

Tỳ kheo THÍCH TUỆ HẢI

**SỐNG AN LẠC
CHẾT SIÊU THOÁT**

**NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO
Hà Nội - 2007**

Tất cả chúng ta có mặt giữa cuộc đời này đều mong mỗi có được cuộc sống an lạc hạnh phúc và tuổi càng lớn, chúng ta thường mong muốn có cuộc sống siêu thoát sau khi bỏ thân mạng này. Được siêu thoát trong cảnh giới nào chúng ta không biết, nhưng ai cũng rất sợ bị đọa lạc trầm luân. Đó là tâm lý chung của tất cả chúng ta như vậy.

Mỗi người luôn luôn tìm cầu an lạc hạnh phúc, nhưng chưa xác định rõ ràng an lạc hạnh phúc đó, khiến mục đích sống của chúng ta dễ bị lệch lạc. Và mãi mê đua chen tìm cầu hạnh phúc, cho tới một ngày nào đó chúng ta đi lạc quá xa chẳng hề hay biết. Chẳng mấy chốc cái ngày nhắm mắt xuôi tay ập đến, mà cuộc đời chúng ta vẫn chưa có phút giây nào an lạc cả, chưa đạt được gì hạnh phúc cả. Vậy là coi như phí phạm cả một đời người và ở ngay cuộc đời này mà chúng ta chưa có một lần an lạc hạnh phúc thực sự, rồi chết nhờ người cầu siêu. Hầu như phần đông nhiều người nghĩ sai lầm và sống sai lầm như vậy.

Vì thế, hôm nay chúng tôi lý giải một số pháp căn bản cần thiết để giúp quý vị xác định được ý nghĩa của cuộc sống là gì và sống đúng là sống như thế nào.

Vì người nào sống đúng, chắc chắn sẽ an lạc hạnh phúc, người nào hướng đến mục đích sống sai lệch, thì sẽ bất an và cuộc sống hiện tại này bất an, chắc chắn chết sẽ khó siêu thoát. Đó là nguyên lý đúng đắn; cho nên đừng nghĩ bây giờ cứ sống thác loạn theo ý tưởng mình, ngày nào mình chết, sẽ nhờ ai đó hoặc nhờ một chú thuật nào đó độ mình được siêu thoát. Việc đó mong manh quá. Đối với đạo Phật, điều gì xảy ra nơi hiện tại này chúng ta nắm bắt được thì hãy tin, còn những hứa hẹn viễn vông cần phải xét lại.

Đạo Phật là đạo như thật. Đến với đạo Phật là đến để chúng ta thấy, chứ không phải đến để chúng ta tin theo một cách mù quáng và đạo Phật không phải là đạo hứa hẹn đầy đủ những gì ở tương lai cho chúng ta ngồi không mà hưởng thụ. Sống với đạo Phật, chúng

ta phải thấy, phải biết, phải nói và phải sống như thật; đó là tinh thần của đạo Phật. Bên cạnh việc sống đúng như thật khi còn hiện hữu trên cuộc đời này, đạo Phật cũng vạch ra hướng đi siêu thoát, tức con đường dẫn đến đời sống tốt đẹp hơn cho mọi người khi từ già cõi nhân gian.

Thật vậy, dẫn thân trên cuộc đời, dù ở bất cứ hoàn cảnh nào, người tu đạo Phật cũng thấy mọi việc đúng như thật và họ vượt thoát hơn, chứ không bị vướng mắc lại. Tuy họ làm việc để sinh sống như mọi người, nhưng không bị công việc cuốn trôi, không bị đồng tiền trói buộc làm khổ họ.

Và người sống đúng phải tràn đầy tình thương yêu đối với tất cả mọi người giữa cuộc đời này. Thứ hai, người sống đúng là người phải xả ly, không vướng

mắc. Thứ ba, người đó phải thấu hiểu giá trị chân thật của cuộc sống này và thứ tư, họ luôn được an lạc hạnh phúc. Trái lại, người sống không đúng là sống vị kỷ, chỉ nghĩ đến lợi riêng cho họ, không biết thương yêu ai và làm gì thì bị chấp mắc với cái đó, không biết xả ly, không được siêu thoát và không được an lạc. Cho nên, những người không biết giá trị của cuộc sống thực, dù họ giàu có hay danh cao tột đỉnh đi nữa, họ cũng đánh mất căn bản của cuộc sống là sự an lạc và hạnh phúc. Có tiền của và đầy đủ tất cả những mong muốn giữa đời này, nhưng mà vẫn bất an và cuộc sống rõ ràng không hạnh phúc. Vì thế, một người không xác định đúng ý nghĩa của cuộc sống thì họ luôn hoang mang, luôn sợ hãi. Dù đang ở danh cao tột đỉnh như làm vua cũng thấy bất an, nói chi đến những chức vị nhỏ hơn, vì không biết chiếm giữ được quyền uy

này đến lúc nào. Được đã khổ, mà được rồi giữ đưng cho mất thì còn khổ hơn nữa. Rõ ràng cái danh không đem lại bình an hạnh phúc, nhưng ít có người ý thức được điều này.

Và khi người ta nhắm hướng sai lầm, thì cả cuộc đời vẫn cứ quần quật với việc sai lầm đó. Đối với cái chết cũng vậy, người ta thường nghĩ chết là hết; sau khi bỏ thân này rồi, mình không đem theo cái gì, nên rất sợ hãi. Trong khi cả cuộc đời người ta dành dụm biết bao nhiêu công lao cực khổ, gấn bó tình cảm mật thiết với biết bao nhiêu thân bằng quyến thuộc. Tất cả khổ công nhọc sức để vun đắp cho sự nghiệp vật chất và tinh thần, mà bây giờ lại ra đi với hai bàn tay trắng và không còn được gấn gũi bất cứ người thân yêu nào; đó là nỗi sợ hãi tiền kiếp của con người, không phải trong một đời.

Do nhiều đời nhiều kiếp sợ hãi như thế, mà bây giờ nỗi khiếp sợ đó đã khằng sâu trong tàng thức chúng ta. Vì vậy, khi nói đến sống, đến thọ, thì người ta nói mạnh miệng lắm; nói đến chết, nói đến mất mát thì người ta rất sợ. Gặp nhau, người ta chúc có sức khỏe, có tuổi thọ, mặc dù người đó sống cả trăm tuổi, hết muốn sống rồi, nhưng cũng chúc họ sống dai thêm chút nữa, chứ nói đến chuyện chết chóc người ta sợ lắm. Có những người già chết đi sống lại qua một cơn bệnh nặng, đem quan tài để trong nhà, hỏi cái đó là cái gì thì nói là cái thọ, không dám nói là quan tài.

Vì vậy, hai chữ chết chóc là cái gì rất đáng sợ đã ăn sâu trong tâm thức con người. Tuy nhiên, hiểu được giá trị của cuộc sống một cách đúng đắn, mới thấy cái chết là cái gì. Thực sự cuộc sống là

một sự chuyển tiếp không có phút tạm dừng, chúng ta phải hiểu như vậy. Thực sự thế gian này chưa có cái gì chết cả, nếu chúng ta hiểu cuộc sống luôn được chuyển tiếp. Ví dụ lúc chúng ta được sanh ra là đứa bé nặng vài ký lô, nhưng nhờ sự sống tiếp nối để chúng ta lớn lên, thành một người có trọng lượng nặng như bây giờ. Và nhìn ở mặt nào khác, trong chính cơ thể chúng ta có bao nhiêu tế bào cũ chết đi và những tế bào mới sanh ra để chuyển tiếp, hình thành một con người khác, không phải là một đứa bé như ngày xưa. Thật vậy, trên cơ sở khoa học, chúng ta thấy có rất nhiều tế bào liên tục sanh ra và tự phân hủy trong thân xác của chính mình được gọi là tế bào chuyển đổi và nếu không có sự chuyển đổi đó thì mình không lớn lên được như bây giờ. Mỗi thời kỳ, cơ thể chúng ta có một dạng tế bào sanh sôi nảy nở để hình thành tế bào mới và

những tế bào cũ tự động hư hoại. Nếu tế bào cũ của não bộ không phân hủy để thay những tế bào mới cho não bộ thì trí của chúng ta không mở mang được và những tế bào xương của đứa bé không thay đổi thì không hình thành một người lớn.

Như thế, nhìn sâu vào cuộc sống, chúng ta thấy rõ ràng là một cuộc chuyển tiếp, chứ không có cái gì chết cả. Phải thấy đúng như vậy mới hết sợ chết; nếu không, chúng ta luôn hãi hùng trước cái chết. Một chiếc lá vàng rơi xuống, thì ngay trên thân cây đã có hàng loạt những mầm non bắt đầu nảy nở ra. Nhìn một sự kiện, chúng ta phải thấy phía sau của nó là cái gì; đừng nhìn một chiều, thấy lá vàng rơi cho rằng nó đã chết, đã hết một đời của chiếc lá trên thân cây. Lá vàng rơi xuống khỏi thân cây, nó trở về cội

nguồn xưa của nó, tức ngày xưa nó từ đất, từ nước được cây hấp thu thành một chiếc lá, thì bây giờ nó trở về nguồn cội xưa đó để tiếp tục hòa nhập vào đất, chứ không phải nó chết. Khi chiếc lá rớt xuống đất, nó chưa thành cái gì, đến khi nó mục nát, sẽ hòa nhập vào đất nước, nó sẽ thành phân, phân đó sẽ thành đất, thành thực phẩm cho thân cây để tiếp tục nuôi mầm khác lớn lên nữa, để hình thành một cái cây khác to hơn, xinh đẹp hơn. Đó là điều chúng ta phải quán sát để thấy một cái gì kết thúc, nhưng sự kết thúc để hình thành một cái mới; không phải kết thúc ngang đó là nó mất hẳn.

Riêng về thân xác chúng ta, đến trước phút giây chết, chúng ta là cái gì. Từ xưa đến giờ chúng ta thường lầm lẫn rằng thân này là thật và mình sợ mất thân này, mất cảm thọ buồn vui thương yêu

giận ghét của thân tâm này. Nếu phân tích thân tứ đại đến ngày cuối nó phân ly, khi chúng ta thở ra, không hít vào, thì cái khí trở lại với không khí mênh mông trong vũ trụ này để cho hàng triệu triệu người được hấp thu dòng khí đó. Kế tiếp là hơi ấm của chúng ta trở về với cái lửa mênh mông giữa vũ trụ này và thứ ba là thân thể chúng ta bắt đầu từ từ tan rã thì đất trả về đất, nước trả về nước. Và khi đất nước gió lửa trả về nguồn cội xưa của nó, nó lại hòa nhập với nguồn cội đó để hình thành một con người mới, một sinh vật mới.

Chúng ta nên hiểu cách kết thúc sự sống của con người như vậy không phải là chết, không phải là hết, mà chỉ là một sự thay đổi và có thể tiến hóa; chưa nói đến mặt tâm linh, chỉ thuần nói về mặt vật chất để thấy rằng khởi điểm này dẫn đến kết thúc và cái kết

thức này dẫn đến một khởi điểm khác. Giống như mỗi sáng, chúng ta thấy bắt đầu một ngày, nhưng bắt đầu một ngày này để đi đến kết thúc một ngày và bắt đầu một đêm. Khi bắt đầu một đêm sẽ đi đến kết thúc một đêm để bắt đầu một ngày mới. Vì vậy, nhìn lại thấy rằng vì chúng ta có ấn định giữa ngày và đêm mới thấy có cái bắt đầu và cái kết thúc đó. Trong khi thấy đúng được sự thật, thì thời gian đêm ngày, tối sáng là một sự chuyển vận không ngừng, ngày chuyển sang đêm và đêm chuyển sang ngày, không phải là cái khởi đầu và cái kết thúc nữa, mà luôn vận hành để tiếp nối. Hiểu ra điều này, chúng ta sẽ phá được tư tưởng kết thúc là chết chóc. Và khi một người phá được tư tưởng kết thúc là chết chóc thì việc sống chết giữa cuộc đời này tự động không còn cảm thấy sợ hãi nữa.

Chúng ta phải hiểu một cách chuẩn xác rằng gần như không có cái gì kết thúc và nó chỉ thuần là sự chuyển tiếp mà thôi. Phải nhận cho ra sự thật này để phá được tâm sợ hãi cái kết thúc cuộc đời này, thì từ đó về sau cái chết không còn là nỗi ám ảnh ghê sợ, cái chết trở thành một điều tự nhiên để chúng ta đối diện thẳng thắn với nó. Trong dòng sống giữa cuộc đời này, một người hiểu biết chứ chưa nói đến người giác ngộ, cũng đã nhận thấy rõ ràng tất cả là sự tiếp nối hoàn toàn, chứ chưa có cái gì gọi là chết đi cả. Nhưng quan niệm thường tình của chúng sanh, vì chấp trước thân xác này là thực và thấy hạn hẹp, cho rằng có chết và có một người mới sống lại. Nhưng đó là cái thấy rất lầm lẫn và do cái thấy lầm lẫn đó đã ăn sâu vào tiềm thức con người, nên ai có mặt trên cuộc đời này cũng sợ ngày mất đi của mình. Và chính nỗi niềm sợ mất đi đó

mà người ta tranh thủ làm nhiều việc sai trái giữa cuộc đời này; sợ chết sẽ không hưởng thụ được, sợ chết không làm được cái này cái kia, sợ đủ điều, từ đó người ta mới làm những việc vượt quá phước báo, vượt nhân quả, phải mưu mô, phải xảo trá, v.v... Người ta không từ khước thủ đoạn nào để đạt được mong muốn và tất cả những mong muốn bằng tham tâm đó tạo nên rất nhiều nghiệp quả khiến cho người ta thấy biết sai lầm, không thấy được sự thật rằng tất cả những gì giữa vũ trụ mênh mông này đều là một dòng tiếp nối, không có cái gì là chết và mất cả.

Phải khẳng định rằng chưa có cái gì qua đi và mất hẳn, tất cả những chuyện xảy ra trước mắt chúng ta, kể cả âm thanh bên tai chúng ta, đừng nghĩ nó mất. Điều này khoa học đã chứng minh. Ví dụ như những lời tôi nói ra, qua tai quý

vị và không còn nghe nữa; tuy không còn nghe tiếng nói, nhưng âm thanh đó vẫn còn hoài ở trong không gian. Kinh Pháp Hoa diễn tả điều này là các pháp trụ ngôi pháp, tướng thế gian thường còn. Như vậy, ngay cả âm thanh tưởng như là tồn tại rất mong manh, chúng ta nghe nói một tiếng là nó dứt liền, vậy mà âm thanh đó vẫn không mất.

Cũng vậy, thân xác chúng ta hiện hữu mấy chục năm, nhìn kỹ lại nó chuyển tiếp để tiến hóa và tất cả mọi hiện tượng luôn luôn như vậy, chưa có cái gì chết và chưa có cái gì mất cả. Đó là về mặt vật chất chúng ta hiểu biết rõ ràng như vậy thì sống chết là việc tự nhiên, không có gì phải sợ hãi nó.

Về mặt tâm thức, đòi hỏi tất cả chúng ta phải hiểu một số điều về sự thật mới tạo được cuộc sống an lạc. Ví

dụ trong đạo Phật nói về lý vô thường, chúng ta phải quán sát để thâm nhập lý vô thường, thì khi có người thân qua đời, chúng ta sẽ bớt đau khổ, sầu thảm. Hiểu lý vô thường, sẽ chấp nhận quy luật con người sanh ra, lớn lên, già và chết. Việc đó diễn ra từ ngàn xưa, cho đến bây giờ cũng vậy và mãi mãi về sau việc này vẫn tiếp tục xảy ra, không thể nào tránh khỏi.

Ngoài ra, chúng ta phải hiểu về nhân quả nghiệp báo. Sở dĩ chúng ta còn sống giữa cuộc đời này là do thọ mạng chúng ta còn, tức cái nghiệp của chúng ta giữa đời này còn. Khi hết nghiệp rồi thì không còn gì kèm giữ được thân mạng, phải qua đời, là hết nhân quả đời này. Và hiểu thêm thân này là huyễn giả, do tứ đại hòa hợp, nên không có gì là thật. Đủ duyên thì tứ đại kết tụ lại, hết duyên thì tứ đại phân ly, là việc rất bình

thường. Và hiểu đến thọ, tướng, hành, thức của chúng ta, tức bốn ấm còn lại cũng là huyễn giả. Một người đầu tiên học Phật phải xác định thân tâm này là không thật, để khi những việc xảy ra với thân không thật, tâm không thật này, chúng ta không bị ngoại cảnh chi phối, gây khổ đau.

Hiểu thêm một sự thật nữa là ở nơi chúng ta có một cái không sanh không diệt. Tất cả chư Phật ba đời đều dạy chúng ta điều này và trong kinh Pháp Hoa nói chúng ta có Phật tri kiến, tức cái không sanh không diệt đó. Đó là lý thật tương đối cao hơn, cũng cần phải hiểu.

Nếu chúng ta chưa hiểu được điều này, phải hiểu tầng thấp hơn để chuẩn bị cho mình có cuộc sống tương đối vững vàng. Thử suy nghiệm lại, sáng

thức dậy, mở mắt ra mình nghĩ cái gì, khi mình nghĩ đến người bạn có nghĩ đúng nghĩ sai về họ để mình phân biệt, chê trách, hơn thua, giận ghét người đó hay không. Đương nhiên có, nhiều người vấp phải sai phạm này. Suy xét kỹ một ngày thấy rằng chúng ta dành thì giờ cho chuyện nghĩ thị phi, phân biệt, hơn thua nhiều hơn là khởi nghĩ điều lành; đây là điều làm cho chúng ta bất an. Cho nên, muốn an lạc, đầu tiên phải bớt nghe chuyện thị phi, bớt thấy chuyện thị phi; thứ hai là bản thân mình không nói chuyện thị phi và thứ ba là không loan truyền chuyện thị phi ra bên ngoài. Ba việc này cần gìn giữ, nếu chúng ta lỡ bị nghe, phải tự tắt mắt điều nghe thấy đó nơi mình. Thực tế thường thấy nếu bạn mình tức ai, kể mình nghe chuyện thị phi thì mình tức theo, nghĩa là chồng thêm hai người tức và mình truyền bá chuyện đó cho một số người

thân mình tức thêm nữa. Nghe chuyện thị phi làm mình bất an rồi và chúng ta nhập cuộc với chuyện thị phi đó là bất an thứ hai và tiếp tục loan truyền thị phi là tiếp tục bất an thứ ba; như vậy làm cho cuộc sống chúng ta không còn bình yên được.

Về chuyện thị phi, có thể chúng ta nhận định vấn đề không đúng, sẽ dẫn đến nhân quả xấu cho mình. Ngoài ra, nếu nhận định sai lầm về một người tu có phước đức lớn, có trí tuệ lớn, thì phước lành chúng ta sẽ bị tổn giảm, chúng ta không còn đủ duyên lành để gần gũi, học hỏi người đó. Hơn thế nữa, phê phán sai phạm người tu có chứng quả, phước chúng ta lại càng bị tổn giảm nhiều hơn nữa.

Chúng tôi nhớ một câu chuyện của Nho giáo, có một lần Khổng Tử nhìn

thấy đệ tử của ông là Nhan Hồi đang nấu cháo. Tự nhiên có một vật dơ rớt vào nồi cháo thì Nhan Hồi đứng quay lưng lại để che, sợ người ta thấy vật dơ và ông vớt vật dơ đó ra. Vì vật dơ đó còn dính vài hạt cơm, Nhan Hồi tiếc mới nhặt mấy hạt cơm đó nhai. Lúc đó Khổng Tử đứng sau lưng thấy Nhan Hồi nhai cơm, rất giận, mới gọi Tử Lộ nói rằng nó là đệ tử của ta, ta chưa ăn mà nó ăn trước. Tử Lộ là người nóng tánh nên gọi Nhan Hồi đến mắng. Nhan Hồi nói rằng vì tiếc mấy hạt cơm dính trên vật dơ này mà nhặt ăn, không phải hỗn ăn trước thầy. Tử Lộ mới về nói lại với Khổng Tử. Khổng Tử liền họp đệ tử và dạy rằng có những việc trước mắt chúng ta thấy còn không đúng, huống gì chúng ta nghe người khác nói. Khổng Tử là người trí tuệ mà thấy việc trước mắt còn không đúng; huống chi chuyện chúng ta nghe qua tai, mà

người kể lại nghe qua trung gian nữa, không phải một trung gian mà mười trung gian rồi mới tới mình, rõ ràng sự thật đã bị biến đổi rất nhiều. Giống như một ví dụ dí dỏm sau đây. Có một con chim đẹp đậu trước cổng chùa, thầy trụ trì gọi chúng ra xem. Chuyện đó lan ra ngoài, Phật tử bắt đầu đồn có con phượng hoàng đậu trước chùa, đồn đến người thứ hai, thứ ba thì có một bầy phượng hoàng đậu đầy chùa và đồn đến nhiều người nữa thì có nhiều bầy phượng hoàng làm ổ trong chùa một ngày đẻ cả trăm con.

Chuyện mình thấy trước mắt, mình nghe bên tai, nhưng cái thấy không chuẩn xác và cái nghe hiểu lệch lạc rồi, hướng chi là chuyện nghe qua trung gian. Muốn thực sự bình yên, đầu tiên phải bớt nghe chuyện thị phi, thậm chí không cần nghe chuyện thị phi nữa. Và

không nói, không loan truyền chuyện thị phi là cách để giữ yên tâm hồn chúng ta.

Và thứ hai là chúng ta phải biết tự hoàn thiện mình. Có những chuyện mà mình nghe hoặc thấy sai lầm về người khác, rồi lo trách cứ họ, nhưng bản thân mình còn chưa hoàn thiện được. Lục Tổ dạy không được thấy lỗi người, một khi chúng ta thấy lỗi người là lỗi đó ở nơi mình. Do vậy, phải hoàn thiện chính bản thân mình, lúc mình thấy người khác có lỗi là lúc đó tâm chúng ta đã hướng ngoại, mà tâm hướng ngoại đã là cái lỗi rồi, hướng chi hướng ngoại để phân biệt đúng sai về người khác. Cho nên khi bị thất tâm, tức thiếu công phu, chúng ta mới hướng ngoại, mới nhận định, mới phân tích, mới buồn thương giận ghét theo ngoại cảnh. Tu tập tốt, tâm chúng ta vừa hướng ra ngoài là dừng lại liền,

thì chuyện đúng sai không còn ở nơi lòng ta, tức đã hoàn thiện mình.

Và một người tự hoàn thiện lấy mình, thì cảnh tự động sẽ chuyển theo. Ví dụ người mới đi chùa, nghe dạy rằng phải sống thế này mới đạo đức, ăn nói phải nhỏ nhẹ, đi đứng phải chậm rãi, khoan thai, không được nổi sân, v.v... Khi về nhà, gặp người chồng hay con cái sống ngược lại những điều trên, hoặc hàng xóm sống không đúng như vậy, liền đem chuyện đạo lý dạy cho mọi người, nhưng bản thân họ gặp sân cũng sân, gặp chuyện thị phi cũng thị phi, gặp chuyện buồn cũng buồn, cũng sai phạm y như người ta. Phải biết rằng sau khi học đạo pháp, nhưng chúng ta chưa hoàn thiện mình, cuộc sống chúng ta chưa đạt tới sự tốt đẹp như vậy, lời nói chẳng những không có hiệu lực mà còn phản tác dụng; vì sống không đúng với

lời mình nói, khiến người ta nghĩ xấu về đệ tử Phật. Vì vậy, tự hoàn thiện mình là điều hết sức căn bản; có khi không cần nói, mà việc làm tốt sẽ tự động có ảnh hưởng tốt đến người xung quanh.

Muốn an lạc phải bớt chuyện thị phi và hoàn thiện lấy mình, đồng thời chúng ta phải làm chủ được tâm mình. Đây là điều rất quan trọng. Sống giữa cuộc đời này, chúng ta ít gặp được chuyện vừa ý mình, có khi gặp việc thuận, có lúc gặp việc nghịch, có những việc chúng ta thấy vô lý nhưng bắt buộc dĩ phải thấy. Và thấy tất cả những chuyện thuận nghịch đó, nếu không làm chủ tâm mình thì chuyện thuận nghịch đó sẽ tác động tâm chúng ta, làm chúng ta bị chao đảo, bị bất an. Mà người nào gặp duyên cảnh làm cho bất an, cuộc sống họ sẽ không có một ngày hạnh phúc được.

Ví dụ trong việc làm ăn, một người bị thất bại, trở thành nghèo, họ liền than thân trách phận, trách móc đủ điều. Nhưng nếu hiểu nhân quả nghiệp báo, họ phải thấy do phước của họ không đủ để có thể giữ được tài sản. Thứ hai là do trí tuệ của họ không đủ để nhận định đúng việc làm ăn đầu tư. Thật vậy, phải thấy rõ mình, để không rơi vào tâm trạng buồn khổ, bất mãn. Thực tế cho thấy ở cuộc đời này, có những người không thông minh, không lanh lợi, nhưng họ vẫn có đầy đủ tiền bạc, tự động tiền bạc tới với họ không cần tính toán, không cực khổ. Trái lại, có người tính toán rất vất vả mà luôn thất bại.

Nếu một lần thất bại, thua thiệt, gặp hoàn cảnh nghịch làm chúng ta phiền não, chao đảo, chứng tỏ chúng ta không hiểu biết nhân quả nghiệp báo; vì không đủ phước thì không thể giữ được cái gì

cho mình, như tiền bạc, tình cảm, quan hệ bạn bè, v.v... Những cái không phải là của mình không thể nào giữ được trong tay và nếu của mình, không ai có thể dành giật được. Thực tế chúng ta thấy nhiều vụ trộm cướp, cuối cùng cũng tìm chủ để trả lại. Nhưng thực sự không phải của mình thì họ cướp đi dễ dàng và mình không bao giờ lấy lại được. Chúng ta phải biết người lấy được cái của mình là họ có đủ phước để hưởng của đó. Họ không có phước dứt khoát bị bắt. Có nhiều vụ ăn trộm lấy nhiều tiền nhưng không bị bắt, đến lúc họ hết phước, lấy một trái cà, hoặc móc túi hai ba đồng liền bị bắt.

Trong cuộc sống này, khi đã hiểu biết tính toán kỹ càng, nhưng công việc không đạt được kết quả thuận lợi, nên nghiệm lại phước báo của mình. Quý vị có đủ phước để nhận được đồng tiền đó

hay chưa và nếu thực sự chưa đủ phước, sẽ khiến bỏ lỡ cơ hội đầu tư. Trong khi người bạn thực sự cũng không giỏi giang gì hơn, nhưng kiếm lời dễ dàng từ việc đó. Phải tự biết mình chưa đủ phước để làm, chưa đủ phước để hưởng; không nên trách cứ, than phiền, buồn khổ.

Có một việc gọi cho chúng ta suy nghĩ về phước báo. Một bà chủ tiệm vàng rất giàu, có anh bán vé số ít khi ghé tiệm vàng này để bán. Một bữa bà này ngủ trưa, anh ta vào tiệm mời mua vé số. Bà chủ tức giận vì bị phá giấc ngủ, nên không mua và đuổi đi, nhưng anh này nhứt định không đi. Bà tức quá ném tiền cho anh, không để ý gì đến tờ vé số và tiếp tục ngủ. Và buổi chiều đó bà đã trúng mấy tờ vé số mà hồi trưa chẳng muốn mua. Khi phước có thì tự động tiền của tìm đến, không cần tính toán. Do đó, làm ăn bị thất bại thì đừng

buồn; như vậy sẽ giữ được sự bình an cho mình. Chúng ta biết suy nghĩ, đo lường phước báo của chính mình, dù đã cố gắng làm nhưng không được, thì biết mình chưa đủ phước để hưởng của này. Nếu siêng năng tạo phước, khi đủ duyên nó sẽ tới, đó là điều tất nhiên trong nhân quả nghiệp báo. Không hiểu điều này, mỗi lần bị thất bại, bị trắc trở, chúng ta bị tác động, bị buồn khổ và như vậy sẽ làm cuộc sống chúng ta bất an.

Vô thường và nhân quả nghiệp báo là hai pháp căn bản mà chúng ta nên quán sát suốt cả cuộc đời để giúp cho cuộc sống được bình an. Đối trước một vật quý giá bị hư hao, mất mát, chúng ta quán vô thường, bất cứ cái gì sanh ra, hiện hữu, trụ lại và cuối cùng cũng phải hủy diệt. Thấy đó là việc thường tình từ ngàn xưa cho đến bây giờ và mãi mãi về sau vẫn như vậy, chúng ta giữ

được tâm bình an, không khổ sở vì tiếc của. Ngoài ra, thâm nhập được lý nhân quả nghiệp báo, trầm tĩnh một chút khi đối duyên xúc cảnh, tự động chúng ta được yên trong lý nhân quả nghiệp báo. Thí dụ mới sáng ra, gặp một người đến mắng chửi. Mình bắt đầu mất bình tĩnh, tức giận và gây lại; nhưng đâu biết trong nhân quả, vài tháng trước hoặc nhiều năm trước, hay nhiều đời trước mình đã làm gì trái ý người ta.

Chúng ta phải tự xét về nhân quả có ba thời. Một là ngay trong thời gian gần đây trong việc giao tiếp giữa mình và người có làm gì mất lòng người ta hay không. Nghiệm lại thấy chưa làm mất lòng thì họ tự động chửi mình là có lý do nào khác. Nếu nhân quả hiện tại mình không tạo mà người ta gây phiền phức cho mình, phải tìm hiểu về nhân quả quá khứ, chắc mình cũng vô

cớ đánh đập, chửi rủa người ta. Phải tự suy nghĩ, hiện tại không có thì quá khứ phải có, vì bình thường không ai có thể đùng chạm ai được nữa lời. Trong cuộc sống, chúng ta đã từng đối diện, quan hệ, gặp gỡ rất nhiều người, nhưng mà họ không làm gì để mình phiền lòng cả, chúng tỏ hai người không có nhân quả cũ với nhau. Một là mến nhau, hai là thù hận nhau, thì đương nhiên là có nhân quả cũ. Nếu không có nhân quả cũ, hai người chẳng làm gì được nhau cả. Ví dụ như mình muốn hại người kia, nhưng nếu không phải là nhân quả cũ, không có cách gì hại được họ. Có những người đánh trận trong chiến trường, họ bị bắn cả một băng đạn mà không trúng họ, vì rõ ràng hai người này không có nhân quả, nên bắn không trúng. Và nếu có nhân quả, họ bắn khơi khơi trên trời cũng rớt trúng để chết. Phải hiểu là hai người không có nhân quả cũ thì không

có cách nào làm suy suyển nhau được. Cũng như cuộc sống hiện tại, hai người không có nhân quả cũ gặp nhau nói chuyện, không có cảm tình, mặc dù họ muốn làm thân với mình, nhưng gặp gỡ nhiều lần cũng không thành bạn thân được. Còn giữa hai người có nhân quả với nhau rồi, thì chưa nói gì, tự động có thiện cảm, tự nhiên chúng ta mến người đó, vắng thì nhớ và muốn làm thân với họ và họ cũng muốn làm thân với mình. Và nhân quả cũ mạnh hơn nữa, có những người gặp nhau chỉ một lần, mà mến nhau cả đời.

Hoặc khi chúng ta mất mát tiền của vì ăn trộm. Mặc dù hiện tại họ là người ăn trộm bình thường, nhưng trước kia nếu giữa mình và họ không có quan hệ nhân quả gì với nhau thì chắc chắn họ không lấy được của mình. Nhưng họ lấy được tiền của mình là đã có nhân

quả cũ rồi. Chúng ta không trách người ăn trộm, nhưng tự trách mình nhiều đời đã gieo nhân quả không tốt, nên họ tới để lấy lại của họ, của đó không phải của mình.

Giữa cuộc sống này buộc mình phải trầm tĩnh, phải dùng nhân quả để suy gẫm sẽ thấy được bề trái của sự việc. Trong gia đình có ba người con, cha mẹ tự nhiên thương người con trai út hơn. Các người con lớn bắt đầu phân bì, phiền trách, buồn khổ. Nhưng nếu nghiệm về nhân quả sẽ thấy nếu người cha và đứa con út không có nhân quả cũ gặp nhau không thể thương như vậy. Sở dĩ thương được nhau là vì họ đã từng có ân nghĩa với nhau nhiều đời, nên đời này gặp lại buộc họ phải thương, phải trả nhân quả cũ đó. Còn những người con khác mới đến gia đình này lần đầu, nghĩa là cũng có

duyên với cha mẹ họ, nhưng mà mới một đời thôi, so với người con út đã tạo duyên với cha mẹ nhiều đời quá rồi, nên tự động cha mẹ phải thương nó nhiều hơn. Hiểu nhân quả, dứt khoát không còn buồn và sẽ ổn định được nhiều chuyện giữa cuộc đời này; đối với những chuyện trắc trở hay thuận lợi, mình đều suy nghiệm nhân quả thì tự động mọi việc sẽ yên. Còn mọi chuyện mất mát tang thương, nếu hiểu lý vô thường cũng sẽ thanh thản.

Cho nên trong mỗi thời, mỗi lúc phải tự tạo bình yên cho chính bản thân mình và chúng ta phải tự làm chủ tâm mình. Khi một việc xảy ra, chúng ta phải tự chiêm nghiệm lấy, để hiểu theo nhân quả nghiệp báo, hiểu theo lý vô thường, đồng thời chúng ta có nhận định đúng về tất cả những duyên cảnh đến với chúng ta. Làm sao

mà những việc thuận nghịch xảy đến, chúng ta làm chủ, đừng bị động, chúng ta luôn sống được bình yên. Những sự việc đến với chúng ta về tiền bạc, danh lợi, thị phi phải trái giữa đời này mà chúng ta không giữ được tâm mình, không làm chủ được tâm mình, dứt khoát không thể nào yên được.

Muốn làm chủ được tâm mình, cần làm thêm một số việc nữa, ngoài việc suy nghiệm nhân quả nghiệp báo, suy nghiệm về vô thường, chúng ta phải biết sống buông xả. Ví dụ lúc nào mình cũng muốn yên, gặp người bạn lúc nào cũng muốn hơn mình. Ngày hôm qua chơi chung, họ nói hơn mình một câu, mình không yên nổi. Nhưng chúng ta phải biết buông xả, không chấp mắc những việc giữa cuộc sống này, khi chạm đến chúng ta thì nó phải rút ra khỏi mình để tâm tư chúng ta luôn luôn mới, để

chúng ta đón nhận vật cảnh mới. Có như vậy, tâm chúng ta luôn nhuần mới hoàn toàn, thì chúng ta không bị cuu mang, không bị vướng mắc với những chuyện phiền não cũ.

Thật vậy, những chuyện phiền hà mà mình mang mẽnh, mình chấp trước, mình không tha thứ, không bao dung, không buông xả được, rõ ràng tự tạo bất an cho chính mình. Mỗi lần chúng ta nghĩ tới người đó ta phiền họ, nghĩ tới người kia, ta giận họ, nghĩ người này giận kiểu này, nghĩ người kia giận kiểu kia, thì cả cuộc đời chúng ta tự tạo rối rắm cho chính mình, tự khuấy động chính mình.

Hai điều là thị phi và không buông xả đủ gây rối mình cả đời rồi, chưa nói gì hơn. Điều thứ ba là đừng bao giờ đặt mình trở thành trung tâm của

vũ trụ. Tự cho rằng mình là người thế này, họ phải cư xử đúng như vậy, họ đối xử khác hơn mình sẽ phiền. Chúng ta thử nghiệm xem trong rừng nếu không có mình tới, hoa vẫn tiếp tục nở; không có mình ban ngày vẫn có mặt trời, ban đêm vẫn có trăng sao; chuyện đó là tự nhiên. Không có mình trời vẫn mưa xuống, hoa cỏ vẫn mọc ra, chớ đâu phải hoa cỏ mọc vì mình, trời nắng trời mưa cho mình. Mà giữa cuộc đời này, mọi cái vận hành không phải vì mình; vì thế, chúng ta đừng bao giờ đặt mình trở thành quan trọng quá, để rồi đi đâu thấy mình không trở thành nhân vật quan trọng, không được tiếp đãi theo ý muốn thì sẽ buồn giận. Có những việc ở môi trường đó ta là người giỏi được người xung quanh tôn trọng; nhưng chỉ giỏi ở lãnh vực đó thôi, ở môi trường khác chưa chắc gì mình bằng người.

Cuộc đời có nhiều mặt, nhiều điều, nhiều người, mà khi chúng ta thấy không bằng người khác, thì đừng bao giờ để tâm ganh tỵ khuấy phá mình. Vì thấy mình là nhân vật quan trọng, nhưng gặp một người thực sự quan trọng hơn, mình bắt đầu ganh tỵ, xoi mói, nói cái dở của họ, hạ uy tín họ đủ cách để thỏa mãn sự bực tức trong lòng, chứ sự thực người ta không xấu đến nỗi như mình nói. Hoặc có những người thích khoe khoang để được chú ý, được khen ngợi là số một, chứ không chịu số hai. Mà ai không chịu số hai thì người đó tự chuốc họa. Thực tế cho thấy một số người giàu có, danh vọng đã bị sa cơ thất thế, không còn có quyền lực, không có tiền của. Chính cái tâm ngạo mạn của họ từ xưa tới giờ quen theo cái kiểu giàu có vinh sang rồi, nhưng lúc sa cơ thất thế vẫn còn có thái độ đó,

vẫn coi thường thiên hạ, vẫn coi mình là số một, chắc chắn tự chuốc lấy tai họa cho bản thân họ.

Người tu Phật là người có trí, thấy vị trí của mình trong mỗi lúc, ở đâu thì thấy chúng ta đang ở đó, để tự an lấy chính mình. Người khéo tu là người tự an lấy chính mình. Với vị trí xã hội của mình, với khả năng của mình, với bản lĩnh của mình, với trí tuệ của mình, mình đang như vậy thì phải biết mình là như vậy. Đừng bao giờ muốn hơn nữa. Chính cái tâm mong muốn hơn vị trí mình đang đứng, đương nhiên không thể đứng vững. Đứng đúng vị trí thì không ai xô ngã mình được .

Thậm chí việc yên ổn nhất, sâu sắc nhất của đạo Phật là chúng ta đang an trú nơi hiện tại, có nghĩa là hiện tại đang bình lặng như thế này thì chúng

ta an trú nơi bình lặng hiện tại trong sáng rõ ràng này; nhờ đó, tâm chúng ta không còn bị giao động bất an nữa. Và trong khoảnh khắc tới nữa, cũng trong cái hiện tại lúc đó, cũng luôn trong sáng rõ ràng và chúng ta an trú nơi đó.

Lúc nào cũng là hiện tại với chính mình thì trong tâm trí chúng ta không có vọng hướng, vọng cầu, không hướng vọng về tương lai nhiều và không mang mẽnh cái quá khứ nhiều. Lúc nào chúng ta cũng ở hiện tại và nơi hiện tại đó lúc nào cũng rõ ràng, lúc nào cũng an lạc. Vì đã là hiện tại rồi thì không có cái gì không an lạc cả. Sở dĩ chúng ta bất an là do chúng ta vọng hướng, do chúng ta mong cầu, do chúng ta mang mẽnh nhiều quá khứ.

Chúng ta thử ngồi yên, tâm trí rộng rang, không nghĩ chuyện quá khứ,

không vọng hướng tương lai, chỉ là hiện tiền này, thì rõ ràng chúng ta đang bình yên vô cùng, giờ phút này là đẹp tuyệt vời, không có ngôn từ nào diễn tả được. Và biết an trú như vậy trong từng giờ từng phút từng giây giữa cuộc sống mình, thì đi đâu ở đâu chúng ta cũng luôn an lạc. Biết cái hiện tại này, tiếp nhận cái hiện tại này và chấp nhận cái hiện tại này và lúc nào hiện tại cũng là hiện tại; đây là điều chúng ta phải hiểu. Chứ không bao giờ hiện tại bị biến màu, biến dạng cả. Với tất cả các thời luôn là hiện tại, mà hiện tại luôn tươi nhuận trong sáng, tươi đẹp rõ ràng. Chúng ta phải biết điều này để rồi không có phút giây nào chúng ta bị cũ lại. Nếu người khéo sống thì không có phút giây nào là cũ cả, không có phút giây nào là đáng buồn đáng trách cả, không có phút giây nào là phiền hận.

Vì thế, điều thứ tư của người biết sống là phải biết an lạc, phải biết sống hạnh phúc và tự tạo hạnh phúc cho chính mình. Phút giây nào chúng ta cũng an trú nơi hiện tại, hiện tiền, được an lạc hạnh phúc. Chính điều này không ai dành giật được, khó ai có thể hơn thua với mình được cả. Và khi chúng ta nghe, thấy, nhìn, bằng cái hay biết rõ ràng đó một cách rất vô tư, hồn nhiên, đừng thêm bớt gì, tự động chúng ta an lạc. Chính an lạc đó là điều Phật Tổ muốn chỉ chúng ta và người khéo sống, biết sống phải gìn giữ được điều này. Khi đã bình yên rồi, mình muốn làm việc gì tùy ý, không bị người ta khuấy nhiễu. Không bình yên, vì gặp chuyện trái ý nghịch lòng, chúng ta luôn bị ngoại cảnh lôi cuốn, chúng ta sân hận, chúng ta buồn thương giận ghét với nó, tức là chúng ta bị động. Và cho tới những ngày sau cùng của chúng ta, nếu làm

chủ được tâm mình trong từng giờ, từng phút, từng giây vẫn an lạc, thì khi rời bỏ thân này, tâm làm chủ đó vẫn giữ nguyên như vậy; còn cái thân này chỉ là thân tứ đại thôi, nó không là cái gì để có thể làm xao động chúng ta được. Nói cách khác, giữa cuộc sống này nếu chúng ta tự tại, tức trước mọi hoàn cảnh thuận nghịch mà chúng ta bình yên, thì khi lìa bỏ huyễn thân này, cái bình yên đó vẫn nguyên như vậy. Và bằng cái bình yên đó, chúng ta muốn đi cảnh giới nào tùy ý, được tự do hoàn toàn. Còn trong hiện tại mà chúng ta vẫn bị ràng buộc, bị chấp trước những việc cũ, việc mình giận người này, thương người kia, ghét người nọ, những vướng mắc này còn quấn trong lòng chúng ta không buông ra được, rõ ràng chúng ta bị sanh tử luân hồi ngay trong cuộc sống hiện tiền, thì sau khi bỏ thân này, phải tiếp tục luân hồi sanh tử nữa, không thể khác.

Chúng ta kiểm lại để biết mình còn sanh tử hay không, dễ lắm. Gặp một chuyện qua rồi mà tự động việc đó không còn quay lại trong tâm trí mình, tức nó không luân hồi trở lại thì chắc chắn chuyện sanh tử luân hồi chúng ta vượt qua được. Gặp chuyện gì mà mình thương theo tình cảm thế gian, mình luyến ái, thì nghiệp đó dẫn mình xuống súc sanh. Gặp chuyện khởi ác tâm và ác tâm luôn khởi hoài, chắc chắn mình xuống địa ngục. Gặp chuyện gì đó mà mình khởi tâm keo kiệt bõn xẻn, chắc chắn chúng ta đọa ngã quý. Và gặp chuyện gì đó, chúng ta sân si, không buông ra được, nếu ta là người có phước, thì chắc chắn bị đọa A tu la. Nếu gặp chuyện gì đó chúng ta biết thương yêu, biết tha thứ, biết giúp đỡ mọi người, thì phước đó có khả năng dẫn chúng ta về cõi Trời. Còn gặp những chuyện chúng ta giữ

bình lặng giữa thế gian này, có nghĩa là chúng ta không phạm những giới pháp, chúng ta không buồn thương giận ghét, không keo kiệt bủn xỉn, không sân hận, những tư cách đó đủ để chúng ta trở lại làm người. Và muốn thoát khỏi tất cả sáu vòng của lục đạo, khi gặp chuyện là xong, không còn quay lại với bất kỳ cái tâm nào trong tâm mình, tức lục đạo luân hồi không tái diễn trong tâm trí là chúng ta đã thoát lục đạo luân hồi.

Mỗi việc xảy ra, tâm mình vướng vào cõi nào thì vào cõi đó, vì tất cả các cõi đều do tâm sanh cả. Bây giờ tâm mình sanh theo chiều hướng nào để mình dính vào cõi nào và tâm mình còn sanh trong cõi đó hay không để mình thoát ra hay chưa. Và khi thoát hết các cõi này, chúng ta mới bình yên.

Ví dụ như chúng ta an trú nơi hiện tại trong sáng này và rõ ràng hiện tại trong sáng này không tái diễn lại, mặc dầu chúng ta vẫn hưởng phúc lạc đó, vẫn hưởng an ổn hạnh phúc đó, nhưng nó không quay lại theo chiều hướng tình cảm. Nghĩa là chúng ta cũng không muốn cái hiện tại này nó trở lại và cái hiện tại tới vẫn là cái hiện tại tươi mát chứ không phải là cái hiện tại cũ và phút sau nó vẫn tươi mát và mỗi phút nó vẫn tươi mát như vậy, trong sáng như vậy. Phút nào nó cũng là như vậy, chứ nó không phải là cái quay lại cũ; không phải vì ham muốn mà chuyện đó trở lại trong đầu mình; không phải vì sân hận mà chuyện đó trở lại trong đầu mình; không phải vì sân si, không phải vì ác tâm mà chuyện đó quay trở lại. Như vậy, tất cả những ý niệm để dẫn chúng ta đi trong sáu cõi, nếu mình khéo tu, tự động chúng ta vượt qua lục

đạo luân hồi trong đầu mình, thì coi như chúng ta siêu thoát. Nói cách khác, tự sống đúng để tự an lấy mình, làm chủ lấy mình, để tâm trí mình không quay lại sáu cõi.

Chúng ta tu để thoát khỏi sanh tử luân hồi, nhưng không biết lý do nào để thoát và chứng minh như thế nào với chính mình để biết mình thoát hay không. Điều này chúng mình được. Trong các tâm dẫn chúng ta đi sáu cõi coi nó có quay lại hay không. Ví dụ như chúng ta đang có tiền, tự nhiên mất trắng tay, thì coi chúng ta nghĩ gì, chúng ta có giận, có hận, có buồn không. Nếu những ý niệm đó không có, không luân chuyển trở lại trong tâm chúng ta, tức là chúng ta đã thoát khỏi luân hồi về danh vọng. Chuyện tình cảm cũng vậy, trong tất cả các việc giữa cuộc sống này coi tâm chúng ta quay lại bằng kiểu nào, mà

tâm đó có thì cõi tương ứng đó có. Nếu còn tâm tham dục, luyến ái chắc chắn xuống súc sanh; tâm thuần thiện chắc chắn về cõi Trời; tâm bình thường giữ trọn được năm giới thì sanh cõi người; nếu ác tâm thì địa ngục kêu mình, khởi cần xin phép tới, tự động tới đó; tâm keo kiệt bòn xén thì đọa ngạ quỷ.

Bằng trí tuệ để tự biết mình trong mỗi lúc, biết chính xác rằng gặp một chuyện, mình thuộc dạng tâm nào trong các tâm vừa nói và các tâm đó còn đảo đi đảo lại, còn diễn tiến trong đầu mình bao nhiêu lần và nếu còn diễn tiến nhiều lần thì cuộc sanh tử luân hồi của mình đối với cõi đó còn sâu lắm. Chẳng hạn mình khởi ác niệm nhiều lần với người khác mà không dừng được, chắc chắn đọa địa ngục nhiều tầng. Mỗi lần nghĩ đến người đó, mình muốn hãm hại, trả thù họ, làm khổ họ, v. v... Trong tâm

mình xảy ra nhiều chuyện đó, thì mỗi lần chúng ta khởi nghĩ ác là xuống một tầng địa ngục, khởi nghĩ thêm một chút nữa là xuống sâu thêm một chút nữa, xuống hoài cho tới tâm chúng ta đen tối, chỉ toàn là nghiệp ác, chắc chắn là địa ngục đã mở toang cửa đón mình.

Cho nên muốn được bình an, ngoài việc chúng ta phải thương yêu, phải xả ly, phải bớt nói chuyện thị phi, bớt ganh tỵ, làm chủ được tâm mình và thấy rõ được sự thật của cuộc sống này để tạo cho mình từng phút giây an lạc giữa cuộc đời này. Đồng thời kiểm tra lại coi mình còn muốn luân hồi nữa hay không. Không muốn luân hồi nữa thì đừng tái diễn chuyện cũ bằng bất kỳ hình thức nào, còn tái diễn tức là chúng ta còn muốn luân hồi. Tu hành không ai muốn luân hồi lại đời sau, nhưng hiện tại chúng ta không chịu làm. Bây

giờ biết rồi, tự kiểm tra lại mỗi khi gặp chuyện, chúng ta rớt vô cảnh nào thì tự mình biết. Đừng nghĩ mình tu, khi chết không biết sanh về đâu; trí tuệ của đạo Phật sẽ cho mình biết rất nhiều điều.

Tâm mình như vậy, chắc chắn mình sẽ khế ứng cảnh giới đó; đơn giản vậy thôi. Luân hồi về cõi Trời thì như thế nào, luân hồi về cõi người thì như thế nào, luân hồi về địa ngục, ngạ quỷ súc sanh thì tâm mình như thế nào. Thể nghiệm công phu tốt, chúng ta phải vượt qua tất cả những cõi tâm của chính mình và đạt được sự an lạc hạnh phúc; luôn luôn như vậy thì chết không cần cầu siêu, vì mình không vướng những cõi này nữa, tự động mình sẽ hòa nhập được Pháp giới tánh thanh tịnh. Nếu chúng ta chưa hòa nhập được, thì trong lục đạo luân hồi này, chúng ta cũng không bị vướng trở lại, chúng ta sẽ được tự do. Thật vậy,

khi ác tâm xảy ra cho chính mình, mà mình làm chủ được, tức là mình tự tại với ác tâm, như vậy là chúng ta đã thoát được địa ngục. Khi tâm bồn xển xảy ra nơi mình, mà mình làm chủ được, mình dứt trừ nó, không cho nó tái diễn lại là chúng ta đã thoát được ngạ quỷ. Khi tâm tham dục xảy ra, mình làm chủ được, vượt qua được, tức là chúng ta tự tại đối với cõi giới súc sanh. Khi tâm sân hận xảy ra nơi mình, mà mình làm chủ được, tự tại được thì mình sẽ vượt qua cõi sân hận của thế giới A tu la. Và thậm chí đối với thiện tâm, chúng ta cũng làm chủ được, vượt qua được thì chúng ta vượt qua các tầng Trời, đạt Thiên định sâu hơn. Khi vượt qua các cõi là tự động tâm chúng ta an định liền và tùy mức độ an định để chúng ta siêu thoát từng cảnh giới. Trong Thiên có ly sanh hỷ lạc, tức một phen chúng ta không còn

vướng tất cả chuyện sanh tử luân hồi này, trong năm dục tự động chúng ta không còn dính mắc, thì chúng ta được sanh ở tầng Trời hỷ lạc đó.

Và tùy tâm chúng ta mà sanh ở cảnh giới siêu thoát, chứ nhiều khi chúng ta nói được siêu mà không biết siêu đi đâu. Tùy từng loại tâm của chúng ta sẽ cho chúng ta khế ứng ở từng loại cảnh giới, cho nên mức độ tâm yên định cỡ nào, chúng ta sẽ khế ứng cảnh giới đó; không phải chúng ta muốn siêu đi đâu cũng được. Thí dụ một người hiện tại có cuộc sống tạo ác nghiệp nhiều, chắc chắn chết họ phải bị đọa và nhờ quý thầy cầu siêu, họ được siêu. Họ được siêu có nghĩa là họ thoát cõi đó thôi, nhưng còn phước của họ, lực của thầy đủ sức để đưa họ đi tới đâu lại là chuyện khác. Nếu định lực của quý thầy lớn, họ nương vào tâm của quý thầy lúc

chú nguyện, quý thầy trụ ở tâm lực nào thì người kia siêu tới đó là cùng, không được hơn. Như vậy, việc siêu độ đòi hỏi lực dụng của người tu tập tốt và tâm lực của người đó phải đạt tới cảnh giới nào, đến mức độ nào mới được. Một người bình thường có thể chú nguyện để siêu độ một vong linh nào đó, nếu tâm của người này ở cõi người thì vong linh thoát khỏi sự đọa lạc ở cõi thấp để lên cõi người thôi, không thể hơn được nữa. Nhưng nếu phước báo của vong linh ngang tầm cõi Trời thì không cần cầu họ cũng siêu rồi, trở lại cõi người thì họ được tự do. Nếu tâm thiện của người chú nguyện ngang tầng Trời thì vong linh siêu từ cõi người lên cõi Trời, hoặc kéo vong linh từ địa ngục về cõi Trời là cùng, không được siêu hơn nữa. Hoặc nếu tâm lực của thầy cao hơn, trong lúc chú nguyện tâm thầy khế ứng với cảnh giới của chư Phật, chư Bồ tát

thì thần thức của người chết nương theo đó mà đi, gọi là tùy thuận vãng sanh.

Một người sám hối để chú nguyện cho vong linh, thì vong linh được giải trừ nghiệp chướng rồi, nhưng mà tùy thuận vãng sanh. Tùy thuận vãng sanh rất lạ, nếu không có kinh nghiệm tâm linh không thấy được điều này. Tùy thuận nghĩa là tâm người chú nguyện đã sám hối cho vong linh siêu thoát và tâm của người chú nguyện tương ứng với cảnh giới Phật và Bồ tát thì vong linh tùy thuận với cảnh giới Phật Bồ tát đang có nơi tâm của người chú nguyện mà được siêu sanh về cảnh giới đó.

Cần hiểu rằng khởi nghĩ, khởi tâm của mình còn luân hồi, thì khi bỏ thân mạng này, mình mới bị luân hồi, chứ không phải luân hồi là cái gì bên ngoài. Từ trước đến giờ, chúng ta hiểu

mình làm như vậy thì chết phải bị sanh như vậy. Nhưng cái dẫn chúng ta sanh chỗ này chỗ kia là tâm chứ không phải là thân. Tâm chúng ta đang trụ cảnh giới nào thì tự động khi thân chúng ta bỏ cảnh giới này, tâm liền khế ứng với cảnh giới đó, gọi là luân hồi và trở đi trở lại hoài, chúng ta lẫn lộn trong lục đạo luân hồi, không thoát được. Kiểm tra lại coi tâm chúng ta thoát được mấy cõi rồi, địa ngục thoát chưa, tức còn có ác tâm để gây khổ đau cho người khác hay không. Nếu kiểm tra đoạn đời tu vừa qua đến giờ phút này, dù người ta có giết mình, hãm hại mình, gây đau khổ cho mình, mình có còn khởi tâm trả thù để làm người ta đau khổ lại hay không. Kiểm tra lại nếu mình hết ác tâm đó, coi như địa ngục được thoát. Nhưng nếu bây giờ họ bắt đầu uy hiếp mình, làm khổ mình, thậm chí giết mình, mình liền thù hận họ, thì chúng ta

liền trở lại địa ngục chơi, tự mình quay lại cõi giới đó thôi. Trong việc làm ăn buôn bán, chúng ta bo bo giữ phần lợi riêng cho mình, nghĩ đến chuyện lường gạt người, làm lợi mình, người khác đau khổ kệ họ, chắc chắn chúng ta bắt đầu mở cửa cảnh giới ngạ quỷ để vào. Hoặc gặp chuyện tình cảm động tâm mình, khiến phải luyến ái, tham dục, mà tâm chúng ta không dừng được thì cõi giới súc sanh sẽ mở cửa cho chúng ta xuống, chắc chắn vậy.

Chúng ta tự kiểm tra và phải thử xem mình còn dính mắc trong ba đường ác hay không. Bình thường thấy ở cõi này mình thanh tịnh vô cùng; nhưng một ngày nào đó chúng ta gặp chuyện trái ý nghịch lòng, thậm chí những chuyện họ mưu hại mình, mình biết rõ ràng việc đó từng ngày từng giờ họ đang làm khổ mình và bản

thân mình cũng đang khổ chuyện đó, thì coi lại lòng mình ra sao. Chúng ta có còn muốn mở cửa địa ngục xuống không. Muốn thoát địa ngục, thì đừng nghĩ chuyện thù hận người ta, đừng trả thù trả oán. Như vậy là tự tạo cõi giới thanh tịnh bình an cho chính mình, chứ nếu không sẽ khổ hoài. Mình tu muốn giải thoát lắm, nhưng gặp chuyện là mình trở lại cõi giới thấp liền, thay vì gặp chuyện, mình không thêm rớt vào sáu cõi giới này nữa thì mình được tự tại rồi. Không ai có thể lôi mình trong vòng luân hồi này được cả, không ai có quyền đó, quỷ sứ cũng không đụng được tới mình. Nhưng mình tự đăng ký xin vào, như mình sân si là tự đăng ký xin vào địa ngục, gặp chuyện mình bôn xěn, lo thủ lợi riêng cho mình thì đăng ký vào cõi giới ngạ quỷ, tham dục tràn lan trong đầu mình, chưa có phút nào tắt hết, đụng chuyện gì mình

cũng tham được, cũng đam mê, dính mắc được như Trư Bát Giới thì chắc chắn đi xuống loài súc sanh.

Trong đạo Phật có rất nhiều phương cách sống giúp chúng ta thăng hoa ngay trong đời hiện tại và đó chính là những hạt nhân tốt dẫn đến nhiều đời kế tiếp cũng tốt đẹp. Điển hình như chúng ta phải hiểu biết về Tứ diệu đế, về nhân duyên, về tánh không, về nhân quả nghiệp báo, về luân hồi, về vô thường, v.v... Tuy nhiên, chúng tôi chọn những pháp vừa triển khai, vì gần gũi cuộc sống dễ tiếp nhận và cũng là những pháp cần thiết căn bản để mọi người có thể tự tu, tự kiểm tra, tự biết mình, tự thấy được mình trong mỗi lúc.

Như đã nói người trí thì phải thấy được mình trong mỗi lúc; hiện tại tâm chúng ta đang ở cõi nào và xác định lại

mình tu hành muốn đi về đâu. Chúng ta khẳng định mình muốn được giải thoát sanh tử luân hồi, thì tâm trí mình đừng khởi nghĩ tác ý theo sanh tử luân hồi; được như vậy, không cầu siêu, tự mình cũng đã siêu thoát. Còn trong tâm mình dính chặt tham sân si, buồn thương giận ghét, thì có kéo mình về cõi Phật, hay lên cõi trên mình cũng chạy trốn xuống; vì các cõi thánh thiện đó không khế ứng với tâm của mình, chắc chắn không thể nào ở được.

Trong nghi thức cầu siêu, người siêu độ không sám hối nghiệp chướng cho vong linh, không nhắc nhở họ xả bỏ những điều dính mắc, thì lấy gì họ thoát. Thật vậy, sám hối mới giải trừ được chấp mắc và họ mới thoát ra được. Trong nghi cầu siêu chúng ta phải biết diệu dụng của sám hối; đừng nghĩ quý thầy dùng câu này câu kia, hay dùng

lực để đẩy đi. Vong linh phải tiếp nhận được lời sám hối và bản thân vong linh phải thức tỉnh trong phút chốc đó thì vong linh mới siêu thoát. Nếu không, cứ nắm giữ nguyên cái nghiệp đó, lấy gì siêu thoát. Tâm còn nguyên những dính mắc xấu, tâm còn sân si, còn phiền não, còn thù hận thì dứt khoát không được, phải xả ly, mới thoát ra được.

Vì thế, muốn siêu là ngay cuộc sống này không còn vướng mắc. Điều thứ hai là phải xả ly hoàn toàn, trong đi đứng nằm ngồi, quý vị kiểm tra thấy mình không còn quay lại chuyện cũ nữa. Nếu chuyện cũ còn quanh quẩn trong đầu thì coi lại chuyện cũ này thuộc cảnh giới nào, hãy tìm cách thoát ra cảnh giới đó bằng công phu nào đó, tìm học vị thầy nào có khả năng dạy chúng ta thoát ra. Ban ngày chúng ta làm việc và ban đêm ngoài việc chúng ta niệm

Phật, tụng kinh, tự kiểm lại mình ngồi yên như vậy thì nghĩ gì, nhớ gì và mình lần quần trở lại hay là thoát ra luôn. Mình thoát cái lần quần của chính mình trước đã, mới bảo đảm cuộc sanh tử này sẽ thoát.

Cái chính là tâm chúng ta, tâm tương ứng với cảnh giới. Nên hiểu sanh tử luân hồi là sự tương ứng từng cảnh giới của tâm; sanh tử không phải là chuyện khác. Vì vậy, hành động ác khiến vong linh bị sanh tử luân hồi không đơn thuần là việc ác đã thành, mà điều chính yếu là tâm ác vẫn luôn đeo mang với họ mới đẩy họ đi vào các cõi thấp kém. Nếu hành động đó và tâm chúng ta cũng vướng vào đó, thì tâm đó sẽ dẫn đến cảnh giới tương ứng. Việc này chúng ta dễ thấy trên thực tế cuộc sống, người có nghiệp cơ khí thì học gì rồi họ cũng sửa máy thôi; có nghiệp bác sĩ, tức có tâm

đam mê, ưa thích, đeo đuổi việc chữa bệnh thì sớm muộn cũng làm nghề đó.

Khi bỏ thân này rồi, cũng giống như vậy, có một sức thu hút, có một lực hấp dẫn thần thức chúng ta. Cảnh nào tâm mình ưa thích thì tự động thần thức đi vào cảnh đó, không thể đi đường khác. Giống như hiện tại là Phật tử mộ đạo đi ngang chùa, chắc chắn thích ghé chùa hơn là ghé quán cà phê, có một lực hấp dẫn chúng ta phải vào chùa. Khi bỏ thân xác này, nghiệp lực sẽ thu hút chúng ta, không cưỡng lại được. Do đó ngay trong cuộc sống này, chúng ta phải làm chủ tâm mình là vậy. Gặp chuyện mà chuyện đó không khuấy rối mình được, tức là mình làm chủ rồi thì khi rời bỏ thân xác này, không có cái gì thu hút chúng ta được, tức là làm chủ được nghiệp tập của chính mình để mình được tự do chọn lựa cảnh

giới. Còn ngay trong cuộc sống này mà chúng ta tu yếu, tu dở, chúng ta không làm chủ được tâm, không biết an trú nơi hiện tại này để hưởng được hạnh phúc bình an hiện tại ở đây. Nhân đó không có thì không có quả về sau; ngay nơi cuộc sống này chúng ta không tạo được cái nhân bình an, ngay nơi cuộc sống này chúng ta không được an lạc, không được hạnh phúc, thì quả an lạc hạnh phúc dứt khoát không thể tìm được sau khi bỏ thân này. Nhân bình an sẽ có quả bình an, nhân hạnh phúc sẽ có quả hạnh phúc, nhân an lạc sẽ có quả an lạc. Đó là điều chắc thật của lý nhân quả có giá trị tuyệt đối mà Đức Phật đã chỉ dạy.

Tóm lại, chúng ta phải thấy được ý nghĩa của cuộc sống. Như đã nói người biết sống là người có tràn ngập tình thương yêu giữa cuộc sống này. Đến với mọi người không phải vì lợi lạc

riêng cho mình, mà bằng tình thương yêu thực sự để giúp người, mới không bị rớt vào vòng lẩn quẩn của luân hồi sanh tử. Đến với một người mà vì lợi riêng cho mình là biết vì tham tâm mà đến, thì mình bắt đầu chuẩn bị đi vào con đường xấu.

Thứ hai là chúng ta phải biết xả ly mọi việc. Nếu biết sống là chúng ta không bị vướng mắc trong tất cả cõi giới thì chúng ta mới thoát ra được sanh tử luân hồi. Còn cảnh giới nào bị vướng là dứt khoát chúng ta không thoát được. Thứ ba là phải luôn thấy được sự thật của mọi vấn đề. Thứ tư là phải được an lạc trong từng giờ, từng phút, từng giây của mình. Thứ năm là phải biết được mình còn vướng trong các cảnh giới lục đạo luân hồi hay không. Kiểm tra lại tâm của mình, nếu còn vướng thì cố gắng tự tháo gỡ ra. Chúng ta tu

là tự mình thoát ra những cái vòng đó. Giải thoát là giải thoát cái gì, chúng ta phải tự biết, chứ mình tu mà không biết giải thoát là gì, vướng mắc là gì thì rõ ràng chúng ta chưa biết tu. Người biết tu, tự biết mình vướng mắc cái gì và mình thoát khỏi cái gì. Lúc nào vướng lúc nào thoát, chúng ta đều tự thấy biết; như vậy là tự tạo cho mình cuộc sống bình an trong từng phút giây giữa cuộc sống này. Đi đâu, đứng đâu, ngồi đâu, làm gì, nói gì, chúng ta phải biết an trú nơi hiện tại trong sáng này, quý vị sẽ luôn sống trong cảnh giới an lạc. Đó chính là hạt nhân để chúng ta sống được cảnh giới an lạc tiếp theo sau khi bỏ thân mạng này. Chưa nói đến chúng được quả Phật, quả Bồ tát, nhưng ngay tại đây dứt khoát chúng ta phải làm chủ được tâm mình, tức là làm chủ được sanh tử. Người nào không làm chủ được tâm là không làm chủ được sanh

tử. Ngày nào ngay đây không được an lạc, không được hạnh phúc thì chết sẽ khó siêu thoát.

Chúng tôi mong rằng sau thời pháp này, tất cả quý vị luôn an trú được nơi hiện tại trong sáng của chính mình, để không tự làm đơn xin vào các cõi trầm luân sanh tử của tứ sanh lục đạo nữa, đừng quay lại nữa mà phải thoát ra. Tự mình thoát ra, kiểm tra lại coi mình đang vướng cõi nào, vì mục đích tu của chúng ta là thoát ra lục đạo luân hồi này. Trong sáu cái lẩn quẩn ràng buộc trong tâm, chúng ta còn bị lẩn quẩn cái gì thì phải biết tháo gỡ cái đó ra, để ngay nơi cuộc sống hiện tại này, mình biết mình thoát; phải tự mạnh mẽ thấy rằng chúng ta không còn bị vướng mắc gì cả, thì mãn duyên cõi này, mình tự siêu thoát nhẹ nhàng. Còn ngay trong hiện tại này, mình còn bị vướng hoài,

mình không có cách tháo gỡ, thậm chí việc vướng mắc của mình rồi tung cũng không biết, thì chuyện đó khó cứu rồi, Phật cũng không cứu được.

Vì thế, phải tự thấy trách nhiệm của mình, trước nhất bản thân mình phải dũng mãnh thực tập cho được những pháp Phật dạy như đã nói, với lòng mong muốn tha thiết được thoát khỏi trầm luân sanh tử trong lục đạo. Và khi chúng ta gia công tu tập bằng tất cả nhiệt tâm chân thành như vậy, chư Phật và chư Bồ tát thấu tỏ, các Ngài sẽ trợ lực chúng ta. Còn nếu chúng ta chưa quyết tâm, chắc chắn khó tiếp nhận được sự trợ lực của các Ngài, tất nhiên con đường sanh tử luân hồi vẫn đang chờ đón trước mặt.

Cầu mong tất cả mọi người từ đây về sau luôn sống an lạc, luôn làm chủ lấy

mình, luôn được hạnh phúc trong mọi thời mọi lúc giữa cuộc sống này, luôn an trú trong hiện tại thanh tịnh sáng suốt của chính mình để chuyển tiếp đến những cảnh giới cao hơn, không bị sanh tử luân hồi nữa.

Trong dòng chảy vô tận của sự sống và trong vũ trụ mênh mông này, chúng tôi nhắc lại một lần nữa, tất cả muôn loài, tất cả mọi hiện tượng đều đang chuyển tiếp liên tục và mãi mãi, hoàn toàn không có chuyện sống và chết. Mong rằng tất cả quý vị luôn chuyển tiếp tốt đẹp, để tiến hóa tốt đẹp, để hoàn thiện lấy mình cho đến khi thành Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác. ❁

SỐNG AN LẠC CHẾT SIÊU THOÁT

Tỳ kheo: THÍCH TUỆ HẢI

NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO

Nhà số 4 - Lô 11 - Trần Duy Hưng - Hà Nội

ĐT: 04-5566701 - Fax (04).5566702

Chịu trách nhiệm xuất bản

Hà Ngọc Thọ

Biên tập: Nguyễn Tường Long

Trình bày: Quốc An

Bìa: Hoa Tâm Thủy

Sửa bản in: Diệu Tịnh

Đối tác liên kết: Tỳ kheo Thích Tuệ Hải

Số lượng in : 5000 bản, Khổ 10 x 19 cm

In tại : Công ty Cổ phần In và Vật tư Saigon TP. HCM

Số xuất bản : 374 – 2007 / CXB / 20 – 154 / TG

In xong và nộp lưu chiểu quý III năm 2007