Thiền Tông và Tịnh Độ Tông (HT Thích Thanh Từ)

Thiền Tông — sách & giảng giải

Thiền Tông và Tịnh Độ Tông:

Tu các pháp môn của Phật giống như người leo núi. Một ngọn núi cao, người ở hướng Tây có lối lên của hướng Tây, người ở hướng Đông có lối lên của hướng Đông, hướng Nam, hướng Bắc cũng vậy. Trong bốn lối đó chúng ta thích lối nào thì đi lối đó. Đã chọn rồi phải quyết chí đi.

Phật giáo Việt Nam chúng ta có chia ra nhiều tông phái, nhưng xét kỷ thì có ba tông: Thiền tông, Tịnh Độ tông và Mật tông. Song gần một trăm năm nay Thiền tông dường như ít ai biết đến mà chỉ biết Tịnh Độ thôi. Chúng tôi thấy sự kiện giữa Thiền và Tịnh rất quan trọng nên muốn giải thích cho quý Phật tử biết rõ điểm nào Thiền tông hòa hợp được với Tịnh Độ, điểm nào Thiền tông cách biệt với Tịnh Độ. Quý Phật tử nghe biết, không còn nghi ngờ trên đường tu.

1 - Chỗ Không Gặp Gỡ Giữa Thiền và Tịnh

Điểm thứ nhất: Như chúng ta biết, tu Tịnh Độ thì luôn luôn lấy niềm tin làm trên, nên người tu Tịnh Độ phải có đủ Tín-Hạnh- Nguyện. Tín là lòng tin; tin chắc có cõi Cực Lạc, tin chắc mình niệm Phật sẽ được Phật rước về Cực Lạc. Từ tin chắc, mới khởi hành, tức cố gắng Niệm Phật, gọi là Hạnh. Niệm Phật rồi phải phát nguyện sanh về cõi Cực Lạc. Như vậy mới đủ Tín-Hạnh- Nguyện, trong đó lòng tin là bước đầu trên đường tu.

Ngược lại, Thiền tông không lấy lòng tin, mà lấy Trí huệ làm bước đầu. Trí tuệ thì giản trạch, phân biệt; còn lòng tin thì khẳng định như vậy, cứ tin rồi làm thôi, thành ra hai bên khác n hau. Tu theo Thiền tông, muốn bước vào cửa Thiền phải đi từ cửa Không. Cửa Không chính là trí tuệ Bát Nhã. Từ trí tuệ Bát Nhã, nhận định hiểu thấu được sự thật của muôn pháp trên thế gian,

không bị lầm mê cho giả là thật. Các pháp chỉ là tướng duyên hợp tạm bợ hư dối, biết như vậy, chúng ta không còn gặp khó khăn trong sự tu hành, tâm yên lặng thanh tịnh. Rõ ràng người tu Thiền muốn cho tâm thanh tịnh phải dùng trí tuệ quán chiếu thấu suốt, hiểu rõ không bị nhầm lẫn, nhờ thế không cố chấp, không vướng kẹt, cho nên tâm rỗng rang nhẹ nhàng. Đó là bước đầu của người đi vào đạo.

Điểm thứ hai: Tịnh Độ tông tu nguyện sanh về cõi Cực lạc. Có vị nào tu Tịnh Độ mà không cầu sanh về Cực Lạc đâu? Ai cũng niệm Phật để khi lâm chung được Phật đón về Cực Lạc. Trong kinh nói Cực Lạc ở phương Tây, cách cõi Ta Bà năm mười muôn ức thế giới. Thật là xa. Bởi vậy, nếu Phật không đón thì không biết đường đâu mà đi. Như chúng ta hiện giờ muốn qua Nhật, qua Pháp hay qua Mỹ, nếu người chưa từng đi thì phải có thân nhân ở bên đó đón rước mới dám đi. Huống là cõi Cực lạc cách cõi Ta bà này tới mười muôn ức thế giới thì làm sao mà chúng ta dám đi? Do đó, phải niệm Phật và nguyện Phật đón tiếp chúng ta, khi nhắm mắt được về cõi Cực lạc. Như vậy, tu Tịnh Độ tức là chúng ta phóng ra ngoài, nhắm hướng Tây phương, nhắm cõi Cực Lạc để được sanh qua đó.

Còn Thiền tông dạy chúng ta tu quán sát lại nội tâm của chính mình. Về phần nội tâm, nhà Phật phân nhiều loại. Theo Duy thức học, chúng ta có những tâm vương, tâm sở. Trong tâm sở lại có tâm sở thiện, tâm sở ác v.v... nhưng người tu Thiền không phân biệt như vậy, chỉ thấy trong tâm niệm của chúng ta, có những tâm mà lâu nay chúng ta ngỡ là tâm mình, nhưng thật ra không phải. Như quý Phật tử suy nghĩ, tính toán việc gì thường cho tâm suy nghĩ tính toán đó là tâm của tôi. Nếu nó là "tâm của tôi" thì những phút giây không suy nghĩ, không tính toán, tôi còn hay tôi mất? Nếu nó là tôi, thì khi nó không hiện, tôi cũng phải mất luôn. Nhưng thật ra, không suy nghĩ, không tính toán, tôi cũng hiện tiền. Do đó, nếu cho tâm suy nghĩ tính toán là tôi là một lầm lẫn rất lớn. Song tất cả chúng ta đa số đều lầm như vậy. Người tu Thiền biết rõ tâm suy nghĩ tính toán đó không phải thật mình nên

để nó lặng xuống, tìm cho ra cái mình chân thật. Để nó yên lặng tức là dùng phương pháp định tâm. Vì vậy gọi là Thiền Định. Lặng vọng tâm rồi, chúng ta nhận ra được tâm chân thật của chính mình, đó là mục đích của người tu Thiền. Như vậy, người tu Thiền nhìn lại nội tâm mình chớ không cần hướng ra ngoài, còn người tu Tịnh Độ thì trông về cõi Cực Lạc bên ngoài, do đó không giống nhau.

Điểm thứ ba: người tu Thiền cốt làm sao cho hiện đời, bao nhiêu thứ phiền não nghiệp chướng sạch, tâm phiền não nghiệp chướng sạch rồi thì thể chân thật sẵn có hiện ra, đó là Niết Bàn, đó là Phật Tánh. Còn Tịnh Độ, gần đây có nhiều vị cho rằng tu Tịnh Độ rất dễ, chỉ cần niệm Phật mười câu thì Phật đón về Cực lạc liền. Dù kẻ tạo nghiệp ác, trộm cắp nhưng niệm 10 câu cũng được Phật đón về Cực Lạc; bởi vì họ nghĩ "đới nghiệp vãng sanh", tức là mang nghiệp vẫn sanh về bên đó, không cần đợi thanh tịnh mới được vãng sanh. Người tu Thiền không chấp nhận như vậy. Cực lạc là cõi thanh tịnh của Phật mà mang nghiệp xấu ác ô uế thì ai mà chấp nhận cho vào. Như vậy nói "đới nghiệp vãng sanh" là chuyện không thể chấp nhận được.

Thí dụ chúng ta nuôi con chó, nó bị ghẻ lở, ta nghĩ tại ta nuôi dưới đất nên nó bị ghẻ; bây giờ đem lên lầu chắc nó hết ghẻ nhưng không phải. Ở dưới đất hay trên lầu, chưa trị được hết ghẻ thì nó cũng bệnh như nhau. Ghẻ lở ngứa ngáy là dụ cho nghiệp, nếu chưa lành, thì dù có đem đi đâu ở chỗ nào, đẹp hơn, tốt hơn cũng không tránh khỏi. Muốn cho nó khỏi phải làm sao? Chúng ta nuôi nó ở dưới đất mà biết tìm thuốc trị cho nó hết, nó lành thì ở dưới đất hay trên lầu gì cũng mạnh cả.

Cũng như vậy, nếu cho rằng ở Ta bà, chúng sanh mê muội tạo nghiệp, về Cực lạc hết tạo nghiệp thì chuyện ấy chưa chắc. Một bên dạy muốn nhập chỗ thanh tịnh thì phải hết nghiệp chướng, còn một bên nói mang nghiệp chướng đến cõi thanh tịnh rồi sẽ sạch sau. Như vậy, hai chủ trương không giống nhau. Đó là

những điểm Thiền tông và Tịnh Độ tông không gặp gỡ nhau được.

2- Chỗ Thiền Tông và Tịnh Độ Tông Gặp Được Nhau.

Điểm thứ nhất: Về Tịnh Độ, trong Kinh A Di Đà có một đoạn nói rằng người thiện nam tín nữ nào niệm Phật từ một ngày, hai ngày, ba ngày... cho đến bảy ngày "nhất tâm bất loạn" thì khi lâm chung thấy được Phật và Thánh chúng hiện trước mắt. Như vậy niệm

Phật được nhất tâm bất loạn tối đa là bảy ngày, hoặc sáu ngày, hoặc năm ngày, hoặc bốn ngày, hoặc ba ngày cho đến cuối cùng là một ngày thôi thì nhắm mắt cũng thấy Phật và Bồ Tát hiện ở trước. Chúng ta nghe dễ quá phải không?

Tôi đọc trong A Hàm (Kinh A Hàm dạy tu Thiền theo Nguyên thủy), bài kinh Tứ Niệm Xứ, Phật dạy: nếu người nào tu quán Tứ niệm xứ từ một ngày, hai ngày, ba ngày, cho đến bảy ngày tâm không rời Tứ niệm xứ thì người đó khi nhắm mắt chứng tối thiểu là sơ quả Tu đà hoàn, nhị quả Tư đà hàm, tam quả A na hàm, tứ quả A La hán. Như vậy, chỉ quán Tứ niệm xứ trọn vẹn bảy ngày, không di chuyển, không di đổi, người đó nhắm mắt chứng được quả A La hán. Nếu kém hơn hoặc sáu, hoặc năm ngày thì chứng quả A na hàm, bốn ngày hoặc ba ngày thì có thể chứng quả Tư đà hàm. Nếu kém nữa, chỉ một ngày tâm không di đổi thì chứng quả Tu đà hoàn. Tu đà hoàn là quả bất thối chuyển, còn bảy đời sanh tử nhưng chỉ đi lên chứ không đi xuống. Vậy Kinh A Di Đà và Kinh Tứ niệm xứ trong A Hàm nói không khác.

Thế thì dù niệm Phật, hay tu Thiền quán mà tâm chuyên chú an định từ một ngày cho đến bảy ngày thì nhất định người đó đạt được đạo quả. Tu Tịnh thì được thấy Phật, còn tu Thiền thì chứng từ sơ quả đến tứ quả. Chúng ta thấy tu có khó không? Phật hạn chỉ bảy ngày thôi. Cả đời chúng ta bao nhiêu ngày mà chỉ cần 7 ngày chuyên nhất không tạp cho đến dù một ngày thôi, tinh chuyên như vậy thì sẽ đạt được đạo quả. Nhưng sao không ai chịu hy sinh một ngày, hai ngày cho đến bảy ngày, hoặc niệm

Phật nhất tâm bất loạn, hoặc chuyên tâm, không di chuyển khỏi Tứ niệm xứ thì sẽ được Phật đón về Cực Lạc hay chứng Tứ quả Thanh văn?

Bây giờ quý vị thử niệm Phật từ sáu giờ sáng hôm nay cho đến sáu giờ sáng ngày mai, không có một niệm thứ hai chen vô thì nhất định được Phật đón về Tây phương. Người tu Thiền, quán thân bất tịnh, thọ thì khổ, tâm vô thường, pháp vô ngã; luôn luôn di chuyển trong bốn phép quán đó, không để niệm nào chen vô, trong bảy ngày hoặc ít nhất một ngày đêm thì chứng Tu đà hoàn, nhất định tiến lên Thánh quả, chớ không lùi trở lại.

Như vậy sự tu hành dễ hay khó, có thể làm được không? Nhưng tại sao lâu nay chúng ta cứ trật vuột hoài , leo lên tụt xuống? Là vì sức định tâm của chúng ta yếu, nên đang nghĩ việc này thì không bao lâu thứ khác chen vô mất. Như quý vị đang lần chuỗi niệm Phật được dăm ba câu, bỗng có niệm khác chen vô. Cứ thế lặp đi lặp lại , không biết chừng nào xong. Nhớ người thì bóng người hiện, nhớ chùa thì bóng chùa hiện, nhớ huynh đệ thì bóng huynh đệ hiện. Phật bảo chỉ có bảy ngày mà không ai làm được dù một ngày, như vậy có dở không? Rõ ràng tu Tịnh Độ hay tu Thiền gì cũng vậy, nếu chúng ta quyết tâm xem như chết trong câu niệm Phật, chết trong quán Tứ niệm xứ thì đều thành công như nhau. Như vậy mới thấy sự tu rất dễ mà cũng rất khó. Rất dễ vì thời gian không cần nhiều. Rất khó vì tán tâm không làm được. Để thấy rằng trên đường tu, việc làm chủ tâm mình là vấn đề rất hệ trọng. Làm chủ mười người, hai mươi người dễ hơn làm chủ tâm mình. Ví như ông chủ sở, hay chủ xí nghiệp quản lý mấy chục nhân viên, bảo họ làm việc này, việc kia thì dễ mà bảo nhìn lại tâm mình thì

làm không được. Nếu làm đúng như lời Phật dạy thì có lẽ chúng sanh thành Phật nhiều lắm rồi. Nhưng vì kẻ trộm lẻn vào phá hoài làm cho ta rối rắm mất hết công phu, nên Phật bảo điều khiển được mình là một việc làm rất khó. Tu chính là phải điều khiển được mình.

Đối với người khác, vì thế lực của mình, vì quyền lợi của người, nên người ta phải nghe lời mình, tuân theo mình. Còn đối với chính mình, không có quyền lợi, không có thế lực gì cả, niệm trước bảo phải làm cái này, nhưng niệm sau nảy ra cái khác, chạy tán loạn hết. Vì vậy nói đến việc tu tưởng như dễ, cầm xâu chuỗi lần có gì khó? Nhưng nếu lần chuỗi để lần chuỗi thì ai làm cũng được, còn lần chuỗi niệm Phật để nhất tâm thì thật khó làm. Ngồi Thiền nửa giờ, một giờ thì ai cũng ngồi được, mà ngồi một giờ không có vọng tưởng dấy động, thì chuyện đó khó có người làm được.

Trên phương diện hình tướng cụ thể của thân, của cảnh sắp đặt rất dễ. Còn tâm không hình tướng, không chỗ nơi, cứ bỏ hở là vọng tưởng nó nhảy ra phá công phu của chúng ta. Vì vậy người tu năm này tháng nọ dồn hết công phu cố gắng gìn giữ tâm không để trống hở, như canh chừng mấy đứa trộm không cho nó chen vào, như vậy mười năm, hai mươi năm còn chưa thể được, huống là xem thường. Tu là canh chừng vọng tưởng. Nhiều người nói: vọng tưởng thì cứ cho nó nghĩ chớ việc gì phải canh chừng? Nó là tâm mình thì cứ để nó nghĩ đã rồi thôi.

Quý vị chưa tu nên nói vậy, chớ có tu sẽ thấy. Lâu nay chúng ta cứ lầm lẫn ngỡ vọng tưởng là tâm mình. Vì ngỡ là tâm mình, nên đuổi theo dục lạc thế gian rồi tạo nghiệp đi trong sanh tử luân hồi, đi này kiếp nọ liên miên. Do nó là chủ tạo nghiệp nên nó có sức mạnh dẫn chúng ta đi trong sanh tử. Dẹp được nó, tức là chúng sanh làm chủ được mình, không tạo nghiệp, hết sự ràng buộc, tự do tự tại, thì sanh tử làm gì lôi kéo được! Phật gọi người này đã giải thoát khỏi sanh tử.

Tôi thường hỏi: - Chúng ta tu để làm gì?
- Để giải thoát sanh tử
- Cái gì dẫn mình đi trong sanh tử?
- Nghiệp dẫn chúng ta di trong sanh tử.
- Cái gì tạo nghiệp?

- Thân, miệng, ý là ba chỗ tạo nghiệp.

Rõ ràng mục tiêu của chúng ta là giải thoát sanh tử. Vậy phải làm sao hết nghiệp? Thân nằm dài, miệng ngậm câm phải không? Không phải vậy. Thân hoạt động, miệng nói năng gốc từ ý. Tuy nói thân, khẩu, ý , nhưng thật ra ý nghĩ tốt thì miệng nói tốt, thân làm tốt; ý nghĩ xấu thì miệng nói xấu, thân làm xấu. Nói ba nhưng ý là gốc chủ động. Muốn hết nghiệp, chúng ta phải dứt niệm của của ý. Muốn dứt ý niệm thì đầu tiên chúng ta phải biết ý niệm là cái hư giả không thật. Lâu nay chúng ta khẳng định, "tôi nghĩ như vậy" tức ngầm cho cái ý là thật. Bây giờ biết nó hư ảo không thật, tìm cách dừng lặng để không bị nó tác oai tác quái nữa. Người tu Thiền hay niệm Phật cũng vậy, niệm đến nhất tâm thì ý không còn loạn động. Tu Thiền được định thì ý cũng lặng yên. Nhân tạo nghiệp không còn thì cái gì dẫn chúng ta đi trong sanh tử?

Thân này do tứ đại hợp, khi chết trả về cho tứ đại. Chúng ta biết thân sẽ hư hoại, ý nghĩ cũng huyền ảo. Khi dừng được ý hư ảo rồi thì còn gì nữa không? Tu là để nhận ra cái gì giải thoát, chớ thân hoại ý lặng rồi, chẳng lẽ mất hết sao? Cho nên tu là luyện lọc thân tâm, ngay nơi tâm thức của chúng ta cái gì thật, cái gì hư. Biết cái hư, bỏ không theo nó thì cái thật hiện ra, đó gọi là giải thoát sanh tử.

Cái chân thật ấy có nhiều tên gọi như Phật tánh, Chân như, Bồ đề, Niết Bàn... luôn sẵn trong ta. Song lâu nay chúng ta bị chú "Ý" này che phủ đi. Quý vị thử ngồi chơi trong năm phút mà không có ý niệm nào dấy lên xem. Nói ngồi chơi, chớ nhớ chuyện hôm qua, hôm kia, không bao giờ tâm rỗng rang nên chúng ta cứ bị ý thức che phủ mãi, vì cái ảo giác đó cứ làm quay cuồng nên chúng ta không nhận ra được cái chân thật của mình. Vì vậy ngồi thiền để định tâm hư ảo, định những thứ quay cuồng đó lại. Định được rồi thì cái thật sẽ hiện ra.

Tu Thiền cốt để dừng những niệm hư ảo của ý thức. Niệm Phật nhất tâm cũng để dừng niệm hư ảo của ý thức. Một bên thấy Bồ đề, Niết Bàn, một bên thấy Đức Phật A Di Đà tới đón. Vì ý nghĩa sâu kín mầu nhiệm như vậy, chúng ta mới dụng công tu hành, chớ nếu tầm thường thì tu làm gì? Có thông hiểu thấu suốt chúng ta mới thấy việc làm của người tu không phải là hình thức cúng kính bên ngoài; nó sâu thẳm ở bên trong. Khi làm chủ được ý niệm lăng xăng cuả mình rồi, những vọng tưởng lặng xuống thì cái chân thật hiện tiền. Sống được với cái chân thật đó là giải thoát sanh tử, đời đời không bao giờ mất. Còn mang nghiệp do ý tạo thì mất thân này chụp thân kia, mất thân kia chụp thân nọ, sanh tử biết bao giờ cùng?

Vì vậy trong kinh Đức Phật nói, con người sanh ra rồi chết đi, đời này qua đời nọ, mỗi một đời khóc bao nhiêu nước mắt. Nếu gom hết nước mắt của chúng sanh trong nhiều đời nhiều kiếp còn hơn nước của biển cả. Cái khổ luân hồi sanh tử thật không cùng. Mấy chục năm hết một đời. Trong một đời khóc bao nhiêu lần. Hồi lọt lòng mẹ đã khóc rồi, cho tới già sắp chết cũng khóc nữa, thành một chuỗi dài cứ khóc và khóc. Đến khi mất thân này, tìm lại thân khác tiếp tục khóc nữa, thành một chuỗi dài cứ khóc và khóc. Còn nghiệp dẫn là còn khổ đau. Vì vậy muốn giải thoát sanh tử phải dừng hết nghiệp. Muốn hết nghiệp phải dừng từ trong ý, vì nó là động cơ chủ yếu tạo nghiệp.

Tại sao chúng ta phải ngồi thiền hai ba tiếng đồng hồ, chân tay đau tê cóng mà cũng ráng ngồi? Ngồi là trước để hàng phục thân, làm chủ thân rồi kế đó hàng phục ý. Muốn làm chủ ý phải có thời gian dài, vì nếu ngồi năm ba phút hay nửa giờ, tâm mới vừa hơi yên thì hết giờ, nên ngồi một hai tiếng để có thời gian dài chúng ta mới thấy rõ ý thức còn sức mạnh hay đã yếu rồi. Trong các thiền viện tôi bắt ngồi thiền hai ba tiếng đồng hồ. Có nhiều người lúc đầu hăng hái đến xin tập tu, được vài hôm rồi xin rút lui vì theo không nổi. Tôi chủ trương như vậy không phải để hành hạ thân một cách vô ích. Bởi vì có hai lý do:

- Một, nếu chúng ta không làm chủ được thân này thì chúng ta dễ bị lệ thuộc nó, nên đau thì chịu đau, phải thắng nó mới có thể vượt qua. Chúng ta ai cũng biết giờ phút tắt thở là giờ phút đau khổ nhất, nếu không có sức làm chủ thân thì không sao an ổn lúc

lâm chung. Làm chủ được thân thì giờ phút đó chúng ta mới định tĩnh ra đi. Bằng không thì lúc đó rối loạn, thấy cái gì chụp cái ấy, thật nguy khốn. Nên trước phải làm chủ cái thân.

- Hai, là phải làm chủ được ý. Ý thức rất linh hoạt, dễ phóng ra bên ngoài. Nếu không dùng phương tiện để điều phục thì sẽ khó định tâm lặng ý. Do đó từ thời Phật cho đến bây giờ, phương pháp tọa thiền được xem như tối thắng nhất để định tâm. Vì vậy tôi chủ trương Tăng Ni tu muốn tiến lên phải siêng năng tọa thiền. Làm chủ được thân tâm rồi mới đi tới giải thoát sanh tử.

Chúng ta nhìn lại đạo Phật, dù cho tông này hay phái kia khác biệt nhưng rốt lại đều cùng một mục đích là dừng ý niệm lăng xăng, để cái chân thật được hiện bày, đó là chỗ gặp nhau. Vì vậy người tu Tịnh Độ hay nói "Tam nghiệp hằng thanh tịnh, đồng Phật vãng Tây phương" nghĩa là ba nghiệp hằng trong sạch thì đồng với Phật đi về cõi Phật không nghi ngờ. Tu Tịnh Độ thì cầu về Cực Lạc, còn tu Thiền là nhận được bản lai diện mục hay nhận được Pháp thân v.v... Đó là điểm tương đồng thứ nhất giữa Tịnh Độ và Thiền.

Điểm thứ hai: nói về lý và sự Tịnh Độ. Sự Tịnh Độ là chúng ta tin cách đây mười muôn ức cõi có thế giới tên là Cực lạc. Do tin chắc không nghi ngờ nên cố gắng niệm Phật, đến khi nào nhất tâm, chừng đó nhắm mắt thấy Phật rước về Tây phương, sung sướng không còn khổ sở như ở cõi Ta bà này nữa. Đó là Sự Tịnh Độ. Về Lý Tịnh Độ thì trong kinh Duy Ma Cật nói: "Tâm tịnh thì Độ tịnh". Nếu muốn cõi nước thanh tịnh trước hết phải tịnh tâm của mình. Tâm thanh tịnh thì cõi nước thanh tịnh. Hoặc có chỗ nói "tự tánh Di Đà, duy tâm Tịnh Độ"; tức tánh của mình là Phật Di Đà, tâm của mình là cõi Tịnh Độ. Như vậy Tịnh Độ và Đức

Phật Di Đà ở ngay nơi mình chớ không phải ở bên trời Tây. Lý Tịnh Độ này rất phù hợp với Thiền.

Tại sao phù hợp? Vì người tu thiền cốt xoay trở lại nội tâm của mình. Khi dẹp sạch vọng tưởng lăng xăng rồi thì tâm thanh tịnh hiện ra gọi là pháp thân bất sanh bất diệt hằng giác, hằng tri. Nghĩa là chúng ta tu để nhận ra tâm thanh tịnh không còn vọng tưởng, thể nhập được pháp thân bất sanh bất diệt, hằng giác hằng tri. Thì Tịnh Độ nói Phật Di Đà là tự tánh, còn tự tâm thanh tịnh là cõi Tịnh Độ. Đức Phật A Di Đà tiếng Phạn đọc là Amitabha Buddha. Trung Hoa dịch là Vô lượng thọ, Vô lượng quang. Vô lượng thọ là sống lâu vô lượng, đồng nghĩa với pháp thân bất sanh bất diệt. Vô lượng quang là luôn luôn sáng suốt, đồng nghĩa với Phật tánh hằng tri hằng giác. Đức Phật A Di Đà là biểu trưng cho Phật Tánh. Lý Tịnh Độ là lý Thiền, không có gì khác nhau hết.

Đối chiếu như vậy để chúng ta thấy ý nghĩa của người tu Thiền và người tu Tịnh Độ không hai, không khác. Do đó Phật Tử chúng ta khi tu Phật đừng quan niệm rằng mình làm thế này, thế nọ, Phật sẽ ban ơn ban phúc. Quan niệm như thế là sai lầm. Tu để chủ động lấy mình. Ý nghiệp lặng xuống thì được giải thoát chớ thật tình Phật không ban ơn ban phúc cho chúng ta. Phật dạy nhân quả là gốc của sự tu. Nhân tốt thì hưởng quả tốt, chớ không phải Phật ban cho ta được. Song Phật tử chúng ta chỉ muốn xin Phật

thôi. Tu coi bộ phiền mất thì giờ. Cứ cúng một ít rồi Phật ban cho con cái này cái nọ là xong. Chỉ cần mỗi tháng đi chùa hai lần, để dành ít tiền ngày 30 hay Rằm, sắm hương hoa, trái cây... quý thầy đánh chuông, lạy ba lạy, cúng đĩa quả là đủ rồi. Phật tử đi chùa như vậy so với lý thật của đạo thật là cách xa muôn dặm! Chúng ta phải ý thức rằng tu Phật là cốt làm sao để mình trở thành con người giác ngộ, không còn bị nghiệp lôi dẫn trên đường sanh tử nữa. Đó là mục đích tối thượng của chúng ta. Dù đời này chúng ta tu không xong, còn phải tới lui cõi này nhưng mục đích tối thượng đó phải giữ vững, đừng để lệch hướng. Cũng như người đi biển cần có la bàn vậy, phải khẳng

định không nhầm lẫn. Nhắm đúng rồi, đời này tu được bao nhiêu, đời sau tu tiếp nữa, cứ như vậy tu tiếp mãi, chừng nào xong việc mới thôi.

Trong kinh nói Đức Phật tu vô số kiếp, hay là ba a tăng kỳ kiếp, tức là ba vô số kiếp. Nghe ba vô số kiếp quý vị có ngán không? Chữ kiếp không phải một đời của mình đâu. Kiếp là trải qua bao triệu năm. Vậy ba vô số kiếp là bao nhiêu triệu năm, qúi vị nghĩ mà ngán phải không?

Phật vì sợ chúng ta ngán nên nói: Không sao! Nếu khéo tu thì mê là chúng sanh, giác là Phật. Nhanh như trở bàn tay, đang úp lật lại thành ngửa. Đang mê mà giác thì thành Phật ngay thôi. Nói như vậy có gạt chúng ta không? Không gạt, nhưng thành Phật có nhiều cách. Bởi vì Phật là tự giác, giác tha, giác hạnh viên mãn.

Đối với chúng ta, phần tự giác là muốn hết sức rồi lại phải giác tha nữa. Tức là khi nào mình và người khác giác hết mới thành Phật. Nên nhận ra được tánh Phật gọi là thành Phật. Thành Phật đây chỉ là lóe thấy Phật của mình thôi. Còn biết bao nhiêu phiền não, tập khí muôn đời phải trừ bỏ nữa. Tôi thường ví dụ chúng ta tu như đi trong đêm ba mươi trời chuyển mưa. Lâu lâu có chớp lóe lên, nhờ đó ta thấy được một đoạn. Trời tối lại, rồi chớp lên thấy được đoạn nữa. Cứ thế tu dần dần. Hiện người tu bây giờ sức tỉnh giác cũng như ánh chớp ấy thôi. Giờ này đang nghe kinh hoặc ngồi thiền thấy tỉnh lắm, nhưng giờ khác tiếp xúc với mọi người liền quên mất, rồi cũng buồn cũng giận. Khi ngồi lại tu thấy tỉnh, thấy giác nhưng đụng việc cũng phiền não như ai . Cứ thế từ năm này sang năm khác, rốt cuộc nhắm mắt cũng chưa xong xuôi. Đó là bệnh chung của mọi người. Chúng ta cần biết không phải một lần giác là xong ngay.

Phật tử lúc nào cũng tin tưởng lời Phật dạy, tin tưởng lời quý thầy giảng, biết nóng giận là tật xấu, là tiêu mòn công đức. Nhưng vừa gặp người nói trái tai liền nổi giận đùng đùng. Ai gan lắm thì kềm giữ không cho hiện ra ngoài nhưng vẫn ấm ức trong

lòng không an. Chúng ta biết đó là tật xấu, biết rõ 100% như vậy mà muốn bỏ không phải là dễ. Chúng ta thấy trải qua bao nhiêu kiếp mê lầm giờ đây tỉnh lại nhưng bỏ vẫn không được. Giống như mấy chú ghiền thuốc, ghiền rượu vậy. Biết rượu, thuốc là hại, ngồi một mình, thì nhịn mà có bạn tới đưa thuốc thì lấy liền. Như vậy mới thấy tập khí kéo lôi thế nào. Người chưa từng ghiền thuốc dù có mời họ cũng không thèm lấy, cho nên khi đã huân chủng tử lâu đi thì bây giờ bỏ hết sức là khó.

Lâu nay chúng ta thường nghĩ người lớn tuổi rảnh rang công việc dễ tu, còn mấy đứa bé 15, 17 tuổi khó tu. Điều này chỉ đúng phần nào thôi. Già thì rảnh rang có thì giờ,

nhưng tập khí đầy ắp bên trong, nên ngồi lại là nhớ chuyện năm trên năm dưới, không làm sao tu được. Mấy đứa nhỏ tuy lăng xăng công việc học hành thấy như khó tu, nhưng tâm nó trong trắng chứa ít chủng tử. Như người không ghiền rượu nghe Phật cấm rượu liền cười , dễ quá. Còn người ghiền rượu nghe Phật cấm rượu liền thấy khổ ngay. Người không ghiền, bảo bỏ rượu là chuyện thừa; còn người ghiền, bảo bỏ rượu là việc cay đắng. Các thứ khác cũng vậy. Cho nên, trẻ mà ham tu thì mau tiến. Còn người già tuy có thì giờ rộng rãi nhưng tu lâu tiến, vì chủng tử nhiều quá. Nó cứ quay lại, muốn bỏ, bỏ không được. Hơn nữa người già tinh thần suy yếu không đủ sức mạnh gạt bỏ những thói quen cũ nên khó bỏ. Do đó mỗi thế hệ có cái khó riêng, mà cũng có cái dễ riêng. Hiểu vậy rồi chúng ta mới thấy việc tu tập không dành riêng cho giới nào hết, ai quyết tâm thì người đó tu được.

Chúng ta tu là làm sao tiêu diệt được nhân tạo nghiệp. Nhân tạo nghiệp lặng thì quả nghiệp không còn. Quả nghiệp không còn thì chúng ta tự tại, không bị lăn lộn trong sanh tử, đó gọi là giải thoát. Giải thoát sanh tử nhưng vẫn còn cái chân thật hiện hữu nơi mình. Khi còn tại thế, có người hỏi Phật: Thân này chết rồi còn hay hết? Phật không trả lời. Bởi vì còn nghiệp thì còn sanh trở lại. Nếu nói hết, người ta tưởng không còn gì cả. Chỉ người tu khi sạch nghiệp rồi thì tự tại không bị nghiệp lưu chuyển trong sáu nẻo. Phật dạy: Khi mất thân này, diệt được tâm niệm sanh

diệt rồi thì thể thanh tịnh sáng suốt của mình trùm khắp. Thể ấy không có tướng mạo, không có gì chi phối cả nên gọi là giải thoát sanh tử.

Hiện tại lúc nào chúng ta cũng sẵn thể chân thật đó. Khi ý niệm dấy khởi tính toán so đo, phân biệt hơn thua, lăng xăng, đó là cái gốc tạo nghiệp. Nhưng khi ý nghiệp không dấy động thì tâm có không? Tâm là cái "Biết" đó. Ý niệm tuy không dấy động nhưng chúng ta vẫn biết. Mắt biết, mũi biết, tai biết, lưỡi biết, thân biết, như vậy là hằng biết. Cái biết ấy thênh thang, không chỗ nơi để chúng ta dò tìm, nhưng luôn hiện hữu. Vì vậy khi các thứ che đậy, mê mờ lặng rồi thì nó hiện rõ ràng, còn bây giờ vì vô minh che lấp nên chúng ta không nhận ra nó. Khi nghĩ suy chúng ta nói tôi nghĩ, tôi suy. Khi không nghĩ suy thì ta vẫn hằng tri hằng giác. Có biết nhưng vì tánh biết bàng bạc nên chúng ta không thể chỉ ra được.

Chỉ khi ý thức dấy nghĩ mới có bóng dáng kèm theo. Như vừa nhớ người thì bóng người hiện, nhớ chùa thì bóng chùa hiện, nhớ huynh đệ thì bóng huynh đệ hiện. Nhớ là dấy niệm. Nhà Phật gọi đây là pháp trần. Phần này rất phù hợp với khoa tâm lý học. Như hôm rồi xuống bắc Mỹ Thuận, tôi thấy chú thanh niên một chân bị hư máng trên vai, còn một chân, chống cây gậy. Trước khi thấy chú, trong tâm tôi không có bóng dáng đó; nhưng thấy rồi thì đến nay nhớ lại, hình ảnh ấy hiện ra rõ ràng. Bóng dáng mà tôi nhớ ở trong lòng đó, nhà Phật gọi là "pháp trần". Chữ "trần" là những hình dáng tế nhị chớ không phải thô phù; hình dáng ấy lưu lại trong tâm ta nên khi nhớ đến thì chúng hiện ra ngay. Như vậy từ nhỏ đến già những bóng dáng đó ghi vào tâm thức của chúng ta nhiều hay ít? Nếu phân ra không biết mấy trăm, mấy ngàn lớp? Do đó, khi ngồi yên, lớp này nhẩy ra tới lớp khác liên miên chập chồng. Vì vậy, khi tu là chúng ta cố gắng gạt nó qua một bên để cái chân thật được hiện bày. Bởi vì chỉ khi bóng dáng đó lặng hết

thì ông chủ xưa nay mới hiển lộ. Do đó dụng công tu là việc hết sức tế nhị chớ không phải thường.

Người ta thấy ở chùa quá đơn giản, gõ mõ tụng kinh, đi tới đi lui có gì là quan trọng. Nhưng thật ra người tu phải quan sát nội tâm, luôn luôn chiếu soi để làm chủ trọn vẹn được mình, không còn lệ thuộc với pháp trần là điều rất khó. Tóm lại, tất cả pháp của Phật dạy tuy có chia ra nhiều môn, nhiều phái, song các phái đều y cứ theo những gì Phật dạy mà tu hành. Tuy phương tiện có khác nhưng cứu kính đều gặp nhau. Người tu Tịnh Độ thì niệm Phật cho tới Nhất tâm. Người tu Thiền thì phải được Định.

Có người nói Thiền-Tịnh song tu, tức là tu một lượt cả hai pháp. Như vậy làm sao tu? Bởi vì Tịnh Độ đặt lòng tin lên trên. Tin có cõi Cực Lạc, tin có Đức Phật Di Đà chuẩn bị đón tiếp nên cố lòng niệm Phật, niệm chí tâm đến chỗ nhất tâm, thì thành công. Nhờ niềm tin mạnh cho nên quyết tâm tu, mà quyết tâm thì thành công. Còn tu Thiền là biết rõ các pháp duyên hợp, như huyễn không thật nên không tham trước, không dính mắc, cố gắng dẹp những bóng dáng che phủ nội tâm khiến cho nó lặng sạch nên tâm được định. Như vậy, một pháp tu suốt đời chưa rồi mà dồn hai pháp lại làm sao kham? Lại Ngài Bạch Ẩn, một Thiền Sư Nhật Bản nói thí dụ này: Người sợ tu Thiền không đủ, phải tu thêm Tịnh Độ giống như người muốn qua sông gấp, sợ đi một chiếc đò chậm, nên kêu hai chiếc rồi đứng một chân chiếc này, một chân chiếc kia. Như vậy đi được tới bờ không, hay nửa đường đò sẽ bị rơi? Chúng ta phải hiểu thật kỹ. Nếu không chín chắn, muốn cho mau chóng và dễ tu, không ngờ chính chúng ta làm trở ngại sự tu của mình.

Tu các pháp môn của Phật giống như người leo núi. Một ngọn núi cao, người ở hướng Tây có lối lên của hướng Tây, người ở hướng Đông có lối lên của hướng Đông, hướng Nam, hướng Bắc cũng vậy. Trong bốn lối đó chúng ta thích lối nào thì đi lối đó. Đã chọn rồi phải quyết chí đi. Dù leo lên thấy khó, cũng ráng mà leo lên đến đỉnh. Đường đi từ bốn hướng khác biệt, nhưng tới đỉnh rồi thì đều gặp nhau. Cũng vậy, pháp môn Tịnh Độ, pháp môn Thiền v.v... tên có khác, hướng tu có khác, nhưng cứu kính đều gặp nhau.

Hiểu như vậy rồi, chúng ta tu không còn chê bên này, khen bên kia, mà chỉ nên tự trách mình chưa cố gắng, chưa quyết tâm. Mong rằng tất cả chúng ta cố gắng thực hiện công phu tu hành của mình đạt đến kết quả viên mãn, theo nhân duyên riêng của mỗi người trong tinh thần hòa hợp và đúng với tinh thần của Phật dạy.

Hòa thượng Thích Thanh Từ

(Bài giảng tại Chùa Long Sơn, Nha Trang) (Đăng trên tuần báo Giác Ngộ, số 196-197-198, tháng 01-2000)

Nguồn: Giảng Sư (giangsu.io.vn) — văn bản trích từ kho sách cổ và kinh điển.