời khổ biết bao!*

*Ý thức đời mình phải thoát mau  
Đừng giam mình nữa chốn thương đau  
Tình tiền sắc đẹp thôi chừa bỏ  
Bài bạc tham giàu khổ lụy sâu*

*Xin chớ van xin vọng khẩn cầu  
Hãy nhìn quán chiếu thật cho sâu  
Gây nhân trả quả là chân lý  
Thực tỉnh tự mình thoát khổ mau*

~~~~~

*Bên bờ vực thẳm tiếng kêu thương
Nghe tận hồn ai mãi vấn vương
Từ đó tường kia sao chẳng thoát?
Mãi mê đắm đuối phải tìm phương*

Hiện nhơn loại đang đứng trên bờ vực thẳm, không biết giờ phút nào tất cả đều rơi xuống hố sâu vực thẳm. Bởi

Cũng chính vì dục vọng đó nên mới gây ra tranh giành đầu đá chém giết lẫn nhau. Nhưng họ quên rằng, tất cả vật chất chỉ là ảo ảnh phù hoa, như sương khói chiều tà, chẳng có gì là thật cả. Cả đời lăn lóc cực khổ tạo ra tiền của cho thật nhiều, nhưng khi nhắm nghiền đôi mắt lại, thì hỡi ơi! Có mang được thứ gì theo đâu. Tất cả đều tan tành theo mây khói. Còn sinh tiền thì làm trời chết, cày ngày không đủ, tranh thủ cày đêm. Tất cả cũng chỉ vì do lòng ham muốn mà ra. Lòng tham của con người chưa bao giờ biết dừng lại. Chính vì lòng tham, thật không biết mấy cho vừa. Được voi đòi tiên, miễn có tiền nhiều dù cho mất mạng cũng cam. Có người vì quá coi trọng đồng tiền mà bắt chập thủ đoạn gian ác tàn hại lẫn nhau, dù đó là cùng chung dòng máu mủ.

*Gây ác nghiệp hỏi làm sao tránh khỏi?
Chốn ngục hình “ba cõi” khó thoát ra
Mãi trầm luân trong biển khổ ái hà
Mau tỉnh thức niệm Di Đà an thoát*

Nhưng một khi đã gây ra ác nghiệp, thì thử hỏi làm sao tránh khỏi quả báo ngục hình? Cứ thế, mà mãi chịu trầm luân trong vòng sanh tử khổ đau. Cái khổ của con người là do lòng dục vọng sai khiến. Muốn hết khổ đau thì con người hãy mau thức tỉnh hồi đầu. Chỉ có con đường tu niệm mới mong thoát khỏi lưới mê. Khuyến mọi người nên thức tỉnh tu hành, niệm Phật cầu sanh Tây phương Cực lạc. Chỉ có về Cực lạc mới có thể chấm dứt vòng luân hồi triền miên đau khổ.

*Trời Cực lạc sen thơm mùi bát ngát
Bảo liên tòa quyết đoạt phẩm cao
Tam Tư lương nắm chắc đưng xao
Về Cực lạc thôi ngàn sau hết khổ.*

người Cha sợ con tự ti mặc cảm cho mình là kẻ thấp hèn, mà không dám nhận lại Cha, và vì người Cha có thể lực rất lớn, lại thêm quá giàu có. Thế rồi, bằng mọi giá, người Cha phải tìm đủ mọi phương cách để được gần con. Gần thôi, chớ cũng chưa dám nhận là con mình, phải thuê con mình làm người hốt phân nhơ và trả giá rất đắt. Và từ đó cho người lân la gần gũi để cho Cha nhìn nhận và giao cho toàn bộ gia sản mà người Cha hiện có. Đó là một gia tài sự nghiệp thật to lớn. Đưa con nhìn thấy chóa mắt không thể tưởng tượng nổi. Cuối cùng, người Cha cũng được toại ý. Đó là một cách trình bày khéo léo về thân phận của các vị Thanh Văn như trong văn kinh đã diễn tả. Lấy ý đó nên tôi đặt tên cho bài thơ là “Về Nhà”.

*Lang thang mấy độ luân hồi
Trải bao kiếp sống mây trôi chiều buồn*

Về nhà là một lý tưởng của người tu học Phật. Người tu học Phật nào cũng muốn được giác ngộ và giải thoát. Tất cả đều muốn về đến ngôi nhà “Bảo Sở”. Vì nơi đó chứa toàn là những bảo vật quý giá. Lạ thay! của quý báu đó không phải ở ngoài mình. Chính nó đang có mặt trong căn nhà năm uẩn của mình. Sơ Tổ Trúc Lâm cũng đã nói: “*Gia trung hữu bảo hựu tầm mich*”. Trong nhà đã có đây của báu còn đi tìm cầu ở đâu nữa?

Thiền sư Huệ Hải khi đến tham vấn Mã Tổ, Mã Tổ nói:

– Đến đây để cầu việc gì?

Sư thưa:

- Đến cầu Phật pháp.
- Kho báu nhà mình chẳng đoái hoài, bỏ nhà chạy đi tìm cái gì? Ta trong ấy không có một vật, cầu Phật pháp cái gì?
- Cái gì là kho báu nhà mình của Huệ Hải?

- Chính nay người hỏi ta, đó là kho báu của người, đầy đủ tất cả không thiếu thốn, tự do sử dụng đâu nhờ tìm cầu bên ngoài.

Ngay câu nói này sự nhận được bản tâm.

(Trung Hoa Chư Thiên Đức Hành Trạng tập một – Thích Thanh Từ)

Của báu ở trong nhà mà lâu nay mình không hay biết. Chính vì không biết, nên mình mãi lang thang trong vòng luân hồi, không biết bao nhiêu lần lặn hụp xuống lên! Trải qua không biết bao nhiêu nỗi đau buồn hệ lụy của kiếp sống nổi trôi. Khác nào như những áng mây trôi trong những buổi chiều tà ngả bóng. Và cứ sanh tử, tử sanh, biết bao nước mắt trào tuôn đầy túi hận.

Biển đời nước mắt trào tuôn

Đùa vui theo sóng quên nguồn suối trong

Quả đúng như lời Phật dạy: “Nước mắt của chúng sinh nhiều hơn nước biển đại dương”. Đó là nói lên sự đau khổ cùng cực trải qua không biết bao nhiêu đời, bao nhiêu kiếp. Cứ mãi phan duyên trần cảnh, khác nào đùa vui theo sóng mà quên nguồn suối trong. Đó là những cơn sóng chìm nổi của sắc tài danh lợi. Cứ mãi đuổi theo dòng đời trong trường Ngũ dục, chưa bao giờ chịu hồi đầu thức tỉnh. Những cơn gió lốc của thời đại cuốn phăng chúng ta về hướng trụ lạc sa đọa.

Làm thân chiếc lá giữa dòng

Nào hay lá rụng cội tòng giữa đêm

Có khác nào như một chiếc lá trôi nổi giữa dòng đời không định hướng. Nhưng có biết đâu, chiếc lá đó quá mỏng manh yếu ớt chỉ cần một cơn gió nhẹ thổi qua cũng đã rơi rụng rồi. Vâng! Đã có biết bao người rơi rụng về lại

lệnh, nếu ai xâu được những bong bóng nước thành hạt chuỗi, thì nhà vua sẽ chia cho nửa giang sơn đất nước. Thế là, lệnh vua được loan truyền đi khắp nước. Bỗng có một ông già tay chân run rẩy mắt mờ chống gậy lụm khụm đi đến triều đình và ra mắt nhà vua. Ông ta tâu với nhà vua là ông sẽ lãnh sứ mệnh và hứa là sẽ xâu kết những bong bóng nước thành hạt chuỗi kim cương cho công chúa. Nhà vua và hoàng hậu rất đổi vui mừng. Được tin ấy, công chúa hết bệnh khỏe lại ngay. Một hôm, trời mưa ông già bảo công chúa, hạ thân vì già cả yếu đuối đôi mắt lại mờ, vậy phiền công chúa vớt những bong bóng nước đó đưa cho hạ thân, hạ thân sẽ xâu kết lại thành xâu chuỗi hạt kim cương. Công chúa cứ vớt mãi, từ sớm cho tới trưa, mà chẳng được một hạt nào cả. Một quá, nên công chúa bảo thôi không vớt nữa. Vì mỗi lần vớt thì bọt nước lòn qua kẽ tay rồi tan biến.

Qua câu chuyện đó, cho chúng ta thấy rằng hạnh phúc của cuộc đời này đâu có thật, khác nào như những bọt nước. Khi những bọt nước nổi lên từ xa nhìn thấy rất đẹp, nhưng khi đưa tay nắm vớt thì bọt nước tan biến ngay. Hạnh phúc của cuộc đời chỉ là giả trá tạm bợ. Nay có mai không, sớm còn tối mất. Đó chỉ là một lớp sơn hào nhoáng bên ngoài. Thực chất bên trong quả là đau khổ. Vì thế nên tôi viết:

Biết bao kẻ đắm chìm trong vật chất

Nuôi lòng tham cao ngất tận trời xanh

Chém giết nhau đấu đá mãi tranh giành

Khi nhắm mắt tan tành theo mây khói

Thực chất của cuộc đời là giả dối, không thật, nhưng người ta vẫn cứ đắm mê đắm chìm trong vật chất. Đó là vì lòng tham vọng mong muốn của họ cao ngất tận trời xanh.

nhà Phật gọi cái thấy này là do chấp ngã, chấp pháp rất nặng. Nhưng, nếu chúng ta vận dụng trí tuệ bát nhã nhìn sâu vào thân tâm ta cũng như vạn vật, thì rõ ràng không có gì là thật cả. Tất cả đều do nhân duyên giả hợp mà thành. Thân thì do tứ đại, tức bốn yếu tố: đất, nước, gió, lửa tạo thành. Cái mà ta gọi là tâm, tức những suy nghĩ của ta cũng do bốn yếu tố: thọ, tưởng, hành, thức cấu hợp tạo thành trạng thái tâm lý. Như vậy, thân, tâm ta đều do duyên hợp mà có. Rộng ra cho đến sơn hà đại địa, nói chung vạn pháp cũng đều như thế. Đã do duyên hợp, tất nhiên là không có thật ngã, thật pháp. Dụ như cái bàn trước mắt ta. Cái bàn có ra là do hội đủ điều kiện như gỗ, cưa, bào, đục, đinh, thợ mộc v.v... mới tạo thành cái bàn. Cái bàn chỉ là một danh từ rỗng tuếch, thực chất không có gì là cái bàn cả. Cái bàn chỉ là một giả danh mà thôi. Hiểu thế, thì sự chấp ngã, chấp pháp của ta sẽ giảm bớt. Có giảm bớt thì sự đau khổ cố nhiên cũng giảm theo.

*Trời Sydney mây sâu gió mưa tâm tả
Kẻ nặng lòng chấp ngã khổ như mưa
Bọt qua tay vớt mãi cả sớm trưa
Đời hạnh phúc bọt mưa nào có thật*

Ngày xưa, có câu chuyện nói về ông vua và bà hoàng hậu có một người con gái. Vì là con một nên cô công chúa này hay nũng nịu, nhõng nhẽo. Nhà vua và hoàng hậu rất thương con và nuông chiều con hết mực. Một hôm, trời mưa to gió lớn những hạt mưa rơi xuống tạo thành những bong bóng nước giống như những hạt kim cương lóng lánh trông rất đẹp mắt. Công chúa thấy vậy mới đòi vua cha và hoàng hậu phải xâu kết những bong bóng nước thành hạt chuỗi. Đòi hoài chờ mãi mà không được, nên nàng ta ngã bệnh. Vì quá thương con, nên nhà vua truyền

với lòng đất Mẹ. Sự rơi rụng đó không ước hẹn chỗ nơi. Bất cứ nơi nào và ở đâu, chiếc lá cũng có thể rơi rụng được cả. Có khi nó rơi rụng giữa đêm khuya thanh vắng trong khi mọi người đang an giấc mộng say. Sự rơi rụng đó kể ra cũng còn có phước hơn nhiều người, ít ra là không bị bệnh tật hoành hành, đau nhức thể xác. Phước đó gọi là sanh thuận tử an. Biết bao người cũng muốn rơi rụng như thế, nhưng than ôi, nghiệp dĩ nào có chịu cho đâu! Vì nghiệp trần duyên còn nặng nợ với đời chưa có thể trả xong. Trả chưa xong đừng hòng tẩu thoát. Chạy đâu cũng không thoát khỏi lưới trời nghiệp báo.

*Trời xanh én lượn êm đêm
Ngàn sao lấp lánh vẫn yên bầu trời*

Mùa xuân, ta thấy những con chim én bay lượn trên không trung, thật là êm đêm thơ mộng. Dù cho những con chim én kia có bay qua lượn lại, nhưng bầu trời xanh vẫn mãi mãi yên lành bất động. Chim én là dụ cho cảnh thì có động có tịnh, có sinh, có diệt, còn bầu trời Viên giác thì không động không tịnh, không sinh, không diệt. Chúng ta ai lại không có bầu trời xanh đó. Người nào lại không có thể tánh chơn như. Tức ngôi nhà “**Bảo Sở**” luôn hiện hữu không bao giờ vắng mặt. Như ngàn sao lấp lánh kia có rơi, có rụng, nhưng bầu trời vẫn mãi mãi yên lành không rơi rụng chi hết. Tức thể tánh vô sinh bất diệt vậy.

*Thuyền chèo bạc nước mù khơi
Tìm về “Bến Cũ” thành thoi an nhàn
Chuyện đời trả lại trần gian
Một mình lặng bước thênh thang về nhà*

Chiếc thuyền đời của chúng ta chèo chống giữa biển khơi đã quá mệt mỏi, nhưng có bao giờ ta thực sự muốn nghỉ ngơi? Hay là ta vẫn phải ra sức chống chèo trong cơn bão

táp phong ba giữa biển đời đầy nghiệt ngã với những sắc, tài, danh, lợi...? Ta cũng nên ý thức, đã đến lúc phải trở về “**Bến Cũ**” rồi. Bến cũ quê xưa hiện đang trông chờ đợi ta như người Cha già đang trông đợi đứa con thơ quay về nhà. Chỉ có khi nào ta chịu quay gót trở về nhà, thì lúc đó ta mới thực sự an hưởng những cảnh thanh nhàn, trời trong, mây trắng, chim kêu, hoa nở tươi cười. Thôi thì, tất cả xin trả lại cho trần gian, vì không có gì ta mang theo được cả. Của trần gian xin trả lại cho trần gian. Một mình lặng bước thênh thang về nhà.

Trong Chứng Đạo Ca ngài Vĩnh Gia Huyền Giác có nói:

*“Thường độc hành, thường độc bộ
Đạt giả đồng du Niết bàn lộ
Điều cổ thân thanh phong tự cao
Mạo tụy cốt cang nhơn bất cố”.*

Tạm dịch:

*Tôi chấp nhận cô đơn trên đường đạo
Vui một mình, vui theo nhịp bước chân đi
Tôi những mong có pháp lữ chung lòng
Cùng tiến bước vào niết bàn thường lạc
Không như ý, tôi nguyện làm người cô lỗ
Vui một mình, vui với gió mát trăng thanh
Dù xương tro thân đét thọt teo gầy
Không ân hận, tôi vui với lập trường kiên định ấy
(Như Huyền thiên sư)*

Chữ cô đơn nói ở đây, không có nghĩa là một người sống trong cảnh đơn độc, không có ai bên cạnh. Cái cô đơn đó là cô đơn của người đời. Còn ý nghĩa cô đơn trong đạo có khác. Có nhiều khi sống giữa cuộc đời náo nhiệt, mọi

Mưa

*Trời Sydney mây sâu gió mưa tâm tả
Kẻ nặng lòng chấp ngã khổ như mưa
Bọt qua tay vớt mãi cả sớm trưa
Đời hạnh phúc bọt mưa nào có thật*

*Biết bao kẻ đắm chìm trong vật chất
Nuôi lòng tham cao ngất tận trời xanh
Chém giết nhau đấu đá mãi tranh giành
Khi nhắm mắt tan tành theo mây khói*

*Gây ác nghiệp hỏi làm sao tránh khỏi?
Chón ngục hình “ba cõi” khó thoát ra
Mãi trầm luân trong biển khổ ái hà
Mau tỉnh thức niệm Di Đà an thoát*

*Trời Cực lạc sen thơm mùi bát ngát
Bảo liên tòa quyết đoạt phẩm cao
Tam “Tư lương” nắm chắc đừng xao
Về Cực lạc thôi ngàn sau hết khổ*

Sydney 21/6/2007

Bài thơ này, tôi viết khi tôi đứng trên lầu của chùa Phước Huệ. Hôm đó trời mưa tầm tã giông gió bão bùng. Nhìn những hạt mưa xuyên qua cửa sổ, bắt giác, tôi cảm thấy có một chút thoáng buồn, khi nghĩ đến thân phận của kiếp làm người. Cái khổ lớn nhất của con người là do chấp ngã mà ra. Vì ai cũng thấy mình là thật, vạn vật là thật. Trong

cho đến khi nào trong giấc ngủ mơ thấy Phật hay Bồ tát xoa đầu hoặc thấy hoa sen v.v... thì hết tội. Còn lý sám hối, là cách sám hối về tâm, gọi là vô sanh sám hối. Bởi tội từ tâm tạo, cũng phải từ tâm mà sám. Vì tánh tội vốn không, khi tâm hành giả vắng lặng, thì tội kia cũng không còn. Pháp sám hối về lý này hơi khó. Đây mới là pháp sám hối tận gốc. Sám hối chân thật phát xuất từ tâm, thì tội nào cũng tiêu cả. Ngược lại, sám hối cho có lệ không có tâm tha thiết thành khẩn, thì khó mà tiêu tội. Vì sám hối có thể hóa giải mọi tội lỗi. Dù như, một ly thuốc độc ta uống vào thì chết ngay. Nhưng nếu đem một ly thuốc độc đó đổ xuống sông, thuốc hòa tan với nước sông, thì ta uống vào không hề hấn gì. Vì thuốc kia không còn có hiệu nghiệm gì nữa cả. Tội lỗi ta gây ra, nếu ta thật tâm ăn năn sám hối thì tội lỗi kia sẽ được hóa giải không còn. Do đó, nên pháp sám hối trong đạo Phật cũng là một pháp tu rất tuyệt vời và kết quả cao.

Tam tư lương, tức ba món “Tín, Hạnh, Nguyện”, như đã nói, đối với các hành giả Tịnh độ rất là quan trọng. Tín có sâu, nguyện có thiết và hành có chuyên. Thì mới có thể đảm bảo được vãng sanh. Tín và nguyện là hai điều kiện ắt có và đủ để được vãng sanh. Còn hành là đánh giá ở nơi phẩm vị cao thấp. Đó là do hành giả có chuyên cần hay giải đãi trong việc niệm Phật. Niệm Phật có được vãng sanh hay không là tùy thuộc vào nguyện lực của chúng ta. Nếu niệm Phật với cái tâm tha thiết chí thành cầu sanh Cực lạc, thì hành giả mới có thể được vãng sanh như ý nguyện. Do đó, trong ba món tư lương, thì NGUYỆN là điều kiện tất yếu để được vãng sanh. Tuy nhiên, Tín và Hạnh cũng rất thiết yếu để hỗ trợ vững chắc cho ước nguyện vãng sanh của chúng ta chóng được thành tựu.

người vui chơi hát ca đông đúc, nhưng đối với người thật lòng tu đạo vẫn cảm thấy cô đơn như thường. Thứ cô đơn của người đạt đạo không phải dễ có. Cô đơn là không dính mắc vào cảnh duyên bên ngoài. Cô đơn là an trú trong cảnh giới niết bàn thường lạc. Cô đơn trong niềm vui hạnh phúc với chính mình. Vui theo từng nhịp bước chân đi và lấy gió mát trăng thanh kết làm bạn lũ. Đó là cái vui trong cô đơn có lập trường kiên định hẳn hoi. Nói tóm lại, cô đơn của người đạt đạo là thứ cô đơn vượt ngoài vòng cương tỏa của tài sắc lợi danh... Cái cô đơn của người cư trần lạc đạo. Đó là viên ngọc ma ni nằm trong muôn ngàn sỏi đá.

Ngọc Ma Ni

*Nước đọng ánh trăng lay
Mùa xuân dạo trên biển
Sỏi lấm ngọc ma ni
Nước trong ma ni hiện*

*Ma ni trong bụi tóc
Địa Tạng nắm trong tay
Chúng sinh nào hay biết
Vạn kiếp bị lưu đày*

*Ma ni nào có mắt
Bụi phủ nhiều lớp mây
Vàng trắng luôn sáng tỏ
Vô minh lấp phủ đầy*

*Ma ni nào có khác
Cỏ dại bên đường qua
Cả hai đều quý giá
Cùng chung bản thể mà.*

Quét Lá Sân Lòng

*Tôi lo quét lá sân lòng
Tôi không quét lá bao đồng thế gian
Lá lòng còn quá ngổn ngang
Ngày đêm lo quét mới an tâm lòng
Bao giờ hết lá thông dong
Chỉ còn sân trống mới hòng thành thoi
Bấy giờ mới thật vui chơi
Bấy giờ mới thật thành thoi an nhàn*

~~~~~

Tôi viết bài thơ này, trước hết, tôi muốn tự răn nhắc mình. Và đồng thời tôi cũng muốn chia sẻ nhắc nhở đến những người bạn đạo đồng tu, đồng học với tôi. Lời văn tuy bình dị thô sơ, nhưng nghĩa lý thật cũng không phải dễ thực hành. Ngay nơi tựa đề cũng đã nói lên cái tâm trạng của một người tu hành, quyết dẹp trừ tất cả phiền não. Tôi chỉ muốn nói lên cái sân lòng của tôi trước. Mà cái sân lòng của tôi cũng có thể là cái sân lòng của mọi người. Chỉ trừ chư Phật, chư Bồ tát, chư Hiền Thánh Tăng ra, còn lại tất cả chúng sinh nói chung, không một ai là không có những chiếc lá (phiền não) đầy ắp trong sân lòng của mình.

*Tôi lo quét lá sân lòng  
Tôi không quét lá bao đồng thế gian*

Như vậy, bằng thật người tu hành, chúng ta nên quán chiếu sâu vào tâm mình để mà lo quét cho sạch hết những chiếc lá rác rến phiền não. Bởi vì, trong sân lòng của mình còn có quá nhiều rác rến phiền não. Theo các nhà Duy

Vấn đề thiết lập truyền thông sử dụng ái ngữ trong khi trao đổi với nhau là một vấn đề hết sức cần thiết, nhất là sống chung trong một môi trường như trong gia đình hay trong một đoàn thể chẳng hạn. Ta cần phải tìm hiểu, yêu thương và cảm thông nhau. Có những việc bất như ý, ta không nên chất chứa để trong lòng. Sống trong tăng thân ta cần phải áp dụng khẩu hòa vô tranh. Có gì phải thật lòng nói cho nhau nghe để cùng thương lượng tìm cách giải quyết. Ta chia sẻ với nhau trong niềm yêu thương tương kính hòa ái. Ta không nên có thái độ tỏ ra ganh tỵ hiềm khích với nhau. Bởi vì, đã là con người không ai trọn vẹn hoàn toàn không có lỗi lầm. Có lỗi biết ăn năn sửa đổi là điều quý báu cần nên làm. Khổng Tử còn nói: Nhơn vô thập toàn. Là con người không ai hoàn toàn cả. Trên đời này chỉ có Đức Phật mới hoàn toàn không có lỗi lầm thôi. Ngoài ra, các hàng Bồ tát từ Đẳng Giác trở xuống không ai là không có lỗi. Điều quan trọng không phải ở chỗ gây ra lỗi lầm, mà chính là ở chỗ khi biết có lỗi rồi thì phải mau ăn năn sám hối. Sám hối là nguyện từ nay về sau, quyết không bao giờ tái phạm nữa.

Sám hối có nhiều cách. Có cách về Sự, có cách về Lý. Về sự sám hối, thì trong kinh có nêu ra ba cách: 1. Hồng danh sám hối. 2. Tác pháp sám hối. 3. Thủ tướng sám hối. Ba cách sám hối này mỗi cách có ý nghĩa khác nhau. Hồng danh sám hối, cách sám hối này, hầu hết Phật tử đều lay hồng danh Phật để sám hối những lỗi lầm trong nửa tháng qua mà mình đã gây tạo. Tác pháp sám hối, cách sám hối này, người phạm tội thỉnh thành tịnh Tăng hoặc Ni chứng minh cho mình tác bạch phát lồ sám hối. Nghĩa là phải trình bày tội lỗi mà mình đã gây ra. Thủ tướng sám hối, cách sám hối này là người phạm tội, đối trước hình tượng Phật hoặc Bồ tát mà nói lên những lỗi lầm mình đã gây ra

*miên...*” Sống trong cõi đời này, hằng vui với đạo (chơn lý). Khi đã sống đúng với chơn lý rồi, thì bây giờ mới thực sự là “Tùy duyên”. Tùy duyên nhưng phải bất biến. Còn biến đổi thì không thể gọi là tùy duyên được. Tùy duyên có nghĩa là đói đến thì ăn, mệt thì ngủ. Ăn mà không đòi hỏi phải có món này, món nọ, phải là cao lương mỹ vị. Vì ăn mà còn phân biệt ngon dở, thì sao gọi là tùy duyên? Ngon thì khen, dở thì chê, còn chê khen là còn trong vòng phân biệt chấp trước. Như thế, thì không thể cho đó là tùy duyên được. Nếu thực sự sống đúng với ý nghĩa tùy duyên, thì đời ta luôn luôn cảm thấy thật an vui hạnh phúc. Vì nơi đâu, chỗ nào cũng là an lạc hạnh phúc cả. Như vậy, sống tùy duyên là sống trong sự an lạc hạnh phúc.

Cuộc sống làm sao tránh khỏi sự vui buồn. Vui, là vì có những điều thỏa thích theo ý mình muốn. Buồn, là vì có những điều trái ngược lại với ý mình. Buồn vui không phải do ai gây ra, mà chính do tâm mình tạo nên những ảo giác buồn vui. Quán chiếu như thế, thì ta không nên trách ai mà hãy tự soi rọi lại chính mình. Có nhiều khi ta trách người một cách vô cớ. Phải biết tất cả đều do cái tri giác sai lầm mà ra. Tri giác sai lầm chính là những ảo tưởng, vọng tri, vọng giác. Hiểu thế, thì ta sẽ có một cuộc sống rất hài hòa với mọi người. Nhìn ai cũng thấy thương được. Đừng bao giờ có thái độ oán hờn người này, trách móc người kia, mà không chịu trách lại mình. Lỗi mình không thấy, toàn thấy lỗi người. Nhà mình không quét, mà thích cầm chổi quét nhà thiên hạ. Thái độ đó đâu phải là thái độ của người biết tu hành. Đây là một tập khí xấu mà ta cần phải loại bỏ.

Thức phân loại, tùy tính chất cường độ hoạt động nặng nhẹ của chúng, mà chia ra cộng chung có 30 loại. Loại căn bản phiền não (loại này có gốc rễ rất sâu dày) nếu tính chung thì gồm có mười thứ: *Tham, sân, si, mạn, nghi, thân kiến, biên kiến, tà kiến, kiến thủ, giới cấm thủ kiến*. Trong 10 loại này, lại được chia làm hai, năm thứ trước: *tham, sân, si, mạn, nghi*, gọi là Ngũ độn sử. Còn năm thứ sau: *thân kiến, biên kiến, tà kiến, kiến thủ, giới cấm thủ kiến*, gọi là Ngũ lợi sử. Loại nhẹ hơn tức từ loại gốc mà sanh ra nên gọi tên của chúng là tùy hay chi mạt phiền não. Loại này gồm có 20 thứ: *Phản, hận, phú, nã, tật, san, cuồng, siểm, hại, kiêu, vô tầm, vô quý, trạo cử, hôn trầm, bất tín, giải đãi, phóng dật, thất niệm, tán loạn, bất chánh tri*.

*Lá lòng còn quá ngổn ngang  
Ngày đêm lo quét mới an tâm lòng*

Nêu ra ba mươi tên phiền não gốc ngọn như thế, nếu là người thật tu phải lo quét dọn các thứ này cũng đã mệt mỏi lắm rồi. Nói chi đến chuyện đi lo quét lá bao đồng của thế gian? Lá bao đồng của thế gian thì nhiều lắm, trong kinh thường gọi những loại lá đó là “Trần sa hoặc”. Nghĩa là những thứ mê lầm phiền não của chúng sinh nhiều như là cát bụi. Đã thế, thì làm sao có thể đếm biết hết được? Như vậy, lá lòng phiền não của mình còn đầy dẫy ngổn ngang, không lo quét cho sạch, mà vội đi lo quét lá của người khác.

*Bao giờ hết lá thông dong  
Chỉ còn sân trống mới hồng thanh thoi*

Tâm lý con người ngẫm nghĩ cũng thật buồn cười, nhà mình không lo dọn quét rác rến bụi bặm cho sạch, mà tối

ngày cứ thích xách chổi đi lo quét dọn nhà người khác. Chuyện nhà thì không hay biết mà thích biết chuyện của thiên hạ. Đúng là chuyện mình thì quáng, chuyện người thì sáng. Chuyện mình chưa rõ, chuyện ngoài ngõ đã hay. Mình còn phiền não đầy đây, tội nghiệp chồng chất, không lo quán chiếu tẩy trừ, mà lại thích luận bàn đàm tiếu những chuyện thị phi của thiên hạ. Thích đi làm cảnh sát quốc tế, không thích làm cảnh sát quốc nội. Cứ hãy lo quét cho sạch phiền não sân lòng của mình trước đi, có thế, thì tâm mình mới yên và cuộc đời mình mới được thanh thoát nhẹ nhàng.

*Bấy giờ mới thật vui chơi  
Bấy giờ mới thật thanh thoi an nhàn.*

Khi nào lỗ vô minh vọng hoặc không còn ngự trị trong tâm thức của mình nữa, thì chừng đó mình mới thực sự làm con người thanh thoi, thông dong tự do, tự tại giữa cuộc đời đầy nhiều vướng phiền trước này. Lúc đó nhìn lại mới thấy được sân mình thật trống, không còn một chiếc lá phiền não nào cả.

Chừng đó, ta mới thực sự làm một con người tự do và không có gì ràng buộc được ta cả. Muốn đến đi tới lui như thế nào cũng được. Nếu là người xuất gia, thì ta đi vào cuộc đời để hóa độ chúng sinh. Tùy duyên mà hóa độ. Đó là con đường hành hoạt mà chư vị Bồ tát đã dẫn thân. Đó cũng còn là một con đường lý tưởng để cho ta thật hành Bồ tát đạo. Con đường nhiếp hóa chúng sinh bằng nhiều phương tiện: bố thí, ái ngữ, lợi hành, đồng sự. Ta sử dụng Tứ nhiếp pháp theo con đường mà chư Phật Tổ đã đi. Bồ thí là hạnh nguyện vị tha trước tiên của Bồ tát. Tùy khả năng mà ta thật hành bố thí. Bồ thí có nhiều cách: tài thí,

đầu. Như chiến tranh là hậu quả của một tri giác sai lầm rất lớn. Mà động cơ phát xuất từ lòng tham vọng lớn lao của con người mà ra. Tham, chiếm hữu không được trọn vẹn như ý muốn, thì lòng sân hận nổi lên, thế là gây ra cảnh chiến tranh tàn sát lẫn nhau. Cuối cùng, cả nhơn loại đều phải chịu nhiều đau khổ. Như cuộc chiến tranh giữa Nga và Ukraine hiện nay.

*Cuộc sống vui buồn tự xét soi  
Mình gây làm lỗi nghĩ xem coi  
Vội vàng trách móc người vô cớ  
Phải xét tận tường mới nói thôi*

Ta thấy người đời vì buông lung ba nghiệp (thân, khẩu, ý) mà gây nên nhiều tội lỗi. Không phải chỉ có người đời thôi, mà ngay cả những người biết chút ít tu hành, mà họ vẫn còn buông lung tâm ý. Đã thế, thì thử hỏi làm sao tránh khỏi khổ đau? Cho nên, đối với người tu hành, Phật Tổ thường răn dạy khuyến nhắc là phải luôn nhớ gìn giữ ở nơi ba nghiệp. Đây là điều tối ưu hệ trọng. Ba nghiệp có thanh tịnh, thì công phu tu hành của ta mới có được an lạc giải thoát vậy.

*Thiết lập truyền thông nói với nhau  
Dùng lời ái ngữ rất thanh tao  
Cùng nhau tìm hiểu niềm tương kính  
Chia sẻ lắng nghe chỉ ngọt ngào*

Trong đạo Phật thường nhắc đến hai chữ tùy duyên. Tùy duyên an phận sống. Ý nghĩa tùy duyên thật không phải đơn giản. Tùy duyên như Sơ Tô Trúc Lâm đã nói: “*Cư trần lạc đạo thả tùy duyên, cơ tắc xan hề khổn tắc*

bất dịch. Có ba loại chơn lý: Chơn lý phổ biến, chơn lý tương đối và chơn lý tuyệt đối. Chơn lý phổ biến là chơn lý bao trùm tiềm tàng trong tất cả mọi sự vật. Đó là chơn lý nhân quả. Thứ hai là chơn lý tương đối. Chơn lý này nằm trong phạm trù duyên sinh đối đãi. Thứ ba là chơn lý tuyệt đối. Chơn lý này vượt ngoài duyên sinh đối đãi. Đó là ba loại chơn lý mà muôn loài vạn vật không loài nào thoát khỏi. Sự sống của con người, hầu hết là sống sai chơn lý. Chơn lý là vô thường, là vô ngã... nhưng con người cho rằng vạn vật là thường còn, là thật ngã. Đó là một nhận thức tri giác sai lầm. Là một loại “biến kế sở chấp” rất nguy hại. Khác nào, thấy sợi dây thừng vội cho là con rắn, hay thấy gốc cây tưởng là con ma. Do nhận thức sai lầm đó mà chúng ta rơi vào trạng huống đau khổ. Phần nhiều chúng ta sống trong “tỷ lượng” và “phi lượng”. Tỷ lượng là cái biết qua so sánh không thật. Phi lượng là cái biết sai lầm quá xa với chơn lý. Hiện lượng là cái biết đúng với sự thật. Cái biết không qua sự so sánh và cũng không đoán định một cách quá sai lầm. Đời là vô thường nên phải thấy rõ vạn vật là vô thường. Mọi hiện tượng đều sinh diệt phải nhận rõ là sinh diệt. Vạn pháp là vô ngã, là duyên sinh như huyễn. Dựa trên ba loại chơn lý đó mà nhận thức cho đúng.

*Sống đúng pháp lành chẳng khổ đau  
Giữ gìn “Ba nghiệp” hết thương đau  
Làm lành lánh dữ vui an phận  
Xử sự tùy duyên chẳng khổ sầu*

Chính vì nhận thức sai lầm mà sanh ra hành động trong vô minh, từ đó gây ra không biết bao nhiêu điều khổ lụy cho chúng sinh, trong đó, dĩ nhiên có loài người chúng ta. Vì bất giác nên không nhận thức rõ nguồn gốc gây ra khổ

pháp thí và vô úy thí. Ta không có tài thí thì ta sử dụng pháp thí. Trong những cách bố thí, thì pháp thí mới thực sự là quan trọng. Vì tài thí chỉ có thể giải quyết nhất thời trong cơn đói khát. Còn pháp thí mới là nhô góc khổ cho chúng sinh. Vô úy thí cũng rất cần thiết trong một xã hội mà con người có quá nhiều lo âu sợ hãi. Nhất là những thiên tai, chiến tranh và dịch bệnh... Vô úy thí đòi hỏi ở con người phải có tinh thần dũng cảm, hy sinh bất khuất. Một tinh thần đầy nghị lực hùng tráng và phải biết yêu thương. Phải có một trái tim đầy nhiệt huyết và tình người. Mà một vị Bồ tát đều phải có. Ngoài ra, ái ngữ cũng đóng một vai trò quan trọng trong khi giao tiếp hành xử. Lời nói có hòa nhã, êm dịu, yêu thương, đoàn kết, xây dựng, mới thực sự đem lại lợi ích thiết thực trong một xã hội có quá nhiều kỳ thị, chia rẽ, hận thù. Nhất là vấn đề lừa đảo, lường gạt, giả dối. Lợi hành và đồng sự cũng mang lại nhiều lợi ích thiết thực trong sự nhiếp hóa độ sinh của Bồ tát. Đó là thể hiện một tinh thần tự hành hóa tha của Bồ tát trong khung trời giác ngộ và giải thoát.

*Bước vào cánh cửa Chân không  
Ngàn hoa đua nở cõi tòng hát ca  
Thành thơ trong cõi Ta bà  
Duyên xưa còn đó chan hòa tình thương.*

## **Diệu Âm**

*Trên cành chim vang hót  
Gió mát ánh trăng thanh  
Người đi về cố quán  
Bỏ lại bóng hoa tàn*

Đông tàn theo gió sớm  
Lấp lánh ánh sương sa  
Bình minh vừa ló dạng  
Tĩnh thức chốn phong ba

Đường về hoa hé nở  
Dẹp cỏ lối đi qua  
Thử thách nào có chướng  
Chướng ngại tại lòng ta

Lên đồi nghe sóng vỗ  
Vang tiếng pháp diệu âm  
Cả bầu trời rực sáng  
Diệu pháp không cần tâm.



## Sống

Sống sai chon lý khổ thương đau  
Nguồn gốc truy tìm khổ tại đâu?  
Ba nghiệp buông lung không cần thận  
Buồn lòng đau khổ nỗi ba đào

Sống đúng pháp lành chẳng khổ đau  
Giữ gìn “Ba nghiệp” hết thương đau  
Làm lành lánh dữ vui an phận  
Xử sự tùy duyên chẳng khổ sầu

Cuộc sống vui buồn tự xét soi  
Mình gây làm lỗi nghĩ xem coi  
Vội vàng trách móc người vô cơ  
Phải xét tận tường mới nói thôi

Thiết lập truyền thông nói với nhau  
Dùng lời ái ngữ rất thanh tao  
Cùng nhau tìm hiểu niềm tương kính  
Chia sẻ lắng nghe chỉ ngọt ngào

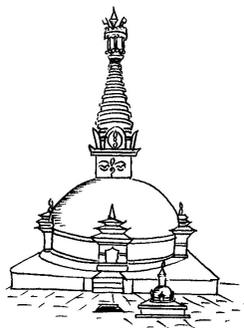
Sống sai chon lý khổ thương đau  
Nguồn gốc truy tìm khổ tại đâu?  
Ba nghiệp buông lung không cần thận  
Buồn lòng đau khổ nỗi ba đào

Thế nào gọi là sống sai chon lý? Trước hết, chúng ta cần hiểu rõ chon lý là gì? Chon lý là lẽ thật muôn đời bất di

## Đất Tịnh

Bước chân trên đất tịnh  
Sen nở khắp hằng sa  
Đường về trong an lạc  
Tịnh độ tại Ta bà

Vững thân trong chánh niệm  
Thấy rõ đất tâm ta  
Hoa giác tươi xòe nở  
Nước tịnh mát chan hòa.



## Buông!

*Còn có đến có đi nào niệm Phật  
Sen vẫn hồng và đã nở khắp hè qua  
Áo nâu, lam trong ánh nắng chan hòa  
Đất có chủ không hoang miền thôn dã  
Mời khách uống chung trà thay nước lã  
Đến rồi đi vất vả chỉ thêm đau  
Sóng biển đời bọt nước nổi lao xao  
Thôi! Buông gánh đạo chơi mùa xuân ấm  
Nắng lên đẹp! Ngàn hoa cười tươi thắm  
Mây dần trôi! Gió thổi dưới chân đồi  
Ngát hương lòng không thẹn kẻ nổi trôi  
Về quê cũ trăng soi ngàn thuở trước  
Dẹp chướng ngại hành trình luôn cất bước  
Trải rộng lòng muôn chốn khắp nhơn gian  
Nụ cười tươi trong ánh mắt chứa chan  
Nguồn thơ đó thênh thang ngàn sao sáng*

*Còn có đến có đi nào niệm Phật  
Sen vẫn hồng và đã nở khắp hè qua*

Đã niệm Phật sao tâm còn vọng tưởng, nhớ nghĩ lung tung? Thế thì, đâu có đúng ý nghĩa niệm Phật. Dù là Sự niệm hay Lý niệm cũng đều phải nhiếp tâm cả. Tôi mượn hình ảnh “đến” và “đi” bên ngoài để nói lên cái tâm thức vọng động, bất an của người niệm Phật. Niệm Phật là phải nhiếp tâm nơi câu hiệu Phật, đừng để tâm phan duyên theo trần cảnh. Còn phan duyên là tâm còn dây động. Còn dây động là còn phiền não phát sinh. Như thế, thì sao gọi

là niệm Phật? Nếu tâm ta còn bị chi phối bởi ngoại cảnh duyên, thì chưa phải là người thiết thiết niệm Phật. Còn có đến có đi là còn có động, là tâm sinh diệt. “Nào niệm Phật” là một câu hỏi xoáy mạnh vào cái lúc mà chúng ta niệm Phật. Nếu trong lúc niệm Phật mà chúng ta chưa thực sự nhiếp tâm (chỉ an trú nơi câu Phật hiệu, không nghĩ tưởng gì khác), thì chưa được gọi là đúng ý nghĩa niệm Phật.

Hình ảnh hoa sen là tượng trưng cho đức tánh thanh tịnh. Khi tâm ta được an tịnh rồi, thì nơi nào cũng có hoa sen nở cả. Đó là đức tánh không nhiễm. Cư trần bất nhiễm trần. Nhập thế độ sanh mà không bị sáu trần lôi cuốn. Giữ được đức tánh tùy duyên nhưng phải bất biến. Mùa hè là mùa nóng nực oi bức thật khó chịu, nhưng lại chính là mùa sen nở. Sen nở vào mùa hè, để nói lên rằng, ta tìm sự an lạc hạnh phúc trong sự bức bách khổ đau. Hạnh phúc không thể rời khổ đau mà có. Sen không thể rời bùn và mùa hạ mà có.

*Áo nâu lam trong ánh nắng chan hòa  
Đất có chủ không hoang miền thôn dã*

Sự tu tập gìn giữ chánh niệm không luận là xuất gia hay tại gia. Niệm cũng gọi là Giới, là Định, là Tuệ. Ánh nắng chan hòa là nói lên trí tuệ cùng khắp. Trong đạo Phật từ bi và trí tuệ luôn đi đôi song hành với nhau. Nơi nào có bi là nơi đó có trí. Ngược lại cũng thế. Nhờ có bi và trí nên người tu hành mới có thể cứu giúp cho mình và người thoát khỏi khổ đau. “Đất có **“Chủ”** không hoang miền thôn dã”. Mỗi người chúng ta ai cũng sẵn có tánh giác. Trong nhà thiền gọi tánh giác là **Ông Chủ**. Đất là tượng trưng cho tâm, gọi là tâm điền hay tâm địa. Làm chủ được bản tâm mình không bị những phiền não sai khiến, tất nhiên, không phải là đất hoang mà là đất đã có chủ quyền.

cảnh vật hai bên đường dường như chạy theo xe, kỳ thật thì cảnh vật vẫn đứng yên, nhưng tại vì xe chạy nên mới thấy như thế. Hay như thuyền đi thì thấy bờ dời. Bờ nào có dời đi đâu, rõ ràng là tại chiếc thuyền di động nên mới thấy bờ dời. Xe và thuyền là dụ cho tâm. Hễ tâm ta động nên nhìn đâu cũng động. Như khi lòng ta có chuyện bất an buồn phiền, thì nhìn đâu cũng thấy cả một bầu trời ảm đạm thê lương! Khi tâm ta vui vẻ, hoan hỷ cởi mở, thì nhìn đâu cũng thấy vui vẻ cả. Như vậy, rõ ràng là tại tâm ta chớ không phải tại cảnh. Hiểu thế, thì chúng ta nên điều chỉnh ở tâm, chớ không phải điều chỉnh ở cảnh. Chính hình chớ không ai ngu khờ chỉnh bóng bao giờ. Khi tâm ta an tịnh, thì nơi nào cũng an tịnh cả. Dù ở giữa chợ búa cũng vẫn cảm thấy an tịnh. Còn khi tâm ta bất an, thì dù ở trong Phật đường cũng vẫn cảm thấy bất an và không thanh tịnh. Vì vậy, mà trong Kinh Duy Ma Cật có câu: “Tùy kỳ tâm tịnh, tức Phật độ tịnh”. Nếu tâm ta thanh tịnh, thì dù ở cõi Ta bà cũng vẫn là cõi Phật. Ngược lại, tâm ta không thanh tịnh, thì dù ở cõi Phật cũng vẫn cảm thấy không vui. Như vậy, khi tâm ta an vui, thì đối với chúng ta ngày nào, giờ nào cũng là ngày xuân cả. Chớ không phải đợi tới mùa xuân về mới gọi là vui xuân, thưởng xuân. Chưa chắc khi mùa xuân đến mà ta lại vui xuân. Có khi xuân đến mà cõi lòng ta tan nát buồn rầu thú vị ruột. Khi gặp một cảnh ngộ khó khăn gút mắc nào đó mà ta chưa giải quyết tháo gỡ được. Như thế, trong khi người khác vui xuân, còn mình thì lại buồn vô hạn! Thế thì, xuân hay không xuân là ta hãy tự hỏi lại lòng mình

Nếu tâm ta có an lạc hạnh phúc, thì ngay đây là Tịnh độ, là Cực lạc rồi.

Trăng lúc nào cũng sáng và chiếu tỏa khắp nơi. Trăng Phật tánh của chúng ta cũng như thế. Sở dĩ ánh trăng không chiếu tỏa được là tại vì mây che. Khi mây tan thì trăng hiện. Cũng vậy, trăng Phật tánh lúc nào cũng sáng suốt, nhưng sở dĩ không hiển hiện, là tại mây phiền não che ngăn. Khi phiền não không còn thì toàn thể tánh giác hiện bày.

*Sáu trần nào có lỗi  
Bản chất vẫn tịnh thanh  
Ngàn đời luôn như thế  
Vạn pháp vẫn an lành*

Lỗi không phải ở nơi 6 trần. Tổ Tăng Xán có nói: “*Dục thú nhất thừa, bất ó lục trần, lục trần bất ó, hoàn đồng chánh giác*”. Nghĩa là, muốn hướng đến nhất thừa, tức Phật thừa, thì đừng có ghét 6 trần, 6 trần có làm hại ai mà phải ghét, không ghét 6 trần, tức hoàn đồng chánh giác. Chánh giác là tâm giác ngộ không bị dính kẹt vào lưỡng nguyên, tức vượt ngoài đôi đái. Tại sao không ghét 6 trần? Bởi vì bản thể của 6 trần là thanh tịnh. Không thanh tịnh là tại tâm ta vướng mắc vào thành ra mới có ô nhiễm. Thể tánh của 6 trần xưa nay vốn là thanh tịnh. Trong Kinh Pháp Hoa có câu: “*Chư pháp tùng bản lai, thường tự tịch diệt tướng*”. Nghĩa là các pháp (mọi hiện tượng) từ xưa tới nay, tướng của nó thường vắng lặng. Sống với tâm vọng động phân biệt, chấp trước, nên ta nhìn đâu cũng thấy vọng động cả. Trong truyện Kiều cụ Tiên Điền Nguyễn Du cũng nói: “*Cảnh nào cảnh chẳng đeo sầu, người buồn cảnh có vui đâu bao giờ*”. Cảnh thì không có vui hay buồn, vui buồn là tại tâm ta phân biệt đó thôi. Tâm động thì vạn cảnh đều động. Tâm an thì muôn cảnh đều an. Như khi chúng ta ngồi trong xe, xe chạy nhìn thấy

Đã sống được với **Ông Chủ**, thì đời sống rất giản dị và siêu thoát.

*Mời khách uống chung trà thay nước lã  
Đến rồi đi vất vả chỉ thêm đau*

Dù uống nước trà hay nước lã gì cũng được, bởi không còn phân biệt chê khen ngon dở. “*Mời khách uống chung trà thay nước lã*”. Hễ khát thì uống, đói thì ăn, mệt thì ngủ. Không có gì phải suy tư lo lắng chi cho mệt. Hễ vừa dậy niệm khởi thì **Ông Chủ** liền bị che mờ. Che mờ thôi chớ không phải là mất **Ông Chủ**. Càng sống với tâm sinh diệt, phiền não chấp trước, thì càng khô đau hệ lụy, chẳng có được lợi lạc gì! Đến rồi đi vất vả chỉ thêm đau. Đến rồi đi là nói lên cái tâm vô thường sinh diệt. Bám vào cái tâm sinh diệt thì chỉ chuốc thêm khổ lụy mà thôi! Vì tất cả chỉ là bọt nước. Các pháp hữu vi đều là hư giả không thật. Như những bọt nước biển nổi lao xao trên bề cả bao la. Đã biết tất cả đều là hư huyền như bọt biển, thì còn chấp chặt làm gì?

*Sống biển đời bọt nước nổi lao xao  
Thôi! buông gánh dạo chơi mùa xuân ấm*

Hãy buông gánh lo âu đi và vui sống như đi dạo chơi mùa xuân ấm vậy. Đó là nếp sống thông dong tự do tự tại. Nhờ buông bỏ mọi thứ mà tâm được rộng rang thanh thoát nhẹ nhàng. Chừng đó nhìn đâu cũng đều đẹp cả. Nhìn thấy ánh nắng ban mai mới lên đầu ngày rất đẹp. Nhìn hoa thì thấy hoa cũng tươi cười như chào đón Chúa Xuân.

*Nắng lên đẹp, ngàn hoa cười tươi thắm  
Mây dần trôi, gió thổi dưới chân đời  
Ngát hương lòng không thẹn kẻ nổi trôi  
Vê quê cũ trăng soi ngàn thuở trước*

Cuộc đời của con người đạt đạo là cuộc đời giải thoát như mây trôi như gió thổi, không gì làm chướng ngại cả. Dù sống với bất cứ nơi đâu và trong hoàn cảnh nào, thì cõi lòng của người đạt đạo vẫn cảm thấy thanh thoát nhẹ nhàng ngát tỏa hương thơm. Không còn nổi trôi đắm chìm theo dòng đời sanh tử mà đã trở về lại chốn cũ quê xưa, nơi đó có trăng soi ngàn thuở trước.

*Mọi chướng ngại hành trình luôn cất bước  
Trái rộng lòng muôn chốn khắp nhơn gian  
Nụ cười tươi trong ánh mắt chứa chan  
Nguồn thơ đó thênh thang ngàn sao sáng!*

Mọi chướng ngại thử thách không còn là một trở ngại cho người chứng đạo. Họ luôn cất bước trái rộng trái tim như trái tim mặt trời chiếu sáng soi tỏ khắp nhơn gian. Bây giờ chỉ còn lại là một nụ cười bất diệt và với ánh mắt chứa chan niềm an vui hạnh phúc. Đó là nguồn thơ thênh thang như ngàn sao sáng chói. Đến đây, không còn gì để diễn tả được nữa, vì tất cả đều trở về “**Nguồn Thơ**” bất sinh bất diệt mà thôi.

### **Chân Nguyên**

Chân nguyên trên cỏ úa  
Nắng vàng lá xanh tươi  
Hoa nở bên đường cười  
Khắp nơi “Tỳ lô” hiện  
Tìm về ngôi nhà báu  
Bỏ lại đường đi qua  
Tất cả cũng chỉ là  
Đồ chơi trong nhà tôi  
Ai về tôi nhắn gởi  
Trăng sáng chôn quê xưa  
Nơi đó đầy kho báu  
Chỉ có tôi thượng thừa.

dính mắc, đó là thấy mà cũng như không thấy. Trong nhà thiền có câu nói, thấy mà cũng như mù. Giống như ta mang máy nhiếp ảnh, ta cũng đưa máy trước cảnh, mà ta không có bấm nút, thế thì hình ảnh trước ống kính không có thu vào. Nếu như, khi đối cảnh xúc duyên mà tâm ta bị dính mắc vào cảnh duyên, thì đó là do tâm ta động chớ cảnh duyên không có động. Cũng như gió và phướng không động, mà tại cái tâm của hai vị cãi nhau là động. Đó là tâm động chớ không phải cảnh động. Nhưng ta có thói quen là hay đổ thừa cho cảnh. Tại cảnh làm ồn tôi tu không được. Sơ Tổ Trúc Lâm có câu: “*Đối cảnh vô tâm mạc vấn thiền*”. Nếu đối với tất cả cảnh mà tâm mình không bị dính kẹt, thì hỏi thiền làm chi nữa. Bởi Thiền là tỉnh thức, là vô tâm, tức không có cái tâm dính mắc, không dính mắc nhưng tâm vẫn sáng suốt. Xin chớ có hiểu lầm vô tâm là tâm không biết gì cả như cây, đá... Hiểu thế là một sai lầm rất lớn!

*Vạn pháp tánh vốn lặng  
Thê nước vẫn thường nhiên  
Sóng tan về biển cả  
Trăng lên khắp mọi miền*

Tánh của vạn pháp xưa nay vốn là thanh tịnh. Giống như thể nước không bao giờ động. Động là theo duyên mà có động. Như gió thổi, sóng động, nhưng nước thì vẫn yên. Khi gió dừng, sóng lặng. Xin đừng hỏi sóng đi đâu? Câu hỏi đó thật là ngớ ngẩn và vô nghĩa. Sóng không có đi đâu cả. Sóng từ biên đáy khởi, khi sóng tan thì biển hiện. Nước và sóng tuy hai mà không phải hai, mà cũng không phải một. Lý này, chúng tôi đã có nói ở trước, nên ở đây xin miễn lặp lại.

## Không Tịch

Sáu trần ta đi qua  
Đôi mắt vẫn sáng lòa  
Cảnh duyên nào có động  
Động niệm bởi tâm ta

Vạn pháp tánh vốn lặng  
Thế nước vẫn thường nhiên  
Sóng tan về biển cả  
Trăng lên khắp mọi miền

Sáu trần nào có lỗi  
Bản chất vẫn tịnh thanh  
Ngàn đời luôn như thế  
Vạn pháp vẫn an lành

~~~~~

Sáu trần ta đi qua
Đôi mắt vẫn sáng lòa
Cảnh duyên nào có động
Động niệm bởi tâm ta

Không tịch là rỗng lặng. Hằng ngày 6 căn của ta luôn tiếp xúc với 6 trần (sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp). Không lúc nào mà 6 căn không tiếp xúc. Tuy nhiên, nếu như trong khi căn tiếp xúc với trần mà căn không bị dính mắc nhiệm trước, thì căn không có lỗi gì cả. Như mắt thấy sắc, mà đôi mắt ta vẫn sáng lòa không bị sắc lôi kéo tạo thành

Tĩnh Thức

Trải qua mấy kiếp nổi trôi
Biết bao thu vãng mây hôi dạ đau
Ngàn hoa rơi rụng trước sau
Vô thường nhanh chóng khó chào qua đông
Cảnh đời sóng gió biển lòng
Đùa chơi nắm bắt mấy vòng lợi danh
Chào đời mấy chốc xuân xanh
Đã qua thuở ấy lá cành cuốn xa
Sao bằng niệm Phật Di Đà
Hơn thua tranh chấp chỉ là phù du
Quyết lòng qua cửa sông phù
Khéo tu thì nổi, vụng tu thì chìm.

~~~~~

Người giác ngộ là người luôn tĩnh thức. Người tu học theo Phật mà không tĩnh thức thì chưa phải là người tu theo đạo Phật. Bởi bản thân của Đức Phật là một con người giác ngộ. Giác ngộ một cách trọn vẹn hoàn toàn. Giác ngộ đồng nghĩa với tĩnh thức. Người tĩnh thức là người đang đi trên con đường giác ngộ. Vì chưa giác ngộ, nên chúng ta tạo nghiệp để rồi phải chịu nổi trôi trải qua không biết bao nhiêu kiếp trong vòng luân hồi sinh tử. Khi nổi trôi trong biển sinh tử, tất nhiên là chúng ta phải thọ nhận không biết bao nhiêu là hệ lụy khổ đau. Khổ về thân và khổ về hoàn cảnh chung quanh trong cuộc sống. Thân thì trải qua một quy trình luật định: sanh, già, bệnh, chết. Đó là những nỗi khổ chính. Còn những nỗi khổ phụ như ái biệt ly, oán ghét gặp nhau, mong cầu không được toại ý,

và ngũ âm xí thanh. Cộng chung lại thành tám nỗi khổ lớn. Là con người không ai thoát khỏi những nỗi thống khổ này. Trong kinh thường gọi là khổ đế, tức dukkha.

*Trải qua mấy kiếp nổi trôi  
Biết bao thu vắng mấy hồi dạ đau!  
Ngàn hoa rơi rụng trước sau  
Vô thường nhanh chóng khó chào qua đông*

Biết bao thu vắng, có nghĩa là chúng ta đã trải qua không biết bao nhiêu lần chết và bao nhiêu lần tái sinh. Sinh tử, tử sinh không cùng tận. Đời người ai rồi cũng phải một lần ra đi. Ra đi vĩnh viễn về với lòng đất Mẹ. Đó là ngàn hoa rơi rụng trước sau. Kẻ đi trước, người đi sau. Không đi trẻ, cũng đi già. Có người thấy đó rồi mất đó. Sáng thấy còn hoạt động tới lui, chiều lại hóa ra người thiên cổ. Vô thường nhanh chóng chưa chào mùa đông, thì đã vội ra đi rồi!

*Cảnh đời sóng gió biển lòng  
Đùa chơi nắm bắt mấy vòng lợi danh*

Sống trong cảnh đời này có khác gì sống trong biển đời sóng gió đau thương. Mình muốn yên, nhưng nghiệp báo đâu có cho mình yên. Biệt nghiệp trong nhiều đời đã gây ra thì nay đã đến hồi phải trả. Ngoài nghiệp riêng cá nhân của mỗi người ra, chúng ta còn phải chịu nghiệp chung trong cộng đồng Nhơn loại. Như những trận thiên tai bão lụt, rồi đến những cuộc chiến tranh đẫm máu và những trận dịch bệnh hoành hành khắp nơi trên thế giới. Những tai ương hoạn họa này đã gây ra không biết bao nhiêu sinh mạng tử vong! Tất cả đó là nghiệp chung của con người. Tuy nói là thiên tai, nhưng kỳ thật, phần lớn cũng chính

*rớt vào mặt mình. Hoặc có người đứng dưới gió giê bụi, bụi không bay lên ngược gió, mà bụi bay trở lại làm dính dơ áo của họ”. Phật kết luận kẻ ác hại người hiền cũng lại như thế.*

*Hận thù không buông bỏ  
Tâm hồn không sáng tỏ  
Đen tối cảnh u minh  
Bị người đời ghét bỏ*

Khi ta nuôi dưỡng hận thù trong lòng thì ta luôn nghĩ đến tìm cách trả thù. Ta có thể toan tính tìm đủ mọi mưu sâu kế độc, bất chấp những thủ đoạn gian ác, miễn sao hạ nhục đánh gục được đối phương để cảm thấy hả dạ, thỏa mãn. Một mình ta chưa đủ, ta còn lập thêm bè phái, phe nhóm tạo thành thế đối lập để triệt hạ lẫn nhau. Nếu đời ta chỉ biết ôm ấp hận thù và tìm đủ mọi cách thế để trả thù, thì thử hỏi lòng ta sẽ ra sao? Chắc chắn cõi lòng ta không phút giây nào được an ổn. Và như thế thì ta rất là đau khổ. Khác nào như ta đang sống trong cảnh giới địa ngục.

Không lẽ suốt cả cuộc đời của ta sanh ra là cốt để đánh phá trả thù người này người nọ sao? Nếu thế, thì đời sống của ta đâu còn có ý nghĩa gì nữa? Thật là đáng tội nghiệp cho ta quá! Ta nên ghi nhớ lời Phật dạy: “*Hận thù không bao giờ diệt được hận thù, chỉ có tình thương mới diệt được hận thù mà thôi*”. Tình thương là hoa nở, hương tỏa khắp muôn nơi, cam lồ làm mát dịu, an lạc khắp phương trời. Ta nên nhớ, “*hận thù là nọc độc, bám sát luôn hại mình, máu phun người chưa tới, miệng mình đã dính dơ*”.

Hận thù là một thứ tâm hành tiêu cực. Nó có một năng lực gây tác hại cho mình và người. Càng nuôi lớn hận thù, ta càng chuốc thêm đau khổ hệ lụy. Ta nên sớm chuyển hóa loại hạt giống hận thù này. Càng nuôi dưỡng nó lớn chừng nào thì nỗi khổ của ta càng thêm sâu nặng chừng nấy. Thật chẳng có ích lợi gì! Thay vì nuôi dưỡng hận thù, sao ta không nuôi dưỡng lòng từ bi? Chỉ có tình thương mới xóa được hận thù. Từ bi càng lớn thì hạnh phúc càng to. Có người chỉ vì ganh ghét thù hận người nào đó, mà ăn không ngon, ngủ không yên. Không bao lâu, thân hình lại già nua cằn cỗi xấu xí đi, vì mất ăn mất ngủ. Bởi tối ngày cứ tính mưu này kế nọ để trả thù. Trả thù đâu chưa thấy, mà xác thân họ lại ốm o tiêu tụy, má cốp, da nhăn, đầu bạc... cũng chỉ vì nuôi lớn hận thù. Tìm đủ cách hại người, rồi lại mình đau khổ trước. Nếu ta không buông bỏ được hận thù, thì cõi lòng ta như những đám mây mù đen kịt. Và từ đó mọi người sẽ xa lánh dân, vì họ thấy sắc mặt của ta như một kẻ tràn đầy sát khí. Đó là hậu quả của lòng ôm áp hận thù...

*Hận thù không tháo gỡ  
Cả đời luôn lâm lữ  
Tìm đủ cách hại người  
Rốt lại mình đau khổ!*

Đã biết hận thù là nọc độc luôn bám sát hại mình, vậy ta phải mạnh dạn quyết tâm buông bỏ nó. Ta nên nhớ, hại người chưa được thì đã trở lại hại mình rồi. Khổng Tử có nói: “*Hàm huyết phun nhọn tiên ô tự khẩu*”. Nghĩa là, ngậm máu phun người, miệng mình dơ trước. Trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương, đức Phật có dạy: “*Kẻ ác tâm hại người hiền lương, chẳng khác nào như người ngược mặt lên trời phun nước bọt, nước bọt chẳng tới trời mà trở lại*

do con người tạo ra. Chớ không có trời nào hành phạt ai cả. Người hành phạt người thì có. Đồng loại giết chết đồng loại. Xin đừng đổ oan cho trời đất. Bởi vì thiên địa vô tư. Trời đất không có trách phạt hay giáng họa cho ai cả. Con người tạo ra rồi giết chết con người mà thôi. Như sắt sanh ra sét và chính chất sét ấy trở lại tiêu hình của sắt.

Cuộc đời vốn là vô thường huyễn ảo, mà người ta không chịu nhận ra điều đó. Dù có nhận ra đi chẳng nữa, nhưng vì lòng dục vọng tham lam, không cho con người dừng bước. Tham vọng càng lớn, nỗi khổ càng to. Tranh chấp sống chết với nhau cũng chỉ vì danh vì lợi. Ôn Như Hầu Nguyễn Gia Thiều cũng đã từng than thở:

Mỗi phú quý như làng xa mã  
Bã vinh hoa lừa gã công khanh  
Giác Nam Kha khéo bắt bình  
Bùng con mắt dậy, thấy mình tay không!

Hay:

Gót danh lợi bùn pha sắc xám  
Mặt phong trần nắng nám mùi dâu  
Nghĩ thân phù thế mà đau  
Bọt trong bể khổ, bèo đầu bến mê

Cả cuộc đời đi kiếm danh lợi mà gót chân giẫm vào bùn nhơ đen xám và khuôn mặt đã chường với gió bụi, lại bị nắng thiêu đen đúa khó coi. Nhưng cuối cùng, thử hỏi có được lợi lộc gì hay chỉ là bể khổ và bến mê! Tất cả chỉ là một giấc mộng hão huyền mà thôi. Trong khi đó con người lại quên đi:

*Chào đời mấy chốc xuân xanh  
Đã qua thuở ấy lá cành cuốn xa  
Sao bằng niệm Phật Di Đà  
Hơn thua tranh chấp chỉ là phù du!*

Sanh ra, lớn lên, rồi già, bệnh, chết. Đó là một chu kỳ của một kiếp người. Già rồi như chiếc lá sắp lìa cành, lia cuốn rơi rụng không biết lúc nào. Thôi thì, hãy mau tỉnh thức mà chí thành niệm Phật Di Đà. Niệm Phật để chuẩn bị cho ngày giờ ra đi của mình có được chút ít tư lương hành trang mang theo. Bởi vì trên lộ trình cô đơn không ai bên cạnh, nên cần phải tự lo chuẩn bị cho mình, đừng để nước tới trôi rồi mới nhảy, thì e rằng không còn kịp nữa đâu! Xin đừng đợi tới khát nước rồi mới lo đào giếng! Thử hỏi có còn kịp nữa không? Đã quá muộn rồi! Nghĩ đến đó, thì còn gì mà phải tranh chấp giành giật hơn thua, đời này rốt lại chỉ là phù du ảo mộng mà thôi! Cho nên chúng ta cần phải hết lòng quyết chí tìm cho mình một hướng đi, một lối thoát để ngày sau khỏi phải ân hận. Cuối cùng mượn hai câu ca dao:

*Lênh đênh qua cửa sông phù  
Khéo tu thì nổi, vụng tu thì chìm.*

Chìm hay nổi, đều do chúng ta tự quyết định lấy. Tổ Qui Sơn có dạy: “*Kim sanh tự tu quyết đoán, tướng liệu bất do biệt nhơn*”. Nghĩa là, đời này mình hãy tự quyết định cho mình, đừng bao giờ ỷ lại vào người khác. Mình không tự lo thì ai lo cho mình chứ?! Sướng hay khổ đều do chính ta quyết định cho đời ta mà thôi. Không có số mệnh hay định mệnh nào an bày cho ta cả. Mà tất cả đều do nghiệp

## **Hận Thù**

*Nuôi chi lòng thù hận  
Nỗi khổ càng thêm sâu  
Đêm nằm không an giấc  
Trần trọc suốt canh thâu*

*Hận thù không tháo gỡ  
Cả đời luôn làm lỡ  
Tìm đủ cách hại người  
Rốt lại mình đau khổ!*

*Hận thù không buông bỏ  
Tâm hồn không sáng tỏ  
Đen tối cảnh u minh  
Bị người đời ghét bỏ*

*Hận thù là nọc độc  
Bám sát luôn hại mình  
Máu phun người chưa tới  
Miệng mình đã dính dơ*

~~~~~  
*Nuôi chi lòng thù hận
Nỗi khổ càng thêm sâu
Đêm nằm không an giấc
Trần trọc suốt canh thâu*

Dù con hành hạ đối xử ác độc với cha như thế, nhưng con ơi! Trước sau gì cha cũng chỉ có một tấm lòng yêu thương con, thương yêu con chỉ ước mong sau này con lớn lên sẽ làm nên danh nên phận để làm rạng rỡ cho tổ tông, cho quê hương đất nước mà cha đã quyết tâm để lại cho con. Bản thân cha, cha còn không quý tiếc. Nếu cần cha cũng hy sinh tất cả cho con. Vì con là hơi thở, là núm ruột của cha. Sá gì cái ngai vàng điện ngọc này. Con thừa biết cái ngai vàng điện ngọc này cha cũng chỉ gìn giữ cho con thôi. Sao con nghe lời xúi giục của người khác mà con nỡ ra tay sát hại cha. Con nên nhớ rằng, cha là người đang nắm quyền hành trong tay, cha muốn hại con lúc nào cũng được, nhưng cha không thể làm như thế. Vì dù con có ngu dại thế nào, con cũng vẫn là con của cha. Đó là tất cả tấm lòng của một người cha đã thổ lộ tâm tình.

*Ngày con còn nhỏ cha ẵm bồng
Ru con cha hát giữa mùa đông
Con ơi! Con ngủ cho mau lớn
Phụ tử thâm tình trọn ước mong.*

Con ơi! Con có biết không, những khi con còn nhỏ, sau khi giải quyết xong những công việc ở triều chính, cha vội vã chạy về nhà để bông bế ôm chặt lấy con vào lòng. Lúc con khóc, cha lại hát ru con vào giữa mùa đông giá lạnh. Dù con có đối xử với cha tệ bạc tàn bạo như thế nào, cha cũng vẫn là cha của con! Cha cũng vẫn một mực thương yêu con như ngày nào, vì con là núm ruột, là huyết thống của cha. Phụ tử tình thâm, nói sao cho hết!

Đó là tất cả tấm lòng thương con của một người cha đã thổ lộ tâm tình. Thế mới biết, tình cha thương con còn hơn vàng thái dương soi sáng và còn hơn đám mây lành bao phủ bảo bọc che chở cho con.

nhân chúng ta gây tạo mà thôi. Trong khế kinh Phật có dạy:

*Giả sử bá thiên kiếp
Sở tác nghiệp bất vong
Nhân duyên hội ngộ thời
Quả báo hoàn tự thọ.*

Nghĩa là:

*Dù trải qua trăm ngàn kiếp
Chỗ mình tạo nghiệp không mất
Khi nhân duyên đến rồi
Quả báo tự nhận lấy.*



An Nhẫn

*Nhẫn là sức mạnh tự xưa nay
Rạng rỡ thanh danh kẻ nhẫn tài
Hàn Tín hạ mình nơi giữa chợ
Vãn Vương ăn thịt chôn lao tại
Cảnh đời loạn lạc nên kham nhẫn
Đường đạo an thành bởi nhẫn dai
Chữ nhẫn xưa nay là cao thượng
Gìn lòng an phận nhẫn mới hay*

*Nhẫn là sức mạnh tự xưa nay
Rạng rỡ thanh danh kẻ nhẫn tài*

Tu hành muốn được thành công trong sự nghiệp giải thoát, thì thiết nghĩ, chúng ta phải lấy chữ nhẫn làm đầu. Nhẫn nhịn không phải là hành động yếu hèn, mà trái lại, đó mới là một sức mạnh rất lớn. Từ xưa tới nay, sử sách đã ghi lại chứng minh cho ta thấy biết bao người do nhẫn nại mà thành công. Cụ thể, như đức Phật Thích Ca Mâu Ni vị giáo chủ của chúng ta. Trên bước đường tìm đạo, Ngài đã phải kiên nhẫn vượt qua không biết bao nhiêu là gian lao khó khăn chướng ngại. Sử ghi lại thời gian Ngài tu khổ hạnh với năm anh em Kiều Trần Như đã trải qua rất nhiều gian khó nhọc nhằn từ nội tại cho đến ngoại tại. Cuối cùng, Ngài từ giã lối tu khổ hạnh ép xác chết người này. Ngài bắt đầu ăn uống trở lại bình thường như xưa. Nhất là thời gian một mình, Ngài ngồi dưới cội cây Tất bát la để thiền quán. Thời gian này kéo dài 49 ngày.

Tuy rằng, sau này A Xà Thế có hối hận việc giết cha mình, nhưng đã quá muộn rồi! “*Cha đã cho con cả cuộc đời, nữ nào hành hạ hỏi con ơi!*” Trên đời này, có tình nào cao cả hơn thâm tình phụ tử. Cha đã hy sinh tất cả cho con. Biết con mình có ý mưu sát để chiếm ngôi, nhưng Bình Sa Vương không nữ giết hại con mình. Nên ông đành phải nuốt lệ nhường ngôi lại cho con. Đó có phải là một thâm tình sâu nặng của một người cha đối với con mình không? Hùm dù có ác độc đến đâu cũng không nữ ăn thịt con mình. Vậy mà, A Xà Thế, vẫn bất chấp thủ đoạn độc ác ra tay hạ sát cha mình, bằng cách cho người thợ cạo vào giết chết vua cha. Còn nỗi đau đớn nào hơn! Máu mủ còn đâu, người cha chỉ biết ngược mặt kêu trời mà thôi!

*Cha đã yêu con biết ngần nào
Sao con trả hiếu giết bằng dao!
Chết đi một cách không thương tiếc
Nghĩ đến tình người cha ngán ngao!*

Trên thế gian này, thử hỏi có tình yêu thương nào cao đẹp hơn tình cha thương con không? Cha đã yêu con biết ngần nào, tình yêu của cha đối với con không có biên giới, thế mà con lại trả hiếu giết cha bằng dao! Chết thì không có gì phải tiếc nuối, nhưng khi nghĩ đến tình người cha lại ngán ngao! Tình cha con mà còn nhẫn tâm giết chết như thế, thì nói chi đến các thứ tình khác. Nếu còn một chút tình người cũng không ai nữ đan tâm tàn nhẫn ác độc như thế.

*Cha chỉ vì con một tấm lòng
Thương con ngày tháng chỉ ước mong
Mong con khôn lớn nên danh phận
Rạng rỡ tương lai tợ ánh hồng*

và công ơn rất lớn lao đối với chúng ta. Công ơn này ở thế gian không gì có thể so sánh được. Giết cha, giết mẹ, đó là phạm tội nghịch, không thể sám hối hết tội được.

*Cha đã cho con cả cuộc đời
Nỡ nào hành hạ hỏi con ơi!
Giám cha ngục thất vì ngôi vị
Máu mủ còn đâu chỉ kêu trời!*

Bài thơ này, tôi viết trong nỗi uất nghẹn và xúc động trào dâng. Khi tôi đến viếng thăm ngục thất, nơi mà xưa kia vua Bình Sa Vương bị nghịch tử A Xà Thế bắt giam. Đến đây, tôi không cầm được nước mắt trong nỗi xúc động nghẹn ngào. Dù đó là một câu chuyện được ghi lại trong ân oán hận thù vay trả, trả vay với nhau. Nhưng trên thực tế, không thể nào chấp nhận được một hành động quá ác tâm tàn nhẫn như thế. Con mà giam cha vào trong ngục thất, cũng chỉ vì ngôi vị, không một chút tình người, nói chi đến thâm tình máu mủ ruột thịt! Theo truyền thuyết, A Xà Thế, sau khi lên ngôi, bắt giam cha mình vào trong lao ngục, hành hạ đủ mọi cách, thậm chí bỏ đói cầm người mang thức ăn vào. Mặc dù lúc đó Bình Sa Vương đã nhường ngôi vua lại cho con mình. Nhưng A Xà Thế vì nghe lời xúi giục của Đề bà đạt đa, nên bắt vua cha giam vào trong ngục thất hành hạ cho đến chết.

*Cha đã yêu con biết ngần nào
Sao con trả hiếu giết bằng dao!
Chết đi một cách không thương tiếc
Nghĩ đến tình người cha ngán ngao!*

Chúng ta thử tưởng tượng một rừng cây âm u sẫm uất với biết bao nhiêu loài thú dữ sài lang, mà chỉ có một mình Ngài ngồi đó tư duy thiền quán. Chưa nói đến các loài ma quỷ khuấy phá gây trở ngại khó khăn cho Ngài. Nhất là đêm cuối cùng của ngày thứ 49, ma vương hiện hình khuấy phá Ngài dữ dội. Thế nhưng, với ý chí cương quyết hùng tráng, với nguyện lực vững vàng, với sức kiên nhẫn vượt bậc, với năng lực thiền định và trí tuệ vô song, cuối cùng, Ngài đã chiến thắng. Chiến thắng một cách hiên ngang, vẻ vang, oai hùng, vô tiền khoáng hậu. Đó là thời gian Ngài tìm đạo và chứng đạo.

Sau khi chứng ngộ chân lý, Ngài bắt đầu lên đường hành hóa. Có thể nói, đây là thời gian thử thách gây khó khăn cho Ngài rất lớn. Những khó khăn gây ra, phải nói, từ hàng ngoại đạo cho đến trong tăng đoàn. Nhất là các phái ngoại đạo. Các phái ngoại đạo họ ganh ty đồng lõa toa rập với nhau tìm mọi phương cách, mọi thủ đoạn gian ác để vu oan giá họa hãm hại Ngài. Trong nội bộ tăng đoàn, thì có Đề bà đạt đa cấu kết cùng với vua A xà thế, tìm đủ mọi cách thế ác độc để hãm hại Ngài. Nhưng cuối cùng, Ngài cũng đã vượt qua tất cả. Đó là gì? Có phải là do sức nhẫn nại đại hùng, đại bi của Ngài mà chiến thắng vượt qua tất cả hay không? Đó là một bài học rất lớn lao cho chúng ta. Tu hành mà thiếu đức tánh kiên nhẫn thì khó mà hoàn thành sở nguyện.

*Tu hành học đạo phải bền tâm
Lập chí kiên gan nhẫn nhục thâm
Mặc thế cười chê ai nhạo báng
Vui mùi kinh kệ nín như câm*

Ngoài đức Phật ra, còn có rất nhiều người ngoài đời cũng như trong đạo đã áp dụng đức nhẫn nại mà đạt được mục đích thắng lợi vẻ vang.

*Hàn Tín hạ mình nơi giữa chợ
Văn Vương ăn thịt chôn lao tai*

Đọc sách sử Trung Hoa, ta còn nhớ câu chuyện Hàn Tín hạ mình nơi giữa chợ. Lúc đó Hàn Tín còn là một chàng thanh niên khỏe mạnh, nhưng chưa có oai thế lừng lẫy tiếng tăm. Hàn Tín cũng là một con người đa mưu túc trí. Nhưng rất tiếc chưa gặp thời vận, nên đành phải ẩn nhẫn chờ thời cơ. Một hôm ra chợ, Hàn Tín bị đám côn đồ Ác Thiểu, vây quanh và còn thách thức, nếu không dám đánh bọn chúng, thì phải lòn tròn cho mọi người thấy. Một thách thức rất lớn đối với Hàn Tín lúc đó. Hàn Tín kịp suy nghĩ, muốn có tương lai rạng danh anh hùng sau này, thì ta cần phải nuốt hận nhẫn nhịn cho qua, nếu gây sự thì cuộc đời mình sẽ bế tắc chấm dứt ở đây. Do nghĩ thế, nên Hàn Tín chấp nhận lòn tròn bọn chúng. Thấy thế, bọn chúng đắc ý khinh khi chế nhạo chê cười. Nhờ nhẫn nhịn như thế, mà sau này Hàn Tín mới nổi danh phò Lưu Bang đánh với Sở Bá Vương Hạng Võ. Hạng Võ bị thất bại và chết trong tay Lưu Bang.

“*Văn Vương ăn thịt chôn lao tai*”. Đây là một câu chuyện thương tâm đã xảy ra trong lịch sử Trung Quốc, vào thời đại nhà Thương, tức Trụ Vương cai trị. Nước Chu, tức Chu Văn Vương, chỉ là một nước nhỏ bé thuộc chư hầu của nhà Thương. Chu Văn Vương là một ông vua hiền đức rất được dân chúng thương kính. Tên ông là Cơ Xương. Vì thấy Trụ Vương ngày càng hống hách bỏ bê việc triều chính chỉ vì đắm mê tử sắc, nhất là nàng Đắc

Giết Cha

*Cha đã cho con cả cuộc đời
Nữ nào hành hạ hỡi con ơi!
Giám cha ngục thất vì ngôi vị
Máu mủ còn đâu chỉ kêu trời!*

*Cha đã yêu con biết ngàn nào
Sao con trả hiếu giết bằng dao!
Chết đi một cách không thương tiếc
Nghĩ đến tình người cha ngán ngao*

*Cha chỉ vì con một tấm lòng
Thương con ngày tháng chỉ ước mong
Mong con khôn lớn nên danh phận
Rạng rỡ tương lai tợ ánh hồng*

*Ngày con còn nhỏ cha ẵm bồng
Ru con cha hát giữa mùa đông
Con ơi! Con ngủ cho mau lớn
Phụ tử thâm tình trọn ước mong.*

~~~~~  
Việc giết cha hại mẹ, xưa nay đều có. Chỉ có những con người, tán tận lương tâm, mất hết tình người, họ mới có thể ra tay giết hại cha mẹ mình. Là con người, còn có chút lương tâm, lương tri đạo đức và tình người thì không ai nỡ ra tay giết hại cha mẹ mình bao giờ. Vì đó là hai đấng sanh thành giáo dưỡng ta nên người. Là người có công lao

thường nhanh chóng mà gắng sức tu tập. Lý thuyết chỉ cho ta một con đường trong sáng. Một con đường chỉ có hoa và trái hạnh phúc. Tuy nhiên, ta cần phải đi, cần phải thẳng bước, chớ không phải ngồi đó mà chỉ biết nói suông. Lý thuyết chỉ có công năng soi sáng cho ta. Lý thuyết không làm cho ta hết khổ. Muốn hết khổ là ta phải thật hành, phải thực tập. Phải thực tập những gì mà lý thuyết đã chỉ dẫn đúng hướng chân lý. Chỉ có niệm Phật cả “Sự” lẫn “Lý” viên dung, thì ta mới mong thoát khỏi khổ lụy trần ai vậy.

### **Niệm Di Đà**

*Sáng ra ngôi niệm Di Đà  
Tay lần hạt chuỗi thật là an vui  
Ngập tràn đau khổ cái “Tôi”  
Ra vào sanh tử bao đời do ta  
Niệm Phật phải niệm thiết tha  
Niệm sao tâm sáng mới là định tâm  
Niệm Phật vọng tưởng chớ làm  
Di Đà sáu chữ âm thầm nhớ luôn  
Đó là khéo niệm về nguồn  
Phật tâm, tâm Phật cũng khuôn trăng vàng  
Bước đi Tịnh độ an nhàn  
Tây phương Cực lạc cũng toàn là đây  
Thích Ca thành Phật cõi này  
Ta bà, Cực lạc thẳng ngay một đường  
Ta về nhận lại Pháp Vương  
Không còn sanh tử Chơn thường hiện ra.*

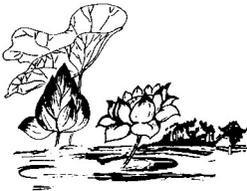
Kỷ. Vua Trụ thấy đức độ của Tây Bá Hầu, tức Chu Văn Vương ngày càng được quần chúng yêu mến, nên ông tìm cách giết Chu Văn Vương để trừ hậu hoạn. Khi Trụ Vương triệu Tây Bá Hầu về triều, thì bị bắt và nhốt vào ngục Dữu Lý. Ông có người con trai cả tên là Bá Ấp Khảo. Vì muốn cứu cha nên Bá Ấp Khảo đem báu vật từ Tây kỳ đến triều ca công nạp cho Trụ Vương. Bá Ấp Khảo bị dâm nữ Đắc Kỷ vì không thỏa ý tư tình, nên tìm cách tâu với Trụ Vương để hãm hại. Bá Ấp Khảo bị Trụ Vương giết và sai quân lính băm thit nhỏ ra làm nhân bánh bao, ép Cơ Xương ăn thit con mình, để tỏ ra trung thành với Trụ Vương. Vì quốc gia dân tộc đại sự, đặt quyền lợi quốc gia lên trên hết, nên Cơ Xương phải cam nhân đành ăn thit con mình. Tuy câu chuyện rất dài dòng, nhưng ở đây, chúng tôi chỉ xin tóm tắt ngắn gọn mà thôi.

*Cảnh đời loạn lạc nên kham nhẫn  
Đường đạo an thành bởi nhẫn dai  
Chữ nhẫn xưa nay là cao thượng  
Gìn lòng an phận nhẫn mới hay*

Sống trong thời kỳ ly loạn cũng như trong hoàn cảnh khó khăn, đức nhẫn nhịn rất là quan trọng. Đường đời cũng như đường đạo, muốn thành công lớn, tất nhiên chúng ta cần phải nhẫn nại. Bởi chữ nhẫn xưa nay rất là cao thượng, cho nên đối với người tu học Phật, chúng ta cần phải noi gương Phật Tổ mà thật hành hạnh nhẫn nhục làm đầu. Nhẫn từ việc nhỏ cho đến việc lớn. Nếu như việc nhỏ mà chúng ta không nhẫn nhịn được, thì làm sao nhẫn được việc lớn? Thế nên, các bậc Cổ Đức xưa nay luôn đề cao chữ nhẫn lên trên vậy.

## Nhân

*Ta hãy nhân với muôn ngàn cảnh khó  
Hãy bền lòng trước nghịch cảnh phong ba  
Tám gương xưa cao cả đức Phật Thích Ca  
Ngài đã nhân vượt qua với muôn ngàn thử thách  
Hãy kiên quyết giữ vững lập trường ta đã vạch  
Dù khó khăn, dù trở ngại đến mức độ nào  
Quyết một lòng đi tới chẳng hề nao  
Dù trải qua bao cảnh khổ gian lao  
Không nản chí quyết nêu cao tinh thần bất khuất  
Hãy nhớ rõ: “lửa thử vàng, gian nan thử sức”  
Lửa càng cao mới biết vàng thiệt chó sao!  
Không khiếp nhược tỏ ra một con người yếu đuối  
Đức nhân nhin đã nêu cao biết bao là tên tuổi  
Thường Bất Khinh bị xua đuổi nhục mạ vẫn vui cười  
Không oán trách, chúc mọi người chóng thành đạo quả  
Gương Bồ tát là tấm gương từ bi hỷ xả  
Bậc Thánh Hiền đều do đức nhân nhin mà nên  
Vì biết rõ cảnh đời chỉ toàn là ảo huyền  
Trải rộng tấm lòng bao dung như biển  
Còn chi đâu ngăn cách chuốc hận oán thù  
Cho cõi lòng tươi mát như ánh trăng thu  
Chào già biệt ngục tù thôi giam giữ!*



chú ý vào danh hiệu Phật. Có thể, thì việc niệm Phật của chúng ta mới thực sự có an lạc hạnh phúc. Bởi khi chúng ta chú tâm vào câu hiệu Phật, thì đã có Niệm, có Định và có Tuệ rồi. Tuệ là sáng suốt, nhận rõ trong lúc niệm Phật không có tạp niệm hay vọng niệm dấy khởi xen vào. Tâm không vọng động là Định.

Đoạn thơ thứ 4 là nói lên cái công phu tu tập hằng ngày, hằng giờ của chúng ta. Dù có gặp khó khăn, ta cũng quyết chí cố gắng vượt qua. Chẳng quản gian lao, chẳng ngại khó nhọc. Những việc gì đã qua, ta cũng không cần nhớ lại làm gì. Vì đó là những chuyện của quá khứ. Quá khứ đã qua, tương lai thì chưa đến. Cái chưa đến thì ta cũng đừng bận tâm nghĩ đến làm gì? Bởi cả hai quá khứ và tương lai đều là ảo giác. Tất cả đều do ý niệm của tâm ta mà ra. Chỉ bằng, ta chỉ biết sống trong giây phút hiện tại thôi. Cái khổ không phải là quá khứ hay tương lai. Vì đó chỉ là những danh từ rỗng tuếch khái niệm. Thiền là đưa ta trở về sống với thực tại. Chỉ có thực tại mới là mẫu nhiệm, mới là đáng sống mà thôi. Đây là lý Chân đế, bản môn hay Đệ nhất nghĩa tất đàn vậy.

*Chén trà trong hai tay  
Công phu quyết chẳng nài  
Việc qua rồi chẳng nhớ  
Chẳng nghĩ đến tương lai*

Đoạn thơ cuối cùng, nhằm thức nhắc chúng ta phải nỗ lực chuyên tâm tu tập. Phải quyết chí miệt mài tu học, vì đời người đi qua như bóng chớp. Thấy đó rồi mất đó. Sống giờ phút này, không biết giờ phút sau sẽ ra sao! Ta có còn sống ở giờ phút sau không? Ta nên ý thức đến sự vô

Trong bài thơ Chén Trà này, nếu để ý, chúng ta sẽ thấy giáo lý Chân đế và Tục đế luôn có sự liên hệ mật thiết với nhau. Đoạn thứ 2 trong bài thơ, tôi nói về phần Tục đế. Tục đế là sự họp mặt vui vẻ và luôn nhớ mãi trong tâm tình bạn đạo với nhau. Đây là chén trà để nhắc nhở trong sự hòa hợp an vui trong tinh thần đoàn kết yêu thương và tương kính. Mãi mãi là tình bạn sen giúp nhau trong sự tu học, không bao giờ thay đổi. Bởi con đường tu tập cần phải có sự nhắc nhở tương trợ lẫn nhau. Có thế, thì sự tu tập của chúng ta mới có tiên bộ và lợi ích thiết thực.

*Chén trà trong hai tay  
Hạnh phúc vui từng ngày  
Niệm Phật đừng xao lãng  
Sen nở ở ngay đây*

Con đường “**Niệm, Định, Tuệ**”, là con đường mà tất cả hành giả tu Phật đều phải đi qua. Nếu không có Niệm, thì không có Định và không có Định thì cũng không có Tuệ. Niệm Định, Tuệ tuy ba mà một, tuy một mà ba. Cả ba không rời nhau. Nói uống trà chỉ là một trong tất cả mọi động tác thi vị khác. Nếu chúng ta làm đâu đâu có chánh niệm đó, thì nơi đâu cũng là an lạc, cũng là hạnh phúc cả. Ăn cơm cũng là hạnh phúc. Làm bếp cũng là hạnh phúc. Nhổ cỏ, lật rau, quét sân, rửa chén v.v... tất cả đều là hạnh phúc. Được vậy, thì ngày nào ta cũng có niềm vui. Sống vui, sống khỏe, sống an lạc, sống hạnh phúc, đó là nếp sống của người khéo biết tu. Thế thì, ta có Tịnh độ hiện tiền rồi. Nói cách khác gọi là Tịnh độ cầm tay. Nếu niệm Phật mà tâm ta hằng xao lãng, nghĩ nhớ lung tung chuyện xưa nay, toàn những chuyện thị phi tạp nhạp bù khú ở thế gian, thế thì, đâu phải là niệm Phật. Đó là niệm chuyện thị phi, chuyện thế gian. Nếu thật niệm Phật thì tâm ta phải

## Hiện Hiện

*Mây tan biến ta cho là mây mất dạng  
Ta bước đi trong thương tiếc băng khuâng  
Ta thương mây một thoáng trôi phăng  
Ta gục khóc lệ sầu biếng ăn không nói  
Mọi cảnh vật biến tan thành mây khói  
Bầu trời xanh hiện hiện mãi trong lành  
Mây tan hình biến dạng hạt mưa nhanh  
Thắm lòng đất nuôi xanh màu cây lá  
Dù hạt bụi hay núi non ngàn cây đá  
Không vật nào từ có biến thành không  
Hạt mưa rơi ôm lấy một dòng sông  
Rời biến dạng khi đủ duyên liền biểu hiện*

~~~~~  
*Mây tan biến ta cho là mây mất dạng
Ta bước đi trong thương tiếc băng khuâng
Ta thương mây một thoáng trôi phăng
Ta gục khóc lệ sầu biếng ăn không nói!*

Cõi đời này không có gì tồn tại lâu dài. Mọi hiện tượng đều chịu chung luật vô thường chi phối. Sự sống của con người chỉ là phù du tạm bợ, có mặt với đời trong một thời gian ngắn ngủi. Tuy nhiên, sự thọ mạng dài ngắn hay lâu mau, còn tùy theo chỗ tạo nghiệp của mỗi người. Nhưng dù ngắn ngủi hay dài lâu, trước sau rồi ai cũng phải từ giã cõi đời này mà ra đi. Sự sống chết như trở bàn tay. Con

đường sinh tử không ai tránh khỏi. Vì chết là một định luật tất yếu, là mẫu số chung của con người và muôn loài.

Đối với người Phật tử, Phật dạy chết không phải là hết, mà chết chẳng qua chỉ là một trạng thái thay hình đổi dạng từ trạng thái này sang trạng thái khác mà thôi. Mây tan biến để tiếp nối thành những hạt mưa rơi xuống đất. Sống trong vòng tương đối không có gì mất đi hẳn và cũng không có gì tồn tại lâu dài. Tất cả đều theo một quy trình sinh diệt, diệt sinh, theo dòng nổi trôi của kiếp sống luân hồi miên viễn. Mỗi khi trong gia đình có người thân mất, thì ta lại thương tiếc băng khuâng! Đó là lẽ thường tình hiển nhiên trong nỗi niềm xúc cảm của một con người. Thậm chí ta còn gục khóc vì thương tiếc người thân ruột thịt của ta mà ta biếng ăn không nói. Bao nhiêu những nỗi nhớ niềm thương, những kỷ niệm êm đềm đẹp đẽ, tất cả như hiện lên trong tâm khảm của ta. Vì thế, mà ta rất đau khổ.

*Mọi cảnh vật biến tan thành mây khói
Bầu trời xanh hiển hiện mãi trong lành
Mây tan hình biến dạng hạt mưa nhanh
Thấm lòng đất nuôi xanh màu cây lá*

Nhưng là Phật tử, Phật dạy ta phải dùng tuệ giác quán chiếu sâu vào thực tại. Thực tại rất nhiệm mầu. Mọi cảnh vật tuy có biến tan thành mây khói, nhưng ta đừng quên rằng, còn bầu trời xanh kia vẫn hiển hiện mãi trong lành. Bầu trời tâm thức của ta là vô sinh bất diệt. Nhìn vào sự vật ta thấy dường như là mất hẳn đi. Nhưng không có mất đi đâu cả. Dùng tuệ giác nhìn sâu ta thấy rõ mọi sự vật đều biến chuyển trong không gian và thời gian.

Như ta gieo một hạt bắp xuống đất. Vài ngày sau, ta thấy có cây bắp non. Nhìn sâu vào cây bắp non ta thấy có hạt

của thế tục. Ngược lại, người tu hành uống trà trong tỉnh thức, trong chánh niệm. Uống trà chỉ để thưởng thức hương vị của trà, mà không cần nghĩ đến những vấn đề gì khác. Địa chỉ của người tu uống trà là **“bây giờ và ở đây”**. Khi uống trà mà ta có chánh niệm, thì ta mới thực sự là biết thưởng thức hương vị của trà. Uống trà là sự có mặt hoàn toàn của thân tâm. Muốn thân tâm có mặt đích thực trong lúc uống trà, thì với điều kiện là mọi việc đều phải buông bỏ. Chỉ biết uống trà trong giây phút hiện tại mà thôi. Tôi nhớ, có lần cố HT Thích Nhất Hạnh có kể câu chuyện về một phóng viên nhà báo. Ông này muốn phỏng vấn Hòa thượng về thiền học. Hòa thượng bảo, trước khi phỏng vấn ông phải tập uống trà trong chánh niệm trước đã. Và ông phóng viên này thực tập uống trà trong chánh niệm rất giỏi. Sau đó, Hòa thượng hướng dẫn cho ông thực tập cách đi thiền. Hòa thượng bảo, trong khi đi thiền, ông không cần phải nghĩ nhớ đến điều gì trong quá khứ hay tương lai. Ông chỉ biết bước từng bước chân trong hiện tại mà thôi. Những gì đang xảy ra trong giây phút hiện tại, đó mới thật là những giây phút rất mầu nhiệm. Sự sống chỉ có mặt thực sự là khi mình hoàn toàn có mặt ngay trong giây phút hiện tại. Đánh mất hiện tại là mình tự đánh mất mình. Sau khi thực tập, ông phỏng vấn Hòa thượng và viết một bài về Thiền rất xuất sắc. Và từ đó về sau, ông ta cố gắng thực tập uống trà trong chánh niệm và tập đi thiền trong chánh niệm. Nói chung, là ông cố gắng thực tập mọi việc làm, nói năng đều trong chánh niệm. Ông cảm thấy rất là an lạc và hạnh phúc.

*Chén trà trong hai tay
Hợp mặt vui sum vầy
Chén trà luôn nhớ mãi
Tình đạo chẳng đổi thay*

Năm 2012, chúng tôi có dịp sang Nhật để làm lễ cầu siêu, cầu an cho các nạn nhân thiên tai, nơi xảy ra tai nạn trận đại hồng thủy, số người chết rất nhiều và khoảng độ ba ngàn người mất tích. Trong khoảng thời gian lưu trú ở Nhật, chúng tôi tạm tá túc ở chùa Nhật Tân Cốc. Vị trụ trì chùa này là Hòa thượng Yoshimizu Daichi. Hòa thượng thường hay qua lại Việt Nam và quen biết nhiều bậc Tôn Túc như cô Hòa thượng Mãn Giác, cô Hòa thượng Tâm Giác v.v...

Bài thơ này chúng tôi viết ngay trong buổi Thiền trà do Sư Cô Tâm Trí tổ chức hướng dẫn. Lần đầu tiên, chúng tôi hân hạnh được tham dự buổi Thiền trà này. Một số cô trong đoàn tương đối còn trẻ đều mặc chiếc áo Kimono. Khi các cô mặc vào trông thật giống các cô gái Nhật Bản. Về hình thức của buổi Thiền trà phải nói rất là trang trọng. Về lịch sử phát nguyên của trà đạo, chúng tôi cũng có ghi sơ lược trong quyển Chuyện Thiền Môn và quyển Phù Tang Ký Sự. Ở đây, chúng tôi chỉ muốn nói đến nhân duyên xuất xứ của bài thơ mà thôi. Trong buổi Thiền trà hôm đó, viết xong, tôi cũng có đọc cho mọi người nghe. Mọi người đều hân hoan vỗ tay tán thán.

Bài thơ này đã trở thành một bài hát, mà quý liên hữu trong đạo tràng Quang Minh thường hay hát trong các buổi lễ tổ chức Thiền trà và những ngày thọ bát hàng tuần vào những buổi sáng chủ nhật. Đồng thời, bài thơ này, chúng tôi cũng có nhờ nhạc sĩ Nguyễn Bính ở Việt Nam phổ thành nhạc khúc.

Thiền trà hay trà đạo khác hơn cách uống trà ở ngoài đời. Ngoài đời người ta uống trà để tiêu khiển giải khuây bàn bạc tán ngẫu việc đời. Nghiêng hẳn về những công việc

bấp tiêm tằm trong cây bắp. Đủ điều kiện tốt, thì cây bắp sẽ lớn lên và hiến tặng cho ta những trái bắp. Tuy hạt bắp không còn như lúc ta gieo, nhưng nó không mất hẳn, vì cây bắp kia là hậu thân của nó. Vậy thì, hạt bắp tuy mất mà không mất. Chẳng qua nó chỉ biến chuyển qua một trạng thái khác đó thôi. Ta nhìn những dòng máu đang luân lưu trong cơ thể ta, đó là những dòng máu hay những tế bào do tổ tiên ông bà cha mẹ đã truyền đạt lại cho ta. Nhìn sâu vào trong cơ thể ta, ta thấy có hình ảnh các vị tổ tiên trong ta. Gần nhất là ông bà cha mẹ ta. Cho nên ta thấy rằng:

*Dù hạt bụi hay núi non ngàn cây đá
Không vật nào từ có biến thành không
Hạt mưa rơi ôm lấy một dòng sông
Rồi biến dạng khi đủ duyên liền biểu hiện*

Có cái nhìn như thế, thì ta thấy cả vũ trụ này không có cái gì mất hẳn đi và cũng không có cái gì tồn tại lâu dài. Chết chỉ là một hiện tượng khởi đầu cho một cuộc sống mới. Như hạt bắp mất đi để khởi đầu cho cây bắp sớm được hình thành. Vì thấy rõ như thế, nên muốn báo hiếu cho ông bà cha mẹ của chúng ta, thì ta chỉ cần sống cho thật tốt, thì ông bà cha mẹ cũng rất tốt và yêu quý ta. Bởi vì, sự có mặt của ta cũng là sự có mặt của tổ tiên ông bà cha mẹ ta. Ta làm điều tốt, điều lành, điều phải, thì các vị đó cũng đồng làm với ta. Như ta đi thiền hành, thì ta cũng có thể mời ông bà cha mẹ ta cùng đi với ta. Như vậy, không lúc nào ta cảm thấy cô đơn cả. Bởi vì ta có tổ tiên ông bà cha mẹ đồng đi thiền hành với ta. Nói chung những việc làm khác cũng đều như thế. Song có điều, không có ông bà cha mẹ nào muốn cho con cháu mình làm những điều sai quấy sai trái với luân thường đạo lý bao giờ. Vì vậy

khi hành động qua bạ nghiệp thân, khẩu, ý, ta phải hết sức thận trọng. Đừng để ông bà cha mẹ ta buồn lòng, vì nhìn thấy những đứa con cháu của mình làm những điều bất thiện. Đây là cái nhìn theo tinh thần khoa học chứ không phải là mê tín. Ta phải nhận rõ điều này.

*Sống sao cho có văn minh
Sống sao cho đẹp trọng tình nghĩa sâu
Dù cho nắng dãi mưa dầm
Con đường đạo đức là câu trau mình
Trải qua nhiều kiếp điêu linh
Trở về “Bên Giác” tử sinh không còn*

Miền Đất Tịnh

Miền đất Tịnh ngàn xưa còn lưu dấu
Bước chân đi dạo khắp cõi ngân hà
Có nơi nào chẳng phải pháp thân ta
Cả vũ trụ hằng sa trong hạt cải

Nhìn mọi vật lòng ta đều kính bái
Bởi muôn loài một thể khác chi đâu
Mở rộng lòng trong ánh mắt thương đau
Mọi hiện tượng khác nào trắng dưới nước

Đời huyễn ảo sao còn mê chấp trước
Cõi hồng trần bi lụy khóc than chi
Một trăm năm là giấc mộng có ra gì
Buông gánh nặng bước đi trong giải thoát

Chén Trà

*Chén trà trong hai tay
Chánh niệm vui tràn đầy
Mọi việc đều buông bỏ
Hiện tại và ở đây*

*Chén trà trong hai tay
Hợp mặt vui sum vầy
Chén trà luôn nhớ mãi
Tình đạo chẳng đổi thay*

*Chén trà trong hai tay
Hạnh phúc vui từng ngày
Niệm Phật đừng xao lãng
Sen nở ở ngay đây*

*Chén trà trong hai tay
Công phu quyết chẳng nài
Việc qua rồi chẳng nhớ
Chẳng nghĩ đến tương lai*

~~~~~

*Chén trà trong hai tay  
Chánh niệm vui tràn đầy  
Mọi việc đều buông bỏ  
Hiện tại và ở đây*

có nước. Lý “Bất nhị” hay Tương tức, Tương nhập là như thế.

*Trời bát nhã thênh thang có chi là quái ngại  
Ngọn núi cao mây qua lại có hề chi  
Bện trúc dày chẳng ngăn được một ly  
Dòng nước chảy qua đi đều suôn sẻ*

Mây bay qua lại không ngăn ngại bầu trời. Ngọn núi cao cách mây cũng không ngăn được mây bay qua. Dù trúc bện thật dày cũng không thể nào ngăn được dòng nước chảy qua. Núi cao, trúc dày, có đó nhưng mây và nước vẫn trôi chảy như thường. Chỉ cần đôi cánh vô tâm thì không có gì ngăn ngại cả. Cảnh và tâm không có gì liên hệ dính mắc nhau. Tâm cảnh giao nhau không dính mắc chính đó là giải thoát. Đừng tìm giải thoát ngoài cảnh trần lao. Vì sen mọc không thể rời bùn mà có sen được. Sen cần có bùn và bùn cũng cần có sen. Cả hai đều nương nhau mà tồn tại. Đạo không ngoài đời, đời không ngoài đạo mà có. Điều quan trọng là về với ánh sáng của bầu trời trong, buông tất cả mọi gánh nặng lo âu phiền muộn, thì ngay đó ta sẽ thể nhập vào “Thực tại nhiệm màu”.

*Mọi cảnh vật đâu có chi là buồn tẻ  
Hãy quăng đi những gánh nặng trong lòng  
Hãy trở về với ánh sáng của bầu trời trong  
Thì thực tại nhiệm màu hát ca trong nắng ấm.*



## Mưa Rơi

*Mưa rơi nặng hạt bên thềm  
Ngồi bên gối mẹ êm đềm ấm yêu  
Mẹ già khổ cực trăm chiều  
Thân cô lặn lội muôn điều nuôi con*

*Dù cho cay đắng mỗi mòn  
Tình thương mẹ vẫn cho con thuở nào  
Lời ru của mẹ ngọt ngào  
Êm như suối chảy rạt rào tình thâm*

*Mẹ già tóc bạc hoa râm  
Nắng mưa chẳng quản bao năm khổ sâu  
Thương con cho hết còn đâu  
Thâm ân từ mẫu cao sâu không bờ*

*Ngày nào tuổi mẹ còn thơ  
Mà nay mẹ đã bơ phờ vì con  
Còn trời còn nước còn non  
Còn tình mẫu tử keo sơn muôn đời.*

*Mưa rơi nặng hạt bên thềm  
Ngồi bên gối mẹ êm đềm ấm yêu*

Có lẽ không có gì thú vị bằng ngồi bên gối mẹ nghe tiếng mưa rơi lộp độp trên mái nhà. Bài thơ này, tôi viết khi tôi về Việt Nam thăm lại người mẹ già tuổi ngoài cửu tuần.

Nếu tôi nhớ không lầm, năm đó mẹ tôi khoảng độ 92 tuổi. Tuy tuổi đã cao, nhưng tâm trí của bà rất minh mẫn. Bà sống tròn một trăm tuổi, cho đến khi nhắm mắt lìa đời, cụ bà chưa bao giờ lẫn lộn. Đó là cái phước báo lớn của bà. Hôm đó, vào buổi trưa, trời mưa giông gió thật to. Tôi ngồi cận kề bên mẹ lắng nghe từng tiếng mưa rơi nặng hạt và tiếng gió thổi mạnh ào ào, nhất là nhà mái lá nên âm thanh nghe tiếng rất rõ. Tôi lặng thinh không nói một lời nào. Chỉ biết lắng nghe từng tiếng mưa rơi thôi. Thú thật, đã lâu rồi, tôi chưa được thưởng thức nghe lại tiếng mưa nặng hạt trên mái lá. Hôm nay, ngồi nghe tiếng mưa, gợi cho tôi nhớ lại nhiều kỷ niệm xa xưa, những kỷ niệm êm đẹp trong thời thơ ấu của tôi. Thuở đó tôi có rất nhiều kỷ niệm với mẹ tôi.

Điều mà tôi muốn nói ở đây, là tôi rất hạnh phúc khi ngồi bên gối mẹ. Mẹ tôi bị lắng tai khá nặng. Mỗi lần nói chuyện với bà, thì tôi phải kê sát vào lỗ tai của bà và phải nói lớn tiếng thì bà mới nghe. Vì vậy, muốn nói những chuyện gì riêng tư, thì không thể nói được. Bởi khi mình nói lớn tiếng thì cả hàng xóm đều nghe. Cho nên, tôi nói chuyện với bà biểu lộ bằng hành động nhiều hơn là tiếng nói. Tôi xa mẹ tôi rất lâu. Sau mười bốn năm, lần đầu tiên tôi mới có dịp về quê thăm mẹ. Đó là vào năm 1994. Và về sau, tôi lại có dịp về Việt Nam thăm bà thường xuyên hơn. Vì mẹ tôi ngày một già yếu. Bà chỉ còn có mỗi một mình tôi, vì tôi là con trai út trong gia đình. Các anh lớn của tôi đều đã qua đời. Tôi có một người chị gái, chị mất lúc 12 tuổi. Tôi có tất cả là 6 anh chị em. Nhưng tất cả đều không còn. Tôi mồ côi cha từ thuở nhỏ. Lúc mới lên ba tuổi là tôi đã mất cha rồi. Đó là nỗi bất hạnh nhứt của đời tôi. Tôi có rất nhiều cháu, chắt. Đứa cháu gái lớn con của người anh thứ hai, thường tới lui chăm sóc mẹ tôi.

tượng nhận gương sáng, đó là thái độ của người khéo biết tu. Đừng chạy theo bắt bóng, hãy bỏ cái giả dối nhận lại cái chân thật. Có thể thì mới thực sự là giác ngộ. Gương thì lầu lầu trong sáng, không một ảnh tượng nào qua mặt được gương sáng kia. Gương kia tự nó sáng không phải nhờ đèn Toàn vọng chính chơn và toàn chơn cũng chính là vọng. Vì nước đục không rời nước trong mà có. Muốn có nước trong mà bỏ hết nước đục thì làm gì có được nước trong. Ta tìm Bồ đề trong phiền não. Tuy phiền não không phải là Bồ đề, nhưng rời phiền não thì không có Bồ đề. Như cơn giận nổi lên là phiền não. Trong lúc giận thì cái tánh không giận tiềm tàng trong cái giận. Rời cái giận không có tánh không giận. Tánh không giận là tánh thể Bồ đề.

*Gương vẫn chiếu với muôn hình nào có giấu  
Nhưng gương kia không có động bao giờ  
Khi ngộ rồi có những cái thật đâu ngờ  
Đâu chẳng khác bầu trời mây qua lại*

Trong lúc nổi giận lên thì nó che mờ tánh không giận đó thôi. Khi hết giận thì tánh không giận hiện ra. Như vậy, đừng tìm tánh không giận ngoài phiền não giận. Và phiền não giận cũng không rời tánh thể Bồ đề mà có. Giận là giả dối, khi có khi không, còn tánh không giận mới là chân thật. Chính cái tánh chân thật này mới thật là mình. Khi cơn giận nổi lên, thì cũng không hề hấn gì với tánh không giận. Không phải vì cơn giận mà làm mất đi tánh không giận. Chỉ lúc đó tánh không giận bị cơn giận che mờ đó thôi. Cũng như trong sóng nổi lên, thì vẫn có nước tiềm tàng trong sóng. Khi sóng lặng thì toàn nước hiện bày. Thế thì, nước không rời sóng và sóng cũng không rời nước mà có. Ngay trong nước có sóng và ngay trong sóng

Mọi hiện tượng đều có động, nhưng bản thể nào có động bao giờ. Động và tịnh đó là cái nhìn dính kẹt vào lưỡng nguyên. Thực tánh của vạn pháp thì vượt ngoài đối đãi. Thường, ta luôn bị dính kẹt vào hai đầu. Mọi hành động hay nói năng đều rơi vào nhị nguyên cả. Đất thì lúc nào cũng yên lặng, dù có xảy ra với muôn ngàn tiếng động. Cũng như có những trận cuồng phong bão táp đi ngang qua bầu trời, nhưng hư không thì bất động. Hư không là dụ cho thể tánh chơn như, cuồng phong và bão táp là dụ cho cảnh động. Cảnh động thì có sinh diệt như trò đùa huyền ảo. Khi không còn thấy có hai, thì chính đó là giải thoát. Đã thế, thì mọi ngôn từ chỉ là trò hý luận mà thôi. Ngôn từ chỉ có giá trị như là ngón tay chỉ mặt trăng. Nương ngón tay để nhìn thấy mặt trăng. Đừng làm cho ngón tay là mặt trăng. Dính kẹt vào ngôn từ khác nào chấp ngón tay cho là mặt trăng. Chỉ có vọng chấp điên đảo mới lầm nhận như thế. Ngón tay dụ như vắn tự bát nhã. Nương vắn tự để quán chiếu. Rồi vắn tự thì lấy đâu để quán chiếu. Nhờ quán chiếu sâu vào ta mới có thể chứng được Thật tướng bát nhã. Thế thì vắn tự là phương tiện rất quan trọng.

*Thoát động tịnh không còn gì dạy bảo  
Dụng ngôn từ đùa giỡn để mà chơi  
Như ánh trăng kia đùa với nước một thời  
Như gương sáng không lưu hình giữ bóng*

Tất cả hiện tượng trên thế gian như là bóng trăng dưới nước, như bóng trong gương. Bóng có ra từ hình. Không hình thì không có bóng. Cũng thế vọng tưởng có ra là từ bản thể chơn như. Rồi bản thể chơn như thì làm gì có vọng tưởng? Rồi nước và gương thì không có bóng trăng và ảnh tượng trong gương. Bỏ bóng nhận hình, bỏ ảnh

Quả thật, tình thương của mẹ thì bao la cao cả. Không có ngôn từ bút mực nào mà có thể diễn tả hết được. Ngày xưa, mỗi lần nghe bản nhạc “Lòng Mẹ” của nhạc sĩ Y Vân, do nghệ sĩ Hương Lan ca, tôi cảm động đến rơi lệ. Một phần, cảm động qua tiếng hát ngọt ngào trầm ấm của Hương Lan, phần khác là vì nội dung của bài nhạc chứa chan tình mẫu tử rất sâu đậm. Tôi không đành được con xúc động. Tôi nghĩ, đó là một sự cảm xúc rất tự nhiên của con người. Bởi là con người, ai cũng có trái tim để yêu thương. Trái tim đâu phải là sỏi đá mà không biết rung động. Tôi đã đọc đi đọc lại nhiều lần đoạn văn “Bông Hồng Cài Áo” tác giả là Thiền Sư Thích Nhất Hạnh. Cứ mỗi lần đọc, tôi lại nhớ đến mẹ tha thiết và hình dung lại hình ảnh của mẹ tôi. Ngay từ lúc tôi còn thơ ấu, luôn được mẹ tôi yêu thương nuông chiều bông bé, nhất là những buổi trưa hè mẹ hát ru cho con ngủ.

*Lời ru của mẹ ngọt ngào  
Êm như suối chảy rạt rào tình thâm*

Chính vì thương mẹ, nhớ mẹ, mà tôi viết nhiều về chủ đề mẹ. Tôi không cần phải có nhiều văn chương để viết về mẹ. Tôi thích đọc những lời văn mộc mạc bình dị nói về tình tự quê hương và tình mẹ. Tiêu biểu như nhà thơ Nguyễn Bính chẳng hạn. Văn chương bóng bẩy quá nhiều khi nó trở thành sáo ngữ. Nói với mẹ càng chân tình mộc mạc, thì lại càng đậm đà ấm áp yêu thương hơn! Tôi mãi nhớ câu nói ngắn gọn của Thiền Sư Thích Nhất Hạnh trong đoạn văn Bông Hồng Cài Áo. Khi thân mẫu của ngài qua đời, ngài viết trong quyển nhật ký: “*Tai nạn lớn nhất đã xảy ra cho tôi rồi*”. Nhớ lại ngày mẹ tôi mất, tôi cũng bắt chước ngài viết một câu ngắn gọn: “*Mẹ ơi! Con mất hết tất cả rồi! Thật vậy, mất mẹ là mất hết tất cả. Nhà*

thơ Thanh Tịnh cũng nói: “*Mắt mẹ là cả một bầu trời lặng chết*”. Dù ở lứa tuổi nào, còn mẹ là còn tất cả. Vì mẹ là cả một bầu trời yêu thương dịu ngọt.

“*Mẹ già như chuỗi ba hương  
Như xôi nếp một, như đường mía lau*”. (Ca dao)

Lời thơ tôi viết rất là bình dị rõ ràng, không có gì cầu kỳ khó hiểu. Tôi viết bằng trái tim theo dòng cảm xúc của tôi. Có lẽ đó cũng là bản tánh xưa nay của tôi. Người ta nói: “*Văn là người*”. Đúng vậy, người như thế nào thì lời văn như thế ấy. Người cục mịch chất phát thật thà, nhưng cứng rắn dứt khoát thì lời văn cũng y như vậy. Tôi rất thích đời sống giản dị và cô tịch. Càng giản dị cô tịch tôi cảm thấy càng an vui hạnh phúc nhiều hơn.

*Mẹ già khổ cực trăm chiều  
Thân cò lặn lội muôn điều nuôi con  
Dù cho cay đắng mỗi mòn  
Tình thương mẹ vẫn cho con thuở nào*

Hôm đó, trời mưa, gọi cho tôi nhớ đến mẹ tôi lúc còn khỏe mạnh, bà rất cực khổ mua gánh bán bưng lam lũ tảo tần vất vả kiếm tiền nuôi con.

Lúc còn nhỏ, tôi được mẹ và các anh yêu thương tôi lắm. Đó cũng là một niềm hạnh phúc sung sướng đầu đời của tôi. Khi lớn lên, có chút hiểu biết, thấy mẹ vất vả cực khổ quá, nhưng tôi không biết phải làm gì để giúp cho mẹ bớt đi phần nào gánh nặng cực nhọc. Năm lên 12 tuổi, tôi đi ở mướn cho một người hàng xóm. Hồi đó, ở trọn năm họ trả năm trăm đồng và một con bò cái nghé. 500 đồng hồi đó, tức vào khoảng năm 1957 cũng khá lớn. Tôi sanh ra đời

## Thực Tại Mâu Nhiệm

*Đất vẫn lặng với muôn ngàn tiếng động  
Trời vẫn yên với muôn vạn tiếng reo cười  
Cõi thiên hà vẫn yên lặng chẳng buồn vui  
Động với tịnh chỉ trò đùa hư huyền ảo*

*Thoát động tịnh không còn gì dạy bảo  
Dụng ngôn từ đùa giỡn để mà chơi  
Như ánh trăng kia đùa với nước một thời  
Như gương sáng không lưu hình giữ bóng  
Gương vẫn chiếu với muôn hình nào có giấu  
Nhưng gương kia không có động bao giờ  
Khi ngộ rồi có những cái thật đầu ngờ  
Đâu chẳng khác bầu trời mây qua lại*

*Trời bát nhả thênh thang có chi là quái ngại  
Ngọn núi cao mây qua lại có hề chi  
Bện trúc dày chẳng ngăn được một ly  
Dòng nước chảy qua đi đều suôn sẻ*

*Mọi cảnh vật đâu có chi là buồn tẻ  
Hãy quăng đi những gánh nặng trong lòng  
Hãy trở về với ánh sáng của bầu trời trong  
Thì thực tại nhiệm màu hát ca trong nắng âm*

~~~~~  
*Đất vẫn lặng với muôn ngàn tiếng động
Trời vẫn yên với muôn vạn tiếng reo cười
Cõi thiên hà vẫn yên lặng chẳng buồn vui
Động với tịnh chỉ trò đùa hư huyền ảo*

Đầu lông trùm cả càn khôn thấy
Hạt cải bao gồm nhật nguyệt trong

Trong một chứa cái tất cả và trong cái tất cả chứa cái một. Dựa trên lý nhân duyên chúng ta thấy rằng, dù nhỏ như sợi lông hay đầu hạt cải, cũng không ngoài nhân duyên mà có. Vì trong một hạt cải có tất cả những cái mà không phải là hạt cải cấu tạo thành. Như đất, nước, không khí, ánh sáng mặt trời, người v.v... tất cả những yếu tố này không phải là hạt cải, nhưng nếu thiếu một yếu tố, thì hạt cải không có. Hạt cải có ra là phải nhờ tất cả những thứ không phải là hạt cải mới thành ra cây cải, rồi có bông cải và hạt cải. Nhìn theo lý nhân duyên, thì ta thấy trùng trùng duyên khởi. Không có thứ gì ngoài nhân duyên mà hình thành tồn tại được.



vào năm 1945. Số tiền 500 đồng và con bò cái ghé, tôi đưa cho mẹ tôi hết. Tôi không lấy một đồng nào để tiêu xài riêng cho mình. Tôi nghĩ, giúp cho mẹ bớt cực khổ phần nào là tôi cảm thấy mãn nguyện vui sướng lắm rồi! Nói lên điều này hoàn toàn tôi không có dụng ý khoe khoang về cái tốt của mình. Trong đạo Phật cái đau khổ và tệ hại nhưt là chấp ngã. Bởi còn vọng chấp là còn đi trong vòng sinh tử khổ đau. Trở lại vấn đề, thật vậy, từ khi mẹ tôi có được 500 đồng và con bò cái ghé, mẹ tôi có thể đủ làm chút vốn liếng buôn bán kiếm lời. Nhờ đó mà gia đình tôi cũng đỡ hơn trước nhiều.

*Mẹ già tóc bạc hoa râu
Nắng mưa chẳng quản bao năm khổ sầu!*

Mẹ tôi tuy cực khổ, nhưng bà khỏe lắm. Sức khỏe của bà rất tốt. Có lẽ, là nhờ bà thường xuyên đi bộ. Thông thường mỗi ngày, bà đi mua bán ít nhất cũng gần 20 cây số. Tôi có hai người dì thứ tư và thứ sáu, dì thứ sáu là em út của mẹ tôi. Cả hai dì đều lấy chồng và lập nghiệp ở ấp Bến Đáy. Bến Đáy là tên gọi của địa phương. Tên hành chánh thì gọi là xã Mỹ Long, thuộc huyện Cầu Ngang, tỉnh Trà Vinh. Người dân sống ở đây chuyên sống về nghề đóng đáy lưới cá. Dượng sáu tôi có miệng đáy lớn. Cho nên mỗi lần ra biển đóng đáy ghe chở về rất nhiều cá. Mẹ tôi, chiều nào bà cũng quây cặp xị đi và khuya lại bà gánh cá về ra chợ huyện bán. Bởi ghe cá thường về đậu bến lúc một, hai giờ khuya. Từ Mỹ Long đến nhà tôi cách khoảng độ 7 cây số. Và từ nhà tôi ra chợ huyện cũng khoảng hơn 3 cây số. Tính chung bận đi bận về ít nhất gần 20 cây số chớ đâu có ít. Ngoài ra, hầu như ngày nào bà cũng ăn rau và mắm. Bà thích rau và mắm lắm. Rau đồng đủ loại như càng cua, đọt xài non, đọt com ngụa v.v... Bà tự đi hái

lấy, không nhờ ai cả. Chủ trương của bà là đối ăn rau đậu uống thuốc. Bà thường nói với mọi người rằng, bà là con sâu rau. Có lẽ nhờ vậy mà sức khỏe của bà rất tốt. Từ ngày tôi biết cho đến khi bà mất, chỉ vào bệnh viện trị bệnh có 3 ngày thôi. Ngoài ra, bà chỉ cảm sơ sơ cạo gió uống thuốc qua loa rồi hết. Lúc mẹ tôi chưa già lắm, mỗi lần nhìn thấy tóc bạc hoa râm của bà, tôi cũng cảm thấy buồn buồn! Vẫn biết rằng, đó là định luật vô thường không ai tránh khỏi.

*Thương con cho hết còn đâu
Thâm ân từ mẫu cao sâu không bờ*

“Mẹ nuôi con như biển hồ lai láng, còn con nuôi mẹ thì tính tháng tính ngày”. Câu nói này, quả thật không sai. Làm sao sai được? Vì đó là kinh nghiệm già dặn của người xưa. Mẹ nuôi con cả một sự nhọc nhằn vất vả suốt cả cuộc đời của mẹ. Mẹ chưa hề than van cực khổ với con. Mẹ đã hy sinh tận tụy cả cuộc đời cho con. Thế mà, con nuôi mẹ thì tính từng ngày, từng tháng, thậm chí còn tính từng đồng từng cắc nữa. Mẹ thương con mẹ cho hết cả cuộc đời của mẹ. Quả thật, đó là ân sâu của mẹ không bờ bến. Không gì có thể so sánh được.

*Ngày nào tuổi mẹ còn thơ
Mà nay mẹ đã bơ phờ vì con*

Mới ngày nào thấy mẹ còn son trẻ mà nay mẹ đã má cốp da nhăn bơ phờ vì con. Mẹ đã cần cỗi già đi theo năm tháng.

*Còn trời còn nước còn non
Còn tình mẫu tử keo sơn muôn đời.*

mới tạo thành thể lưỡng cực để đối đầu sống chết với nhau.

*Cực lạc đâu xa tại Ta bà
Có gì không phải ở tâm ta
Muôn pháp thấy đều quy một chữ
Một là tất cả khắp hằng sa*

Cực lạc hay Ta bà cũng chỉ ở tâm ta mà ra. Ta không nên dính kẹt vào thế giới lưỡng nguyên, mà phân chia giữa Ta bà và Cực lạc là hai phạm trù khác biệt. Có khác biệt chẳng là chỉ ở tâm ta đó thôi. Nếu như ta phá được lối chấp nhị nguyên và có cái nhìn Bất nhị, thì ta không còn phân chia như thế. Kinh Hoa Nghiêm đã cho ta một cái nhìn vào thế giới lưỡng nguyên này, bằng cái tư tưởng độ đáo siêu việt đó là lý Tương tức, tương nhập. Lý tương tức là trong cái này có cái kia, và lý tương nhập là trong cái kia đi vào cái này và trong cái này cũng có chứa cái kia. Dựa vào lý này, mà chúng tôi viết câu kết của bài thơ là:

*Muôn pháp thấy đều quy một chữ
Một là tất cả khắp hằng sa.*

Thiền Sư Khánh Hỷ đời Lý có để lại bài kệ thị chúng trước khi thị tịch, trong đó có 2 câu:

*Càn khôn tận thị mao đầu thượng
Nhật nguyệt bao hàm giới tử trung*

Nghĩa là :

Lâu nay, vì nhận thức sai lầm, mà chúng ta tạo nghiệp lành dữ rồi bị trôi lăn trong sanh tử khổ đau. Nếu chúng ta có cái nhìn bằng tuệ giác bát nhã, thì tất cả không gì ngoài ta, và ta cũng không ngoài tất cả. Như thế, thì ta không còn bị dính kẹt trong ý niệm chấp ngã, chấp pháp. Khi triệt tiêu ý niệm này, thì chúng ta sẽ không còn đau khổ nữa. Nhìn bằng con mắt Tục đế, thì ta thấy cõi đời này có sang có hèn khác nhau, đó là vì chúng ta phân biệt mà thấy như vậy. Chính cái chỗ phân biệt này, mà thế giới tạo thành thái cực lưỡng nguyên để rồi tranh chấp sát hại lẫn nhau. Nếu như ta có cái nhìn bằng con mắt Chơn đế, thì cõi đời này thật tốt đẹp biết mấy. Vì chơn đế vượt ngoài phạm trù đôi đũa duyên sinh. Bởi do vọng tưởng mà ta bị dính kẹt trong vòng nghiệp thức đảo điên. Đó là cái nhìn mà trong Kinh Lăng Nghiêm gọi là vọng kiến hay điên đảo vọng tưởng. Muôn thấy được sự thật của cuộc đời, thì ta phải lột xác thay đổi cách nhìn. Đừng nhìn theo lối mòn của vọng chấp nữa. Bởi chính cái nhìn đó mà ta đã phải trải qua không biết bao nhiêu là đau khổ.

*Không có thứ gì chẳng phải ta
Sống chết là hai mặt khác là
Ai còn lầm nhận phân chia ấy
Thế giới điên cuồng khổ tại ta*

Sống và chết lâu nay ta cứ cho là hai thực thể riêng biệt. Sống không có liên hệ gì tới cái chết. Và chết thì cũng không còn liên hệ gì tới sự sống. Thậm chí có người còn cho chết là hết. Đó là cái nhìn theo lối chấp đoạn kiến của ngoại đạo. Cũng chính vì cái lối chấp này, mà gây ra cảnh tranh giành tàn sát lẫn nhau. Lối chấp này, đạo Phật hoàn toàn bác bỏ và cho đó là tà kiến. Đã là tà kiến, thì làm sao thấy được trọn vẹn chân lý. Chính vì tà kiến mà nhân loại

Nhưng dù cho vật đổi sao dời, nhưng thâm tình mẫu tử đời đời không phai. Tình mẹ với con như keo và sơn dính khắn vào nhau không bao giờ chia cách được. Vì mỗi tế bào của mẹ trong con và ngược lại cũng thế.

Mẹ tôi sống đúng 100 tuổi, nhưng ít khi thấy bà bệnh đau nặng. Chỉ đến ngày gần mất, thì bà mới đau nhức nhiều thối. Và bà ra đi một cách bình thản nhẹ nhàng. Điều may mắn diễm phúc cho tôi và cũng cho bà là lúc bà ra đi có mặt tôi và có mặt đầy đủ các đứa cháu chắt của bà. Tất cả đều niệm Phật trợ niệm cho bà. Tôi có một người cháu theo đời gọi tôi bằng chú. Tên đời là Lê Thanh Dũng, pháp danh là Lệ Sĩ. Hiện đang làm trụ trì chùa Phước Thanh Ấp Mỹ Cẩm, Xã Mỹ Hòa, Huyện Cầu Ngang, Tỉnh Trà Vinh. Khi mẹ tôi mất, tôi làm đám cho bà ở trong chùa, nơi cháu tôi làm trụ trì. Bà quá vãng vào chiều ngày 14 tháng giêng âm lịch năm Mậu Tý (2008).

Ôn nhắc lại vài nét đơn sơ về cuộc đời của mẹ tôi, tôi cảm thấy tình mẹ thương con thật bao la không bờ bến. Tình mẹ thương con không hạn cuộc vào tuổi tác. Dù mẹ già có hơn trăm tuổi, cũng vẫn thương con mình ở tuổi tám mươi. Tình mẫu tử thiêng liêng là như thế. Nói sao cho hết tình yêu thương của mẹ. Có đôi lúc mẹ giận tức la rầy, mình cảm thấy khó chịu và rồi cứ nự chống trả lại. Lúc trẻ mình nghĩ cái gì mình cũng khôn lanh và cũng đúng hết. Có khi mình nghĩ mẹ la rầy mình một cách rất oan ức. Và mình không thích sự có mặt của mẹ mình nữa. Đó là một ý nghĩ sai lầm rất lớn.

Mẹ còn la rầy mình, cố nhiên là mẹ còn thương mình nhiều lắm. Đến khi mẹ không còn quan tâm để ý đến nhắc nhở la rầy mình nữa, thì chừng đó mình đã rơi vào trạng

huông dễ bị lạc lõng hư hỏng. Nhưng vì tự ái của tuổi trẻ, nên mình không muốn mẹ quan tâm nhắc nhở tới mình. Lúc đó, mình không biết trân quý sự có mặt của mẹ. Chẳng những không biết trân quý, mà có đôi khi mình còn tỏ ra hờn giận mẹ nữa. Mẹ nói gì mình cũng không nghe. Đến khi mất mẹ rồi, mình lại ăn năn hối tiếc khóc than. Sự hối tiếc ăn năn nào cũng đã quá muộn màng rồi! Nói thế để thấy rằng, bản thân tôi lúc nhỏ cũng có đôi lần tỏ ra bất hiếu trả treo với mẹ. Nhưng khi lớn lên có chút ít hiểu biết, tôi không bao giờ làm cho mẹ tôi buồn lòng nữa. Tôi yêu kính mẹ tôi lắm. Tôi biết mẹ tôi đã quá vất vả cực khổ lo cho gia đình, cho chồng, cho con. Tôi xa rời mẹ tôi, nhưng trong lòng tôi lúc nào cũng nhớ thương mẹ tôi nhiều lắm. Mỗi lần nhìn vào bàn tay mình, tôi thấy có hình bóng của mẹ và cha tôi. Như thế, thì cha mẹ tôi luôn có mặt với tôi.

*Mẹ là tất cả trời mơ
Mẹ còn, tất cả bài thơ ân tình
Đừng làm mẹ giận bực mình
Một khi mất mẹ một mình cúc cô
Mẹ ơi! Thương mẹ trọn đời
Mẹ còn, mẹ mất muôn đời không phai.*



Thông thường chúng ta hay có ý niệm phân biệt chủ thể nhận thức và đối tượng nhận thức thành hai ý niệm khác biệt. Chủ thể là chủ thể, đối tượng là đối tượng. Nói cách khác ta chia tâm và vật hay danh và sắc thành hai phạm trù khác nhau. Cả hai đều không có liên quan gì với nhau. Đó là một ý niệm sai lầm rất lớn. Thật ra, rời chủ thể nhận thức thì không có đối tượng nhận thức. Ngược lại cũng thế. Như nói tôi biết cái bàn. Nếu không có cái biết thì làm sao biết đó là cái bàn? Nếu không có cái bàn, thì cái biết cũng không thành. Biết là biết cái gì? Thế nên giữa chủ thể nhận thức và đối tượng nhận thức không tách rời ra được. Nhưng nếu nói một thì cũng không đúng. Nói một là sai mà nói hai thì không đúng. Đây là lý “Bất Nhị” trong Kinh Duy Ma Cát. Lý bất nhị cho ta cái nhìn khác biệt với cái nhìn của khoa học Tây phương. Cái nhìn của khoa học Tây phương là cái nhìn theo nhãn quan lưỡng nguyên. Tuy nhiên, có thể đó là cái nhìn trong quá khứ. Hiện nay, thế kỷ 21 này, thì giữa khoa học Tây phương và Đạo học Đông phương có thể tiến lại gần nhau. Cái nhìn lưỡng nguyên gây nên tác hại rất lớn. Nhất là vấn đề kỳ thị và hận thù. Ngược lại, cái nhìn theo lý bất nhị, ta không còn thấy có hai thực thể khác biệt nhau. Không còn ý niệm Phật và chúng sinh là hai phạm trù chia cách. Mà cái nhìn giữa chủ thể và đối tượng tương tức tương nhập với nhau. Có cái nhìn bằng tuệ giác sắc bén như thế, thì làm gì có chiến tranh gây ra đau khổ tàn hại giết chết lẫn nhau. Vì trong Phật có chúng sinh và trong chúng sinh có Phật. Trong tôi có anh và trong anh có tôi. Đó là ý nghĩa một là tất cả, tất cả là một. Thế nên:

*Tôi thấy hạt mưa rất thân quen
Hạt mưa không nói sự sang hèn
Sang hèn là tại ta phân biệt
Đã chết lâu rồi trong đảo điên*

Một Là Tất Cả

*Ta có mặt ta trong đám mây
Trái dài hoa lá khắp rừng cây
Nơi nào cũng có ta trong ấy
Cùng dựng mùa xuân để đắp xây*

*Tôi thấy hạt mưa rất thân quen
Hạt mưa không nói sự sang hèn
Sang hèn là tại ta phân biệt
Đã chết lâu rồi trong đảo điên*

*Không có thứ gì chẳng phải ta
Sống chết là hai mặt khác là
Ai còn lầm nhận phân chia ấy
Thế giới điên cuồng khổ tại ta*

*Cực lạc đâu xa tại Ta bà
Có gì không phải ở tâm ta
Muôn pháp thấy đều quy một chữ
Một là tất cả khắp hằng sa*

~~~~~

*Ta có mặt ta trong đám mây  
Trái dài hoa lá khắp rừng cây  
Nơi nào cũng có ta trong ấy  
Cùng dựng mùa xuân để đắp xây*

## Di Đà Trong Ta

*Đêm tụng Kinh Di Đà  
Tây phương hiện trong ta  
Mỗi lời trong chánh niệm  
Tiếp xúc Phật Di Đà*

*Đêm tụng Kinh Di Đà  
Cực lạc thật không xa  
Nhạc trời vang tiếng gọi  
Tịnh độ tại Ta bà*

—

Kinh A Di Đà là quyển kinh gọi là Vô vấn tự thuyết, không ai hỏi Phật tự nói. Thông thường những bộ kinh khác, đều có duyên cớ phát khởi nên Phật mới nói. Nội dung kinh Di Đà là nói lên cảnh giới “Y báo và Chánh báo” trang nghiêm ở cõi Cực lạc. Đông thời Phật cũng chỉ rõ về phương cách trì danh niệm Phật. Nếu hành giả nào y cứ vào pháp tu này mà nỗ lực hành trì một cách chân thành tha thiết thì, trong vòng thời gian bảy ngày sẽ đạt được kết quả “Nhất tâm bất loạn”. Vì thế, nên chư Tổ bên liên tông thường khuyến khích các hành giả Tịnh độ nên tụng đọc kinh này. Do đó, mà phần nhiều chư Tăng, Ni các chùa thuộc hệ phái Phật giáo Bắc tông đều trì tụng. Kinh này được liệt vào thời khóa tụng buổi tối, nên gọi là thời Tịnh độ. Nhờ tụng đọc thường xuyên nên đại đa số đều thuộc nằm lòng.

*Đêm tụng kinh Di Đà  
Tây Phương hiện trong ta*

Ta cần phân biệt giữa chữ tụng và chữ đọc khác nhau. Chữ tụng là tụng thuộc lòng không cầm bản. Và tụng phải có âm điệu trầm bổng. Còn đọc là cầm quyển kinh đọc từ đầu tới cuối. Cho nên giữa tụng và đọc khác nhau là ở chỗ đó. Khi tụng hay đọc lúc nào tâm ta cũng phải chuyên chú vào lời kinh, tiếng kệ. Nếu khi tụng đọc mà tâm tán loạn nghĩ tưởng lãng xăng nơi khác, thì đó chỉ là khẩu tụng đọc, chứ tâm không có mặt trong lúc tụng đọc. Cho nên, khi tụng đọc ta cần phải tập trung tâm ý không được xao lãng. Đó cũng là cách gìn giữ chánh niệm trong lúc tụng đọc. Và như thế, thì mới đúng ý nghĩa tụng đọc kinh và có lợi ích lớn. Ngoài ra, khi tụng đọc ta cũng cần phải tìm hiểu nghĩa lý trong kinh. Tụng kinh là cốt để cầu lý. Chớ nêu như cứ tụng suông mà không chịu tìm hiểu ý nghĩa trong kinh Phật dạy thế nào, thì cũng chưa đúng ý nghĩa tụng đọc kinh điển. Khi hành giả nhiếp tâm tụng đọc, thì cảnh giới Tây phương Cực lạc sẽ hiện đầy đủ trong tâm thức của hành giả. Không cần phải tìm cầu cảnh giới Tây phương Cực lạc ở bên ngoài. Đó là:

*Mỗi lời trong chánh niệm  
Tiếp xúc Phật Di Đà*

Và mỗi lời tụng đọc phải là ở trong chánh niệm. Chánh niệm là sự có mặt đích thực trong bất cứ việc làm nào. Ta cần phải thực tập chánh niệm hàng ngày. Không phải ta chỉ giữ chánh niệm trong thời tụng đọc kinh thôi, mà ta còn phải gắng công thực tập trong tứ oai nghi: đi, đứng, nằm, ngồi và mọi thi vi động tác khác. Có thực tập như thế, thì tâm ta mới có an lạc. An lạc là hạnh phúc lớn.

hoàn cảnh thảm thương bị đát hơn nữa cho thân phận của trẻ mồ côi, nói sao cho hết những mảnh đời bất hạnh...!

Đó là một trong rất nhiều hoàn cảnh thương tâm mà các trẻ sơ sinh mồ côi đã phải gánh chịu. Tất cả mọi hậu quả của việc thương tâm đó, đều do hành động thiếu chánh niệm mà ra. Nếu như ta có chánh niệm, thì mỗi hành động hay lời nói, ta đều ý thức nhận biết rõ ràng đâu đúng, đâu sai và đâu nên làm và đâu không nên làm. Chánh niệm giúp cho sự sống của chúng ta rất nhiều. Ta cần phải thực tập chánh niệm trong mọi tư duy và mọi hành động. Ta thực tập từng bước đi, từng hơi thở, từng việc làm. Chánh niệm có nghĩa là ta biết rất rõ ta đang làm gì trong giây phút hiện tại. Ta thở, ta biết ta đang thở. Hơi thở như thế nào ta nhận diện rất rõ. Người có chánh niệm là người đang có mặt trong mọi việc làm và lời nói của mình. Ý thức như thế thì làm gì có việc xảy ra không tốt đẹp ngoài ý muốn của mình. Trừ phi ta bị thất niệm hay để tà niệm xen vào dẫn dắt chúng ta đi vào con đường tội lỗi sa đọa. Đó là: “Ma đưa lối, quỷ dẫn đường, tìm trong những chôn đoạn trường mà đi” (Truyện Kiều). Thế thì ta trách ai đây? Ta hãy tự quán chiếu lại mình. Tất cả mọi tội lỗi sai quấy đều do ta thiếu ý thức chánh niệm mà ra.



nằm trên những năm mồ ộp đá hoa cương lạnh ngắt. Hương khóc cạn nước mắt mơ về căn phòng nhỏ có mái che mưa.

Sau một năm “ngày nhật ve chai, đêm ngủ nghĩa địa” Hương cũng tích góp được một ít tiền để có thể thuê cho mình phòng trọ tồi tàn. Nhưng cũng chính lúc ấy, chị bất ngờ trở thành mẹ đơn thân theo cách khó ai ngờ nhất. Hương nhặt đứa bé bị bỏ rơi ở bãi rác về nuôi, yêu thương như con đẻ. Chị kể: “Năm đầu tiên thuê được phòng trọ, tôi đã nhặt nhận nuôi 2 sơ sinh. Bé đầu tiên bị cha mẹ bỏ ở bãi rác. Tôi đi nhặt ve chai thì vô tình phát hiện nên bé về nuôi.

Ba tháng sau, nữ sinh viên trót mang thai ngoài ý muốn thuê trọ gần chỗ tôi trở dạ sinh con nhưng không có kinh tế, người thân bên cạnh. Thấy vậy, tôi đưa cô ấy đến bệnh viện Từ Dũ sinh. Sinh xong, cô ấy trốn mất. Tôi thương đứa bé không có cha mẹ nên vét hết tiền thanh toán viện phí rồi giữ bé lại nuôi. Lúc đó, tôi mới hơn 16 tuổi một chút”.

Qua chuyện dẫn trên, ta thấy Hương tuy có chú ruột, nhưng vì không có cha mẹ, thiếu mái ấm gia đình, nên không muốn làm phiền mang thêm gánh nặng cho chú. Một mình rời Đồng Nai vào Sài Gòn kiếm sống. Nhưng khổ nổi, mang thân phận của kẻ vô gia cư, nên đành phải ngủ trong nghĩa địa. Đã vậy, mà còn phải mang thêm gánh nặng là nhặt đứa bé bị cha mẹ bỏ rơi đem về nuôi. Nếu như Hương không có lòng nhân từ đức hạnh thì làm sao nhặt đứa bé đó nuôi được? Chẳng những thế, mà còn phải nuôi thêm một đứa trẻ nữa, vì người mẹ bỏ rơi. Còn nhiều

Ngược lại với chánh niệm là tà niệm hay thất niệm. Tà niệm là chúng ta suy nghĩ toan tính những chuyện vô vắn tạp nhạp không đâu. Có thể đó là sự toan tính tìm cách hại người chẳng hạn. Còn thất niệm là tâm ta rơi vào trạng huống tâm lý nghĩ nhớ nơi khác. Làm ở đây mà suy nghĩ chuyện ở nơi kia, thì đó gọi là thất niệm. Cho nên mỗi lời kinh ta tụng phải ở trong chánh niệm.

Nếu ta giữ được mỗi lời trong chánh niệm, thì sự tiếp xúc Phật A Di Đà ngay trong hiện tại. Không phải ta tiếp xúc với đức Phật A Di Đà bằng hình tượng ở bên ngoài. Bởi vì ai cũng có sẵn tự tánh Di Đà cả. Nhưng sở dĩ ta không tiếp xúc được với Di Đà tự tánh của ta, là vì ta cứ để tâm ta phiêu lưu rong chơi ở phương trời nào đó, bám theo duyên trần, ngoại cảnh, thì làm sao tự tánh Di Đà xuất hiện được? Muốn tiếp xúc với tự tánh Di Đà, với điều kiện là tâm ta phải thực sự thanh tịnh. Mà muốn thanh tịnh thì phải có chánh niệm. Mà có chánh niệm thì liền tiếp xúc với Phật Di Đà. Còn chạy bên ngoài tìm cầu cả đời này cũng không bao giờ thấy được Phật Di Đà của mình. Cho nên ta cần phải có mặt để tiếp xúc với tự tánh Di Đà của chính mình.

Như vậy, 4 câu đầu, chỉ có câu “*Đêm tụng kinh Di Đà*” là nói về phần Sự tướng. Còn 3 câu sau là nói về phần Lý tánh. Sự đâu thì Lý đó, Tướng đâu thì Tánh đó. Như sóng đầu thì nước đó, ngược lại cũng thế. Đó là sự lý viên dung, tánh tướng không hai. Nói cách khác, câu đầu là Tục đế, là Thế giới tất đàn, là Tịch môn. Còn 3 câu sau là Chơn đế, là Đệ nhất nghĩa tất đàn, là Bản môn vậy. Chẳng qua là tên khác của Chân lý tuyệt đối đó thôi.

*Đêm tụng Kinh Di Đà*  
*Cực lạc thật không xa*

Hiểu 4 câu trên, thì chúng ta cũng hiểu được 4 câu dưới. Cực lạc thật không xa, đâu có khác Tây phương hiện trong ta. Tu học Phật mà một bề cứ chạy tìm cầu ông Phật ở bên ngoài, thì muôn đời vạn kiếp ta cũng không bao giờ thấy được ông Phật thiệt đâu! Ông Phật thiệt là ở trong tâm của mỗi người. Như câu nói của Thiền sư Trúc Lâm hay Viên Chứng: *“Trong núi vốn không có Phật, Phật chỉ ở trong tâm của bệ hạ”*. Đó là lời nói chân tình của Thiền sư với vua Trần Thái Tông, tức Trần Cảnh. Sau này, đến đời cháu là vua Trần Nhân Tông cũng nói: *“Gia trung hữu bảo hưu tầm mịch”*. Câu nói này, đâu có khác gì câu nói của Thiền sư Viên Chứng. Trong nhà của mỗi người có đầy của báu mà cứ chạy bên ngoài tìm cầu, quên đi của báu trong nhà mình. Mà muốn thấy được của báu trong nhà mình, với điều kiện là phải: *“Đối cảnh vô tâm mạc vân thiên”*.

Khi tiếp xúc với cảnh duyên, tâm ta không bị dính kẹt vào sáu trần, thì ngay nơi chỗ không còn dính kẹt đó, chính là Di Đà tự tánh hiện bày. Như vậy, muốn tìm lại của báu, cũng không phải là khó lắm. Chỉ cần tâm ta không vướng mắc vào cảnh duyên đối đãi, thì lúc đó chân tâm hiển hiện. Như câu nói của đức Lục Tổ Huệ Năng nói với Thượng tọa Minh: *“Đừng nghĩ thiện, đừng nghĩ ác, chính ngay giây phút đó cái gì là Bản lai diện mục của Thượng tọa Minh?”* Ngay câu nói này ngài Huệ Minh liền đại ngộ.

Trong câu nói của Lục Tổ, ta thấy chỗ quan trọng là: ***“Đừng nghĩ thiện, đừng nghĩ ác”***. Bởi vì thiện và ác là đối đãi hai bên, phải vượt lên trên cái đối đãi hai bên này, thì chính cái chỗ không đối đãi liền xuất hiện. Tức thể tánh chơn như hiện bày. Vì còn đối đãi là còn sinh diệt. Sinh diệt không còn, thì cái thực thể bất sinh, bất diệt hiện

*không đủ điều kiện để nuôi bé, chăm sóc bé. Xa bé, con cũng rất đau lòng.*

*Con biết, bé sống với cô sẽ tốt hơn sống với con. Cô như mẹ ruột của các bé ở mái ấm. Con xin gửi gắm bé cho cô. Con biết làm vậy là tội lớn lắm nhưng con không còn cách nào khác...*

*Con nợ cô, nợ bé. Con sẽ cố gắng kiếm tiền, đủ kinh tế để đón bé về sớm nhất. Con cảm ơn cô đã cứu mang, nuôi dạy bé trong khoảng thời gian này. Con biết ơn cô nhiều lắm...”*

Lướt vội lá thư, chị Hương ôm đứa bé vào lòng để ủ ấm rồi nhắc máy gọi cơ quan chức năng đến lập biên bản, làm thủ tục nhận nuôi. Nhìn đứa bé đỏ hồng, nằm yên trong vòng tay mình, chị lại nhớ ngày nhật được con trong bãi rác cách đây hơn 30 năm.

Năm ấy, Hương vừa tròn 16 tuổi và cũng vừa rời Đồng Nai lên TP. Hồ Chí Minh, tìm việc làm. Đắt khách quê người, Hương không xin được việc, không có chỗ trú thân.

Quyết không trở về Đồng Nai làm gánh nặng cho người chú ruột nghèo khó, nheo nhóc con, Hương lang thang ra công viên Gia Định (quận Gò Vấp, TP. Hồ Chí Minh). Tại đây, ban ngày Hương đi nhặt ve chai, tối lại về công viên ngủ. Nhưng công viên vốn là nhà của trẻ bụi đời, người nghiện, ăn xin... Họ không chào đón Hương mà còn ném về phía cô ánh mắt xua đuổi.

Để bảo vệ mình, Hương tìm vào sống trong một nghĩa địa cũ trên đường Nguyễn Văn Lượng, quận Gò Vấp. Đêm

phải chịu đựng. Nắng mưa đầy nước mắt, một manh áo tả tôi! Bữa đói bữa no là chuyện bình thường của một đứa trẻ mồ côi lang thang giữa chợ đời không người nuôi dưỡng. Có hôm phải chịu đói khát dã ròi!

Có nhiều lý do đưa đến trở thành đứa trẻ mồ côi. Thứ nhất cha mẹ bị tai nạn hoặc bị bệnh mà chết hết. Thứ hai, vì quá nghèo khổ sanh ra con bị khuyết tật, không có khả năng chữa trị, nên phải bỏ rơi, nhờ người khác nuôi giùm. Thứ ba, thụ thai sanh con ngoài ý muốn v.v... Có những đứa bé đã bị bỏ rơi vừa lúc mới chào đời. Thật là bất hạnh! Hiện nay, có nhiều trung tâm nuôi dưỡng những đứa trẻ mồ côi. Ngoài ra, còn có những người giàu lòng nhân ái tử tế nhận những đứa bé mồ côi về nuôi. Nhờ đó mà những đứa trẻ bất hạnh trên đời mới có cơ sống sót. Nếu không có những nhà hảo tâm nhơn đạo cứu mang cứu giúp nuôi dưỡng thì thử hỏi những đứa bé mồ côi này sẽ ra sao? Có tồn tại trên đời hay không? Sự bỏ rơi con cái nhờ người khác chăm nuôi cũng có nhiều lý do. Sau đây là một trong những câu chuyện rất thương tâm. Với tựa đề là làm mẹ ở tuổi 16.

“Sáng sớm, tiếng gõ cửa vội vã khiến chị Giáp Thị Song Hương (Sài Gòn 1974, quận 12, TP Hồ Chí Minh) thức giấc. Trong lúc xỏ vội đôi dép, chị nghe rõ tiếng mọi người gọi tên mình. Họ thông báo lại có người bỏ con trước cửa khách sạn của chị. Đứa bé còn đỏ hồng được người mẹ đặt trong võ xách. Bên cạnh là lá thư với nét chữ ngây thơ bằng bút chì.

Thư có đoạn: “*Gửi cô Hương mẹ của các bé mái ấm Hoa Hồng. Con tự sinh bé nên không có giấy tờ gì cả... Con*

ra, chớ còn tìm cầu ở đâu nữa? Càng khởi tâm tìm cầu thì càng xa rời bản tâm, tức “**Cửa Báu**” ở đây nói. Tịnh độ tại Ta bà là như vậy đó. Ta bà và Tịnh độ thật không có xa. Xa là chỉ tại ta thôi. Ta còn phân biệt chấp trước đây là Ta bà, kia là Tịnh độ, còn thấy có hai bên tất nhiên là còn xa. Còn nếu hành giả vượt lên trên cái thấy lường nguyên này, thì Phật Di Đà tự tánh hiển lộ ngay. Về Lý Tịnh độ là như vậy. Ta cần phải nương Sự để hiển Lý, Sự Lý có viên dung, thì sự tu hành của ta mới không sai lạc.

*Nhạc trời vang tiếng gọi*

*Tịnh độ tại Ta bà*

Chỉ cần lật qua lật lại, mê là Ta bà, giác là Tịnh độ. Như vậy, chẳng tìm cầu ở đâu chi cho mệt. Về Lý là như thế. Còn về Sự tướng thì ta còn cần phải nghe âm thanh của nhạc trời vang tiếng gọi. Tức là còn phải nghe các thứ âm thanh của thiên nhiên, như suối reo, gió thổi... nhơn nơi âm thanh bên ngoài mà ta trực nhận lại tánh nghe hằng hữu của mình, thì chẳng phải nương sự để hiển lý đó sao? Nương nơi âm thanh của tiếng niệm Phật mà ta nhận lại tự tánh Di Đà của ta, đó chẳng phải tức Sự hiển Lý đó sao? Thế thì, lý, sự không ngoài tâm ta vậy.

Tôi sáng tác bài thơ 8 câu này với mục đích là để nhắc nhở trong đạo tràng mỗi khi sinh hoạt ca hát. Đây là bài ca mà trong đạo tràng rất thích. Bởi vì nội dung của bài hát là ngầm ý nhắc nhở chúng ta về Sự và Lý Tịnh độ một cách rất rõ ràng. Xin nói rõ ra đây để quý độc giả khỏi phải ngộ nhận, tôi không phải là một nhạc sĩ. Từ nhỏ, tôi rất thích nghe những âm điệu của những bài ca vọng cổ. Vì nó có nhạc điệu xuống lên trầm bổng du dương làm cho tâm hồn mình cảm thấy lâng lâng thích thú. Nghe giọng ca trầm

âm đầy chất giọng của cô nghệ sĩ tài ba Út Trà Ôn hay giọng ca của cô nghệ sĩ Út Bạch Lan v.v... thật là mùi mẫn làm sao! Tuy không biết nhạc lý, nhưng tôi thích sáng tác và chế theo điệu nhạc của riêng mình, nói rõ ra là ca theo điệu nhạc rừng. Tôi viết được bài ca nào, tôi ca nghe nhạc điệu thấy hay hay, thì tôi đem ra cố sùý phổ biến cho trong đạo tràng Quang Minh cùng ca hát. Miễn sao cùng vui hát với nhau là được. Tôi mượn lời ca tiếng hát để lồng trong đó chất đạo lý siêu thoát mà thôi. Đơn cử như bài hát **Niềm Vui**:

*Những ngày an tu đi qua, lòng ta vẫn thiết tha  
Dư âm câu Phật Đà, vẫn sáng lòa trong tâm  
Ôi! kinh kệ thậm thâm, cùng cương quyết nghiên tâm  
Ngồi bên nhau an tâm, lòng phủ hết bụi trần*

*Hồn lâng lâng an vui, miệng luôn nở tươi cười  
Từng bước đi thanh thoi, tâm trí huệ sáng ngời  
Kìa! Bầu trời thênh thang, mây qua lại an nhàn  
Xây từng tòa kim cang, hướng về cõi Lạc bang*

*Câu niệm Phật vang vang, từng bước đi thẳng hàng  
Từng bữa cơm nghiêm trang, chứa chan biết bao nhiêu tình  
Ôi! đậm đà biết bao, tình bạn sen bên nhau  
Lời êm ái ngọt ngào, trong chiếc áo lam màu*

*Mang cuộc sống thanh cao, bước chân đi vào đời  
Dù ngàn sao có rơi, tâm nhớ Phật vững bền  
Dù ngàn sao có rơi, câu hiệu Phật không rời  
Dù ngàn sao có rơi, câu hiệu Phật không rời...*

## Trẻ Mồ Côi

*Thân phận trẻ mồ côi  
Lang thang giữa chợ đời  
Nắng mưa đầy nước mắt  
Một manh áo tả tơi!*

*Thân phận trẻ mồ côi  
Đói khát ôi! Rã rời  
Đầu đường nơi xó chợ  
Gầy ốm như ma trôi!*

*Thân phận trẻ mồ côi  
Có miệng không có lời  
Người đời khinh ghét bỏ  
Mang kiếp sống bỏ rơi!*

*Thân phận trẻ mồ côi  
Lang thang khắp cùng nơi  
Mong tình thương ai đó  
Xoa dịu chút khổ đời!*

~~~~~

Tôi viết bài thơ này, với thâm ý là muốn tặng cho các bạn trẻ không may rơi vào trạng huống mồ côi. Mồ côi tội lắm ai ơi! Đó là một tiếng kêu than vang dậy cả đất trời. Mang thân phận của kẻ mồ côi rày đây mai đó lang thang giữa chợ đời. Một thân phận dường như bị cuộc đời bạc đãi ruồng rẫy quên lãng. Ta chưa phải là một trẻ mồ côi, cho nên ta không thể hiểu hết những gì mà một đứa trẻ mồ côi

cũng như không. Ta có **Ông Chủ** như vàng trắng sáng. Nhưng tại vì ta chưa nhận ra đó thôi. Gió thì có động, nhưng Chủ thì không động. Bụi thì có động, nhưng hư không thì không động. Vì không động nên Chủ nhìn gió chỉ để vui chơi thôi! Muốn thấy được Ông Chủ, thì chỉ cần dừng chân dứt vọng đừng mơ ước bất cứ một điều gì. Vì còn mơ ước là còn khởi tâm vọng tưởng. Khi vọng tưởng dấy lên thì che mờ tánh giác, tức Ông Chủ. Khác nào như mây che khuất ánh trăng. Trăng thì luôn có đó, chỉ cần vệt tan mây mù, thì ánh trăng hiện khởi. Chẳng cần tìm đâu chi cho mệt. Ta chỉ cần buông bỏ mọi vọng niệm, thì ta sẽ được thanh thoi dạo chơi trong bầu tự do, tự tại giải thoát vậy.

Như Huyền

*Nhìn gương thấy bóng giỡn cười chơi
Trăng nước mua vui chỉ có trời
Vạn vật trôi qua trong nháy mắt
Cành mai còn đó cứ vui chơi*

*Nhìn lại thân mình cũng thấy vui
Biết rằng năm uẩn hợp thành tôi
Sắc tâm, tâm sắc nay còn đó
Duyên mất duyên còn chỉ thế thôi!*

*Chướng nạn vẫn còn bởi chấp tôi
Nhìn hoài chẳng thấy cái nào tôi
Rờ đâu cũng thấy do duyên hợp
Năm uẩn không còn vẫn có tôi*

*Như như bất động cảnh không hoa
Huyền mộng muôn duyên chỉ tâm ta
Thiền tịnh sáng soi trăng dưới nước
Sự truyền giáo lý khổ thoát ra.*

Một Câu A Di Đà

*Một câu A Di Đà
Tâm nguyện lòng thiết tha
Việc đời thôi buông bỏ
Yếm ly cõi Ta bà*

*Một câu A Di Đà
Tín nguyện phải sâu xa
Chuyên tâm luôn trì niệm
Đi đứng chẳng rời ra*

*Một câu A Di Đà
Hành thiện hạnh vị tha
Rộng lòng thương muôn loại
Huynh đệ chỉ một nhà*

*Một câu A Di Đà
Tiêu nghiệp chướng trần sa
Hương tâm về Cực lạc
Vui sống cảnh an hòa*

~~~~~

Tôi còn nhớ, lúc nhỏ, tôi đến chơi nhà của một đứa bạn ở trong xóm tôi. Tôi ngồi ở căn nhà giữa, chờ rủ bạn ra ngoài đồng bắt châu chấu hay dế cho đá chơi. Tuổi trẻ đâu biết gì là tội lỗi. Tôi ngồi chờ bạn tôi đang dùng cơm với gia đình. Bạn tôi tên Bê. Bạn tôi và tôi cùng trang tuổi. Năm đó, tôi khoảng độ 6 hoặc bảy tuổi. Tôi không nhớ rõ

lắm. Tôi kêu ba mẹ của Bê bằng cậu mợ tư. Bê tánh tình hiền từ rất dễ thương mến. Trong lúc ngồi chờ, tôi đưa mắt nhìn lên bàn thờ giữa nhà (vì nhà có 3 gian), thấy có hình tượng Phật A Di Đà bằng giấy. Ngài đứng giữa khoảng không gian rộng lớn và cánh tay phải của Ngài duỗi xuống như muốn cứu vớt chúng sinh ra khỏi bể ái sông mê. Tượng Ngài lồng trong một cái khuôn kiếng kích thước rộng rất đẹp. Tôi nhìn trân trân vào hình tượng của Ngài. Lúc đó, thú thật, tôi không biết đó là tượng Phật A Di Đà. Điều lạ lùng không hiểu sao lần đầu tiên, khi nhìn vào tượng Ngài, tôi có một cảm giác dường như là tôi rất quen với hình tượng của Ngài lâu lắm rồi. Giống như đã nhìn thấy Ngài nhiều lần vậy. Đó là lần đầu tiên trong đời tôi nhìn thấy tượng Phật A Di Đà. Sau lần đó, tôi hay tưởng tượng đến hình tượng của Ngài. Không biết đó có phải là một nhân duyên giữa tôi với Ngài hay không? Dù lúc đó, tôi còn nhỏ, nhưng tôi vẫn cảm thấy như có cái gì đó rất cảm tình đặc biệt với hình tượng của Ngài. Có lẽ vì vậy, mà tôi tự nhiên biết đến danh hiệu Ngài và rồi cũng tự nhiên niệm danh hiệu Ngài.

Nhớ lại, có lần giữa lính Quốc Gia và lính du kích Việt Cộng bắn nhau, lúc đó, mẹ và anh tôi đang tưới đồ ở ngoài đồng. Việt cộng treo lá cờ đỏ ngôi sao vàng trên một cành cây còng to lớn ở giữa cánh đồng. Mẹ và anh tôi không biết, vì lúc đó mặt trời sắp chen lặn. Tôi cũng từ chỗ trông đồ, nhưng mẹ bảo tôi vô nhà trước. Khi tôi vừa vô tới nhà, thì bỗng nhiên, tôi nghe tiếng súng nổ liên hồi về hướng nơi mà mẹ và anh tôi đang ở đó. Khi đó, tôi chung vào tảng xê, mà miệng cứ niệm danh hiệu Phật A Di Đà liên tục (*hồi đó tôi chưa biết niệm danh hiệu Bồ tát Quán Thế Âm*). Tôi vừa niệm Nam Mô A Di Đà Phật vừa lo sợ cho mẹ và anh tôi. Niệm Phật mà tâm tôi luôn luôn

nên chú ý, chữ chơi nói ở đây, không có nghĩa là chán đời buông xuôi tất cả. Mặc cho cuộc đời xô đẩy xuống lên. Như vậy, có nghĩa là ta phó mặc cho định mệnh an bày. Ta mất đi quyền tự chủ. Mà chữ chơi nói ở đây đồng nghĩa với việc buông xả. Không để tâm chấp trước dính mắc vào bất cứ thứ gì. Làm tất cả mà coi như không làm gì hết. Không làm gì hết mà là làm tất cả.

*Nắng rót vào hồn một sáng mơ  
Cột đũa hoa nở thắm tươi cười  
Chim bay mỗi cánh qua đồng vắng  
Chó sủa vang trời khắp mọi nơi*

Ánh nắng hồn nhiên, không dụng ý cột đũa với những đóa hoa đang tươi nở. Chim bay qua đồng vắng hay chó sủa rân trời, là chuyện bình thường không có gì phải nói. Nghiệp dĩ của mỗi loài là như thế. Chim bay, chó sủa đó là chuyện của chúng nó. Sự sinh hoạt của mỗi loài là tùy theo nghiệp quả mà phát sinh. Cùng là loài động vật, nhưng biệt nghiệp của mỗi loài mỗi khác. Tất cả các loài động vật sống trên hành tinh này là nghiệp chung. Trong cái nghiệp chung đó, còn tùy theo sự huân tập gây nghiệp nhân trong quá khứ mà nay phải chịu nghiệp quả khác nhau. Nghiệp quả của mỗi loài khác nhau đó gọi là biệt nghiệp. Trong Duy Biểu Học gọi là cộng biểu và tự biểu.

*Trăng sáng vườn hoang ai bỏ trống?  
Trời chiều gió động chủ vui chơi!  
Dừng chân dục vọng đừng mơ ước  
Một nẻo an nhàn “buông” thành thời!*

Trăng sáng vườn hoang ai bỏ trống? Trăng thì sáng, vườn không chủ, gọi là vườn hoang. Thứ hỏi, khu vườn tâm của ta hoang vắng hay có chủ? Nếu biết có **CHỦ** thì không gọi là vườn hoang. Tuy chủ có đó, mà không nhận biết, thì có

- Thầy tri viên liền nói, bạch Hòa Thượng! nếu trồng mà không cho nó mọc rễ, thì đại chúng lấy gì mà ăn?
- Ông cũng có miệng nữa sao.

Qua câu chuyện đối đáp đó, ta thấy có vô lý trái ngược với đời không? Trồng rau mà không cho mọc rễ, thì trồng làm gì? Mới nghe ta thấy dường như vô lý, nhưng kỳ thật, Thiên sư dạy cho thầy tri viên cũng như cho chúng ta một bài học rất lớn. Bài học đó là gì? Thông thường ta làm đâu bị dính mắc đó. Nghĩa là làm việc gì thì chấp chặt vào việc đó. Chính vì chỗ chấp đó nên cái ngã tướng càng lúc càng cao. Ai khen thì ta vui, ai chê thì ta buồn. Đó là ý nghĩa trồng rau mọc rễ là vậy. Ở đây, Thiên sư dạy trồng thì trồng, không ai ngăn cản, nhưng với điều kiện là trồng không cho nó mọc rễ. Còn mọc rễ là còn thấy có ngã tướng trong đó. Thầy tri viên thật thà, vì không hiểu ý Thiên sư, nên mới nói trồng mà không cho nó mọc rễ, thì đại chúng lấy gì mà ăn. Ngài nói ông cũng có miệng nữa sao? Câu nói này thật không có ý nghĩa gì. Điều quan trọng mà Thiên sư muốn dạy chúng ta là làm tất cả mọi việc, nhưng đừng để dính mắc vào bất cứ việc gì. Còn chấp là còn khởi sanh phiền não. Cố nhiên là còn tạo nghiệp. Hễ còn tạo nghiệp thì còn thọ khổ.

Câu chuyện tuy đơn giản, nhưng cũng không phải dễ thực hành. Duy Biểu Học có nói đến 11 món thiện. Trong 11 món thiện có một món gọi là hành xả. Tức làm đâu bỏ đó. Đừng để dính mắc vào công việc mình làm. Không dính mắc tức giải thoát. Giải thoát ngay trong hành động. Cần gì phải tìm giải thoát ở nơi đâu. Làm đâu buông đó có phải như là trò chơi không? Làm chơi, ăn chơi, nói chơi, vui chơi, cười chơi... chỉ cần một chữ” **“CHƠI”** là đủ. Ta

bất an. Đó là lần đầu tiên, tôi mới niệm danh hiệu Phật A Di Đà nhiều như vậy. Vì lo sợ quá mà niệm Phật liên thình, chớ kỳ thật tôi chẳng biết ý nghĩa niệm Phật là như thế nào cả. Đến khi ngưng hẳn tiếng tụng, tôi liền chạy ra nơi chỗ trồng đồ tìm mẹ và anh tôi. Trong lúc hai bên bắn nhau, mẹ tôi quỳnh quáng chạy tìm cách trú ẩn trong nhà của một người hàng xóm quen biết ở gần đó. Còn anh tôi thì nằm tránh đạn ở dưới giếng. May là lính Quốc Gia không có đến chỗ anh tôi núp tránh đạn. Nếu đến, thì không biết anh tôi như thế nào. Vì hồi đó, lính Quốc Gia hay tình nghi người dân là Việt Cộng lắm. Mà điều tình nghi đó của họ cũng không phải là không có lý do. Hai mẹ con tước đồ gần nhau, mà khi xảy ra sự việc thì mạnh ai nấy lo tìm cách thoát thân. Khi gặp lại mẹ, tôi vui mừng đến chảy nước mắt. Tôi ôm chặt mẹ tôi trong vòng tay của tôi. Mẹ tôi cũng xúc động nước mắt tuôn trào, bà ngập ngừng nói không ra lời. Sống trong thời buổi chiến tranh ly loạn là thế đó! Sự sống chết như trở bàn tay. Anh tôi tuy bình tĩnh nhưng khi thấy tôi anh cũng tỏ ra xúc động. Thế là ba mẹ con tôi đi vào trong nhà. Thật ra, tôi niệm Phật, vì lúc đó tôi chỉ lo sợ mẹ tôi bị trúng đạn mà chết. Năm đó, tôi khoảng độ 13 tuổi. Nói thế, để thấy rằng, tôi rất có nhân duyên với đức Phật A Di Đà. Nếu không có nhân duyên, thì tại sao tôi lại niệm danh hiệu của Ngài?

Tôi viết bài thơ này, cũng ngầm có ý hồi tưởng lại qua sự việc liên hệ đến tình cảnh của mẹ và anh tôi như trên đã nói. Một câu A Di Đà thì bất kỳ ai cũng có thể niệm được cả, nếu như họ muốn niệm. Như tôi chưa biết danh hiệu Phật như thế nào, nhưng trong lúc lo lắng sợ hãi, tự nhiên tôi phát ra tiếng niệm Phật. Không phải niệm nhỏ tiếng mà tôi niệm thật to tiếng. Vì lúc đó trong tạng xê có mình tôi với người cha kế. Đó là sự bộc phát một cách rất chân

thành và tự nhiên của tôi. Cho nên, khi niệm Phật lòng ta phải hết sức tha thiết. Chữ tha thiết có nghĩa là mài sắt, tha là mài, thiết là sắt, cứ mài tới mài lui không được hở ra. Cũng vậy, khi niệm Phật ta phải niệm một cách liên tục và trong tâm không được suy tính điều gì khác. Không phải như tôi, lúc niệm Phật là có ý mong Phật gia hộ độ trì cho mẹ và anh tôi đều được bình an vô sự. Miệng niệm Phật mà tâm tôi cứ nghĩ tới mẹ và anh tôi thôi. Niệm như thế, quả thật chưa đúng phương pháp niệm Phật. Cho nên, muốn niệm Phật một cách chân thành và tha thiết, thì phải buông bỏ hết mọi việc. Chớ niệm Phật mà còn lo nghĩ toan tính thế này, thế kia như tôi, thì đó là tôi chỉ niệm mẹ và anh tôi thôi, dù lúc đó miệng tôi vẫn phát ra thành tiếng niệm Phật. Nhưng tâm tôi thì không có niệm Phật. Thế là miệng và tâm chông trái nhau. Niệm Phật như thế là sai rồi. Nhưng hỏi đó tôi đâu có biết niệm thế nào là đúng là sai. Vì niệm Phật để cầu nguyện Phật gia hộ cho mẹ và anh tôi thoát nạn đó thôi. Đó là cách phản ứng tự nhiên trong thâm tâm tình cảm sâu đậm của một con người. Hầu như đại đa số chúng ta đều là như thế cả. May mà mẹ và anh tôi còn sống, chớ nếu như mẹ và anh tôi lỡ như bị trúng đạn chết đi, thì chắc chắn tôi sẽ cho Phật và Bồ tát là không có linh thiêng. Vì Phật không có gia hộ độ trì cho mẹ và anh tôi thoát khỏi tai nạn. Nhưng nếu như tai không qua, nạn không khỏi, thì mình sẽ lên án là Phật không có từ bi linh thiêng gì hết. Thế thì niệm danh hiệu của Ngài để làm gì? Cái ý nghĩ quan niệm đó thật là hết sức sai lầm và tội lỗi.

*Một câu A Di Đà  
Tâm nguyện lòng thiết tha  
Việc đời thôi buông bỏ  
Yếm ly cõi Ta bà*

## Chơi!

*Nắng rót vào hồn một sáng mờ  
Cột đèn hoa nở thắm tươi cười  
Chim bay mỗi cánh qua đồng vắng  
Chó sủa vang trời khắp mọi nơi  
Trăng sáng vườn hoang ai bỏ trống  
Trời chiều gió động chủ vui chơi!  
Dừng chân dục vọng đừng mơ ước  
Một nẻo an nhàn “buông” thành chơi!*

Cuộc đời này, nghĩ cho cùng, rốt lại cũng chỉ là một trò chơi cút bắt. Chẳng qua, người ta khéo bày vẽ những cuộc vui chơi khác nhau đó thôi. Cuộc chơi nào cũng có kẻ thắng người thua. Thắng thì làm vua mà thua thì làm giặc. Đó là những cuộc vui chơi ngoài đời. Đạo Phật cũng có nói đến những trò chơi. Nhưng trò chơi của đạo Phật có lẽ khác hơn trò chơi ở ngoài đời. Đạo Phật chủ trương làm tất cả mọi công việc Phật sự, nhưng không bị dính mắc vào bất cứ một công việc Phật sự nào cả. Khác nào như trong câu chuyện trồng rau không cho mọc rễ, qua sự đối đáp giữa Thiên sư Dược Sơn Duy Nghiễm với thầy Tri viên. Một hôm Thiên sư đi ngang qua khu vườn, thấy thầy Tri viên đang cuốc đất trồng rau. Thiên sư hỏi:

- Ông đang làm gì?
- Dạ! Con đang cuốc đất trồng rau.
- Ông trồng thì trồng, ta không ngăn cản ông, nhưng ông trồng đừng cho nó mọc rễ.

khô đau luân hồi trong nhiều đời nhiều kiếp? Ta đi lang thang trong vòng luân hồi khác nào như một gã cùng tử, đã bao đời nổi trôi không định hướng. Nay ta còn có chút phước duyên nên mới gặp được Tam bảo để nương tựa tu hành. Vậy thì ta còn chần chờ gì nữa, mà không chịu sẵn bước thẳng tiến trên con đường tu tập để được giác ngộ giải thoát.

*Sống chánh niệm tiêu mòn bao nghiệp chướng  
Chỉ một câu Phật hiệu niệm Di Đà  
Vượt muôn ngàn bao nỗi khổ lụy sa  
Ta thoát kiếp tử sinh từ muôn thuở*

Ta hãy cố gắng thực tập chánh niệm trong từng hơi thở. Chỉ có chánh niệm mới có thể giúp cho ta có được đời sống an lạc hạnh phúc. Ta cũng đừng quên niệm Phật Di Đà để cầu vãng sanh về Cực lạc. Chỉ một câu Phật hiệu, nếu chúng ta chí thành tha thiết trì niệm liên tục, thì chắc chắn chúng ta sẽ có được an lạc ngay trong hiện đời này và tương lai ta cũng sẽ được vãng sanh về thế giới Cực lạc của Đức Phật A Di Đà.



Chư Tổ bên Liên Tông thường khuyên chúng ta là phải có tâm niệm yếm ly cõi Ta bà để cầu sanh về thế giới Cực lạc. Cái gì mà mình nhàm chán không thích thì mình mới có cái ý định dứt khoát bỏ đi. Còn nêu như một món đồ vật nào đó mà mình rất yêu thích một cách say mê đắm đuối thì thử hỏi mình làm sao dứt khoát bỏ đi cho được? Chính vì cái tâm ái nhiễm nặng nề đó, mà chúng ta mãi lẫn lộn lên xuống trong ba cõi sáu đường. Thế nên, Phật Tổ biết rõ tâm địa của chúng sanh, nên các Ngài mới khuyên chúng ta là phải nên có thái độ dứt khoát yếm ly cảnh giới đau khổ cùng cực của cõi này.

*Một câu A Di Đà  
Tín nguyện phải sâu xa  
Chuyên tâm luôn trì niệm  
Đi đứng chẳng rời ra*

Đó là 4 câu đầu, 4 câu kệ, là khi niệm Phật mình phải có tín nguyện sâu xa. Có nghĩa là một hành giả Tịnh độ phải trang bị cho mình có đầy đủ tam tư lương: “**Tín, Nguyện, Hạnh**”. Tín sâu, nguyện thiết, và hành chuyên. Một hành giả Tịnh độ, có được vãng sanh hay không, phần lớn là do Tín và Nguyện. Phải có niềm tin vững chắc về pháp môn mà mình đang áp dụng hành trì. Căn cứ theo lời Phật dạy mà chúng ta tin chắc có cõi Tịnh độ và có Phật A Di Đà cùng các hàng Thánh chúng. Đó là ta tin về Chánh báo. Còn Y báo là cảnh trí của cõi Cực lạc rất thù thắng trang nghiêm. Nói chung, y báo và chánh báo đều trang nghiêm thù thắng vi diệu cả. Phải tin chắc như vậy để chúng ta niệm Phật phát nguyện cầu vãng sanh. Tôn chỉ của pháp môn niệm Phật là phải phát nguyện về cõi Cực lạc. Nếu không, thì có thể sẽ đi lệch phương hướng. Đó là Tín và Nguyện chúng ta phải trang bị cho mình có đầy đủ hai

món tư lương này. Còn việc thực hành thì tùy theo sự gia công tinh tấn chuyên cần của mỗi người mà có phẩm vị cao thấp khác nhau. Vì thế, nên ở cõi Cực lạc mới có chia ra làm chín phẩm liên hoa. Gọi là chín phẩm hoa sen là cha mẹ. Ý nói, người vãng sanh về cõi Cực lạc là do liên hoa hóa sanh. Khác hơn ở cõi này là từ bào thai mẹ sanh ra. Muốn sanh ở phẩm cao gọi là thượng phẩm thượng sanh, thì hành giả phải thiết tha chí thành niệm Phật một cách tương tục, gọi là tịnh niệm nối liền. Nghĩa là “*chuyên tâm luôn trì niệm, đi đứng chẳng rời ra*”. Được vậy, mới gọi là ‘Lão thật niệm Phật’. Mục đích tối hậu của pháp môn niệm Phật là hành giả phải đạt cho kỳ được “**Nhất tâm bất loạn**”. Được thế, thì lo gì mà không vãng sanh ở phẩm cao. Và khi đạt được Nhất tâm bất loạn, thì hành giả đã vãng sanh về Cực lạc rồi, dù thân xác vẫn còn ở Ta bà. Nhưng tâm thức của hành giả thì đang ở cõi Cực lạc. Đã được nhất tâm bất loạn, tức chánh định hiện tiền, thì còn gì nói vãng sanh hay không vãng sanh nữa chứ?!

*Một câu A Di Đà  
Hành thiện hạnh vị tha  
Rộng lòng thương muôn loại  
Huynh đệ chỉ một nhà*

Đến 4 câu của đoạn thứ ba, ý nói người niệm Phật ngoài việc tự lợi ra còn phải thực hành hạnh lợi tha. Nghĩa là hành giả phải làm mọi việc lành, gọi đó là trợ hạnh. Trong Kinh tiêu bản Di Đà có nói, không phải có được chút ít căn lành phước đức nhân duyên mà có thể được vãng sanh về cõi ấy. Thế nên ta cần phải tài bồi phước đức bằng cách như bố thí, cúng dường và làm tất cả mọi hạnh lành khác. Như vậy, có chánh hạnh và trợ hạnh đầy đủ thì lo gì mà không được vãng sanh? Sở dĩ mình có lòng vị tha, là vì

nhiều tình thương thì cuộc đời càng có thêm nhiều sức sống. Hãy tưới tâm tình thương lên những tâm hồn khô kiệt như đang mất hết niềm tin vào sự sống. Hãy cho hoa từ bi nở rộ trong bầu trời đen tối chứa đầy những hận thù tàn bạo. Từ bi có công năng xoa dịu làm giảm bớt những vết thương lòng. Suối từ bi luôn tuôn chảy bất tuyệt như một dòng sông chảy mãi không cùng. Thay vì ngậm ngùi trong tuyệt vọng đau thương, sao ta không mở rộng tình thương chan hòa cùng khắp?

Hiện nhân loại rất cần tình thương. Chiến tranh chỉ toàn mang lại những hận thù tàn phá giết chết niềm tin, chỉ gây thêm những khổ đau chồng chất vạn sâu trong muôn kiếp. Sở dĩ có chiến tranh là vì con người đánh mất tình thương. Tình thương càng lớn mạnh, thế giới càng giảm bớt sự tương tranh tàn hại lẫn nhau.

*Hãy tỉnh mộng hành trình trong bất diệt  
Hãy vươn lên đoạn tuyệt kiếp luân hồi  
Đã bao đời mang kiếp sống nổi trôi  
Như cùng tử lang thang không định hướng*

Đối với người Phật tử ta nên nuôi dưỡng lòng từ bi. Vì ta ý thức chỉ có từ bi mới đem lại cho ta có nhiều hạnh phúc hơn trong cuộc sống. Càng mở rộng trái tim yêu thương chừng nào, thì ta cảm nhận đời sống của ta có nhiều ý nghĩa tốt đẹp hơn chừng nấy. Bởi trong tình thương làm gì có ẩn chứa hận thù? Tình thương càng mở rộng thì hận thù sẽ không còn có cơ sở tồn tại. Sở dĩ ta trôi nổi luân hồi trong nhiều kiếp, là vì ta chưa thực sự tỉnh cơn ác mộng. Vì sống trong ác mộng nên ta gây ra nhiều nghiệp bất thiện. Đã thế, thì thử hỏi làm sao ta có thể thoát khỏi cảnh

## Hoa Từ Bi

*Hoa từ bi trải dài trong cuộc sống  
Như dòng sông chảy mãi đến tận cùng  
Ngâm ngùi chi trong thế giới mộng lung  
Cho thêm khổ dệt sâu ngàn muôn kiếp*

*Hãy tỉnh mộng hành trình trong bất diệt  
Hãy vươn lên đoạn tuyệt kiếp luân hồi  
Đã bao đời mang kiếp sống nổi trôi  
Như cùng tử lang thang không định hướng*

*Sống chánh niệm tiêu mòn bao nghiệp chướng  
Chỉ một câu Phật hiệu niệm Di Đà  
Vượt muôn ngàn bao nỗi khổ lụy sa  
Ta thoát kiếp tử sinh từ muôn thuở*

~~~~~

*Hoa từ bi trải dài trong cuộc sống
Như dòng sông chảy mãi đến tận cùng
Ngâm ngùi chi trong thế giới mộng lung
Cho thêm khổ dệt sâu ngàn muôn kiếp*

Tình thương là một chất liệu ngọt ngào không thể thiếu. Cuộc sống mà thiếu tình thương khác nào như cây cột đèn đứng chơ vơ giữa trời đất. Tình thương phải như là những đóa hoa tươi nở, ngát tỏa hương thơm. Cuộc đời này vốn dĩ đã có quá nhiều đau khổ hệ lụy! Ta rất cần tình thương để sưởi ấm những trái tim khô cằn lịm chết. Càng có

mình thương tất cả chúng sanh. Đó là mình thể hiện tâm từ bi đúng như lời Phật dạy. Hãy mở rộng trái tim như trái tim mặt trời để ôm lấy tất cả chúng sanh, đó là tình thương rộng lớn như trái tim Phật, Bồ tát vậy. Tuy mình chưa được trái tim rộng lớn vô biên như các Ngài, nhưng người niệm Phật cần phải thực tập mở rộng trái tim yêu thương muôn loài. Đó là tương ưng với tánh Phật, tức thể tánh thanh tịnh sáng suốt của chúng ta.

*Một câu A Di Đà
Tiêu nghiệp chướng trần sa
Hướng tâm về Cực lạc
Vui sống cảnh an hòa*

Bốn câu cuối cùng này là tóm kết chỉ cần niệm một câu A Di Đà là chúng ta sẽ tiêu trừ nghiệp chướng trần sa. Tức nghiệp chướng hay tội chướng vô số như cát bụi không thể tính kê hết được. Và luôn hướng tâm về Cực lạc tạo cho mình có một ý chí lập trường kiên định bền bỉ vững chắc không gì có thể làm lay động thay đổi ý chí lập trường của chúng ta. Được vậy, thì chúng ta luôn luôn sống trong cảnh an hòa và hạnh phúc trọn đời vậy.

Chỉ cần chí thành niệm một câu Phật hiệu A Di Đà, tất cả muôn công đức lành đều gồm thâu. Một câu Phật hiệu bao gồm đầy đủ Lục độ vạn hạnh. Không có gì ngoài sáu chữ Di Đà. Khi nhiếp tâm niệm Phật, thì mọi suy nghĩ đều dứt bật. Chỉ còn một tâm thể sáng suốt hiện tiền mà thôi.

Niệm Phật

Nhiếp tâm niệm Phật chớ lãng xao
Bớt nói luận bàn chuyện tào lao
Quán chiếu lại mình từng niệm khởi
An nhàn vui sống cảnh tiêu dao

Đi đứng nằm ngồi nhớ Phật luôn
Cuộc đời đau khổ lắm điên cuồng
Bền lòng niệm Phật từng hơi thở
Mới thoát cảnh đời khổ bội muôn

Niệm Phật lòng ta cảm thấy vui
Mỗi lời mỗi chữ mát tươi cười
Hương sen thiền nở đâu còn nữa
Niệm Phật chí thành chớ dễ ngời

Tâm Phật, Phật tâm nào có khác
Một lòng nhớ Phật thật an vui
Vãng sanh đâu đợi sau khi chết
Hết khổ nơi này dạ thanh thoi.

Ta về trong cõi Ta bà
Bao nhiêu khổ lụy chỉ là hư không

Người tu, một khi đã được căn bản trí rồi, thì khởi ra bao nhiêu thứ trí dụng để độ sanh. Đó là hậu đắc trí, phương tiện trí. Nói cách khác, tức đạt thể chơn không, phát ra vô số diệu hữu. Nếu không có trí phương tiện, hay diệu hữu thì lấy đâu mà độ sanh? Nhưng độ mà không thấy mình độ. Khi còn mê thì Ta bà là khổ, khi đã giác thì Ta bà trở thành Niết bàn, Cực lạc. Chừng đó bao nhiêu khổ lụy chỉ là hư không. Tức ngay trong cảnh khổ mà ta đã tìm thấy hạnh phúc.

Ta về chẳng ước chẳng mong
Vượt ngoài “năng sở” không trong không ngoài

Đã thế, thì còn gì ước mong chi nữa. Vì tất cả đã không còn thấy có trong có ngoài. Thế là ta an trú ở nơi thể tánh chơn thường.



Còn thấy có ngoài trong là ta còn dính kẹt trong vòng đối đãi của chân lý lưỡng nguyên, còn thấy có chủ thể nhận thức và đối tượng nhận thức. Bằng mọi giá ta phải triệt tiêu cái thể lưỡng nguyên này. Bởi còn dính kẹt, là ta còn rơi vào trong đau khổ. Ta phải vượt ngoài thứ nhận thức này. Có thể, thì năng và sở không còn, đến đây thì mới thể nhập vào tánh “Không Tịch”. Ta đi một cõi khó hòng tìm ra.

Trong văn học đời Lý, có một bài kệ cũng khá nổi tiếng, đó là bài kệ của Thiền Sư Từ Đạo Hạnh:

*Tác hữu trần sa hữu
Vi không nhất thiết không
Hữu không như thủy nguyệt
Vật trước hữu không không*

Tạm dịch:

*Có thì muôn sự có
Không thì tất cả không
Có không trăng đáy nước
Đừng mắc có cùng không*

Có không là hai phạm trù đối đãi. Đã đối đãi thì không thật. Ta không nên dính kẹt vào những ý niệm có không. Bởi có không cũng chỉ là giả danh không thật. Chấp cái không thật thì có khác nào kẻ cuồng si bắt bóng. Đã là bóng thì làm gì có thật. Thế thì, ta không nên dính mắc vào những ý niệm có không. Có thể, thì mới vượt thoát ra ngoài đối đãi. Và như thế, thì ta mới thực sự là tự do, tự tại, giải thoát.

Huyền Thân

*Thân như bọt nước hợp rồi tan
Chìm nổi lênh đênh khóc khổ than
Mấy kẻ nhận ra mình bọt nước?
Bao người biết rõ cảnh hoa tàn?
Hơn thua phải trái tranh nhau mãi
Cấu xé bon chen lệ ướt tràn
Này hỏi ai ơi! Mau tỉnh giác
Chóng lo niệm Phật vắng Tây phang*

~~~~~  
*Thân như bọt nước hợp rồi tan  
Chìm nổi lênh đênh khóc khổ than*

Lâu nay, hầu hết chúng ta ai cũng cho thân này là thật. Ngoại trừ các bậc tu hành đạt đạo. Vì si mê vọng chấp, nên cái thân hư giả mà ta cho là thật. Vì là hư giả nên nó có khác gì là bọt nước. Đã là bọt nước thì sự tan hợp của nó rất là nhanh chóng. Thế nhưng, tại sao nói thân này là hư giả? Và lại so sánh nó như là bọt nước? Bởi vì, theo trong kinh Phật nói, thân này do bốn đại kết hợp mà thành. Bốn đại, tức bốn yếu tố: đất, nước, gió, lửa. Đất thuộc chất cứng như xương, gân, thịt v.v... Nước thuộc thể lỏng như máu, nước mũi, nước miếng, nước tiểu, mồ hôi... Gió thuộc thể hơi, tức hơi thở ra vô hít không khí. Lửa thuộc nhiệt độ, tức hơi nóng trong người. Chính bốn chất này chúng kết hợp lại tạo thành thân. Vì thế, nên nói thân này là do duyên hợp mà có. Đã do duyên hợp thì làm sao thật được? Nên nói như bọt nước hợp rồi tan. Hợp thì còn mà tan thì mất. Vậy, chúng ta sống là sống theo duyên.

Duyên còn thì mình còn, duyên tan thì mình mất. Tuy nhiên, bốn đại này chỉ kết hợp về phần vật chất, còn phần tinh thần thì phải có tâm thức kết hợp dự vào. Khi có đủ hai phần vật chất và tinh thần thì mới gọi là thân tâm. Về phần tinh thần, nói theo giáo lý Nguyên Thủy, thì nó gồm có bốn thứ: thọ, tưởng, hành, thức. Gọi chung là Ngũ uẩn hay Ngũ ấm. Sắc thuộc về bốn đại, tức phần vật chất. Thọ, tưởng, hành thức, thuộc về tâm lý. Phần tâm lý này cũng phải hội đủ bốn yếu tố mới gọi là tâm hay tinh thần. Cho nên mới nói cả hai vật chất và tinh thần đều do duyên hợp mà có. Đủ duyên thì còn, thiếu duyên thì mất. Sự còn mất là theo duyên. Nên nói: “*Thân như bọt nước hợp rồi tan*”.

Người ta thích còn chứ không ai thích mất. Biết cuộc đời là vô thường, nhưng nói vô thường người ta không muốn nghe. Dù không muốn nghe cũng phải nghe. Vì nó là một sự thật. Ta không thể chạy trốn sự thật. Có chạy trốn cũng không được. Đã thế, thì ta cần phải đối diện với sự thật. Đạo Phật là đạo tôn trọng sự thật và vạch trần sự thật cho ta thấy. Giáo lý Tứ Đế là giáo lý phơi bày tất cả sự thật. Khổ là một sự thật. Nhưng chỉ là một sự thật tương đối. Tập là một sự thật. Tập là nguyên nhân gây ra đau khổ. Nguyên nhân đó chính là các thứ phiền não. Muốn hết khổ là phải diệt trừ nguyên nhân. Sự lan lây của đại dịch làm cho mọi người bị truyền nhiễm bệnh hoạn. Đó là quả khổ. Nguyên nhân là do các loại vi khuẩn biến thể độc hại gây ra. Muốn không còn sự lan lây truyền nhiễm của dịch bệnh, người ta phải tìm cho ra hình dạng con vi khuẩn và rồi tìm thuốc chữa trị. Khi diệt được vi trùng, tức tiêu diệt cái nguyên nhân, thì nỗi khổ về dịch bệnh không còn. Nêu ra như thế để thấy rằng, sự “*chìm nổi lênh đênh khóc khổ than*” của kiếp sống con người, đều có nguyên nhân của nó. Khi nào con người truy tìm và tiêu diệt được cái

hóa. Tất cả cũng chỉ là hư giả. Không có gì tồn tại vĩnh viễn lâu dài trên cõi đời này. Nói thế, không có nghĩa là ta bị quan chán đời buông xuôi tất cả, không màng gì đến vật chất cuộc sống. Làm sao mà ta có thể buông xuôi hết được khi mà ta còn ăn, còn mặc và còn những thứ nhu cầu thiết yếu khác cho đời sống? Nói buông gánh là những gánh nặng phiền não trong tâm thức của chúng ta. Như chúng ta coi nặng việc thị phi, đó cũng là một gánh nặng. Hay tranh danh đoạt lợi, tàn hại lẫn nhau, làm cho ta rất đau khổ! Đó cũng là một gánh nặng. Nói chung, những gì có tác hại gây ra những phiền toái cho ta, thì ta nên buông bỏ. Buông bỏ để cho thân tâm ta được an thoát nhẹ nhàng.

*Ta về thật sự nghỉ ngơi  
Không còn vương mắc, bầu trời thông dong*

Ta có quay về nhận lại bản tâm ta, thì ta mới có thể buông được những gánh nặng phiền não. Bởi những thứ tập khí phiền não tham, sân, si, mạn, nghi, ác kiến v.v... chúng nó đã làm cho chúng ta đau khổ quá nhiều rồi! Nay ta phải ý thức và mạnh dạn đứng lên quyết tâm chuyển hóa chúng nó. Tôi thích dùng từ chuyển hóa hơn là tiêu diệt. Bởi phiền não là những thứ tập khí, chủng tử, hay nghiệp, nên ta chỉ cần sử dụng trí tuệ sáng suốt để chuyển hóa chúng. Có thể, thì tâm ta mới thực sự an thoát nhẹ nhàng và mới có thể dạo chơi trong bầu trời thông dong tự tại giải thoát vậy.

*Ta về chẳng thấy ngoài trong  
Ta đi một cõi khó hòng tìm ra*

thì ta nên cố gắng tìm cách quẳng gánh lo đi. Ta nên vận dụng trí tuệ quán chiếu sâu vào tâm thức của ta. Ta cần phải nhận diện rõ bộ mặt thật của những tâm hành tiêu cực này.

*Ta về quẳng gánh lo toan  
Bao đời ta khổ giàu sang tranh giành*

Có nhiều khi ta lo sợ một cách vô vẩn không đâu, rồi đâm ra kinh hãi hốt hoảng. Tâm ta luôn bất an, như luôn có một gánh nặng đè lên tâm thức ta. Có những điều không đáng lo mà ta lại lo. Như già, bệnh, chết, là một quy trình luật định, ta có lo cũng không thoát khỏi. Ngoài ra, người ta còn phải lo nhiều thứ khác. Cái lo lắng nhất là lo nghèo, lo giàu. Ai cũng lo sợ mình nghèo. Vì sợ nghèo nên phải cố gắng làm lụng vất vả để được giàu có. Vì nghèo dễ bị người ta coi thường, khi dễ, khinh bỉ. Đây là điều quan niệm thông thường của con người. Điều quan niệm này không phải là vô lý. Trong cuộc sống kẻ giàu có, tiền của dư ăn dư để, thường hay sanh tâm kiêu ngạo khinh thường kẻ khác. Tuy nhiên, tôi viết bài thơ này không có ý so sánh hay phân tích việc nghèo giàu. Mà ý tôi muốn nói là người Phật tử chúng ta nên thật lòng quy chiếu lại chính mình.

*Ta về buông hết lợi danh  
Cho tâm thanh thoát an lành dạo chơi*

Đã lâu rồi, chúng ta luôn bị sự lo âu sợ hãi làm cho tinh thần ta khủng hoảng, bất an. Nay đây ta nhờ học Phật nên ý thức được cuộc đời này tất cả đều là vô thường huyễn

nguyên nhân gây ra khổ đau, thì chừng đó con người mới hết khổ. Cũng như các nhà khoa học tìm được phương thuốc diệt được con vi khuẩn gây ra bệnh dịch, thì con người mới không còn bị bệnh dịch làm đau khổ nữa. Đó là một sự thật.

*Mấy kẻ nhận ra mình bọt nước?  
Bao người biết rõ cảnh hoa tàn?*

Mấy kẻ nhận ra mình bọt nước? Là một câu hỏi xoáy mạnh vào sự nhận thức của con người. Nếu chúng ta nhận ra mình chỉ là một bọt nước, tan hợp bất thường, thì chúng ta sẽ giảm bớt đau khổ rất nhiều. Bởi là bọt nước thì mình cố bám chấp vào nó để làm gì?! Dầu có bám chấp thì nó cũng vẫn tan rã theo luật biến chuyển vô thường của nó. Bởi bản chất của nó là bọt nước, là duyên sinh như huyễn. Nhờ sự quán chiếu sâu xa như thế thì ta giảm bớt đi sự chấp ngã. Nếu không còn chấp ngã, chấp pháp, thì ta đã được giải thoát rồi. Dù chưa được phá ngã hoàn toàn, thì ta cũng có thể phá được một phần nào đó của việc chấp ngã. Nếu ta chịu khó thường xuyên quán chiếu thật sâu vào cái giả ngã của mình, thì ta sẽ nhận ra cái mà lâu nay ta thường chấp, thường cho cái ta là thật đó, nay rõ ràng nó chỉ là bọt nước, là hoa tàn mà thôi. Biết rõ cảnh hoa tàn, thì thử hỏi còn khóc than làm chi nữa? Chỉ có si mê ngu muội thì ta mới khóc, mới than trước đóa hoa tàn. Chớ người tỉnh thức, biết rõ thực chất của nó là hoa tàn héo úa thì làm gì họ có thái độ bám chấp than khóc chớ?!

*Hơn thua phải trái tranh nhau mãi  
Cấu xé bon chen lệ ướt tràn*

Chùng đó sự hơn thua tranh chấp câu xé lẫn nhau, chắc là không còn nữa. Bởi vì họ đã thức tỉnh nhận ra được thực chất của vạn pháp chỉ là duyên sinh như huyễn. Tất cả đều là không thật. Bát nhã gọi đó là ngũ uẩn giai không. Ngũ uẩn tuy có mà chỉ là giả có. Khác nào như ánh trăng dưới nước và như bóng trong gương. Không ai phủ nhận là không có ánh trăng dưới nước và bóng trong gương. Nhưng cái có đó chỉ là ảo ảnh giống như hoa đóm giữa hư không vậy thôi. Khi mà chúng ta đã thực sự vận dụng trí bát nhã quán chiếu nhận rõ như thế rồi, thì cuộc đời này không còn gì ràng buộc được ta nữa cả. Chùng đó cảnh giới Tây phương Cực lạc sẽ hiện bày trước mắt ta. Và đây là Tịnh độ, Tịnh độ cũng chính là nơi đây vậy.

Tuệ Trung thượng sĩ, tên thật là Trần Quốc Tung, anh ruột của tướng Trần Hưng Đạo, cũng đã làm một bài kệ bốn câu như sau:

*Di Đà vốn thật pháp thân ta  
Nam, Bắc, Đông, Tây khắp chói lò  
Trăng thu ngự giữa trời cao rộng  
Đêm lặng trùm dương rạng chiếu xa*

Pháp thân (Dharmakaya) là pháp của chính mình. Pháp thân sáng lòà trùm khắp tất cả. Câu đầu ngài nói rõ pháp thân của chúng ta là đức A Di Đà. Đó là một thực tại, chứ không phải là một ý niệm. Đã thế, thì pháp thân làm gì có nơi chôn. Pháp thân trùm khắp cả không gian. Đây là nghĩa Vô lượng quang. Thế thì, ta niệm Phật cũng là niệm pháp thân Phật A Di Đà và cũng là pháp thân của chính ta nữa.

## Ta Về

*Ta về quăng gánh lo đi  
Bao nhiêu phiền muộn nghĩ suy chẳng màng  
Ta về quăng gánh lo toan  
Bao đời ta khổ giàu sang tranh giành  
Ta về buông hết lợi danh  
Cho tâm thanh thoát an lành dạo chơi  
Ta về thật sự nghỉ ngơi  
Không còn vương mắc, bầu trời thong dong  
Ta về chẳng thấy ngoài trong  
Ta đi một cõi khó hòng tìm ra  
Ta về trong cõi Ta bà  
Bao nhiêu khổ lụy chỉ là hư không  
Ta về chẳng ước chẳng mong  
Vượt ngoài “năng sở” không trong không ngoài*

~~~~~  
*Ta về quăng gánh lo đi
Bao nhiêu phiền muộn nghĩ suy chẳng màng*

Nhà văn Nguyễn Hiến Lê, ông có dịch một dịch phẩm với tựa đề là: “Quăng Gánh Lo Đi Và Vui Sống”. Lâu quá, tôi không còn nhớ rõ tên tác giả của tác phẩm đó. Sống trong cuộc đời này, ngoại trừ những bậc đạt đạo thể nhập chân lý, còn lại tất cả chúng ta không ai lại không ưu tư lo lắng. Đường như chữ “LO” nó bám sát theo ta. Trong tâm trí ta lúc nào cũng toan tính lo âu. Từ lo lắng quá độ người ta sinh ra sợ hãi. Lo và sợ như một cặp bài trùng luôn đi đôi với nhau. Vì vậy đối với người Phật tử biết chút ít tu hành

Sự thương ghét ở đời, nó thay đổi như trở bàn tay. Yêu nên tốt, ghét nên xấu. Thuở xưa, Di Tử Hà rất được vua nước Vệ yêu dùng. Theo luật, ai trộm xe vua phải tội thì sẽ bị chặt chân. Thế mà, khi hay tin mẹ đau nặng, nửa đêm, Di Tử Hà lấy xe vua đi, vua biết được khen Di Tử Hà là người con chí hiếu. Biết tội chặt chân mà vẫn lấy. Lần khác, Di Tử Hà theo vua dạo chơi ngoài vườn, đang ăn quả đào ngon, còn nửa trái dâng cho vua. Vua khen, đang ngon mà nhường ta.

Về sau, khi vua hết tin dùng, không còn yêu thương nữa, liền hài tội và rồi truyền lệnh trị tội Di Tử Hà về những tội khi quân trước kia. Cho hay, thói đời là như thế. Thương ghét của con người giống như thời tiết, nóng lạnh bất thường.

Nếu mình không muốn hệ lụy phiền toái rối rắm trong lòng, thì tốt hơn hết là mình không để cho tình cảm của mình bị người khác lợi dụng làm lung lạc. Đừng để cho họ dễ sai khiến mình. Vì người mình ưa thích, thường là mình hay tỏ ra chiều chuộng họ. Mãi lo sợ làm mất lòng, mà tình thân bị sút mẻ. Kinh nghiệm xử sự ở đời cho chúng ta thấy, người nào mà mình quá tỏ ra thương yêu chiều chuộng họ nhiều, là chắc chắn mình sẽ khổ lụy với người đó nhiều. Chi bằng, tốt hơn hết, là ta cứ xử sự ở mức độ bình thường. Nên tránh tình trạng “*thương nhau cho lắm, thì cắn nhau đau*”.



Dạo Chơi

*Dạo chơi hóng gió quanh hồ
Có con chim nhỏ liu lo trên đầu
Tâm còn dao động lo âu
Càng lo dao động càng sâu khổ đau
Đúng sai đừng hỏi tại đâu?
Vượt ngoài phải trái vạn sầu tiêu tan
Quãng đi nhẹ gánh bên đàng
Ôm chi đau khổ muôn vàn thảm thương
Trở về nếp sống “**Bình thường**”
Tới lui biết rõ suy lường khổ thêm
Lá rơi nhẹ cánh bên thêm
Hát ca nắng ấm êm đềm gió xuân*



Thiền Hành

*Ta đi đi không có gì ràng buộc
Ta đi đi không hướng vọng tương lai
Ta đi đi quên cả tháng năm ngày
Ta đi đi từng bước chân trong hiện tại
Ta đi đi vượt muôn ngàn chương ngại
Ta đi đi về tới “bến” nơi rồi
Ta đi đi từng bước thật thanh thoi
Thật thanh thoát an lành trong chánh niệm*



*Ta đi đi không có gì ràng buộc
Ta đi đi không hướng vọng tương lai*

Tôi viết bài ca thiền hành này là cốt đề cho trong đạo tràng Quang Minh hát ca cho vui trước khi đi thiền. Nếu trong khi đi thiền mà hành giả còn toan tính suy nghĩ chuyện này, chuyện kia, thì đâu còn là đi thiền nữa. Đi thiền là phải đi trong tỉnh thức, vững chãi và thanh thoi. Vững chãi là không bị hai đầu quá khứ và vị lai lôi kéo. Thanh thoi có nghĩa là tự do, tự tại không có gì ràng buộc. Còn bị ràng buộc là ta đã đánh mất tự do tự tại rồi. Nói ràng buộc ở đây, chính là những thứ lo lắng, ưu tư, phiền muộn, sợ hãi, tuyệt vọng v.v... Những thứ tập khí phiền não này nó có một năng lượng rất mạnh. Nó trói buộc và sai khiến chúng ta mất hết tự do. Chúng còn có tên gọi là kiết sử. Kiết là trói buộc, sử là sai khiến. Cho nên đi thiền cũng có nghĩa là phục hồi lại con người thật của chính

*Chấp chi lời nói cho thêm khổ
Xét mình vui đạo chẳng hề nao!*

Cuộc đời này, thật khó biết ai thật ai giả. Có lắm người lộng giả thành chơn, lộng chơn thành giả. Trông mặt mà bắt hình dung rất dễ sai lầm. Bởi vì họ sống trang bị rất nhiều mặt nạ. Bề ngoài trông họ nghiêm túc đạo đức lắm, nhưng bên trong thì họ toan tính mưu sâu kế độc hại người. Thật đúng với câu ca dao: “Bề ngoài thơn thớt nói cười, mà trong nham hiểm giết người không dao”. Nói thế, không có nghĩa là ta quơ đũa cả nắm. Cũng có người họ hành xử rất chơn thật. Họ không phải hạ người điều ngoa xảo trá, lừa thầy phản bạn. Tuy nhiên số người này thì rất ít. Họ là mẫu người đạo đức chơn thật. Dù giả hay thật, vàng hay thau, người biết tu hành cũng không nên để tâm chấp nhứt làm gì. Bởi càng chấp thì chỉ càng chuốc khổ cho mình mà thôi. Chi bằng cứ xét lại mình mà vui sống.

*Ta vẫn là ta của thuở nào
Chuyện mình, mình biết chẳng xôn xao
Khi thương trái ấu cho tròn trịa
Lúc ghét bỏ hòn cũng méo đau*

Thế thái nhơn tình là như thế. Khen chanh thì chanh ngọt mà chê hồng thì hồng chua. Thương ghét là chuyện bình thường. Tâm con người vô thường luôn thay đổi. Nay thương mai ghét, biết đâu mà lường. Nguyên tắc sống là ta sống cho ta chớ không phải sống cho thiên hạ. Họ thương hay ghét mình là chuyện của họ. Điều quan trọng không phải ở chỗ thương hay ghét, mà chỉ cần mình sống thật với lòng mình là được rồi.

*Tùng tha báng, nhậm tha phi
Bả hỏa thiêu thiên đồ tự bì
Ngã văn khắp tợ âm cam lộ
Tiêu dung đôn nhập bất tư nghi*

*Tốt và xấu nhà nhà đều có
Thị với phi, chôn chôn “hương” đồng nhau
Mặc chê khen mặc phi báng đùng nao
Họ tự bồng bằng ngọn lửa đốt trời trong tay họ
Lời phi báng nghe như ru, như gió thoảng
Ngọt như cam lồ, mát tợ xuân phong
Tìm đâu ra! Bực bội với u sầu?
Nó tan biến trong cảnh giới “bất tư nghi” giải thoát
(Nhu Huyền Thiên Sư)*

Như vậy, việc thị phi đối với người đạt đạo, xem đó như là uồng nước cam lồ và mát tợ xuân phong. Bởi vì, các ngài đâu phải như phàm phu chúng ta còn dính kẹt vào thính trần. Nghe tiếng khen thì vui, nghe tiếng chê thì buồn khổ. Tâm ta buồn hay vui rõ ràng là ta bị dính kẹt vào lời nói. Nếu tâm ta không bị dính kẹt vào lời nói, thì làm gì có chuyện buồn vui? Chỉ có người đạt đạo thì họ mới không bị dính kẹt vào thính trần, nói chung là sáu trần (sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp) đó thôi. Đối với trình độ của chúng ta thì khó mà không bị dính kẹt. Bởi tập khí buồn giận của chúng ta còn quá sâu dày. Cho nên tu hành là chúng ta phải nỗ lực chuyển hóa những thứ tâm hành tiêu cực này. Có thể, thì ta mới mong có được an lạc hạnh phúc.

*Ta vẫn là ta của thuở nào
Cuộc đời hỗn độn lẫn vàng thau*

mình. Vì lúc đó mình không còn suy nghĩ rơi vào trạng huống hai đầu. Nghĩa là không bị hai ngục tù quá khứ và vị lai giam hãm. Đó là ta đi đi không có gì ràng buộc. Đó cũng là lời nhắc nhở trước khi đại chúng đi thiền.

*Ta đi đi quên cả tháng năm ngày
Ta đi đi từng bước chân trong hiện tại*

Khi ta không khởi nghĩ hai đầu, cố nhiên là ta đi từng bước chân trong hiện tại. Hiện tại mới thực sự là địa chỉ đích thực của người tu. Đánh mất hiện tại, cũng chính là đánh mất mình. Vì sự sống chỉ có mặt thực sự là khi ta có chánh niệm ngay trong giây phút hiện tại. Đó là giây phút thật mâu nhiệm mà ta có thể tiếp xúc được với những cảnh vật chung quanh. Cho nên đi thiền là một pháp tu để cho ta thực tập chánh niệm thật tuyệt vời. Mỗi bước chân ta đi là phải có mặt Tịnh độ hiện tiền. Trong mỗi khóa tu là cơ hội tốt nhất để cho ta thực tập đi thiền. Chúng ta đi từng bước chân chậm rãi thư thả và tự do. Đi trong tư thái tự do cũng có nghĩa là ta vượt thoát khỏi không gian và thời gian. Không gian là không bị vướng kẹt vào sắc chất, tức sáu trần. Thời gian là không nghĩ tới tương lai, năm, tháng, ngày, giờ.

*Ta đi đi vượt muôn ngàn chương ngại
Ta đi đi về tới “bến” nơi rồi*

Trong khi đi ta chỉ biết đi để mà đi thôi. Ta không có một dự án tính toán hoạch định nào cho tương lai ngự trị chiếm hữu trong đầu ta cả. Ta đi cũng không có ý mong cho tới đích sớm. Cho nên ta đi không gấp rút như bị ma đuổi. Đi thiền khác hơn là đi bộ thể dục vận động cơ thể.

Mà đi thiền là đi trong chánh niệm. Địa chỉ đích thực của người đi thiền là **“bây giờ và ở đây”** (now and here). Vì là đi trong chánh niệm với địa chỉ đích thực bây giờ và ở đây, nên không có gì làm chướng ngại tâm thức ta cả.

*Ta đi đi từng bước thật thanh thoi
Thật thanh thoát an lành trong chánh niệm*

Khóa tu nào ở Quang Minh, chúng tôi cũng đều hướng dẫn các tu sinh đi thiền. Thường là đi sau bữa ăn chiều. Tuy nhiên, chúng tôi chỉ đi với điều kiện là khi nào thời tiết cho phép. Qua kinh nghiệm, tôi thấy hầu hết các tu sinh đều thích đi thiền. Đi thiền là mỗi bước chân ta đi phải có dấu ấn thanh thân và thanh thoi. Bởi vì trong cuộc sống hàng ngày, chúng ta quá bận rộn với công việc. Trong tâm ta luôn tính toán lo âu, chưa bao giờ có được những phút giây thoải mái an lạc. Mỗi bước chân ta đi cảm nghe nặng trĩu trong đầu. Con đường ta đi thật đẹp. Có suối reo chim hót. Có hoa lá thơm tho. Có triền đồi uốn khúc. Cảnh vật thật tươi mát luôn chào đón chúng ta. Một đoàn người đi thiền thật thanh thoát tươi mát nhẹ nhàng.

Tôi còn nhớ, năm 2012, trong chuyến đi Nhật, hôm ấy là một buổi sáng khí trời mát mẻ, nắng ấm chan hòa rất đẹp. Chúng tôi rời chùa Nhật Tân Cốc vào lúc 10 giờ sáng, để đi viếng thăm hoàng cung. Chúng tôi đến đây, vì còn sớm nên số du khách đến tham quan rất ít. Phải nói, thời tiết hôm nay thật là lý tưởng, nắng đẹp, không khí trong lành tươi mát, khuôn viên rộng lớn, cây cối xanh tươi, có rất nhiều cây hoa anh đào. Đoàn người chúng tôi đi trong nắng ấm nhìn cảnh vật chung quanh thật đẹp tuyệt vời. Sau khi tham quan một vài nơi bên cạnh những tòa nhà

mình vẫn an nhiên bình thản không có gì phải dao động bất an cả.

*Ta vẫn là ta của thuở nào
Sá gì miệng thế nói thấp cao
Khen chê là chuyện như cơm bữa
Chỉ xét lại mình chẳng buồn đau*

Có gì mà phải buồn đau chớ! Lời nói có thật đâu mà phải buồn đau. Người nói họ có quyền nói. Nghe hay không là quyền của người nghe. Mình buồn đau là tại vì mình còn vướng tu, nên tâm mình còn bị dính kẹt vào thanh trần. Chớ nêu như mình tu khá, ngoại cảnh chẳng liên hệ gì với mình cả. *“Ngộ thình ngộ sắc như thạch thượng tài hoa, kiến lợi kiến danh như nhân trung trước tiết”*. Nghĩa là, gặp thình, gặp sắc như hoa trồng trên đá, thấy lợi, thấy danh như bụi rớt vào con mắt. Hay như bài kệ:

*Kiến sắc phi can sắc
Văn thình bất thị thình
Sắc thình vô ngại xứ
Thân đảo Pháp Vương thành*

Tạm dịch:

*Thấy sắc chẳng can hệ gì với sắc
Nghe tiếng cũng chẳng dính vào tiếng
Sắc và thình cả hai đều không ngại ngại
Thân đến thành Pháp Vương (Phật quả).*

Người đạt đạo sẽ nghĩ gì về vấn đề thị phi, trong Chứng Đạo Ca Ngài Vĩnh Gia Quyền Giác có nói:

Vấn đề thị phi thường xảy ra như com bữa. Người thật tu, thì không bao giờ quan tâm đến chuyện thị phi. Thị phi khác nào như những cơn sóng khi cao, khi thấp, khi nổi, khi chìm. Bởi vì sống theo tâm vọng, nên tâm theo cảnh theo duyên mà vọng khởi. Phải với người này, thì quấy với người kia. Người có lập trường kiên định mặc cho gió thị phi cứ thổi. Thôi theo chiều nào cũng được. Muốn thổi ngược hay muốn thổi xuôi, thì cứ thổi. Vì tâm của họ không còn bị dao động theo cảnh, theo duyên. Họ có một chiều sâu tâm linh thật vững chắc. Họ thừa biết chuyện thị phi giống như những đóa hoa rụng theo cơn gió lộc. Tất cả đều do vọng tưởng mà có ra. Người sống bề ngoài thiếu kích thước chiều sâu tâm linh, thì họ dễ bị những ngọn gió thị phi làm lay động. Nói cách khác, những người mà tâm họ không an định, thì họ dễ bị động tâm, bởi những tiếng thị phi làm cho họ dễ bị kích thích chao đảo bất an. Cũng là con người đó, nhưng khi thương có tình cảm thì họ lại ca tụng tâng bốc. Dù người đó có những hành vi trái với đạo đức, nhưng họ cũng vẫn tâng bốc bao che và bảo vệ. Tuy nhiên, một khi mà họ không còn cảm tình yêu thương nữa, thì họ trở mặt nói xấu thậm tệ. Hạng người cuốn theo chiều gió đó, hơi sức đâu mà quan tâm đề ý họ làm gì. Khen chê là chuyện bình thường trong nhân thế. Khen chanh thì chanh ngọt, chê hồng thì hồng chua. Điều quan trọng không phải ở nơi lời nói khen hay chê, mà điều quan trọng là mình cần xét lại mình có đúng như lời khen chê của họ không? Nếu họ chê đúng, thì mình nên cảm ơn họ và sửa đổi lại. Còn họ khen phải, thì mình xem đó như là những lời khích lệ cho mình cố gắng thêm. Mình cũng phải cảm ơn họ. Còn nếu như cả hai đều không có liên quan gì tới mình, thì mình xem đó như đồ rác rưởi chẳng có ăn nhập gì với mình. Thế là, tâm

lớn và dài, chúng tôi đi đến một hoa viên tuyệt mỹ. Từ ngoài đi vào một đoạn đường dài, tôi nói với mọi người là chúng ta nên đi thiền. Mọi người nghe tôi nói, tất cả đều hoan hỷ hưởng ứng. Tuy nhiên, trước khi đi, chúng tôi đồng hát bài hát Thiên Hành, như để nhắc lại cách thức đi thiền cho mọi người nhớ. Hát xong, chúng tôi đi trong tĩnh lặng. Mỗi bước chân chúng tôi đi tạo thành những dấu ấn an lạc. Thật sự chúng tôi cảm thấy rất an lạc. Những du khách người Nhật, họ nhìn thấy chúng tôi đi và rồi họ cũng bắt chước đi như chúng tôi. Mặc dù họ không biết ý nghĩa của việc đi thiền như thế nào, nhưng họ trông thấy đoàn người chúng tôi đi trong yên lặng rất đẹp, nên họ cũng bắt chước đi. Có lẽ, đây cũng là một thói quen của họ. Bởi người Nhật sinh hoạt rất yên tĩnh. Họ không thích cảnh ồn ào náo nhiệt. Dù trong đám đông họ cũng vẫn giữ sự yên tĩnh.

Trở lại vấn đề, đi thiền mà còn có những chướng ngại trong tâm thì cần phải tháo gỡ buông bỏ hết. Nếu còn có những “nội kết” gút mắc trong lòng mà ta chưa tháo gỡ buông bỏ được, là ta đi trong thất niệm, trong đau khổ! Đi trong tuyệt vọng như thế là ta tự cột trói ràng buộc chính mình. Đi như thế cố nhiên là không phải đi thiền rồi. Nếu trường hợp ta có như thế, thì ta sớm nên điều chỉnh lại. Cố nhiên là phải sử dụng đến hơi thở chánh niệm để hóa giải những gút mắc nội kết đó. Có thể, thì tâm ta mới được an lạc và hạnh phúc trong khi đi thiền. Cho nên ta phải kiên trì vượt qua muôn ngàn chướng ngại, không để cho những pháp trần phiền não có cơ hội khuấy rối ta. Và có như thế, thì ta mới thực sự về tới “**Bến**” nơi rồi. Đó là bến giác ngộ vượt lên trên đôi đũa hai đầu. Chính đó mới đích thực là con “**Người**” thật của chúng ta.

Mây Trắng

Mây trắng bay thênh thang
Ngàn hoa cười tươi mát
Rừng vắng hát chim ca
Suối reo lời Bát nhã

Mây về trên đỉnh núi
Tuyết phủ chốn hoang vu
Đường xưa còn lưu dấu
Tháp thoáng ánh sương mù

Chiều thu nghe lá đổ
Nước đọng ánh trăng lay
Việc đời trôi đi mãi
Còn lại một “**Cành Mai**”.



Thị Phi

Ta vẫn là ta của thuở nào
Mặc người đàm tiếu chẳng động dao
Thị phi hoa rụng trong cơn gió
Bão táp phong ba chẳng lọt vào

Ta vẫn là ta của thuở nào
Sá gì miệng thế nói thấp cao
Khen chê là chuyện như cơm bữa
Chỉ xét lại mình chẳng buồn đau

Ta vẫn là ta của thuở nào
Cơm nhà bàn phiếm chuyện tào lao
Thương cho những kẻ tâm nham hiểm
Đốt trời chẳng cháy phông tay mau

Ta vẫn là ta của thuở nào
Cuộc đời hỗn độn lẫn vàng thau
Chấp chi lời nói cho thêm khổ
Xét mình vui đạo chẳng hề nao!

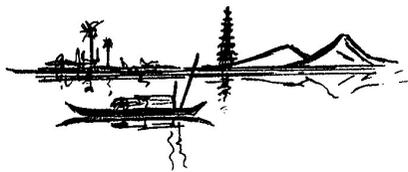
Ta vẫn là ta của thuở nào
Chuyện mình, mình biết chẳng xô xao
Khi thương trái ấu cho tròn tria
Lúc ghét bỏ hòn cũng méo đau!

Ta vẫn là ta của thuở nào
Mặc người đàm tiếu chẳng động dao
Thị phi hoa rụng trong cơn gió
Bão táp phong ba chẳng lọt vào

Nhan Hồi, sớm vội lìa xa nhân thế. Thật đúng với câu: “Đừng đợi đến già mới lo tu, thiếu chi mồ trẻ đã qua đời”. Theo lý nhân quả Phật dạy, hiện đời người nào mà được sống lâu mạnh khỏe là do đời trước khéo biết tu hành, ăn chay, giữ giới không sát hại sinh vật, chẳng những thế, mà còn tu hạnh bố thí mãi vật phóng sanh v.v... Nhờ đó, mà đời này ít bệnh, ít đau, thân thể cường tráng, thọ mạng lâu dài.

Kinh nghiệm cho thấy, cụ nào khéo tu hạnh hỷ xả, gặp ai cũng vui vẻ, tay bắt mặt mừng, tâm hồn phóng khoáng, trên môi luôn nở nụ cười tươi, thì cụ đó sống khỏe, sống vui và sống lâu. Bởi vì các cụ không cố chấp và cũng không để bụng giận hờn ai lâu cả. Nhờ vậy, mà các cụ dù tuổi già nhưng tâm hồn vẫn tươi trẻ khỏe mạnh và yêu đời. Đó là nghệ thuật và cũng là diệu thuật sống của các cụ. Đời có chi đâu mà phải giận phải hờn, giận hờn chỉ đem lại sự thiệt thòi cho mình mà thôi. Cụ nào thần trí cũng vẫn minh mẫn sáng suốt, hỏi ra, mới biết các cụ không có bí quyết gia truyền chi cả, các cụ chỉ biết sáng tối đi đứng niệm Phật đó thôi.

*Niệm Phật bất luận ngày đêm
Thời thời khắc khắc niệm bền chẳng buông
Niệm Phật tan hết giận buồn
Bao nhiêu khổ lụy in tuồng mây bay.*



Hoa Tình Thương

*Sáng ra em thức dậy
Miệng em nở nụ cười
Người nhìn em tươi mát
Em nhìn người vui tươi*

*Em là một đóa hoa
Đóa hoa xin tặng người
Tặng cho ba và má
Cho mọi người yêu thương*

*Em là một đóa hoa
Đóa hoa nở trong vườn
Mang mùi thơm đạo đức
Ngát tỏa khắp mười phương*

*Em là một đóa hoa
Lòng em luôn thiết tha
Nhớ ơn người nuôi dưỡng
Công lao mẹ và cha*

Bài thơ này tôi viết đặc biệt dành cho các em tu sinh trong khóa tu xuất gia ngắn hạn do Tổ Đình Phước Huệ tổ chức. Khóa tu diễn ra trong ba tuần lễ, từ ngày 20/12/2008 đến ngày 11/1/2009. Nếu tính từ khóa tu đầu tiên (1993) cho đến thời điểm của khóa tu này, trước sau là 16 khóa. Khóa tu kỳ này, số người lớn tuổi tham dự ít hơn các em rất nhiều. Tổng số các em dự tu trên dưới khoảng hơn hai mươi em. Độ tuổi của các em, em lớn nhất là 25 và nhỏ nhất là 9 tuổi. Các em tu sinh này phần lớn là do sư cô Phước Sinh hướng dẫn từ Melbourne lên tham dự. Tôi chỉ

hướng dẫn giúp cho khóa tu thời gian chỉ có hai tuần lễ. Lý do, là vì tôi mắc bận hướng dẫn khóa tu Kết Kỳ Niệm Phật ở Quang Minh một tuần. Nhìn thấy các em tuổi còn nhỏ mà dự tu khép mình trong quy chế thiền môn thật là dễ thương và cảm động vô cùng. Các em phải thức khuya dậy sớm giữ đúng theo thời khóa đã quy định. Tôi có viết một bài tiểu luận với đề tài là “Những Mầm Non Phật Pháp” đã đăng trong báo Phước Huệ và trong Một Cõi Đi Về tập 1.

Sáng ra em thức dậy

Miệng em nở nụ cười

Người nhìn em tươi mát

Em nhìn người vui tươi

Tuổi trẻ hồn nhiên ngây thơ nhìn em nào cũng cảm thấy dễ thương, dễ mến. Trong chúng ta không ai lại không trải qua một thời vàng son của tuổi trẻ. Tuy nhiên, tùy theo môi trường mà các em lớn lên có những sự huân tập hạt giống khác nhau. Nếu môi trường tốt, thì sự huân tập ảnh hưởng của các em tốt. Ngược lại, gặp phải những môi trường xấu thì các em sẽ bị tác động ảnh hưởng xấu. Ông bà ta có câu nói: “Gần mực thì đen, gần đèn thì sáng”. Tuổi trẻ dễ bị tiêm nhiễm lắm! Vì tâm hồn các em giống như tờ giấy trắng, gần đâu nhiễm đó. Cho nên sự giáo dục tuổi trẻ rất cần đến môi trường tốt. Chùa là một môi trường rất tốt để cho các em tiếp cận. Vì khi gần gũi hình bóng của chư Tăng, Ni, ít nhiều gì cũng tác động ảnh hưởng chất liệu đạo đức tốt đẹp đến các em. Không những trong hiện tại, mà cả tương lai của các em nữa. Tuy nhiên, chùa thì thỉnh thoảng các em mới có dịp đến. Còn ở gia đình là môi trường mà các em thường xuyên tiếp xúc mỗi ngày. Cho nên những thành viên trong gia đình cần phải bảo vệ hỗ trợ cho các em. Nhất là ba mẹ và các anh chị

Chương trình của một buổi lễ chúc thọ thật là phong phú đa dạng, phần lớn là do các bạn sen trong đạo tràng hội ý thực hiện đóng góp vào. Những lời ca tiếng hát, những vở kịch vui, những câu hò dí dỏm v.v... tất cả đều quyện vào với nhau tạo thành một khúc nhạc vang lên trong lòng mọi người, như để hướng lòng về các bạn sen cao tuổi, để thành tâm chúc mừng cho họ được vui khỏe an lành trong nếp sống, và luôn tinh tấn tu học thường xuyên gắn bó sinh hoạt với đạo tràng.

Do biểu lộ bằng tất cả tấm lòng ưu ái đó, nên những vị được chúc thọ rất vui mừng cảm động, có người không cầm được nước mắt, bật khóc trong sự nghẹn ngào rơi lệ nói không ra lời. Thật là cảm động! Thường buổi lễ chấm dứt trong niềm vui chung của mọi người. Các con cháu của họ cũng dâng lên tràn ngập niềm vui để chúc mừng cho ông bà cha mẹ của mình luôn được an vui khỏe mạnh và sống lâu với con cháu. Đó cũng còn là một niềm vui chung thật ấm cúng thân thương của đạo tràng.

Thế theo niềm vui chung đó, chúng tôi sáng tác bài thơ trên để kính tặng các liên hữu trong thâm tình bạn sen với nhau. Tuy lời văn rất bình dị mộc mạc thật thà chất phát, nhưng nội dung chứa đựng cả một tấm lòng chân thật của chúng tôi. Chúng tôi thiết nghĩ, các liên hữu trọng tuổi đã được chúc thọ, thật xứng đáng nhận những món quà giá trị về mặt tinh thần lẫn vật chất, trong một quá trình nỗ lực tu tập và luôn sát cánh với đạo tràng. Sự thọ mạng của con người tùy theo nghiệp báo lành dữ mà mình đã gây tạo trong quá khứ, nên nay phải trả. Với tuổi thọ tám mươi mà các cụ còn mạnh khỏe, vẫn còn tới lui sinh hoạt tu học với đạo tràng, thật cũng không phải dễ có. Trên đời, có biết bao người thọ mạng ngắn ngủi, chưa qua khỏi tuổi

người già lại càng mau già hơn. Để trốn chạy sự buồn tủi này, mỗi người đi tìm cho mình mỗi cách tiêu khiển giải trí khác nhau, tùy theo biệt nghiệp sở tập thói quen riêng biệt của mỗi người.

Người có thói quen đi chùa hay thích niệm Phật tu hành thì họ thường tìm đến chùa để tu học. Vì nơi đây là môi trường thích hợp với họ. Đó phải là người có đầy đủ căn lành với Phật pháp lắm mới được. Buồn lo là tâm trạng chung không riêng gì người già. Tuy nhiên, đối với người già sống nơi xứ lạ quê người thì có lẽ họ buồn tủi nhiều hơn. Thế nên, họ rất cần có nơi để sinh hoạt tu học được gần gũi các bạn đồng tu. Đó là cách tốt nhất có lợi cho đời sống tâm linh của họ trong hiện tại và mai sau.

Chúc thọ hay khao thọ là một tập tục lâu đời của người Việt Nam. Ngày xưa, các gia đình giàu có khá giả, họ thường tổ chức ăn mừng khao thọ cho cha mẹ ông bà của họ rất thịnh soạn linh đình. Có khi kéo dài thời gian đến đôi ba ngày mới chấm dứt. Bạn bè thân hữu đến chúc mừng chia vui bằng những món quà hoặc những câu đối chúc tụng, nếu là người có trình độ văn học và hay chữ. Đó là nói những gia đình khá giả. Còn những gia đình không mấy khá giả thì họ chỉ tổ chức đơn sơ cho các cụ vui thôi.

Đặc biệt lễ chúc thọ do đạo tràng đứng ra tổ chức, dĩ nhiên, nó mang màu sắc khác hơn người đời. Từ những lời chúc tụng cho đến những việc lễ lộc khác, đa phần đều làm theo nghi thức Phật giáo. Không có điểm nào giống như ngoài đời. Ngoại trừ phần quà cáp do các con cháu trong các gia đình của họ biếu tặng.

lớn, đừng gây cho các em bị tiêm nhiễm bởi những hạt giống xấu. Như những hành động hoặc lời nói thô bạo bất hảo, có thể làm tổn thương tâm hồn trong trắng của các em. Sự hạnh phúc âm êm trong gia đình là lá bùa hộ mạng, giúp cho các em trưởng thành trong sự an vui và hạnh phúc lành mạnh sau này. Những cuộc bất hòa, cãi vã, rầy rà, tranh chấp hơn thua của cha mẹ, sẽ gây cho các em nhiều hạt giống tiêu cực không tốt. Đó là những hạt giống sợ hãi và lo lắng v.v...

Có em vừa từ trường học về tới nhà, nghe ba mẹ đang rầy rà cãi vã lớn tiếng với nhau, em liền chui vào trong toilet để ty nạn. Ngóng nghe khi nào cuộc chiến trở lại yên bình, không còn lời qua tiếng lại nữa, thì khi đó em mới đi ra. Như thế, chỉ vì sự ích kỷ cá nhân của cha mẹ mà làm khổ lụy đau thương cho con cái mình. Cứ gieo vào đầu óc chúng những sự sợ hãi, lo âu, tuyệt vọng, bảo sao các em có sự vui vẻ mà chuyên tâm học tập cho được? Chúng ta không nên tưới tẩm lên những hạt giống tiêu cực đau thương đó. Những vết thương lòng này có thể các em sẽ khắc sâu trong tâm khảm và mang theo suốt cả cuộc đời. Thật là tội nghiệp cho các em lắm!

Mỗi buổi sáng các em thức dậy, việc trước tiên là các em hãy thực tập nở nụ cười trên môi. Đây là một nụ cười thật hồn nhiên tươi mát. Khi các em nở nụ cười như thế, tâm hồn các em cảm thấy vui tươi và em nhìn ai cũng cảm thấy vui vẻ cả. Người nhìn em cũng thế. Không những chỉ có các em nở nụ cười tươi trong buổi sáng sớm đầu ngày như thế, mà người lớn chúng ta cũng phải thực tập nụ cười tươi như các em. Người nhìn em tươi mát, thì em nhìn người cũng vui tươi. Thế là cả hai đều có được một niềm vui đầu ngày. Thật là hạnh phúc và cũng thật tươi đẹp.

*Em là một đóa hoa
Đóa hoa xin tặng người
Tặng cho Ba và Má
Cho mọi người yêu thương*

Bài hát này, chúng tôi muốn tưới tâm cho các em có thêm tình yêu thương, không những với ba má mà còn với những người mà các em hằng yêu thương. Ngay từ buổi đầu đời, chúng ta hãy tập cho các em có một thói quen biết yêu thương chăm sóc cho bản thân mình, cũng như biết yêu thương quý kính cha mẹ. Bởi cha mẹ là người có công lao sanh thành giáo dưỡng cho các em nên người. Do đó, nên các em phải hết lòng yêu thương kính trọng. Ngoài ra, các em còn yêu thương đến những người khác. Đó là cách mà ta nuôi dưỡng lòng từ bi cho các em.

*Em là một đóa hoa
Lòng em luôn thiết tha
Nhớ ơn người nuôi dưỡng
Công lao mẹ và cha*

Đó là những hạt giống tốt từ bi, vị tha nhân ái mà ta cần phải ươm mầm và tưới tâm khuyến khích cho các em mỗi ngày. Cố nhiên, những hạt giống này ngày càng phát triển lớn mạnh hơn. Đồng thời, cũng để cho các em phải nhớ đến công lao khó nhọc và công ơn sanh thành giáo dưỡng của cha mẹ.

Các em đến chùa tu tập là đủ biết ít nhiều gì các em cũng có hạt giống Phật pháp. Nếu không có thì dù chỉ một ngày thôi, các em cũng không thể nào ở trong chùa được. Nhất là, lại phải khép mình trong quy luật kỷ cương theo đúng giờ giấc hành trì ở trong thiên môn. Thế mà các em vẫn vui vẻ thích thú ở luôn ba tuần lễ. Thật là đáng yêu thương và đáng nể phục!

với đạo tràng, thời gian tối thiểu là 5 năm. Đó là quy định chung của đạo tràng.

Một buổi lễ chúc thọ thường được tổ chức tùy theo thời gian thuận tiện thích hợp. Sở dĩ có lễ này, là vì đạo tràng muốn cho các bạn sen cao tuổi được có chút niềm vui nho nhỏ, qua quá trình sinh hoạt tu học lâu dài của họ với đạo tràng. Một quá trình mang lại cho họ nhiều lợi lạc trong việc tu học, nhất là việc hành trì niệm Phật công đức. Đó cũng là phần thưởng khích lệ đáng tán dương trong tinh thần cầu tiến tu học. Đồng thời cũng là dịp cầu nối kết giữa các con cháu của họ với đạo tràng. Vì ngày đó, các con cháu, thân nhân hoặc bạn bè của họ đều cùng nhau câu hội về đạo tràng để dự lễ chúc mừng chung vui. Con cháu trong mỗi gia đình của những vị đã được chúc thọ thành kính dâng lên cho ông bà cha mẹ của họ những đóa hoa xinh tươi, hoặc những món quà quý giá để biểu lộ tấm lòng yêu thương quý kính đối với các đấng sanh thành. Đó còn là cơ hội tốt để họ cùng nhau hợp lực quay quần chung vui cùng với đạo tràng. Nhờ đó, mà sự gắn bó giữa họ và đạo tràng càng gần gũi thiết thân hơn. Đồng thời, cũng để cho các con cháu của họ biết qua phần nào về những sinh hoạt tu học của đạo tràng, mà từ trước tới nay họ chưa có dịp biết đến. Đó là chủ đích nhắm tới của đạo tràng.

Ngoài ra, việc chúc thọ còn thể hiện những vấn đề an ủi khác. Như chúng ta đều biết, tâm lý của người già bao giờ cũng thích ôn lại quá khứ. Không có người già nào thích sống hướng về tương lai. Vì tương lai đối với họ thật quá ngán ngùi. Họ không bao giờ dám nghĩ tới, vì nghĩ tới thì họ thấy cái chết quá cận kề. Người già ở xứ này, thường cảm thấy trống vắng cô đơn và buồn tủi. Vì buồn tủi nên

Chúc Thọ

*Tuổi thọ trên đời được tám mươi
Thật là hy hữu lắm ai ơi!
Biết bao yếu mạng khi còn trẻ
Nghĩệp báo mỗi người phải chịu thôi*

*Đời trước có tu mới sống dai
Tu hành giữ giới lại ăn chay
Sát sanh hại vật không gây tạo
Bồ thí phóng sanh thọ lâu dài*

*Chúc cho các cụ tuổi tám mươi
Cái tuổi ít ai được trên đời
Bởi do niệm Phật luôn tươi trẻ
Chẳng giận, buồn lo được thanh thoi*

*Tuổi đời các cụ tuy có cao
Nhưng nhờ niệm Phật ít bệnh đau
Răng long tóc bạc thân cần cố
Tâm trí thân mình sáng trắng sao*

~~~~~

Chúc thọ là một trong những nghi lễ sinh hoạt trong đạo tràng Quang Minh. Hằng năm, đạo tràng đều có tổ chức buổi lễ chúc thọ cho các cụ có tuổi thọ từ 80 trở lên. Người được chúc thọ ngoài số tuổi đã định, họ còn phải có một quá trình sinh hoạt tu học liên tục gắn bó sát cánh

Thời gian hai tuần lễ, vào những buổi chiều sau giờ cơm, tôi và các em hay ra ngoài carpark (nơi chỗ đậu xe rộng rãi) đi thiền hành và sinh hoạt. Những lúc sinh hoạt nô đùa với các em, tôi thấy mình nhỏ bé lại giống như các em. Có lúc tôi tự cười thâm, mình đã trở nên một đứa trẻ con từ khi nào vậy? Thật sự tôi cũng muốn làm trẻ con lắm, nhưng ngặt là không làm được đó thôi. Chúng ta muốn làm trẻ con ngây thơ theo nghĩa đen và nghĩa bóng, nhưng không phải dễ làm được. Tôi nhớ cố Hòa Thượng Thích Nhất Hạnh từng viết nhiều tác phẩm về tuổi trẻ. Chính bản thân ngài cũng chưa bao giờ cắt đứt sự liên hệ với tuổi trẻ. Tôi rất thích lối văn viết lách của ngài khi ngài viết cho tuổi trẻ. Tiêu biểu như tác phẩm “Nói Với Tuổi Hai Mươi” chẳng hạn. Văn phong của ngài viết rất là nhẹ nhàng, dễ hiểu, đúng với phong cách của một Thiền sư.

Ngoài bài hát đó ra, tôi còn viết tặng các em một bài hát khác với tựa đề là Ngày Vui.

### Ngày Vui

Vui là vui quá vui!  
Quá vui mừng ôi! thật là vui  
Kìa! Chim hót líu lo trên cành  
Cây xanh xanh và lá xanh xanh  
Cùng nhau hát xoay quanh một vòng  
Cùng nhau hát xoay quanh một vòng  
Ta vui tươi trong ánh bình minh  
Mừng hoa lá đẹp xinh an lành  
Trời thanh thanh nước xanh xanh  
Về đây hát tuổi xanh vui đùa  
Về đây hát tuổi xanh vui đùa...

Nhớ lại, cũng cảm thấy vui vui. Hôm nay, ngồi ghi lại những dòng chữ chân tình này, tôi cảm thấy rất an lạc và hạnh phúc. Tôi muốn mình trẻ thơ như các em. Tôi biết, theo dòng thời gian xuôi chảy, các em hôm nay sẽ không còn ngây thơ trong trắng như ngày nào nữa! Các em đã trở thành người lớn rồi! Nếu như có một dịp tình cờ nào đó, mà các em vô tình đọc được bài viết này, thì chắc chắn các em sẽ không quên những kỷ niệm êm đềm tràn đầy thơ mộng dưới mái chùa Phước Huệ thân thương.

Cần nói thêm, không biết các em có đọc quyển sách nói về tuổi trẻ, tình yêu, lý tưởng của Thiền sư Thích Nhất Hạnh chưa? Nếu các em nào chưa có dịp đọc thì tôi khuyên các em nên tìm quyển sách đó để đọc. Bởi nội dung của quyển sách đó nói về một “Giấc Mơ Việt Nam” rất lý thú. Nhưng giấc mơ đó không chỉ là một giấc mơ suông thôi, mà giấc mơ đó đang tiến dần trở thành sự thật. Một giấc mơ đáng cho tuổi trẻ biết và học hỏi. Dĩ nhiên trong sách có nhiều đề mục đáng để cho chúng ta nghiên tầm học tập. Mỗi một đề mục là một bài học giúp ích cho các bạn trẻ rất nhiều. Không riêng gì các bạn trẻ, mà ngay cả thế hệ người lớn như chúng tôi cũng cần phải đọc và tìm hiểu. Tuy nhiên, ở đây, chúng tôi chỉ muốn giới thiệu cho người bạn trẻ có những ước mơ về đất nước Việt Nam trong hiện tại và tương lai thôi. Nói hẹp hơn là tôi chỉ muốn giới thiệu cho các em đã hơn một thời có nhân duyên tu học với tôi. Quyển “tuổi trẻ, tình yêu, lý tưởng”, bìa sách với tựa đề không có viết hoa, nên tôi cũng ghi lại y như bìa sách. Sách do nhà xuất bản Lá Bối ấn hành.

Cuối cùng, tôi xin chúc các em thành công trong sự nghiệp vẻ vang của mình.

thieu hủy thành tro bụi trong nháy mắt. Lắm bạc nhiều tiền, nhưng chưa chắc đã là có hạnh phúc. Có lắm người giàu có nhưng lại rất cô đơn. Họ lăn la hết công viên này sang qua công viên khác, tay cầm ổ bánh mì, miệng nhai ngón nghiền, giống như một kẻ hèn mạt ăn xin. Đó là bởi vì họ rất chán đời và tràn đầy đau khổ. Họ không ham cuộc sống giàu sang mà tâm hồn đau khổ như ở trong cảnh giới địa ngục. Họ khao khát có được một cuộc sống bình an. Cho nên, cuộc sống không phải chỉ có vật chất thôi là đủ. Mà cuộc sống cần phải có sự quân bình giữa vật chất và tinh thần. Nhiều người tuy sống trong sự giàu có sang trọng, nhưng họ lại rất thiếu thôn tình thương. Khi lâm trọng bệnh, họ mới nhận ra rằng, lắm bạc nhiều tiền không thể mua được mạng sống. Mạng sống thật là đáng quý. Có đôi khi người ta lại hủy hoại mạng sống quý giá của mình. Họ ăn uống tiêu thụ toàn những thứ độc tố hại người. Như uống rượu, hút thuốc lá, hoặc bị vướng vào hút chích xì ke ma túy v.v... Đó toàn là những thứ giết người một cách âm thầm. Biết tai hại mà họ vẫn thụ hưởng, thì quả thật họ tự giết chết đời mình.

Xưa nay, phàm là con người không ai lại không ham muốn địa vị chức tước quyền cao và ai lại không thích thụ hưởng những khoái lạc thỏa mãn dục tính. Đó là bản chất cố hữu của con người phàm tục. Tuy nhiên, thú vui chỉ mở đường cho đau khổ. Cờ bạc, rượu chè, hút xách, đàng điếm, gái gú, dâm ô v.v... đó là những thú vui hành lạc. Nhưng trong khi hưởng lạc, người ta lại quên rằng, vui đó rồi khô đó. Khi vui chơi ít có ai nghĩ đến hậu quả khổ đau. Đời là tương đối, hễ có vui là có khổ. Vì trong khi vui sướng đã nảy mầm khổ đau trong đó rồi. Cũng như trong hội ngộ đã ngầm chứa mầm chia ly. Phật dạy, người Phật tử phải có cái nhìn như thế. Đó là một cái nhìn của một con người có tuệ giác sắc bén thật sự.

thiếp đi. Trong giấc mộng chàng thấy mình thi đậu trạng nguyên và được vua ân sủng gả công chúa cho. Chàng sống với công chúa sanh ra một đàn con kháu khỉnh. Và không may trong nước có biến loạn, chàng ta ra trận chỉ huy đánh đầu thắng đó, ca khúc khải hoàn, được vua thăng chức cao hơn... Bỗng có một nhánh cây rớt xuống gây tiếng động, chàng ta giật mình thức dậy, trong khi đó nồi kê của ông già nấu kê bên chưa chín. Chỉ trong một thời gian nằm mơ ngắn ngủi, thế mà thấy mình thi đậu, được vua gả con gái cho, sanh con đẻ cái đầy đàn, làm trạng nguyên, dẹp loạn đánh đầu thắng đó v.v... bao nhiêu sự việc xảy ra như thế, thế mà nồi kê chưa chín. Đúng là: “Giấc Nam Kha khéo bất bình, bình con mắt dậy thấy mình tay không”.

*Làm người ai chẳng muốn giàu sang  
Toan tính lo âu khô nứt ngàn  
Tiền của tạo ra bao nước mắt  
Vô thường cướp mất khóc rồi than!*

Có ai trong chúng ta mà không muốn cuộc sống của mình được giàu sang phú quý? Mà muốn giàu sang lắm tiền nhiều bạc thì phải làm sao? Cố nhiên là phải toan tính lo âu đủ mọi bề. Chính đó là nỗi khổ đau nứt ngàn của con người. Kiếm được đồng tiền đâu phải dễ, phải đổ ra không biết bao nhiêu mồ hôi nước mắt. Nhưng Phật nói của cải tiền bạc thuộc về năm nhà không phải là của mình. Năm nhà đó là: Nước trôi, lửa cháy, cướp bóc, nghịch tử phá tán, nhà nước tịch thu (nếu không có tờ di chúc hợp pháp). Chỉ cần một trong năm nhà ghé thăm, thì cũng đủ tán gia bại sản hết rồi.

Thế nên, tiền bạc của cải chỉ là phù du. Nay ở trong tay mình, mai về tay kẻ khác. Trên đời này, có biết bao nhà tỷ phú, tài sản kèch xù, nhưng chỉ cần một cơn hỏa hoạn thì

## Sen Nở

*Chuông ngân tan niềm tục  
Lam chiều khói mù xa  
Đời người như giấc mộng  
Thoáng chốc trở nên già  
Sự nghiệp làn sương sớm  
Tài sản bóng nhanh qua  
Giàu sang như mây nổi  
Danh lợi nước trăng tà  
Phù du đầu vạn vật  
Niệm dừng sen nở ra*



Mỗi lần nghe tiếng chuông cỗi lòng tôi cảm thấy lâng lâng như thoát tục. Hồi còn bé, tôi thích nghe tiếng chuông chùa lắm. Nhất là âm thanh ngân vang của tiếng đại hồng chung. Cho đến bây giờ tôi vẫn thích nghe tiếng chuông. Tuy nhiên, âm thanh của tiếng chuông ngân vang như thế nào, còn phải tùy thuộc vào người thỉnh chuông. Không phải ai thỉnh chuông cũng đều giống nhau. Có người thỉnh chuông nghe âm thanh thật là chất chúa. Vì thế, mà người muốn thỉnh chuông thì cần phải học. Học cách cầm dùi chuông cho đúng cách và cách thỉnh chuông như thế nào cho thích hợp. Nghe âm thanh ngân vang của tiếng chuông, người ta muốn vào chùa tu, cho cỗi lòng được nhẹ nhàng thanh thoát. Có khi nghe tiếng chuông mà người ta cảm thấy hết muốn đi tu. Cho nên, người thỉnh chuông rất quan trọng, cần phải học để biết cách thỉnh

chuông. Nhớ lại, ngày xưa Thầy tôi khó lắm. Mỗi lần tôi thỉnh chuông sai nghe không êm tai, thì lập tức tôi bị Thầy tôi la rầy quở trách ngay. Nhờ đó, mà tôi mới biết cách thỉnh chuông cho đúng. Tôi thích thực tập nghe chuông chánh niệm. Và tôi cũng hướng dẫn cho đạo tràng Quang Minh thực tập nghe chuông chánh niệm. Nhất là vào những khóa tu học ngắn hạn.

Ở nhà quê, người ta nghe tiếng chuông chùa giống lên, như là đồng hồ báo thức của họ. Giờ giấc của họ tùy thuộc vào tiếng chuông chùa. Đó là một thói quen của họ. Hôm nào, lỡ thức trễ, họ không nghe tiếng chuông, cố nhiên là họ quở trách quý thầy trong chùa. Có người thiếu hiểu biết và thông cảm, họ còn dùng những lời lẽ nặng nề quở trách: “Mấy ông thầy chùa ăn cho mập thầy, nên ngủ mê say không thức dậy tụng niệm đánh chuông, gõ mõ gì hết. Bởi vậy, hôm nay tôi thức dậy trễ, trưa trờ trưa trật còn đi buôn bán cái thứ gì được nữa”. Họ trách móc đủ thứ, quý thầy cũng phải chịu thôi! Đâu có ai làm vừa lòng họ hết được. Người ta nói, thầy chùa làm dâu trăm họ không sai. Họ trách thì cũng phải. Quý thầy ở trong chùa cũng là con người, cho nên có đôi khi làm công việc mệt nhọc, hoặc thức khuya tụng đám sám nên mới ngủ quên. Nhưng họ đâu có biết. Họ chỉ biết trách mà không biết cảm thông!

Trở lại vấn đề trên, có thể trong lúc tâm tư của mình đang suy tính ngổn ngang rồi bời trong lòng, bỗng nghe âm thanh của tiếng chuông chùa từ xa vọng lại, cảm thấy lòng mình như voi đi bao nổi ưu phiền. Ai đã từng trải nghiệm qua, thì biết đây là một sự thật. Cho nên âm thanh của tiếng chuông rất có hiệu nghiệm phá tan niềm tục lụy. Làm cho con người trở nên thanh thản nhẹ nhàng hơn. Đó là: “*Chuông ngân tan niềm tục*”.

trong đạo tràng, họ đã chọn cho mình một hướng đi đích thực rồi. Vì hiện đời họ đã tu tập và niệm Phật rất tinh tấn. Nhân gây tốt như vậy, cố nhiên là sẽ có quả báo tốt cho họ mà thôi. Vì nhân thế nào thì quả thế ấy, không thể lệch hướng đi được, chỉ ngoại trừ khi cận tử nghiệp của họ xấu. Con đường sanh tử thử hỏi có mấy ai tránh khỏi? Đời người khác nào như bọt nước tan biến bất thường. Nay tan, mai hợp, không ai lường trước được. Biết thế, thì ta nên chuẩn bị cho mình một hướng đi tương lai tốt đẹp. Ta ý thức rằng, tương lai được làm ra là bởi do chất liệu hiện tại, hiện tại là định hướng quyết định cho tương lai. Nếu hiện tại tốt thì tương lai tốt. Muốn vãng sanh về Tây phương Cực lạc thì ta phải chuyên tâm niệm Phật, và phải niệm cho đúng pháp.

*Một kiếp làm người lắm gian nan*

*Biết bao nước mắt lệ tuôn tràn*

*Tranh danh đoạt lợi trong trường mộng*

*Đâu khác loài hoa nở lại tàn*

Kinh nghiệm cho biết, một kiếp làm người lắm gian nan. Gian nan khó khăn đủ mọi thứ trăm bề. Khó khăn vất vả trong đời sống. Cuộc sống là một chuỗi dài đau khổ. Biết bao nước mắt tuôn tràn. Có lắm người nước mắt chan cơm để ăn. Cũng chỉ vì tranh danh đoạt lợi mưu cầu cho sự sống. Nhưng cuối cùng có khác gì loài hoa kia nở ra rồi lại tàn. “*Đời người khác thế loài hoa, sớm còn tối mất nở ra lại tàn*”. Sống thì tranh danh đoạt lợi, rốt lại, cũng chỉ là một giấc mộng mà thôi. Đời người có khác chi là giấc mộng Nam Kha. Chuyện kể rằng, xưa kia, có chàng thí sinh, trên đường đến triều đình đi thi, ngang qua thấy có một cây cao bóng mát, bên cạnh có một ông già đang nấu nồi kê. Chàng ta, đến tựa vào gốc cây để nghỉ, có lẽ vì đi đường mệt mỏi, nên vừa dựa vào gốc cây, thì chàng ta lại

hãy để cho họ được yên nghỉ, hãy để cho sự ra đi của họ được nhẹ nhàng thanh thoát trong sự bình an. Chúng ta những người còn ở lại, hãy cùng nhau niệm Phật để tiễn đưa họ lên đường về cõi Phật một cách thanh thoi và an lạc. Đó là ta giúp sức cho họ rất nhiều. Duyên trần của họ đã mãn, thì ta nên chúc mừng cho họ. Ta có tiếc thương bịn rịn khóc than thì càng làm cho người ra đi bất an và nặng phần nuôi tiếc luyến ái thêm thoi. Nếu thật sự thương người thân của mình thì tất cả không nên làm cho họ mất đi chánh niệm. Mất chánh niệm thì con đường vắng sanh về cảnh giới an lành của họ thật khó bảo đảm. Vẫn biết rằng, giữa người còn sống và người đã mất có sự liên hệ tình cảm tha thiết với nhau, cho nên sự cảm xúc nhớ thương với nhau là chuyện bình thường. Tuy nhiên, dù thương yêu đến mấy, ta cũng nên dần lòng đừng gây xúc động đến người đã mất. Ta phải cố gắng kềm chế và giúp cho họ có một cận tử nghiệp an lành. Nếu không, thì rất nguy hại cho đời họ sau này. Chỉ cần khởi một niệm ái nhiễm hoặc buồn giận thì họ sẽ rơi vào cảnh giới đau khổ như tên bắn. Ta nên nhớ lời thức nhắc quý giá của cổ nhân: “*Niệm bất nhứt, bất sanh Tịnh độ, ái bất nhiễm, bất sanh Ta bà*”. Cận tử nghiệp, tức cái nghiệp gần chết của con người rất quan trọng. Sự có mặt của họ trong cuộc đời này, coi như đã trả xong tròn một kiếp. Tuy nhiên, tùy theo nghiệp thiện, ác mà họ đã gây ra trong đời này, thì họ sẽ tiếp tục thọ nhận quả báo khổ hoặc vui ở đời sau.

*Hãy để người đi được bình an  
Nguyện hồn người được vắng Tây phương  
Mấy ai thoát khỏi đường sanh tử?  
Bọt nước chiều hôm hợp phải tan*

Ta chỉ thành tâm cầu nguyện cho người mất chóng được vắng sanh Tây phương Cực lạc. Đối với các liên hữu

Câu kệ tiếp: “*Lam chiều khói mù xa*”. Tôi viết câu thơ này là một chứng nghiệm thật. Ở nhà quê, người ta thường hay thổi cơm vào buổi chiều. Xa xa nhìn thấy làn khói bay lên, người ta gọi đó là khói lam chiều. Tôi rất thích ngắm cảnh chiều tà có những làn khói trắng bay lên và lan tỏa khắp nơi trong không gian. Nhìn làn khói lam đó, ngẫm lại đời người đâu có khác gì như là một giấc mộng. Bởi vì khói là một hiện tượng không thật. Đâu có ai nắm bắt được làn khói bao giờ! Vì đời người như một giấc mộng, cố nhiên là con người đâu có thật. Cái không thật mà người ta vẫn cố bám chấp, thì có khác nào như nắm bắt một làn khói bay, hay đắm chìm trong mộng ảo. Tôi có làm bài thơ **Huyền Mộng**:

Kìa thế cuộc in như huyền mộng  
Đời vô thường có đó rồi không  
Cuộc đời như một dòng sông  
Cứ trôi, cứ chảy biết trông ngỏ nào

Nhìn thế sự dạt dào bi cảm  
Thương chúng sinh bể thảm sông mê  
Bạn ơi! Chỉ một lối về  
Niết bàn an lạc một bề thanh thoi

Bạn cứ sống sáng ngời tâm thức  
Bạn nhìn đời nỗ lực yêu thương  
Buông đi cho hết vẩn vương  
Nhẹ nhàng thanh thoát tình thương tràn trề

Chúc cho bạn một bề tu tiên  
Mặc cõi đời đay nghiệt chề bai  
Con đường tu tập hằng ngày  
Sống vui, sống khỏe, sống hoài đạo tâm

“Làm sao giết được người trong mộng”? Đó là câu nói của nhà thơ tài ba lỗi lạc Hàn Mặc Tử. Chỉ có người ngu si mới nắm bắt làn khói và giết người trong mộng đó thôi. Chớ người tỉnh thức đâu có ai làm chuyện khờ khạo như vậy.

### *Đời người như giấc mộng Thoáng chốc trở nên già*

Già là một hiện tượng vô thường mà không ai tránh khỏi. Không có ai muốn mình trở nên già cả. Ngày xưa, khi mà Thái tử Tất Đạt Đa xin phép vua cha đi tu, thì vua cha không bao giờ chấp nhận. Biết cha mình không chấp nhận, cho nên Thái tử liền đưa ra bốn điều kiện:

- Làm sao cho con trẻ mãi không già
- Làm sao cho con mạnh hoài không đau
- Làm sao cho con sống hoài không chết
- Làm sao cho mọi người hết khổ được vui

Qua bốn điều kiện Thái tử đưa ra, vua cha không thể nào giải quyết được. Tuy không giải quyết được, nhưng vua Tịnh Phạn vẫn cương quyết không đồng ý cho Thái tử đi xuất gia.

Trên thế gian này, không có một hiện tượng nào mà không biến chuyển đổi thay. Có thân thì phải có già. Có già thì phải có bệnh. Có bệnh thì phải có chết. Đó là một quy trình luật định của một con người không một ai tránh khỏi. Thử hỏi bốn điều kiện của Thái tử đưa ra làm sao vua Tịnh Phạn có thể giải quyết được? Và cũng không có bàn tay thần thánh nào có thể chuyển đổi được cái quy trình luật định đó. Không chuyển đổi được thì phải chấp nhận. Chấp

Quy. Thế nên, trước khi đi sâu vào chương trình của buổi lễ tưởng niệm, thì bản nhạc thu âm này sẽ được mở ra đầu tiên. Mục đích là để tiễn đưa người bạn sen ra đi. Nhờ đó mà không khí của buổi lễ tưởng niệm rất thanh tịnh trang nghiêm.

Sự thọ mạng của con người dài ngắn, lâu mau không như định. Tùy theo nghiệp nhân gây tạo của mỗi người mà quả báo của sự thọ mạng có khác nhau. Nhưng dù cho có kéo dài mạng sống dài lâu đi chăng nữa, thì thọ mạng của con người ở mức giới hạn tối đa thông thường là một trăm năm. Tuy nhiên, cũng có người thọ mạng của họ dài lâu hơn thế nữa, nhưng điều này rất là hiếm hoi. Họ hoàn hy hữu lắm mới có được một vài người như thế. Theo truyền thuyết cho biết, xưa kia Hòa Thượng Hư Vân sống đến 120 tuổi. Đây là mức tuổi thọ vượt qua mức bình thường của con người khá nhiều. Câu nói: “Nhơn sanh thất thập cổ lai hy”. Nghĩa là con người sống thọ đến 70 tuổi, xưa nay ít có. Câu nói này, đối với thời đại khoa học tiên bộ vượt bậc trong thế kỷ 21 này, thì không còn hoàn toàn chính xác. Thời nay, tuổi thọ của con người có phần vượt trội hơn ở tuổi 70 là chuyện bình thường. Lý do là nhờ ngành y học tiên bộ nên việc bào chế thuốc men cũng như kỹ thuật máy móc rất tinh vi. Nhờ đó mà việc chữa trị bệnh nhân khá đầy đủ tiện nghi phương tiện máy móc nên con số tử vong ít đi nhiều.

*Người đã đi rồi phận đã an  
Duyên trần đã mãn hết lo toan  
Quả nghiệp trả xong tròn một kiếp  
Tội người ở lại khóc thương than!*

Con người suốt cuộc đời vật lộn với cuộc sống, nên cũng phải có ngày kết thúc cuộc đời, chấm dứt ra đi. Vậy thì, khi một người nằm xuống, tất cả người thân trong gia đình

## Người Đã Ra Đi

*Người đã đi rồi phận đã an  
Duyên trần đã mãn hết lo toan  
Quả nghiệp trả xong tròn một kiếp  
Tội người ở lại khóc thương than!*

*Hãy để người đi được bình an  
Nguyện hồn người được vãng Tây phang  
Mấy ai thoát khỏi đường sanh tử?  
Bọt nước chiều hôm hợp phải tan*

*Một kiếp làm người lắm gian nan  
Biết bao nước mắt lệ tuôn tràn  
Tranh danh đoạt lợi trong trường mộng  
Đâu khác loài hoa nở lại tàn*

*Làm người ai chẳng muốn giàu sang  
Toan tính lo âu khổ ngút ngàn  
Tiền của tạo ra bao nước mắt  
Vô thường cướp mất khóc buồn than!*

Bài thơ này tôi viết để kính tặng cho những liên hữu trong đạo tràng Quang Minh khi vãng sanh. Và bài thơ này cũng đã được nhạc sĩ Nguyễn Bính (Việt Nam) phổ thành nhạc và ca sĩ Đông Quân ca. Cứ mỗi lần có một liên hữu vãng sanh, thì đạo tràng thường tổ chức một buổi lễ phúng điếu để tưởng niệm. Đó là thông lệ quyết định chung của đạo tràng. Và điều lệ này cũng đã có ghi rõ trong bản Nội

nhận một sự thật để mà vui sống. Ta có thể chạy trốn nợ nần của đời này, nhưng ta không thể chạy trốn được sự thật của những trạng huống sanh, già, bệnh, chết.

*Sự nghiệp làn sương sớm  
Tài sản bóng nhanh qua  
Giàu sang như mây nổi  
Danh lợi nước trắng tà*

Đã nói, mọi hiện tượng đều chịu chung định luật vô thường chi phối, thế thì, sự nghiệp, tài sản, sự giàu sang phú quý, danh lợi, có khác nào như làn sương sớm, như bóng qua nhanh, như mây nổi, như gió thổi và như nước trắng tà. Mọi thứ đều như dòng nước chảy trôi, là phù du trên đầu vạt vạt, không có gì là chân thật cả.

*Phú quý lợi danh như nước chảy  
Sắc tài tửu khí tợ mây tan  
Ngựa xe áo mũ không bền bỉ  
Nhắm mắt hoàn ra đóng cốt tàn (trích thơ)*

Ý thức được sự vô thường nhanh chóng qua mau như thế, ta còn bám chấp để làm gì? Có bám chấp thì cũng không thể nào giữ được. Bởi vì cái gì có hình tướng đều là hư vọng (phàm sở hữu tướng giai thị hư vọng – Kinh Kim Cang Bát Nhã), hư vọng là giả dối, là lường gạt. Muốn không còn bị trần cảnh lường gạt ta nữa, thì phải dừng vọng niệm.

*Phù du đầu vạt vạt  
Niệm dừng sen nở ra*

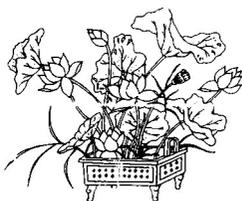
Khi vọng niệm đã dừng, thì sen trí tuệ sẽ nở hương hoa giải thoát. Được thế, thì ta ung dung tự tại đi trong lòng cuộc đời mà không có gì ràng buộc được ta cả.

## **Bóng Chim**

*Chim bay về tổ ấm  
Khúc nhạc trời vang ca  
Âm thanh niệm Di Đà  
Lời ca về muôn thuở*

*Chim non chuyền cành lá  
Cùng hát bản tình ca  
Gởi qua ngàn gió sớm  
Hạnh phúc niệm Di Đà*

*Chiều về chim reo hát  
Nắng nhẹ trải hoa thơm  
Bóng chim không còn dấu  
Chẳng lưu lại vết hình*



*Anh bảo vệ rừng cây  
Em bảo vệ núi sông  
Anh với em đồng lòng  
Nguyễn chung sức xây dựng non sông*

*Này anh ơi! Cuộc sống  
Sống không phải riêng ta  
Sống cho tất cả muôn loài  
Sống như thế mới thật là an vui*

*Này ai ơi! Cuộc sống  
Sống không phải riêng ta  
Sống trải rộng chan hòa  
Sống thương khắp mới thật là an vui*

*Hãy nhìn xem rừng núi  
Mang sức sống cho ta  
Ta là rừng núi bao la  
Rừng núi ấy cũng chính là ta*

Qua đó, chúng ta thấy rằng, chữ hiếu theo quan niệm của đạo Phật ý nghĩa của nó rất rộng. Ngoài việc phụng dưỡng hiếu thảo với ông bà cha mẹ ra, người Phật tử còn phải nghĩ đến giúp ích cho muôn loài vạn vật, vì tất cả đều có liên hệ đến chúng ta. Ân cha nghĩa mẹ công lao khó nhọc bằng trời, dĩ nhiên là chúng ta phải lo đền đáp. Có những câu ca dao nói lên ân nghĩa công lao sanh thành giáo dưỡng của cha mẹ thật là thấm thiết, chẳng hạn như bài ca dao tiêu biểu sau đây:

*Công cha nặng lắm cha ơi!  
Nghĩa mẹ bằng trời chín tháng cưu mang  
Chín tháng cưu mang nhờ đức mẹ  
Ba năm bông ẵm cảm ơn cha.*

Sách Nho có câu: “*Thiên kinh vạn quyển hiếu nghĩa vi tiên*”. Nghĩa là ngàn quyển kinh vạn quyển sách đều lấy hiếu nghĩa làm đầu. Hoặc câu: “*Thiên hữu tứ thời xuân tại thủ, nhơn sanh bách hạnh hiếu vi tiên*”. Nghĩa là, trời có bốn mùa mà mùa xuân là đứng đầu, người có trăm hạnh, thì hạnh hiếu là trước hết. Hay câu: “*Phụ mẫu tại đường như Phật tại thế*”. Nghĩa là cha mẹ còn sinh tiền khác nào như Phật còn ở đời. Ý nói, khi cha mẹ còn sống thì người con phải hết lòng lo phụng dưỡng báo đáp thâm ân cho cha mẹ thì cũng chẳng khác nào như tôn kính phụng thờ Đức Phật còn ở đời vậy.

Trong khế kinh có câu: Tâm hiếu là tâm Phật, hạnh hiếu là hạnh Phật. Qua những lời dạy đó cho chúng ta thấy rằng, xưa nay các bậc hiền thánh đều khuyên con người nên lấy chữ hiếu làm đầu. Không những chỉ giữ chữ hiếu đối với ông bà cha mẹ không thôi mà còn phải mở rộng chữ hiếu đến muôn loài vạn vật. Đó là đức hiếu sinh của con người. Có mở rộng chữ hiếu như thế, thì chúng ta mới thấy việc tri ân và báo ân rất hệ trọng trong đời sống. Bởi muôn loài đều có ân nghĩa với chúng ta. Dù trực tiếp hay gián tiếp chúng ta đều thọ ân rất nhiều. Vạn vật không có vật nào mà không giúp sự sống của ta. Ngay cả không khí hàng ngày mà ta hít thở để được sống còn có phải là ta đã trực tiếp thọ ân không khí hay không? Nếu không có không khí thì làm sao ta sống được? Còn rất nhiều về sự thọ ân những cảnh vật chung quanh chúng ta. Theo lý duyên sinh của Phật giáo thì muôn vật không ngoài ta và ta không ngoài muôn vật mà có. Nói cách khác sự sống của ta là nhờ tất cả. Ta là tất cả mà tất cả cũng chính là ta. Dựa theo ý này, chúng tôi có viết bài thơ, cũng là bài hát gọi là “**Nguồn Sống**”:

## Dừng

*Ta cô lữ trong muôn ngàn vạn kiếp  
Gót phong sương đậm nát cõi Ta bà  
Đã bao lần sanh tử mãi vào ra  
Mang kiếp sống đọa đày trong khổ hải  
Nhân với quả nhiều đời ta gặt hái  
Nghiệp dữ lành cứ mãi trả với vay  
Chốn bụi hồng trong cõi tạm trần ai  
Biết “**Dừng**” lại trọn đời vui hạnh phúc*

Trong cuộc sống ta cứ chạy đua tranh giành tài vật chưa bao giờ biết dừng lại. Từ khi chào đời cho đến khi mái tóc pha sương, ta đã trải qua không biết bao nhiêu chặng đường dài đau khổ. Ta đua đòi theo danh lợi: “*Gót danh lợi bùn pha sắc xám, mặt phong trần nắng nám mùi dâu, nghĩ thân phù thế mà đau, bọt trong bể khổ bèo dậu bến mê*” (Ôn Như Hầu Nguyễn Gia Thiệu). Ta đã trôi lăn lên xuống trong đường sanh tử không biết bao nhiêu lần. Còn tạo nghiệp là còn sanh tử. Muôn chấm dứt con đường sanh tử khổ đau, thì ta phải mau mau dừng lại. Tức phải dừng ba nghiệp, mà động cơ chính là ý nghiệp. Khi ý nghiệp dừng rồi, thì ngang đó chấm dứt sanh tử. Còn nổi trôi là còn phải chịu đọa đày trong khổ hải.

Nguyên lý nhân quả là nguyên lý mà con người phải chịu trách nhiệm với những hành động của chính mình. Nhân quả là một chân lý phổ biến. Nó tiềm tàng trong mọi sự vật, không có một sự vật nào thoát khỏi nhân quả. Nhân là hạt giống. Có đủ loại hạt giống. Tổng thể thì có hai loại

hạt giống chính: lành và dữ, hay thiện và ác. Gieo giống lành thì sẽ được quả lành. Gieo giống dữ thì gặt hái quả dữ. Luật nhân quả rất công bằng, không thiên vị một ai. Tuy nhiên, từ nhân tới quả còn đòi hỏi phải có thêm điều kiện thuận lợi. Nếu điều kiện tốt gọi là thuận duyên, thì hạt giống sẽ tăng trưởng theo chiều thuận tốt. Ngược lại, thì gọi là nghịch duyên, tức điều kiện ngược lại. Như ta gieo hạt cam, nếu hội đủ các điều kiện thuận lợi tốt, cố nhiên là ta sẽ có trái cam ăn ngon ngọt. Trái cam là một kết quả cuối cùng. Như vậy từ khi gieo hạt cho đến khi có trái cam, phải trải qua một thời gian. Trong Duy Biểu Học gọi là dị thời nhi thực, nghĩa là khác thời gian mới chín. Thế nên, nói đến nhân quả là phải nói đến thời gian. Nếu thiếu điều kiện thời gian thì nhân quả không thành. Người biết sống theo nhân quả là người có đầu óc theo tinh thần khoa học. Và chắc chắn người đó sẽ gặt hái nhiều điều lợi lạc hơn. Bởi vì khi đã hiểu rõ lý nhân quả, thì không ai gây tạo nghiệp nhân ác. Không gây tạo nghiệp nhân ác, thì làm gì có quả báo ác. Nhân với quả như bóng theo hình, như vang theo tiếng, một mảy may không hề sai chạy. Ý thức luật nhân quả ta nên hành xử đúng theo chân lý. Đó là con đường chánh lý mà người Phật tử cần phải thực hành. Ta bà là cõi tạm, là quán trọ dừng chân. Ta có mặt với cuộc đời này không phải do ta chủ động. Tất cả đều do nghiệp lực thúc đẩy, vì nghiệp là nhân tố chính. Đã có thân này, thì sao tránh khỏi những điều hệ lụy khổ đau? Cứ hãy nhìn vào cái báo thân của ta hiện tại là ta có thể biết được nghiệp nhân quá khứ của ta. Nếu báo thân của ta hiện đời tốt đẹp, thì ta biết nghiệp nhân đời trước của ta gây tạo tốt đẹp. Ngược lại, thì ta biết nghiệp nhân đời trước của ta không tốt. Biết thế để ta an phận sống để mà trả nghiệp cũ và cố gắng gây tạo những nghiệp nhân tốt trong đời này. Nghiệp nhân tốt trong đời này là quyết định

## Ơn Cha Mẹ

*Cả một bầu trời gánh nặng mang  
Công cha nghĩa mẹ sánh muôn ngàn  
Mây trời khó phủ ơn nuôi dưỡng  
Biển nước sao đầy nghĩa bảo ban  
Tất tả ngược xuôi người lặn lội  
Một mình vất vả tự lo toan  
Thân gầy chẳng quản nuôi con lớn  
Chịu cảnh phong sương quyết chẳng than!*

Như đã nói, mẹ là đề tài muôn thuở. Nói hoài, nói mãi, nói không bao giờ cùng. Vì công ơn của cha mẹ quá lớn lao hơn non cao bể cả. Trên thế gian này không có công lao nào có thể sánh bằng công lao của cha mẹ. Núi tuy cao, biển tuy rộng, nhưng cũng không thể nào có thể so sánh được.

Từ ngàn xưa, hiếu đạo là nền tảng xây dựng đạo đức tình người. Hơn ai hết, đối với người Việt Nam chúng ta từ xưa tới nay rất quan tâm và coi trọng chữ hiếu. Trong những áng văn chương từ văn chương bác học đến văn chương bình dân, nơi đâu tổ tiên ta cũng đều luôn đề cao chữ hiếu. Vì đó là một nền văn hóa lấy đạo đức con người làm căn bản. Điểm đặc biệt của một nền văn hóa nước ta là một nền văn hóa tổng hợp gọi là Tam giáo đồng nguyên, tức Phật, Khổng và Lão giáo. Ba tôn giáo này luôn hòa quyện hỗ tương với nhau trong chiều hướng xây dựng con người theo một đường hướng chung là lấy đạo đức nhân bản làm cội gốc. Mà đạo đức nhân bản đó chính là con đường Hiếu Đạo vậy.

Buồn lo giận nhiều là tự sát  
 Giữ cho cõi lòng luôn tươi mát  
 Không gì bằng tâm hồn an lạc  
 Đạo đức là hương thơm ngào ngạt  
 Trách chi lòng người đen bạc  
 Vui chi chén thù chén tạc  
 Mà làm cho cõi lòng thêm tan nát  
 Tình thương là niềm khao khát  
 Buông xả là người thông đạt  
 Sớm chiều tay lần tràng hạt  
 An lành niềm vui thanh thoát.



cho quả báo tốt trong tương lai của ta. Bởi chất liệu hiện tại mới có đủ thẩm quyền quyết định cho tương lai. Cuộc sống chẳng qua chỉ là một sân chơi rẻ tiền. Con người tìm đủ mọi mảnh khoe thủ đoạn gian ác đấu đá qua lại với nhau. Kẻ thắng hay người thua, rốt lại cũng chỉ là những kẻ bắt bóng trong trò chơi ảo vọng mà thôi. Đòi người nhìn lại có khác gì là một diễn viên múa may quay cuồng trên sân khấu. Tất cả đều do đạo diễn nghiệp lực sắp xếp an bày cho chúng ta hết rồi. Hơn thua đấu đá tranh nhau làm gì, rốt lại, chúng ta cũng chỉ là những con rối nước để cho kẻ đứng phía sau (nghiệp) giật dây điều khiển mua vui, thế thôi!

Biết thế để ta kịp thời dừng lại. Ta quyết đứng ngoài thế cuộc sân chơi, vì ta thấy rất rõ trong sân chơi toàn là những tay cáo già bịp bợm, chuyên lường gạt đưa ta vào ngõ cụt của cuộc đời. Kinh nghiệm đau thương mà cuộc đời đã từng dạy cho ta quá đủ để cho ta kịp mau rút chân ra khỏi cuộc chơi nhiều trò gian xảo ảo thuật.

Hẳn ta còn nhớ, câu chuyện Phật độ chàng Vô Nã. Tên thật của anh này là Angulimala, tức Ương quật ma la. Anh là một con người rất độc ác. Anh ta giết người không biết góm tay. Anh ta đi đến đâu, người ta đều hoảng hốt lo sợ đến đây. Anh ta giết nhiều người, cứ giết xong, thì anh ta chặt một ngón tay để làm chuỗi đeo cổ. Mọi người nghe đến tên anh, ai nấy đều sợ kinh hồn khiếp đảm.

Vào một buổi sáng, Đức Phật mang bát đi vào thành Xá Vệ khát thực. Thọ trai xong, Đức Phật đi về phía mà anh chàng Vô Nã đang ẩn núp ở đó. Thấy thế, mọi người đều ngăn cản không cho Đức Phật đi. Nhưng Đức Phật không nghe lời khuyên của họ mà vẫn lặng lẽ bước đi. Từ xa, Vô

Não đã nhìn thấy Đức Phật, anh có vẻ ngạc nhiên nghĩ thầm: Không ai dám đi vào đây, sao ông Sa môn Cù Đàm dám đi một mình như thế. Nghĩ xong, anh ta xách gươm chạy đuổi theo Đức Phật. Anh ta nhất quyết phải giết cho được Đức Phật. Thế nhưng, anh đuổi theo hoài mà không kịp Đức Phật. Bấy giờ anh mới la lớn: “Này Sa môn Cù Đàm hãy dừng chân lại”. Phật bảo: Ta đã “**Dừng**” từ lâu rồi. Chỉ có ngươi chưa dừng lại đó thôi. Ta đã dừng tất cả những thứ trược cấu phiền não tham, sân, si... Ta có lòng từ bi đối với mọi người. Còn ngươi sao không bỏ cái tâm ác độc đó đi.” Nghe Phật nói thế, anh liền quăng ném khí giới xuống đất và xin quy y xuất gia theo Phật. Do nỗ lực tu hành, không bao lâu Vô Não đã chứng quả A la hán và đã trở thành một vị A la hán gương mẫu.



Tâm hỷ xả là liều thuốc bổ dưỡng an thần hay nhất. Ta ưu tư suy nghĩ nhiều quá, thần kinh ta lại càng căng thẳng nhiều hơn. Buồn giận, lo nghĩ rất có hại cho sức khỏe của ta. Bởi sức khỏe là vàng. Ta có lắm bạc nhiều tiền, có thể mua sắm đủ mọi thứ quý giá trên đời. Nhưng có một cái mà ta không có thể mua được, đó là sức khỏe. Có sức khỏe là có tất cả. Bởi thế, bạn bè gặp nhau câu hỏi đầu tiên là bạn có khỏe không? Và khi từ giã tạm biệt nhau, thì người ta chúc cho nhau là luôn được dồi dào sức khỏe. Điều này, chứng tỏ sức khỏe của con người rất là quan trọng. Khi có được dồi dào sức khỏe thì người ta mới cảm thấy yêu đời nhiều hơn. Vì vậy mà vấn đề bảo vệ giữ gìn sức khỏe được người ta nêu lên hàng đầu. Ta nên nhớ, vật chất tuy đầy đủ, nhưng nếu tinh thần bị yếu kém thì cũng dễ sanh ra bệnh tật. Nhất là vấn đề lo lắng và sợ hãi. Cho nên muốn có sức khỏe tốt, ta cũng nên chú ý về phần tinh thần. Ta nên nuôi dưỡng những tâm hành tích cực. Như các tâm hành từ bi, hỷ xả, an lạc, hạnh phúc ....

Ngược lại, những người nào mang tâm bệnh của những thứ tâm hành tiêu cực, thì chính mình tự giết chết đời mình. Ta nên ý thức, giận trách buồn lo chỉ có tác hại cho ta thêm mà thôi. Chỉ có hoan hỷ học hạnh buông xả, thì đời ta mới thoát khổ. Bằng không, thì dầu có thuốc tiên cũng không làm sao trị hết bệnh cho ta được. Xin được nhắc lại, “sức khỏe là vàng, chẳng màng giận trách, mây ai trong sạch, ở cõi đời này. Phát nguyện từ nay, mọi việc đều buông bỏ hết”. Hãy đọc câu thần chú do chúng tôi đề ra: “**Nam mô Vô Qua Ra**”, đọc nhiều lần càng tốt. Vô lỗi tai bên này qua lỗi tai bên kia rồi ra luôn. Có thế, thì cõi lòng của chúng ta mới được thanh thản vui sống với đất trời và nhất là trong những ngày còn lại có mặt với thế gian này.

là bốn tâm vô lượng mà ta cần phải thực tập hằng ngày. Được vậy, thì lòng ta mới cảm thấy nhẹ nhàng an lạc hạnh phúc. Bằng ngược lại thì ta phải chịu đau khổ dài dài.

*Giận trách chi người khổ lụy sâu  
Nhiều đêm không ngủ tóc bạc đầu  
Sao bằng hoan hỷ tâm buông xả  
Thoát khỏi giam mình giữa vực sâu.*

Ta càng giận trách người thì ta càng chuốc thêm khổ lụy. Chỉ mang lại sự thiệt thòi cho mình mà thôi. Giận người không có ích lợi gì cho mình cả. Ta đừng quên, giận là một tâm hành tiêu cực, là cội gốc phiền não. Ta cần phải vận dụng trí huệ chuyển hóa tâm hành tiêu cực này. Nếu không, thì nó sẽ làm cho ta ngày càng lún sâu đau khổ nhiều hơn. Khi con giận nổi lên nó làm cho ta ăn không ngon, ngủ không yên. Ta quán chiếu thấy rõ nó là thứ hư ảo không thật. Tuy không thật, nhưng nếu ta cam tâm làm nô lệ cho nó sai khiến, thì đời ta càng tội tệ hơn. Ta không thể để cho nó sai khiến, vì ta biết rõ bản chất của nó là giả dối không thật. Thay vì giận trách người sao không quán chiếu lại mình? Thử nhìn lại mình, mình có trong sạch thực sự không? Tại sao mình không lo dọn quét nhà mình, mà lại lo dọn quét nhà người khác? Nhà mình còn đầy dẫy rác rến, bao nhiêu tật xấu còn nguyên vẹn, không lo tẩy trừ cho sạch, lại thích cầm chổi đi quét nhà người ta. Coi chừng lịch mà lại chê lương, thật là xấu hổ quá! “Chun mình còn lăm lê mê, mà đi xách đũa lại rêu chun người”. Muốn cho thân tâm an lạc, thì ta nên hoan hỷ buông xả mọi thứ. Không nên chứa chấp bất cứ thứ gì trong tâm thức ta. Được vậy, thì ta khỏi phải rơi vào hố thẳm vực sâu của tội lỗi vậy.

## Bông Hồng Trắng

*Trải mấy mùa thu lá rụng vàng  
Bao rằm tháng bảy đón Vu Lan  
Lòng con quặn thắt vì thương nhớ  
Hoa trắng cài lên lệ ướt tràn*

*Mẹ đã cho con cả cuộc đời  
Nhọc nhằn vất vả để con chơi  
Còng lưng mẹ gánh thân nào quán  
Chỉ muốn con mình sống vui thôi*

*Mẹ đã đi rồi bỏ lại con  
Chiều thu bóng mẹ đã không còn  
Bầu trời lặng chết còn đâu nữa  
Biết đến bao giờ gặp lại con*

*Tiếng dế kêu sâu khóc nỉ non  
Đêm khuya tỉnh giấc mẹ tôi còn  
Dòng sông vẫn chảy luôn còn đó  
Nhịp thở tế bào mẹ trong con*

Kể từ ngày mẹ tôi mất (2008), không mùa Vu Lan nào mà tôi không viết chủ đề về mẹ. Bài thơ này, tôi viết nhân dịp Vu Lan về trong niềm thương kính nhớ mẹ. Tôi viết cho tôi, và cũng muốn tặng cho các bạn nào đã mang tâm trạng mất mẹ như tôi. Chủ đề nói về mẹ, có thể nói là một chủ đề muôn thuở. Trong nền văn học Việt Nam đã có rất nhiều những áng văn chương tuyệt tác nói về mẹ. Mỗi tác

giả, tùy theo quan niệm, tâm trạng, hoàn cảnh của mình mà có những cách diễn tả về mẹ khác nhau. Nhưng tựu trung cũng nói lên cái cảm nhận về tình yêu thương thiêng liêng cao cả và công lao khó nhọc của cha mẹ. Cứ mỗi lần nghe nhạc phẩm *Bông Hồng Cài Áo* của nhạc sĩ Phạm Thế Mỹ, lòng tôi cảm thấy bồi ngùi xúc động.

Từ khi có đoàn văn “*Bông Hồng Cài Áo*” của Thiền sư Thích Nhất Hạnh ra đời, như là một phong trào tự phát, trong các chùa Phật giáo Bắc tông đều có tổ chức lễ cài hoa hồng lồng trong buổi đại lễ Vu Lan. Thật ra, Hòa Thượng Thích Nhất Hạnh không có ý cổ vũ phát động phong trào như thế. Mà do các chùa tự động đứng ra tổ chức. Vì xét thấy, bông hồng cài áo mang một ý nghĩa vô cùng thâm thúy tràn đầy chất liệu tình người và tình đạo. Hơn nữa, Vu Lan là một lễ hội lớn theo truyền thống Phật giáo, cũng chính là mùa báo hiếu; mùa tưởng nhớ đến công ơn sanh thành giáo dưỡng của ông bà cha mẹ. Do đó, lễ cài hoa hồng trong ngày đại lễ Vu Lan rất thích hợp đạo hiếu trong khung cảnh trang nghiêm của buổi lễ.

Vì mang tâm trạng mất mẹ, nên mùa Vu Lan nào tôi cũng cảm thấy bồi ngùi tưởng nhớ đến hình ảnh của mẹ tôi. Tuy nhiên, kể từ khi tôi học được bài học nói về “**Hữu tướng và Vô tướng**” trong đạo Phật, lòng tôi cảm thấy an lạc nhẹ nhàng hơn. Nếu nhìn vạn vật bằng con mắt hữu tướng, thì ta rất là đau khổ. Hữu tướng là ta nhìn đâu cũng thấy các pháp hữu vi đều là thật cả. Đó là cái nhìn dính kẹt vào hữu tướng. Cũng ngay nơi sự vật đó, nhưng nếu ta nhìn bằng con mắt tuệ giác vô tướng thì chắc chắn là ta không còn bị dính kẹt vào nó. Vô tướng nghĩa là nó không có cái tướng chân thật. Ví như ta nhìn vào đám mây, ta sẽ thấy đám mây đó, tự nó không phải là đám mây. Nếu như

xảy ra. Ta hãy tìm nguyên nhân của sự việc. Đây là thái độ của người biết chút ít tu hành. Ta không nên phản ứng một cách bốc đồng theo bản năng của ta. Nếu mình chưa tìm ra được nguyên nhân thì không nên tranh cãi hơn thua với nhau làm gì. Vì càng tranh cãi chỉ gây thêm lòng ganh ghét thù hận thêm mà thôi. Mình hãy tự xét lại mình, quán chiếu cho thật kỹ, mình đã gây ra lỗi lầm gì, mà người đó có thái độ giận tức hẳn hoi muốn ăn thua đủ với mình. Lúc này ta phải hết sức bình tĩnh. Tốt nhất là thở một vài hơi thở chánh niệm, cho tâm ta mát dịu lại. Nếu không, thì sẽ tạo nên một cuộc xung đột, ấu đả phải quấy, đúng sai gì cũng đau khổ cả. Tốt nhất là mình nhẫn nhịn cho qua chuyện. Người xưa có câu nói: “*Nhẫn như thời chi khí, miễn bá nhật chi ưu*”. Nghĩa là chỉ cần nhẫn trong một hơi thở, khỏi lo sợ cả trăm ngày.

*Học hạnh từ bi tánh vị tha*

*Mở rộng lòng thương khéo thuận hòa*

*Đẹp lòng ích kỷ tâm sân hận*

*Gắng chí tu hành khổ thoát ra*

Ta đã từng thực tập hạnh từ bi vị tha, thì tại sao ta phải làm khổ mình khổ người? Ta hãy nên mở rộng cõi lòng yêu thương, đừng vì sự ích kỷ nhỏ nhoi hẹp hòi của mình mà làm cho tình bạn bị sút mẻ. Giận ghét nhau thì dễ, mà yêu thương thuận hòa với nhau mới là khó. Hằng ngày ta phải thực tập cho lòng từ bi của ta ngày càng nảy nở phát triển mạnh hơn. Ta ý thức thân này chỉ là giả tạm, sống ngày nay không biết được ngày mai ra sao! Vì vậy, tốt nhất là ta nên cố gắng nỗ lực tu hành để được an lành trong cuộc sống. Ta nghĩ đến sự vô thường mà buông bỏ mọi thứ. Ta càng cố chấp chùng nào thì ta càng khổ lụy nhiều chừng nấy. Nên học hạnh từ bi hỷ xả của Bồ tát. Đó

## Xả

*Nếu ai bực tức giận buồn ta  
Ta hãy bình tâm giữ ôn hòa  
Không nên tranh cãi gây thù hận  
Chớ trách lỗi người xét lại ta*

*Học hạnh từ bi tánh vị tha  
Mở rộng lòng thương khéo thuận hòa  
Dẹp lòng ích kỷ tâm sân hận  
Gắng chí tu hành khổ thoát ra*

*Giận trách chi người khổ lụy sâu  
Nhiều đêm không ngủ tóc bạc đầu  
Sao bằng hoan hỷ tâm buông xả  
Thoát khỏi giam mình giữa vực sâu*

~~~~~

*Nếu ai bực tức giận buồn ta
Ta hãy bình tâm giữ ôn hòa
Không nên tranh cãi gây thù hận
Chớ trách lỗi người xét lại ta*

Sống trong vòng vô minh nghiệp thức, không ai tránh khỏi việc gây ra chuyện buồn phiền với nhau. Nếu như có ai đó họ giận tức buồn phiền mình, thì mình không nên giận tức buồn phiền lại họ. Tốt nhất là mình nên bình tĩnh, xét xem lý do gì mà họ buồn giận mình. Cái gì nó cũng có cái lý do của nó. Không có việc gì tự nhiên khi không mà

không có hơi nước bốc lên từ sức nóng của mặt trời, thì đám mây không có. Hơi nước có từ sông, biển, ao, hồ v.v... Nếu không có những thứ đó thì làm gì có hơi nước? Như vậy tất cả đều do nhân duyên kết hợp lại mà thành. Nhìn vào đám mây ta thấy những cái không phải là đám mây hợp lại tạo thành đám mây. Nước không phải là mây, mặt trời không phải là mây, sông, biển, ao, hồ cũng không phải là mây... nhưng nếu không có những thứ này, thì không có đám mây. Như vậy, nhìn vào đám mây, ta thấy sự có mặt của mặt trời, của hơi nước và của sông, hồ, biển cả v.v... Nói chung, tất cả sơn hà vũ trụ đều có mặt trong đám mây.

Thế nên câu nói: “Một là tất cả, tất cả là một” là ý này. Đây là ý nghĩa “Tương tức, Tương nhập” trong hệ tư tưởng siêu việt của Kinh Hoa Nghiêm. Khi đám mây tan ra, ta tưởng là đám mây không còn. Cái thấy đó là cái thấy bị dính kẹt vào hữu tướng mất rồi. Trước kia, tôi cũng có cái nhìn như bạn. Tôi cũng bị dính kẹt vào hữu tướng. Tôi cũng thấy tất cả là thật. Cho nên ngày mà các anh tôi mất và rồi tới mẹ tôi mất, tôi rất đau buồn! Nhưng sau khi học được bài học “Vô tướng” Phật dạy, tôi có cái nhìn khác. Tôi thấy tất cả các pháp hữu vi đều do nhân duyên giả hợp sinh thành. Vì giả hợp, cho nên thực thể của các pháp là không. Nghĩa là các pháp không có một thực thể cố định. Tôi xin nêu ra một thí dụ khác: như tôi gieo hạt cam xuống đất, khi hội đủ các duyên tốt, gọi là thuận duyên, thì hạt cam sẽ nảy mầm và lên cây cam non. Tôi tiếp tục chăm sóc cây cam cho đến khi cây cam lớn lên và có trái. Như vậy, bạn sẽ không còn thấy cái hạt cam lúc ban đầu mà tôi gieo nữa. Bạn nghĩ là hạt cam mất hẳn rồi, nhưng thưa bạn, hạt cam không bao giờ mất. Tại sao? Vì hạt cam nó tiềm tàng trong cây cam. Nếu không có hạt cam thì làm

gì có cây cam? Bạn nghĩ có đúng không? Thế thì, bạn chỉ nhìn vào cây cam là bạn sẽ thấy hạt cam trong cây cam. Cây cam chỉ là sự tiếp nối của hạt cam đó thôi. Cũng vậy, tôi và bạn chỉ là sự tiếp nối của những dòng máu, tế bào của ông bà cha mẹ chúng ta. Vì thân thể của chúng ta là do ông bà cha mẹ của chúng ta truyền đạt lại. Nhìn vào thân thể mình, thì sẽ thấy có mặt ông bà cha mẹ trong cơ thể mình. Vậy thì, ông bà cha mẹ mình có mất đi đâu? Cũng như hạt cam tuy không còn, là vì nó đã biến dạng qua hình thức khác rồi. Tại sao mình đòi hỏi hạt cam đó phải còn hoài? Sự đòi hỏi đó bạn thấy có phải là vô lý lắm không? Cũng như ta cứ đòi hỏi hình hài của ông bà cha mẹ ta phải còn hoài với ta, thật là quá vô lý phải không? Sự đòi hỏi này là phản lại với chân lý vô thường, vô ngã, và với tinh thần khoa học. Bởi vì theo giáo lý vô thường, vô ngã và nhân duyên, thì trên thế gian này không có một vật gì từ có biến thành không, và từ không biến thành có. Tất cả đều do nhân duyên hợp thành. Bồ tát Long Thọ trong Trung Quán Luận, có bài kệ:

*Nhân duyên sở sinh pháp
Ngã thuyết tức thị không
Diệc danh vi giả danh
Diệc danh trung đạo nghĩa*

Tạm dịch:

*Các pháp nhân duyên sinh
Ta nói tức là không
Cũng gọi là giả danh
Cũng gọi nghĩa trung đạo*

Cũng chính vì học được bài học Vô tướng đó, nên 4 câu thơ cuối tôi viết:

*Tiếng dế kêu sầu khóc ni non
Đêm khuya tỉnh giấc mẹ tôi còn
Dòng sông nước chảy luôn còn đó
Nhịp thở tế bào mẹ trong con*

Đã thế, thì khi chúng ta tụng niệm hoặc đi thiền hành v.v... chúng ta cũng có thể mời ông bà cha mẹ của chúng ta cùng đi chung với chúng ta. Nếu chúng ta tu hành đàng hoàng thật tốt, thì ông bà cha mẹ của chúng ta cũng rất là vui. Ta có hạnh phúc thì ông bà cha mẹ ta cũng có hạnh phúc. Như vậy, mỗi ngày ta làm những điều lành, thì ông bà cha mẹ ta cũng cùng hưởng phước báo chung với chúng ta. Đây mới thật là cách báo hiếu thực tế và tuyệt vời nhất.

