

Tỉnh thức và cười



WAKE UP AND LAUGH
written by Seon Master Daehaeng

THIÊN SUNI DAEHAENG

VIÊN CHIẾU dịch

tỉnh thức và cười
(WAKE UP AND LAUGH)

NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC

Lời đầu sách

Khi tôi gặp Sư bà Đại Hạnh lần đầu tiên, mùa hè năm 1992, người ngồi ở cổng nhà, hình như đang lặng lẽ chơi với lũ kiến. Tuyệt chẳng phải là hình ảnh dữ dằn tôi mong đợi ở một thiền sư vĩ đại: Seon, Zen Master.

Lúc đó tôi đang học để lấy một bằng tiến sĩ tôi nghĩ mình cần, và đã thiền tập nhiều năm. Tôi cảm nhận được Thiền có ích và hiển lộ cho ta nhiều thấu hiểu về cuộc sống và biết được ta là ai. Nhưng hình như tôi đã chạm cuối bức tường. Cho dù có làm gì trong đời, trong sự tu tập, tôi vẫn thấy mình như chạy quanh cái đuôi chính mình.

Giờ thì tôi ngồi trong Pháp đường, lắng nghe Sư bà Đại Hạnh. Thay vì tỏ ra nghiêm trọng và áp đảo, Sư bà hoàn toàn thoải mái, cởi mở, tươi cười nhìn chúng tôi. Đó là một ngày tháng Bảy nóng khủng khiếp, Sư bà

nói về nhiều vấn đề khác nhau, phần lớn đều mới mẻ đối với tôi. Hoàn toàn bất ngờ tôi nghe Sư bà nói: “Con phải tìm bên trong chính con!”

Trước đây tôi đã nghe những điều tương tự, nhưng lần này lại khác. Lời nói vang vang thấm đẫm con người tôi; đây chính là bước đi kế tiếp mà tôi đã cố gắng biết bao để hình dung ra. Tưởng như tôi đã ngắm nhìn một bức tranh nhỏ suốt một thời gian dài, đến bây giờ phần lớn còn lại của bức tranh mới hiển lộ.

Tiếp những tháng sau đó, khi lắng nghe lời giảng của Sư bà, tôi nhận ra đôi điều thú vị. Có những điều tôi hiểu, có điều không; nhưng những gì tôi đã hiểu thì kinh nghiệm cho thấy không gì sai. Đối với những lời dạy tôi chưa hiểu, nếu thi thoảng nghĩ đến khi nhìn cuộc đời đang sống, tôi lại thấy ra được ý nghĩa. Càng tiếp tục tu tập, thì rõ ràng là sự dạy dỗ cốt tủy của Sư bà về việc buông xả và phó thác hoàn toàn vào Tự tánh sẵn có, vốn hơi mơ hồ lúc đầu mới học, cuối cùng lại là con đường lớn đưa đến giải thoát.

Những bài giảng trong cuốn *Wake Up And Laugh* nói về những điều trên cùng

những lời dạy cốt tủy khác của Sư bà, từ việc căn bản để khởi sự tu tập tâm linh, đến việc làm sao tu tập khi đã chứng ngộ. Ngoài ra, Sư bà cũng nói về những đề tài khác nhau, như làm sao bỏ được những thói quen tàn hại, những cảm bầy hay hiểu lầm thường xảy ra; cùng nét đẹp của một đời sống buông bỏ ý nghĩ về “cái tôi”. Tôi hy vọng các bạn sẽ tự khám phá những gì xảy đến cho mình khi ứng dụng những lời dạy này để tu tập.

Còn một điều nữa: mấy năm về sau, khi xem lại cuốn video của lần tôi nghe Sư bà giảng dạy đầu tiên, chẳng có đoạn nào là Sư bà nói: “Con phải tìm bên trong chính con!”. Vậy mà rõ ràng là tôi đã nghe. Hình như không phải mọi bài giảng đều từ miệng nói ra, hay nghe được bằng tai.

Chong Go Sunim (Thầy Thanh Cao)
- Học viện Văn hóa Quốc tế Nhất Tâm

Lời giới thiệu

Sự tin tưởng vào tự tánh là nền tảng tất cả lời dạy của Sư bà Đại Hạnh. Sư bà thấy Phật tánh chói ngời trong mỗi chúng ta, và trong hơn bốn mươi năm, người đã dạy ta lấy bản tánh sẵn có này làm tiêu điểm.

Trong những bài pháp sau đây Sư bà đề cập đến đủ loại đề tài và giảng thuyết cho một thính chúng có nhiều trình độ cùng kinh nghiệm khác nhau. Có khi những điều Sư bà nói minh bạch, dễ hiểu, nhưng cũng có lúc lại vượt xa kinh nghiệm đời thường nên như khó mà hiểu nổi- nhưng tiềm tàng dưới những lời giảng vẫn là niềm tin vào tự tánh. Hãy vững tin vào tánh Phật sẵn có, phó thác những gì xảy đến cho ta trong đời cho tự tánh và quyết tâm tiến bước.

Lúc mới nghe, có không hiểu hết mọi điều cũng chẳng sao. Nếu cứ áp dụng những

gì đã hiểu thì kinh nghiệm tâm linh và sự thông tuệ sẽ đến một cách tự nhiên, giúp sự tu tập và đời sống tâm linh càng thêm sâu sắc, đưa chúng ta đi trên những hành trình không ngờ được.

NIỀM TIN VÀO TỰ TÁNH

Trong mỗi chúng ta có một ánh sáng cao quý, một kho báu bao la vượt ngoài tưởng tượng. Qua đó chúng ta nối kết với các sinh vật khác, với mọi nguồn năng lượng, trí năng, với những vị đã giải thoát. Ta có thể gọi đó là: bản chất thật, Phật tánh, Thượng đế, nhưng có gọi gì đi nữa thì nó cũng đã có sẵn một cách toàn vẹn trong ta. Và đó là nguồn cội của trí tuệ, năng lực, sức sống, của những gì ta có thể nghĩ tới.

Bởi đó là nguồn gốc của vạn vật nên chúng ta phải quy hướng, phải được nuôi dưỡng. Kho tàng bao la đó như rễ nuôi dưỡng và chống đỡ cho cây. Cây phải có rễ nâng đỡ. Làm sao cây sống được nếu không nhờ rễ?

Tuy ai cũng có gốc rễ nhưng đa số chúng ta thường không để ý tới mà cứ tìm sự nương tựa cùng những giải pháp bên ngoài.

Ngược lại, ta nên tìm cách để thể nhập vào trí tuệ và nguồn năng lượng đã có sẵn ở đó chờ đợi ta.

PHÓ THÁC NHỮNG GÌ TA TRỰC DIỆN CHO TỰ TÁNH

Bởi tự tánh là gốc rễ, là nguồn nương tựa, ta phải đặt niềm tin vào đó và đứng vững trên đó. Hãy phó thác mọi chuyện xảy đến cho ta hằng ngày: Chuyện nhỏ, chuyện lớn, chuyện tốt, chuyện xấu, chuyện rắc rối, chuyện biết-không biết.

Trong những bài giảng trình bày ở đây, Sư bà đưa ra nhiều giải thích về sự phó thác. Ở bài giảng đầu tiên, người ví tiến trình này như sự chết đi, bởi đem những gì ta đã bám víu quá lâu giao phó cho thực tánh thì cũng như chết. Chúng ta phải tự phơi mở ra và buông bỏ. Phải chuyển hóa thành một điều khác, khác hơn là ‘cái tôi’ hay nghĩ chính mình đã làm ra mọi sự.

Ở bài sau Sư bà so sánh sự phó thác như bỏ kim loại vụn vào lò nấu. Chuyện cần làm là bỏ phế liệu vào, lò sẽ tự động đưa ra kim loại nguyên chất, sạch sẽ. Trong

lò, mọi thứ được nấu chảy, không phân biệt lớn nhỏ.

Trong một bài khác, người so sánh tiến trình phó thác như vượt qua mọi đỉnh mắc cùng tư tưởng về ‘cái ta’, vốn là gốc rễ của mọi chướng ngại và cản trở. Làm được như vậy ta sẽ tháo chốt được năng lượng rộng lớn cũng như tiềm năng luôn hiện hữu trong ta.

Rốt cục thì phó thác chỉ là trả lại những gì vốn đã có sẵn. Mọi thứ khởi lên từ đó, đó cũng là chỗ cần phải trở về.

QUÁN CHIẾU VÀ TIẾN BƯỚC

“Phải có mặt để chiến thắng” cũng đúng trong tu tập về tâm linh hay trong bao nhiêu lần xổ số: ta phải chú tâm để quán sát được kết quả của tư tưởng và hành động. Một khi thấy được những gì đang xảy ra, ta khởi sự học hỏi cho chính mình. Khi phó thác, ta bắt đầu thấy được những gì đang đến, những gì xảy ra khi ta buông bỏ, những gì tương ứng với đủ loại tư tưởng đã khởi lên. Chính chúng ta sẽ thu nhận mọi thứ đã quán chiếu được để áp dụng trở lại trong cuộc đời.

Ngoài sự tỉnh giác ta còn cần tinh tấn, nỗ lực để vượt qua sức đẩy của hàng ngàn tập khí, và chỉ chúng ta chứ không ai khác mới phải nỗ lực. Tự tánh không phải là nguồn năng lực bên ngoài sắp xếp mọi chuyện trong khi ta ngồi chơi, mà đó là lúc ta sống toàn vẹn nhất. Khi làm tốt nhất và phó thác cho tự tánh thì hình như tự tánh thêm nửa phần sức mạnh để bổ sung vào những gì còn khiếm khuyết.

KẾT HỢP MỌI THỨ LẠI

Cốt tủy của mọi tu tập tâm linh là thấy được sự thiêng liêng nằm trong mỗi chúng ta. Nó có ở đó nhưng chúng ta không quen tin tưởng hay nương tựa. Do vậy Sư bà Đại Hạnh dạy ta khởi tu bằng quyết tâm nương tựa vào thiên tính nội tâm này, bằng việc phó thác mọi thứ xảy đến trong đời cho nó. Qua đó, tự chúng ta bắt đầu cảm nhận được bản tính đã có sẵn. Hãy tin tưởng vào Phật tánh, phó thác những gì bạn trực diện, rồi tiến bước, chú tâm và sắp xếp mọi thứ thật tốt đẹp.

Cần nhắc đến hai khía cạnh của lời Sư bà dạy bởi chúng rất thiết yếu cho sự tiến

bộ trong bất kỳ hành trì tâm linh nào: thứ nhất, luôn nhìn mọi chuyện một cách tích cực. Bởi chúng ta tương tức với mọi điều trong vũ trụ, ý tưởng ta sinh khởi sẽ ảnh hưởng đến toàn thế giới. Điều này dường như khó tin, nhưng thật sự chính tư tưởng tạo ra thế giới ta sống. Tự bản chất, mọi thứ thay đổi và hiển lộ trong từng khoảnh khắc, nên mỗi khi ta khởi tưởng thì tư tưởng này sẽ định hướng và hình thành nguồn năng lực đó.

Điều này cũng gần với khía cạnh thứ hai: Đừng phiền trách hay phê bình người khác. Khi phê bình ai, ta nhốt họ theo cái ‘khung’ phê bình của mình, khiến họ khó thay đổi mà ta cũng khó thấy được họ thật sự như thế nào. Ta cũng chối bỏ luôn vai trò của mình trong những gì đã xảy ra, mà cũng phớt lờ sự tương tức giữa ta với người khác. Tự căn để, người đó chính là hình thức khác của ta. Khi chối bỏ là ta quay lưng lại với bản chất không đối đãi của thực tại. Hãy thận trọng với hai điều này - cái nhìn tiêu cực và khuynh hướng phê bình người khác sẽ làm hại con đường tâm linh của bạn hơn bất kỳ điều nào khác. Việc này không thể

nhấn mạnh sao cho đủ: Dù có cố gắng tận lực tu tập tới đâu, tiến bộ tâm linh cũng bị kiềm hãm, bao lâu bạn còn bị vướng vào hai điều này.

Khi đọc những bài giảng tiếp theo, hãy chọn những gì đánh động tâm bạn rồi hết lòng tu tập. Còn những gì không hiểu, hãy phó thác vào tự tánh, để chúng thấm sâu trong bạn. Ngày sau, sự thông tuệ sẽ đến khi bạn cần những lời dạy này và khi sự tu tập đã phát triển. Đó là những kho báu vượt ngoài tưởng tượng, chờ mong bạn nhớ đến.

ĐỂ KHÁM PHÁ RA CHÂN NGÃ CỦA BẠN,
'CÁI TÔI' PHẢI CHẾT

Chủ Nhật, 16 tháng 7 năm 1999

Dù thật sự chúng ta luôn làm việc với nhau như một, chúng ta rõ ràng cũng hiện hữu như những cá nhân tách biệt. Giữa những cuộc sống bận rộn của các bạn, các bạn đã cùng nhau tụ họp ở đây để thăm dò con đường của chân lý, của cách sự vật thật sự là. Cảm ơn các bạn về điều này. Khi chúng ta tụ họp như thế này, các bạn, tôi và tất cả chúng sanh khác là những hành giả và là những Pháp hữu.

Hôm nay tôi muốn bắt đầu bằng cách xem xét những gì Phật Thích-ca đã nói và làm khi Ngài sanh vào thế giới này. Ngài nói, “Thiên thượng thiên hạ duy ngã độc tôn”. Rồi Ngài nhìn bốn phương và đi bảy bước. Phật giáo xuất hiện tại khoảnh khắc đó, và thế là sự tu tập đặt trên bản thể của chúng ta - chân tâm, là con đường dẫn đến khám phá chân ngã. Dù tôi chưa bao giờ đến trường, cũng không đọc nhiều sách, đây là những gì tôi nghĩ về ý nghĩa những hành động của Phật.

Trước hết, ‘Thiên thượng thiên hạ duy ngã độc tôn’ nghĩa là gì?

Tôi đã luôn nói với các bạn rằng bản thể của các bạn được kết nối thẳng với bản thể của vũ trụ và với bản thể của mỗi một vật trong cuộc đời các bạn. Ngay cả khi Phật chưa sanh ra trong thế giới này, tất cả chúng sanh đã được kết nối với nhau qua bản thể này. Vậy, nếu các bạn nhận ra bản thể này, các bạn có thể cứu tất cả những sinh vật trong thân các bạn, và cũng có thể cứu tất cả chúng sanh bên ngoài thân các bạn. Đây là điều có thể vì tất cả những sinh vật này được kết nối với bản thể của các bạn. Các bạn có lẽ có vài câu hỏi về điều này, vậy hãy thảo luận về chúng khi kết thúc buổi nói chuyện.

Thứ hai, đức Phật nhìn mọi hướng nghĩa là gì?

Nghĩa là bản thể không phải không cũng không phải sắc, như thế mọi vật có thể hoạt động và cộng tác với nhau như một toàn thể. Đức Phật nhìn bốn phương để biểu lộ điều này.

Cuối cùng, Ngài bước bảy bước để chỉ rằng giữa cái toàn thể này, các bạn và tôi hiện hữu như những chúng sanh tách biệt,

và mỗi một khoảnh khắc trong đời sống hằng ngày của chúng ta là con đường đến chân lý. Đức Phật dạy chúng ta điều này không bằng lời, vì đây là việc không thể học qua ngôn từ. Chân lý không bao giờ có thể học qua học vấn, kiến thức thông thái, quyền lực thế tục, danh tiếng, hay học thuyết. Ngay từ khởi thủy, những hành giả đã học chân lý bằng những nghiên cứu trí tuệ về những vấn đề bản thể, chúng ta từ đâu đến, chúng ta sẽ về đâu, và chúng ta nên sống thế nào.

Những vấn đề bản thể này bao quanh chúng ta. Thí dụ chúng ta gồm đất-nước-lửa và gió. Chúng ta sống giữa những yếu tố này và duy trì được chính mình nhờ chúng. Các bạn không thể bỏ qua điều này. Các bạn nên biết ơn những yếu tố này, vì tất cả chúng sanh hình thành từ chúng và tiến hóa từ chúng để đến những hình thể sống động ngày nay. Mọi vật từ chúng đến và trở về với chúng. Mọi vật biến mất vào chúng rồi khởi lên từ chúng. Đây là chân lý. Một cánh hoa đơn độc lơ lửng trên cây sẽ rụng ngay. Nếu cánh hoa được bảo vệ tránh gió, nó có thể bám vào cây lâu hơn một chút, tuy nhiên lâu

máy cũng sẽ rơi.

Mọi vật quanh ta không hiện hữu lâu hơn những đám mây đang phiêu dạt. Chúng ta tụ họp ở đây với nhau vì tất cả chúng ta cần vượt qua những ảo tưởng của cõi này. Tâm chúng ta vốn đã bao trùm vạn vật không chứa một ngoại lệ nào. Qua Nhất Tâm này, mọi vật – cây cối, côn trùng, thú vật và ngay cả những đối tượng vô tri vô giác – làm việc với nhau không ngừng. Dù mọi vật làm việc với nhau như một toàn thể, trong đây vẫn có ‘bạn’ và ‘tôi’ rõ ràng. Nhưng sự hiện hữu thực sự của ‘bạn’ và ‘tôi’ là không, và giữa cái trống không như thế, ở đó hiện hữu một vật siêu việt. Để khám phá ra nó, chúng ta hãy nghiên cứu cùng nhau.

Tôi luôn nói với người mới đến đây, ‘Trước hết, bạn phải chết! Buông hết mọi vật và giao phó mọi vật!’ Nhưng chúng ta bỏ vào đâu? Chúng ta bỏ vào bản tâm, thật tánh của chúng ta. Vì các bạn hiện hữu, các bạn kinh nghiệm mọi loại sự vật. Tuy nhiên, bản tâm của các bạn được kết nối trực tiếp đến bản thể của mọi vật. Vì thế có khả năng để các bạn chăm sóc về bất cứ gì các bạn kinh nghiệm, bằng cách giao phó nó cho bản tâm

của mình, giống như một thiết bị quyền lực bên trong các bạn. Thiết bị quyền lực lạ lùng này! Nếu chúng ta cần năng lượng, chúng ta có thể lấy ra nhiều như chúng ta cần. Năng lượng của thiết bị quyền lực là vô hạn. Lấy ra bao nhiêu năng lượng cũng không sao, năng lượng của nó không bao giờ tổn giảm; và bỏ vào bao nhiêu năng lượng cũng không sao, nó không bao giờ đầy tràn. Năng lượng đến và đi, chúng ta không thể thấy nó.

Do đó, có thể hành thiền trong cuộc sống hằng ngày. Chỉ thân ngồi xuống thì không phải ngồi thiền. Khi tâm các bạn yên lặng và buông hết mọi sự, đây là ngồi thiền và hành thiền. Tuy nhiên đây không có nghĩa từ bỏ tâm điểm chính trực, bền vững của tâm và chỉ rơi vào rỗng không. Đó là vì có trung tâm này, các bạn mới có thể hành thiền và cảm thấy dễ chịu hay khó chịu. Không có tất cả cảm giác này, các bạn không thể đạt được trí tuệ hay nhận ra chân ngã của các bạn và các bạn cũng không thể thành Phật.

Các bạn nên giao phó mọi sự đến trong đời mình – cô đơn, nghèo khó, hiu quạnh, lo âu, bệnh tật – giao phó hết cho bản thể của các bạn và sống tự do. Giao phó mọi sự là

buông bỏ những dính mắc. Đó là con đường của cái chết. ‘Trước tiên, bạn phải chết!’ nghĩa là từ bỏ mọi sự vô điều kiện, bao gồm những gì các bạn hiểu và những gì các bạn không hiểu. Nghĩa là từ bỏ không dính bám vào những lý do hay bào chữa. Khi sự việc tốt đẹp đến, các bạn nên từ bỏ chúng với lòng biết ơn. Khi sự việc không tốt đẹp, các bạn cũng nên từ bỏ chúng, biết rằng ‘Không có gì cố định, vậy tình trạng này cũng có thể thay đổi. Bản thể, chân ngã của ta, là cái duy nhất có thể thực sự chăm sóc tất cả mọi việc. Nó sẽ dẫn đường cho ta một cách an toàn.’ Cứ buông bỏ như thế. Chỉ chết vô điều kiện, các bạn mới có thể khám phá chân ngã, căn nguyên bất diệt của các bạn.

Thứ hai, các bạn phải chết lần nữa. Trong khi tu tập ở đây, một số trong các bạn đã khám phá ra chính mình. Nhưng các bạn vẫn chưa thể loại bỏ những tập khí và tư tưởng về ‘tôi’, ‘ta’, và ‘của tôi’. Vì thế các bạn hớn hờ nếu Phật xuất hiện trong giấc mơ của mình, nhưng lo lắng nếu thấy một con quỷ. Và khi các bạn cảm nhận hay kinh nghiệm việc gì siêu phàm, các bạn bắt cần nói về kinh nghiệm đó. Những gì các bạn

đang thấy và nghe chỉ là ảo tưởng, tuy nhiên các bạn đang bám vào chúng. Đây là lý do các bạn phải chết lần nữa.

Bây giờ các bạn có hiểu tại sao trước tiên các bạn phải chết và giữ những gì các bạn kinh nghiệm cho chính mình, và tại sao các bạn phải chết lần nữa, và giữ kín những gì các bạn kinh nghiệm không? Ngay cho các bạn có thể thấy và biết chắc chắn những việc sau khi khám phá chân ngã của mình, những năng lực này không phải là Đạo. Ngay cả nếu các bạn đạt được ngũ thông – những khả năng biết tư tưởng và cảm nhận của người khác, biết những đời quá khứ vị lai, nghe bất cứ gì, thấy bất cứ gì tại bất cứ nơi nào, và xuất hiện bất cứ đâu mà chẳng cần động thân – đây cũng không phải là Đạo. Chỉ khi các bạn thoát khỏi sự dính mắc vào những quyền năng huyền ảo này, các bạn mới làm chủ được chúng và có thể dùng chúng để giúp đỡ tất cả chúng sanh. Bộc lộ những gì các bạn thấy nghe, hay biết chỉ sẽ đem đến phiền phức. Trước tiên nó gây phiền phức cho Phật pháp; thứ hai, nó làm phiền chùa và thứ ba, nó sẽ gây phiền phức cho các bạn. Một khi các bạn khám phá chính mình, các bạn bước vào giai

đoạn thử nghiệm. Biết rằng những gì các bạn trải nghiệm khi thức và trong mơ tất cả đều là chân ngã của các bạn dạy cho các bạn. Và cứ giữ kín mọi điều các bạn học.

Dù cho các bạn có thể thấy nghe hay biết những gì người khác không biết mà không dính mắc vào bất cứ tư tưởng nào về ‘tôi thấy’, ‘tôi nghe’, hay ‘tôi biết’, và không biểu lộ cho người khác những gì các bạn trải nghiệm. Tại giai đoạn tu tập này, các bạn cần thử nghiệm với những gì bạn đã học. Những thử nghiệm sẽ kết quả trong kinh nghiệm, và rồi các bạn nên cố gắng đặt những trải nghiệm này vào hành động. Đây là một giai đoạn rất mạnh mẽ của tu tập, vì thế các bạn phải cẩn trọng để chết lần thứ hai và giữ những gì các bạn kinh nghiệm cho chính mình.

Nếu các bạn giữ kín mọi việc và có thể buông bỏ hoàn toàn ngũ thông, cuối cùng các bạn sẽ có thể kiểm soát chúng. Nếu các bạn nô lệ cho thân mình, làm sao các bạn có thể chăm sóc và làm cho nó khỏe mạnh? Cũng thế, các bạn phải tự mình thoát được khỏi ngũ thông. Dù các bạn thấy những gì người khác không thể thấy, hãy từ bỏ nó.

Dù các bạn nghe những gì người khác không thể nghe, hãy từ bỏ nó. Dù các bạn biết tâm người khác và đời quá khứ, hãy từ bỏ tất cả. Dù thân các bạn có thể vượt qua thời gian và không gian, và đi bất cứ đâu trong khoảnh khắc, bạn cũng nên từ bỏ điều đó. Đây là giữ kín nó. Đây là cách độc nhất để nhận ra sự thật tâm hoạt động thế nào và đạt được trí tuệ. Nó giống như một con đường bí mật nơi mà qua sự chuyên tâm và kinh nghiệm, các bạn hiểu hoàn toàn tâm bản thể này và có thể sử dụng nó khi cần. Cổng vào bí mật này ở bên trong các bạn. Nó ở bên trong và hoạt động qua năm căn. Đừng tìm lối vào nơi nào khác. Hãy khám phá chân lý qua cái cửa đã sẵn bên trong các bạn.

Thứ ba, các bạn phải chết một lần nữa. Nếu các bạn có thể giữ kín những gì các bạn trải nghiệm và tự mình thoát khỏi mọi dính mắc vào ngũ thông, thì tại điểm đó, cho dù các bạn và người khác hiện hữu rõ ràng như những chúng sanh khác biệt, sự bất công và những rào cản giữa chính các bạn và người khác hoàn toàn biến mất. Ở giai đoạn này, các bạn có thể sẽ biểu hiện như thể các bạn trở thành người khác, và những người khác trở thành các bạn. Khả năng để đáp ứng và

biểu hiện của các bạn sẽ trở nên rất mạnh mẽ.

Biểu hiện là gì? Vì tâm không hình tướng, một thay đổi vô hạn những hình bóng khác nhau có thể hiện ra từ nó. Đây gọi là 110 nghìn tỉ thân Phật, vì Phật đáp ứng khi bạn yêu cầu: Nếu bạn muốn thần núi, Phật hiện như thần núi. Nếu bạn muốn Quan Âm, Bồ tát của tình thương, Phật hiện như Quan Âm. Và như thế những biểu hiện của Phật tới mọi người khác nhau. Xa hơn nữa, Phật không chỉ đáp ứng với những hình thể vật chất mà còn với tình thương và sự ấm áp.

Những biểu hiện, những biến hóa, và những đáp ứng với mỗi một sinh linh. Sự biểu hiện như thế là Phật đang bước xuống từ cõi chư Phật để làm lợi ích cho chúng sanh vô minh và làm như một Bồ tát. Đây giống như hành động từ mẫn của Phật Liên Hoa, Phật Dược Sư và của Bồ tát Địa Tạng (Samantabhadra). Phật đáp ứng mọi người. Bất kể họ là ai – thọ thân hay địa thân, đàn ông hay đàn bà, giàu hay nghèo, già hay trẻ, người có quyền lực hay không quyền lực, thông minh hay đần độn – Phật đáp ứng bình đẳng với tất cả. Đây là ý nghĩa Phật là gì.

Ba giai đoạn chết liên tiếp này có thể

được nghĩ như một quá trình làm hoàn hảo một con người. Tuy nhiên, đây không phải sự hoàn toàn của cái ‘tôi’; thay vào đó, nó là nơi mọi vật phối hợp với nhau và vận hành như một toàn thể. Các bạn vẫn trôi chảy như chính các bạn, và tôi trôi chảy như chính tôi, nhưng giữa điều này, cái toàn thể, như Phật, đáp ứng khi cần. Theo lối này, các bạn có thể trở thành ai đó. Tùy theo sự cần thiết, mắt họ có thể trở thành mắt các bạn, và tay họ có thể trở thành tay các bạn. Vì các bạn là một với họ, các bạn có thể hiểu hoàn cảnh của họ. Vì các bạn là một với họ, các bạn thật sự biết cái đau của họ. Đây là từ bi của Phật, biểu hiện trong 110 ngàn tỉ hình thể khác nhau. Tuy nhiên, sự biểu hiện nào thực sự là Phật? Có phải khi Phật lấy hình hài của một con giun? Có phải khi Phật xuất hiện trước bạn như Quan Âm? Khi Phật biểu hiện như một con chó thì sao? Bạn thực sự không có thể gọi bất cứ biểu hiện nào là ‘Phật’; Phật đang luôn thay đổi.

Luôn luôn thay đổi và trôi chảy trong từng khoảnh khắc là Đạo, và tự là chân lý. Nếu bất cứ gì được ‘đạt đến’, nó là con đường vượt khỏi mọi danh xưng và nhãn hiệu, chân lý được gọi là ‘giác ngộ vô thượng, không gì

hơn'. Con đường và chân lý này là ý nghĩa của chữ 'Phật'.

Nếu chúng ta theo con đường Phật đã dạy, chúng ta sẽ có thể tiến tới một cách thông minh, với niềm tin đặt nền trên chân tánh của chúng ta. Ở đây 'thông minh' có nghĩa là thả mọi sự vào thật ngã của các bạn, bản thể của các bạn, và không để chính mình bị bất cứ gì quấy nhiễu. Thiền sư Bá Trượng dạy điều này khi Ngài nói: 'Ông không phải đào đất, cũng không phải không đào đất. Tại sao thế?' Ngài cũng nói, 'Khi ông thực sự hiểu sự tu tập này, ông có thể trồng trọt và gặt hái, và ban thức ăn cho mọi chúng sanh với một bát thức ăn. Hơn nữa, dù ông cho bao nhiêu, bát ấy không bao giờ trống.' Đức Phật và vô số những vị thầy giác ngộ cũng nói giống như thế và dẫn chúng ta hướng theo đường này. Các ngài đến thế giới này và - trong khi làm không có chút dấu vết nào của việc làm - chỉ chúng ta con đường đến chân lý.

Khi Phật đưa một cành hoa sen lên trước hội chúng, chỉ có đệ tử Ca Diếp hiểu và trả lời bằng một nụ cười. Ngài cười vì tâm Ngài đã trở thành một với Phật. Qua sự trao đổi này Phật đã nói, "Ta trao chân lý

này cho ông, thực chứng mà vô chứng.’ Phật làm thế để dạy chúng ta rằng sự hiểu biết Giáo pháp nhiều hơn chỉ ngôn từ suông. Dùng một thành ngữ Đại Hàn, ‘Nếu bạn tông vào tường, mái sẽ lung lay.’ Nghe chỉ một câu, các bạn phải cố gắng hiểu những ý nghĩa nằm bên dưới, không được nói ra.

Thí dụ, khi người ta nghe chữ ‘đèn’, người ta thường chỉ nghĩ đến bóng đèn và công tắc. Không nhận ra dòng điện đến và đi. Người ta chỉ để ý rằng ánh sáng đến khi họ bật công tắc. Cũng thế, người ta không hiểu chúng đến từ đâu và chúng đi đâu; họ chỉ thấy cái bóng đèn và vật liệu. Tuy nhiên, nếu các bạn có thể thấy điện lực, thì các bạn sẽ hiểu tốt hơn cách bóng đèn và vật liệu hoạt động ra sao.

Điều quan trọng nhất là điều này: Trước hết, các bạn phải buông bỏ mọi sự và chết, và giữ kín những gì các bạn trải nghiệm. Thứ hai, các bạn phải bỏ hết mọi sự và chết lần nữa, và không hé lộ những gì các bạn kinh nghiệm. Thứ ba, các bạn phải chết một lần nữa và giữ kín những gì các bạn trải nghiệm. Rồi thì các bạn sẽ có thể đạt được trí tuệ và đáp ứng như một biểu tượng của

Pháp. Không chết như thế, các bạn không thể đạt đến điểm nơi toàn thể vũ trụ bùng vỡ từ trong các bạn.

Tất cả những bài học chúng ta đã làm từ thơ ấu, đi học, đọc sách, kinh nghiệm làm việc, và học để thiết lập kiểu mẫu xã hội, đã là một lô những việc khó, phải không? Tuy nhiên, không có nỗ lực nào là vô ích. Sau khi các bạn nhận được cốt tủy của tâm, các bạn sẽ khám phá ra rằng mọi sự các bạn đã học, ngay cả kiến thức thông thường, cũng đều hữu dụng, tất cả sẽ giúp đỡ, vì thế-học và những gì chúng ta học qua tâm bản thể không tách biệt nhau. Không thể ném bỏ, cả hai đều cần thiết.

Thế thì cái gì đến trước? Tất cả các bạn có tâm hiện hữu trước khi tư tưởng nảy ra. Tâm này được gọi là Phật tánh và có nhiều tên khác. Tôi thường nói với các bạn rằng, bên trong thân mình, một số sinh vật có chiều hướng tốt và một số có chiều hướng gây hại; đôi khi những sinh vật này làm các bạn đau khổ và đôi khi chúng làm các bạn vui vẻ nhưng đừng để chúng lừa gạt. Những sinh vật này, những ý nghiệp này đã gây ra đủ loại phiền phức và đau khổ. Nhưng, chân

ngã của các bạn, trung tâm của các bạn, là hoàn hảo như nó là. Chân ngã của các bạn là chánh trực và mạnh mẽ. Tự nó chói sáng.

Tuy nhiên, các bạn hay lo âu và suy nghĩ tiêu cực nếu, thí dụ, các bạn có sự phiền nhiễu hay giấc mộng lạ lùng. Điều này chỉ ra rằng các bạn kiểm soát tư tưởng không được tốt lắm. Khi các bạn đang suy nghĩ tiêu cực, cảm thấy buồn hay nản lòng, các bạn nên nhanh chóng thay đổi tư tưởng, hãy nghĩ, ‘Tất cả cảm giác và ý nghĩ này đều khởi lên từ Juingong (Chủ nhân Không), yếu tính thật sự của chúng ta, vậy thì Chủ nhân Không cũng có thể khiến cho những thứ cảm giác và tư tưởng này khởi khởi lên.’ Làm thế, tâm trạng của các bạn sẽ thay đổi ngay. Và người ta cứ nói với tôi những việc như ‘Con cảm thấy nản lòng’ hay ‘Con đau” trong khi dính mắc vào những tư tưởng này. Tại sao họ nói với tôi những việc này? Người có thể chăm sóc là chính các bạn. “Các bạn” là chân tánh của các bạn, có thể giải quyết bất cứ gì khởi lên trong bất kỳ hình tướng nào!

Theo đó, các bạn nên biết rằng khi chúng ta cầu Pháp, cần thường đặt những vấn đề và thảo luận về sự tu tập tâm linh với nhau. Khi

những hành giả họp lại, thảo luận hăng hái tất cả khía cạnh của tu tập và hiểu biết của mình, thoát khỏi sự lịch sự quá đáng hay sợ phê bình là điều tốt cho họ. Dành sự chú ý đến những kinh nghiệm của người khác và quan sát cách họ hành động sẽ giúp các bạn nhiều. Từ những kinh nghiệm của người khác, các bạn học được nhiều thứ: ‘Ta sẽ cẩn thận không làm điều đó’ hay ‘Đó là cách tốt để làm nó’... Theo lối này, các bạn có thể đạt được trí tuệ và ngay cả hiểu được một cách chính xác những gì các bạn làm. Một số các bạn có thể nghĩ, ‘Thầy nói rằng chúng con phải buông bỏ mọi sự và dựa trên bản tâm, nhưng sao bây giờ thầy lại bảo chúng con phải làm trong lãnh vực nói năng và thảo luận?’ Người ta thường thắc mắc như thế, vì thế bây giờ tôi sẽ đề cập đến nó một chút.

Khi các bạn tìm câu trả lời, khi các bạn đặt câu hỏi, hãy cởi mở và làm từ bản tâm. Khi các bạn hỏi tôi một câu hỏi, tôi tiếp thu lời và năng lượng đó của các bạn, khi tôi nói với các bạn, các bạn nghe lời tôi và cũng tiếp thu năng lượng đó. Tất cả những lời này đã được tiếp thu, phải không? Hãy hỏi và thảo luận như thế, trong khi dựa trên bản tâm

của các bạn, có thể thực sự giúp chính các bạn sâu rộng hơn.

Bản tâm của chúng ta có thể truyền đạt và kết nối với bất cứ gì. Nó không có hình tướng vật chất, nên nó có thể trở thành bất cứ hình thể năng lượng nào, như ánh sáng, điện lực, hay từ lực. Vì thế, mỗi bên tự động hấp thu những gì được nói. Khi bên này nói, bên kia hấp thu nó, và khi bên kia nói, bên này hấp thu nó. Giống như điện hay điện thoại không dây, tâm truyền đạt không có bất cứ dấu vết đến hay đi. Tất cả điều này là việc làm của Pháp thâm sâu. Pháp sâu mâu này ở đâu? Nó ở trong mỗi phần và mỗi khoảnh khắc trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Như tôi đã nói trước đây, khi tôi tiếp thu những gì các bạn nói, và khi các bạn tiếp thu những gì tôi nói, mọi thứ đi qua, không để lại dấu vết nào.

Tuy nhiên, như Phật đã nói với chúng ta, giữa cuộc đời chóng vánh này, nơi mọi sự trôi chảy và biến chuyển không ngừng, có một vật vĩnh cửu. Những thứ vật chất thay đổi từng thoáng chốc, nhưng căn đế của nó tồn tại mãi mãi. Chúng ta tu dưỡng tâm mình để nhận ra yếu tính tối hậu của

căn đề này và vì thế sống tự do. Nếu các bạn thực sự hiểu rằng bản thể của tâm các bạn được kết nối trực tiếp với bản thể của vũ trụ, các bạn sẽ có thể thực sự nghe, thấy và định giá mọi sự suốt cả cõi hữu hình và vô hình. Vì những khả năng này có sẵn trong bản thể của chúng ta.

Nếu các bạn đã nghe việc gì đó hoàn toàn mới, một việc các bạn chưa hề tưởng tượng đến, có lẽ các bạn nghĩ rằng nó vô lý. Tuy nhiên không vô lý khi nói rằng bản thể của tâm chúng sanh và bản thể của mọi vật trong vũ trụ được kết nối trực tiếp. Bản thể của các bạn được kết nối với bản thể của mọi vật các bạn gặp phải trong thế giới. Hãy chú ý đến thế giới quanh mình và thấy cách những sự vật hoạt động. Người ta thường tập hợp với nhau theo ái lực của nghiệp tương tự và ăn khớp chính họ với nhịp điệu của nhóm. Nhưng cuộc sống trong nhóm không phải luôn luôn vui vẻ, phải không? Khi người ta không biết về sự kết nối bản thể này, họ nói năng cay nghiệt và tranh đấu với nhau. Đối với họ, cuộc sống là một cuộc chiến dù họ không nhận ra nó.

Lần vừa rồi khi tôi đến Mỹ, một nhóm

người Tin Lành và Thiên Chúa giáo mời tôi nói chuyện. Dù chúng tôi đến từ những bối cảnh văn hóa và tôn giáo khác nhau, tôi không gặp trở ngại khi truyền đạt với họ. Tại sao? Bởi vì chữ Phật giáo của Đại Hàn là Bulgyo không phải là tên của một nhóm hay tổ chức nào đó. Âm đầu tiên, *Bul*, nghĩa là cội nguồn vĩnh cửu của đời sống, qua đó mọi vật được nối liền với nhau. Vì mỗi một chúng ta có bản thể của đời sống này, chúng ta đã có thể tiến triển đến tầm mức con người, và có thể trở thành những đấng tâm linh vĩ đại như Phật. Âm thứ hai, *gyo*, nghĩa là những lời về chân lý và những bài giảng về cuộc sống. Đây giống như trí tuệ và kinh nghiệm sống mà cha mẹ chia sẻ với những đứa con của mình. Như thế, Phật giáo, hay Bulgyo, liên quan đến mọi vật trong thế giới. Nó bao gồm mọi vật.

Có rất nhiều tôn giáo trên thế giới bên cạnh Thiên Chúa giáo, Do Thái giáo, Ấn-độ giáo, Hồi giáo và Phật giáo. Nhưng hầu hết, người ta tin vào những đấng tối cao hiện hữu bên ngoài và tách rời khỏi họ. Đi đến đâu, tôi cũng thấy người ta theo một cách mù quáng những ảnh tượng, những danh xưng, hay những người đặc biệt. Nhưng điều này

không thể đưa chúng ta đến những gì là chân lý và cốt yếu. Phật dạy chúng ta rằng, đường đến chân lý ở ngay bên trong chính chúng ta, Ngài nói, ‘Khám phá bản tâm, và trong việc làm như thế, có thể chăm sóc bất cứ gì khởi lên một cách hoàn hảo và trải nghiệm một đời sống đáng giá thực sự. Thoát khỏi vĩnh viễn vòng sanh tử, vượt qua không-thời-gian, và nhận ra chân lý của vũ trụ.’

Tôi thường tự hỏi khi đang làm mọi việc, tôi có thể hướng dẫn người đi đúng hướng không? Tôi có đang sống như tên của mình, Đại Hạnh, nghĩa là ‘Những hạnh lớn của một Bồ tát không?’ Tôi thường dừng lại để xem, nếu có vài khía cạnh hay cách chăm sóc sự vật khôn ngoan hơn mà tôi đã bỏ qua. Đôi khi tôi cảm thấy mình như một viên ngọc sáng chói, nhưng khi khác lại cảm thấy nhỏ bé và vô dụng. Đôi khi tôi đi bách bộ, nếu tôi gặp một cành con, tôi trở thành cành con ấy. Đôi khi tôi thấy cách người và vật sống, tôi thấy mình mỉm cười. Những lúc khác mắt tôi nhắm lại.

Những bậc Cổ đức thường đeo những cái chuông trên giày khi các ngài đi qua cỏ cao và bụi rậm, và cả trong những cơn mưa bão

nặng nề, các ngài bước chậm rãi và vững chãi. Tại sao các ngài làm thế? Các ngài đeo chuông vì không muốn vô tình giết hại dù sinh vật bé nhỏ, và các ngài bước vững chãi vì các ngài luôn tập trung trên bản tâm tĩnh thức. Các bạn có thể đã biết điều này, nhưng nếu các bạn sống không có chút nào tự phản chiếu, những ngày sẽ bay đi, và trước khi các bạn biết nó, thời gian của các bạn ở đây đã kết thúc.

Vậy thì bất kể là các bạn đang đi, lái xe hay làm việc, hãy luôn nhớ cái gì đang thực sự làm những việc này. Dựa trên bản tâm của các bạn, hướng dẫn các bạn đến con đường đúng đắn và cho phép chính mình tự do và sống hài hòa với lòng giềng của các bạn, trong khi làm đầy đủ trách vụ của mình. Dựa trên bản tâm của các bạn, các bạn cũng sẽ được hướng dẫn trong những đời sống tương lai vì đó là hành động tưới tẩm cho gốc rễ của bạn.

Hãy để tôi trả lời những câu hỏi của các bạn hôm nay. Khi các bạn đặt câu hỏi, hãy hỏi mà không có ý nghĩ nào về hỏi. Bất luận loại vấn đề gì các bạn đối mặt, trước hết các bạn nên đưa nó trở vào bên trong, rồi thì cách giải quyết sẽ khởi lên. Cũng vậy khi các bạn

muốn nói điều gì, trước hết quay vào trong rồi hãy nói. Làm như thế, lo âu của các bạn sẽ biến mất và các bạn sẽ được bình tĩnh lại, không hấp tấp. Tiến tới trước và hỏi những gì các bạn muốn, nhưng đừng tạo thành một câu hỏi. Đúng hơn, hãy hỏi tự nhiên. Dù cho các bạn thấy dường như các bạn đã không tự trình bày tốt lắm, đừng cảm thấy tệ. Hãy cảm thấy tự do để nói bất cứ gì. Đó là cách tôi nói. Thật hay khi sự việc tự nhiên.

Chúng ta đang ở đây để học về ‘Làm mà không nghĩ gì về làm’, vậy chỉ hỏi mà không lo lắng về bất cứ gì. Những câu hỏi của các bạn sẽ giúp ích cho mọi người. Nếu các bạn đến trước đây và hỏi những câu hỏi, những điều này sẽ trở thành những món ăn tinh thần cho sự tu tập của mọi người và sẽ giúp đưa mọi người hướng đến chân lý. □

NGƯỜI HỎI 1: Con đã cầu nguyện cho tất cả chúng sanh từ khi con đến Trung tâm Thiền. Nhưng con tự hỏi không biết thực hành đúng không. Dù thầy nói chúng con buông bỏ mọi vật hoàn toàn, bất cứ khi nào con đọc đến tên Bồ tát Địa Tạng, tim con đau và mắt con đầy lệ. Đôi khi con tự

hỏi, ‘Con có thể trở thành Bồ tát Địa Tạng không? Không, làm sao con có thể chứ?’

SU BÀ: Bạn đã nói rằng bạn thường tìm kiếm Bồ tát Địa Tạng. Tuy nhiên bạn có thể khám phá ra Phật dù bạn dùng tên gì. Phật tánh là một tên. Địa Tạng là một tên, và Chủ nhân Không cũng là một tên. Tất cả chỉ là tên. Nếu bạn nghĩ rằng Địa Tạng là vĩ đại và siêu việt đối với bạn và bạn có thể tìm Địa Tạng bên ngoài mình, thì đó là một ảo tưởng. Nó hoàn toàn vô ích. Nếu bạn tìm bên ngoài chính mình, có lẽ bạn cũng triển khai một vài vấn đề tâm lý rất xấu. Địa Tạng liên quan đến kho tàng bên trong bạn, Phật tánh bị ẩn giấu vì vô minh, tăm tối. Do đó đừng bao giờ tìm kiếm bên ngoài chính bạn. Nếu bạn luôn luôn bị cuốn hút bởi những vật bên ngoài, sự tìm ra chân ngã càng xa. Hơn nữa, bạn không thể chăm sóc gia đình hay chính bạn.

Phật tánh này cũng có thể được biết dưới những tên khác hơn Địa Tạng, vì Phật tánh là nguồn của mọi vật và bao gồm mọi vật. Vì tất cả sự vật được kết hợp với nhau và liên tục làm việc với nhau như một toàn thể, Phật tánh có thể được gọi là Chủ nhân Không hay Chủ nhân Không Bên Trong của

tôi. Chủ nhân Không gồm từng cọng cỏ và mỗi một côn trùng; ở đây mọi vật hoạt động như một tâm, một ngôi nhà do đất nước gió lửa tạo thành. Bởi vì trung tâm này, bởi vì kho tàng này, ý thức của bạn làm việc và như vậy tạo những nghiệp tốt và xấu tập hợp cùng nhau với trung tâm của bạn. Vì thế hãy ngừng việc chỉ đọc tên của Địa Tạng. Hãy ngừng việc bạn bị kéo ra ngoài. Hãy biết rằng mọi sự hoạt động vì Chủ nhân Không. Và đừng quên rằng Chủ nhân Không, Phật tánh, và Địa Tạng tất cả hiện hữu bên trong bạn.

Khi tôi ở New York lần vừa rồi, người ta hỏi tự do. Có cả câu hỏi, ‘Chúng ta sống để ăn hay chúng ta ăn để sống?’ Vài người bên cạnh tôi cần nhận rằng đó là một câu hỏi ngớ ngẩn, nhưng tôi không đồng ý, vì nó cho tôi cơ hội để nói một điểm quan trọng. Tôi đã dùng một ly nước để thí dụ. Nếu bạn nóng bức và khát, bạn mở tủ lạnh và đi thẳng tới chỗ nước lạnh. Khi bạn đang chết khát, trước hết bạn có tự hỏi bạn uống nước để sống hay bạn sống để uống nước không? Không, dĩ nhiên không! Khi bạn khát bạn đến ngay chỗ nước. Đây cũng là cách chúng ta sẽ tu tập dựa trên bản tâm của mình.

Cũng thế, không có gì sai với bất cứ gì bạn hỏi. Đến trước đây và hỏi những việc bạn không hiểu. Nhưng cũng tốt để thử sự hiểu biết của bạn, hỏi về những gì bạn hiểu, vì câu hỏi của bạn sẽ giúp cho sự tu tập của người khác. Khi người ta đọc sách, họ thường hay bám theo ý nghĩa của từ ngữ, không nghĩ đến tờ giấy trắng nằm dưới những từ ngữ. Người ta chỉ chú ý đến thứ trên giấy. Vì thế, để biết tờ giấy trắng, hãy đặt những câu hỏi.

NGƯỜI HỎI 2: Con rất hân hạnh có thể gặp Thầy hôm nay. Con là Phật tử được 12 năm. Con muốn hỏi Thầy một thuật ngữ mà con được nghe rất nhiều. Thế giới Ta-bà (Saha) là gì, Sahalokadhatu?

SU BÀ: Thế giới Ta-bà là nơi duy nhất bạn đang sống ngay đây, thế giới mà chúng ta, nhân loại, đang sống trong đó. Nơi mà chúng ta đang ngồi là thế giới Ta-bà. Giải thích cách khác, Bắc, Nam, Đông và Tây tất cả là thế giới Ta-bà. Có nhiều lối để giải thích ý nghĩa của thế giới Ta-bà. Mọi sự ở trong lãnh vực chúng ta sống, trong giữa cuộc sống hằng ngày, không ở nơi nào khác.

Chúng ta cần nghĩ sâu xa ý nghĩa này, và nó có nghĩa gì theo cách nhìn, để chúng ta có thể làm sao theo những lời dạy của Phật, làm sao chúng ta có thể nuôi dưỡng niềm tự tin vững chắc, và làm sao thân chúng ta, gia đình và con cái chúng ta có thể sống tự do, không bị vướng vào vòng sanh tử.

NGƯỜI HỎI 3: Cho tới khi con gặp Thầy, con đã tu theo lời dạy và những thần chú của những tôn giáo mới nổi lên ở Đại Hàn. Một số những bài giảng nói về sống một cuộc sống vị tha và hóa giải phiền hận. Sống vị tha nghĩa là cứu giúp chính mình và người khác, dường như cũng giống những lời dạy của Phật giáo – cứu độ chúng sanh khác giống như cứu chính mình. ‘Hóa giải phiền hận’ là nói đến những phiền hận mà người ta đã làm từ khởi thủy của nhân loại, những phiền hận đã lan tràn cả đến thiên đường. Nó có nghĩa là không phải chỉ cứu độ tất cả chúng sanh trong hiện tại, mà còn hóa giải những phiền hận hiện hữu trong cõi vô hình. Ngoài ra, con đã nghe rằng thiên đường gồm chín cõi, và rằng chư Phật và Bồ tát trú ngụ trong cõi trời thứ bảy, trong khi

người thành lập phong trào này ở cõi trời thứ chín, cao hơn hết. Và...

SU BÀ: Hãy xem! Tóm gọn lại, nếu họ nói rằng ông ta ở thiên đường, thì ông ta không ở đó. Thiên đường không phải là thiên đường, và trái đất không phải là trái đất. Trời và đất không hiện hữu tách biệt. Mọi việc tùy thuộc tâm chúng ta. Người mà nói rằng họ có khả năng cứu độ người khác thực sự không thể cứu ai cả. Người thực sự có thể cứu thì không nói về nó. Nếu bây giờ con bạn bị chết đuối, bạn lao ngay xuống và cứu nó. Bạn không phí thì giờ nói về nó. Bạn chỉ làm mà không nói gì, không nghĩ bất cứ gì về ‘tôi sẽ’ hay ‘tôi đã’. Cho dù ai đó nói hoài về việc cứu độ người, những lời đó chỉ là lý thuyết.

Vì thế, thay vì dựa vào quyền lực của người khác, hãy biết chính bạn trước tiên. Dù cho có Phật Thích-ca ở đây ngay bây giờ, đừng đặt niềm tin của bạn vào hình tướng vật chất của Ngài. Hãy đặt niềm tin vào bản tâm riêng của bạn. Hãy làm vậy và khám phá nó; thức tỉnh, đạt trí tuệ và cứu những chúng sanh trong thân của riêng bạn. Trừ khi bạn có thể làm điều này, bạn không thể cứu những sinh vật bên ngoài thân bạn.

NGƯỜI HỎI 3: Con thấy rồi.

SU BÀ: Bạn phải biết chính mình trước đã. Nếu bạn không hiện hữu, những người khác hiện hữu được không? Những tôn giáo hiện hữu được không? Có thể có một lý thuyết nói rằng ai đó ở thiên đường không? Đối với tôi dù họ nói ai đó ở thiên đường hay không, chẳng thành vấn đề. Đó là quan điểm của họ. Tuy nhiên, những gì tôi muốn nói với bạn là chỉ sau khi bạn khám phá ra chân ngã của mình, bạn mới có thể biết những bài giảng cốt tủy của tôn giáo bạn và ông ta có ở thiên đường hay không. Nếu bạn không biết những việc như thế với chính bạn, nếu bạn không thể trải nghiệm chúng, làm sao bạn có thể nói về những việc này? Người ta phải biết thế nào để đánh thức những gì đã ở trong chính họ. Vì thế nói với họ những việc như ‘Hãy đặt niềm tin của con vào ta, ta sẽ cứu con. Ta là một thiên sứ’ là không thể tha thứ được. Trong việc giúp người, tôi chỉ chạy việc vặt cho họ, tôi chỉ quan tâm là làm sao để làm điều này cho đúng đắn và làm sao tránh ô nhục Phật pháp. Vì thế niềm hy vọng của tôi là bạn sẽ biết chính bạn trước hết.

NGƯỜI HỎI 3: Con sẽ cố gắng biết chính con trước tiên.

SU BÀ: Tốt. Tôi xin lỗi nếu có vẻ như tôi hơi khắt khe một chút.

NGƯỜI HỎI 4: Thật là một vinh dự được gặp Thầy hôm nay lần đầu tiên. Con có một câu hỏi trong lòng đã lâu, và con hy vọng Thầy có thể trả lời cho. Cách đây ít lâu, Thầy bảo chúng con rằng nguồn của tất cả phiền não là vô minh. Nhưng con không biết chắc vô minh nghĩa là gì. Con rất sung sướng nếu Thầy giải thích cho con điều này.

SU BÀ: Khi chúng ta nói ‘vô minh’ là chúng ta muốn nói ‘thiếu ánh sáng’ hay ‘tăm tối’. Giống như đất phủ lấp rễ cây; tất cả những nghiệp thức chúng ta tạo qua vô số đời khiến chúng ta không thấy được cội rễ của riêng mình, chân ngã của riêng mình. Chúng được ghi lại trong chúng ta, và những thức này dẫn chúng ta tái sanh, vì vậy, trong những đời sống của chúng ta, vô minh bắt đầu với sự sanh. Vì vô minh này, người ta không thấy chân ngã của họ, họ được gọi là những chúng sanh không giác ngộ.

Dù tôi không giải thích tốt những điều này hay tôi phát âm sai vài chữ, vui lòng hiểu những gì tôi muốn nói.

Thật tuyệt vời để họp nhau như thế này!

NGƯỜI HỎI 5: Con đã học Phật pháp một thời gian dài, và gần đây một người bạn của con chuyển sang đạo khác. Khi chúng con gặp gỡ và uống rượu với nhau, chúng con thường tranh cãi với nhau. Con nghĩ anh ta có thể giúp nhiều người nếu anh ta học những bài giảng của Thầy, vì thế con thường cố gắng nói anh ta đến Trung tâm Thiên. Nên chúng con thường cãi nhau một cách thân tình.

Mỗi sáng và tối, và mỗi đêm trước khi đi ngủ, con cầu nguyện, “Ôi! Đức Phật từ bi, thánh thiện, vĩ đại và Sư bà của chúng con, vị Phật sống! Con đầy lòng biết ơn sâu xa. Qua lòng từ của Phật, hãy cho con có tâm biết ơn, và đền đáp những tử tế đã làm cho con, và hướng dẫn con sống cho hài hòa. Qua đây hãy cho con biết và trải nghiệm chân ngã, Chủ nhân Không của con, để con có thể giúp những chúng sanh khác cũng như gia đình mình”. Con cầu nguyện và đọc

điều này ba lần một ngày trong khi cố gắng tìm chân ngã của mình, Chủ nhân Không của mình. Nhưng dường như không hiệu quả. Vì thế con hỏi bạn con về nó.

Và anh ta nói, ‘Tại sao anh tự làm phiền mình bằng cách cúi lạy Sư bà và hình Phật? Đó không phải là sùng bái ngẫu tượng sao? Chính anh đã chỉ trích người khác có thái độ như thế!’ Và con trả lời, ‘Làm sao nó có thể là sùng bái ngẫu tượng khi lạy Sư bà? Sư bà là một vị Phật sống, không phải là tượng. Tôi lạy Sư bà ở nhà và cả khi đi.’ Anh ta lại nói, ‘Nếu anh nghĩ vậy, anh bị lầm lẫn tệ hại. Đó là sùng bái ngẫu tượng. Hãy đi hỏi Sư bà xem anh thực hành đúng hay không. Hãy hỏi bà ấy.’ Chúng con tranh cãi về điều này cách đây mấy ngày.

SƯ BÀ: Những câu hỏi của ngày hôm nay đã dấy lên nhiều điểm quan trọng. Trong tương lai, chắc chắn sẽ có thời gian cho những câu hỏi sau thời giảng Pháp.

Tôi nghĩ bạn của bạn đúng đấy. Tôi đã không nói những điều này nhiều lần rồi sao? Không bao giờ từ bỏ trung tâm chánh trực của bạn. Đừng mù quáng tin vào những sự vật khiến chính bạn thành nô lệ. Và đừng

lạy tôi. Khi bạn đang lạy, bạn không lạy tôi hay Phật, nhưng lạy chính bạn. Tôi luôn nói với các bạn rằng tượng Phật là hình ảnh của chính bạn, rằng tâm Phật chính là tâm bạn, và rằng đời sống thực sự của bạn là đời sống của Phật. Khi bạn hiểu điều này, một cái lạy của bạn có thể trở thành mười ngàn cái lạy. Một lạy có thể trở thành ba lạy, hay nó có thể trở thành bảy lạy. Nó trọn vẹn đối với bạn. Nó tùy thuộc hoàn toàn vào cách bạn dùng tâm mình.

Vì thế đừng lạy tôi. Nếu bạn dựng lên một vật gì và lễ lạy nó, nó trở thành vật tách rời bạn. Có niềm tin vào chân ngã của bạn, vào Chủ nhân Không, và giao phó tình huống với bạn của bạn cho nó. Đừng bị kẹt vào việc anh ta có đến đây hay không. Bạn phải nghĩ rằng cũng tốt nếu anh ta đến đây, nhưng đây là ý của bạn, không phải của anh ta. Mỗi người đi theo con đường dường như tốt nhất đối với họ, vì trình độ của mỗi người khác nhau. Bây giờ một ly rượu có thể chứa không nhiều hơn một ly đầy, ngay cả một thùng có thể chứa không nhiều hơn một thùng đầy. Tuy nhiên, hãy nhìn ra biển. Nó chứa nước của tất cả sông và vẫn có thể chứa mọi thứ

đến với nó. Cũng thế, mỗi người đang sống theo khả năng riêng của họ, và mỗi một vật có giá trị và vị trí của nó. Không có gì là vô dụng. Khi bạn đến tiệm, bạn có thể thấy tách được trưng bày với tách, bát được trưng bày với bát, và đĩa được trưng bày với đĩa. Đây cũng là sự thật của con người.

Vì những sự vật làm việc theo lối này, nếu bạn thật sự muốn hướng dẫn bạn mình, bạn không nên cầu xin đối tượng hay người nào rằng, ‘Vui lòng khiến anh ta làm điều này.’ Thay vào đó, chỉ mỉm cười và bỏ qua tình huống với tâm yên lặng, biết, ‘Chủ nhân Không của tôi hiểu mọi sự và có thể hướng dẫn bạn tôi. Vì Chủ nhân Không của tôi và Chủ nhân Không của anh ta không tách biệt nhau’, mọi việc có thể truyền đạt qua bản thể này. Đừng cầu xin nơi nào và vật nào. Bạn không nên đặt tượng Phật trong nhà bạn và lạy lục, cũng không nên đặt một chén nước, hương và đèn ở trước và dâng lời cầu nguyện. Nếu bạn cầu nguyện để được cứu độ từ vật bên ngoài chính mình, điều này trở thành một thói quen. Nó sẽ gây khó khăn cho con cái bạn và sẽ theo bạn sau khi chết.

Khi có điều gì cần phải chăm sóc, hay vật gì bạn muốn, hãy từ bỏ nó hoàn toàn. Với niềm tin, hãy đưa mọi vật đến chỗ bản thể này và luôn luôn dựa vào nó trong mọi hoạt động. Rồi thì những gì bạn đã giao phó sẽ lắng lẽ biểu hiện vào thế giới. Thí dụ, một hôm bạn của bạn có thể nói, ‘Này, sao anh không đưa tôi đến chùa của anh? Tôi thích đến đó.’ Mọi việc sẽ được làm một cách tự nhiên như thế, không ép buộc nó. Chúng ta hợp nhau ở đây một cách tự nguyện. Không ai ép buộc chúng ta. Các bạn đến đây vì các bạn muốn đến đây, đúng không? Ngày xưa có một người sắp chết muốn đem tiền theo. Ngay lúc đó, tiền nói, ‘Bạn phí cả đời để theo tôi vì bạn yêu tôi. Tôi không phải là người yêu bạn, vì thế bây giờ tôi không theo bạn.’ Đặc biệt, những kết quả của tôn giáo và niềm tin không thể bị ép buộc.

Chúng ta phải tin vào người chỉ lối riêng của mình. Người chỉ lối này là bản tâm của chúng ta, cái tâm hiện hữu trước khi chúng ta sanh, và nó to lớn hơn những gì chúng ta thường nghĩ như là tâm mình. Có niềm tin vào bản tâm bạn giống như đổ đầy xăng vào xe để cho nó chạy. Năng lượng này rất dồi dào! Không những đủ cho bạn mà cũng

còn nhiều hơn để đủ cho những người khác. Vì thế, hãy tin vào Chủ nhân Không ở bên trong bạn, và giao phó mọi thứ cho nó. Chỉ từ bỏ mọi sự một cách bình an, rồi thì sự tu tập của bạn sẽ tốt trên con đường của nó.

Có nhiều việc khó khăn trong đời sống, vì vậy không tốt sao khi chúng ta ngồi với nhau như vậy và thảo luận, trao đổi những ý tưởng về cách nuôi dưỡng tâm của chúng ta?

NGƯỜI HỎI 6: Đây là lần đầu tiên con có cơ hội đích thân gặp thầy, nhưng con đã có nhiều cuộc nói chuyện qua những quyển sách của thầy. Trong những quyển sách này, thầy bảo chúng con từ bỏ mọi sự và con đã cố gắng làm thế từ đó. Khi con tu tập, căn bản là có vẻ như những gì cần phải từ bỏ là chính tự ngã của con, cảm giác về ‘tôi’ hơn những việc xảy đến với con. Tuy nhiên, con càng nghĩ từ bỏ chính mình, con càng thấy dường như nắm chặt hơn.

Mỗi lần con đọc lại sách của Thầy, những khía cạnh khác nhau thực sự chạm vào tim con. Con cảm thấy nếu con chỉ đọc những quyển sách này, con sẽ có thể hiểu thấu hoàn toàn Chủ nhân Không cho chính

mình. Nhưng, vì hôm nay con được gặp Thầy, con muốn hỏi Thầy vài việc. Con nghĩ con đã không tạo được sự tiến bộ lớn trong sự tu tập vì niềm tin của con yếu ớt. Vì thế con sẽ nhận rõ nó nếu Thầy nói cho con làm thế nào cho niềm tin của con mạnh hơn.

SU BÀ: Tôi nghĩ câu hỏi của bạn sẽ giúp mọi người ở đây. Một số người nói với tôi, ‘Ni sư, làm sao chúng con có thể sống nếu từ bỏ mọi sự?’ Và bạn nói rằng, ‘Càng cố gắng từ bỏ, bạn càng nắm chặt hơn.’ Nhưng đâu là những lời bạn nói? Chúng đã đi rồi phải không? Nó chính là thế! Ngay bây giờ chúng ta đang sống cũng giống như thế – từ bỏ mọi sự tự nhiên tại mỗi khoảnh khắc. Có vật gì thật sự bạn có thể nắm hay vật gì bạn có thể bỏ? Không, không có. Sự từ bỏ này rất tự nhiên nhưng cùng một lúc, một số việc có thể rất khó làm.

Vì thế tôi có thể đoán đúng tại sao một thiền sư xưa đã nói câu sau: “Nếu Phật không đi bảy bước, nhìn mọi hướng và nói, ‘Thiên thượng thiên hạ duy ngã độc tôn’ thì đã không gây tất cả những phiền toái này. Nếu tôi có đó, tôi đã đập một gậy cho chết tốt và liệng cho chó ăn.” Ngài nói điều này,

vì chúng ta đã buông bỏ mọi vật. Cuộc sống thay đổi từng khoảnh khắc, với không có gì để níu lấy. Yếu tính duy nhất của đời sống là buông bỏ. Khi bạn gặp con mình chỉ cách đây một chút và nói tạm biệt, giây phút đó đã qua. Nó đã được từ bỏ. Nhưng ngay ‘từ bỏ’ cũng chỉ là một tên, một chữ, một lý thuyết. Chính đời sống của chúng ta chỉ là trôi chảy, không có gì dính bám hay từ bỏ. Mọi vật chỉ qua đi. Chúng ta gặp rất nhiều việc và làm rất nhiều việc và luôn luôn dời đến việc khác. Bạn có thể đem tất cả những việc này và chỉ nó cho ai đó không? Không! Đây là những gì tôi đang nói về.

Do đó, không có gì để níu lấy và không có gì để không níu lấy. Như thiền sư Bá Trượng nói, ‘Ông không nên đào đất hay không đào đất. Ông không nên đón chào hay không đón chào. Nhưng trong đây, có vật đặc biệt. Ông có biết đó là gì không?’ Thiền sư khác có lần nói rằng, ‘Có một vật cốt yếu mà cho bạn ba mươi gây nếu bạn đến và ba mươi gây nếu bạn đi. Đó là gì?’ Trong trường hợp khác, có người hỏi thiền sư, ‘Phật ở đâu?’ Thiền sư bảo đến gần và tóm cổ anh ta rồi bắt đầu dùng gây đánh.

Người đàn ông kêu lên, ‘Ồi! ối! ối!’ và thiền sư quát, “Cái ‘Ồi!’ này từ đâu tới?”

Nếu bạn nghĩ sâu về điều này, bạn có thể nhận ra rằng phát triển niềm tin sâu vào chân ngã của mình là quan trọng nhất. Với niềm tin, bạn có thể từ bỏ. Không niềm tin, bạn không thể từ bỏ. Tại sao người ta không thể tin vào chân ngã của họ? Họ tin vào những người khác rất dễ dàng, nhưng tại sao họ không tin vào chính họ? Dù bạn là người vĩ đại hay không, dù bạn khéo léo hay không, cái mà tạo thành bạn theo lối này là bạn. Vậy hãy bắt đầu với chính bạn! Ai khác có thể thay thế bạn trên giường chết? Ai có thể đau thay cho bạn? Ai có thể ngủ giùm bạn? Ai có thể ăn cho bạn? Ai khác có thể đi vệ sinh cho bạn? Bạn phải tin vào chân ngã của bạn, cái dẫn dắt và làm bạn chuyển động, cái gì khác mà bạn có thể trú ẩn? Với niềm tin vào Chủ nhân Không, chỉ buông bỏ mọi sự. Một việc bạn đối mặt dù khó khăn thế nào cũng không sao, hãy đưa nó hoàn toàn vào chân ngã của bạn, hãy biết, ‘Chủ nhân Không có thể giải quyết ngay cả điều này.’ Tất cả điều chúng ta phải làm là từ bỏ. Vậy hãy từ bỏ và quan sát cách những

sự việc tiến triển. Bằng cách ngấm nhìn sự việc đi như thế nào, bạn sẽ có những kinh nghiệm. Hãy thử nghiệm những điều này, cố gắng áp dụng chúng và đặt chúng vào tu tập. Đây là cách bạn có thể khám phá chân ngã, thức tỉnh và đạt được trí tuệ.

Đừng nghĩ vật gì đó tách biệt khỏi chính bạn. Thí dụ, cầu xin ai đó hay vật gì đó, có một xu hướng mạnh mẽ để thấy rằng người nghe bạn cầu xin như đang hiện hữu tách biệt khỏi bạn. Do đó tôi không bao giờ bảo người ta cầu nguyện Phật. Nếu họ cầu nguyện Phật, Phật trở thành vật tách rời khỏi họ. Tôi không nói rằng tôi không tin Phật. Chỉ là rất nhiều người, qua bao đời sống, đã phát triển thói quen suy nghĩ những vật ấy tách rời khỏi họ. Khi chúng ta tụng ‘Địa Tạng’ hay ‘Quán Thế Âm’, họ thường ngược lên và thấy những Bồ tát như tách biệt khỏi họ. Tại sao họ làm thế? Vì vậy tôi thường nói mọi người không kêu gọi Phật hay Chúa và thay vào đó tin vào bản thể của họ, người mà đang làm mọi sự. Tôi làm thế vì tôi muốn mọi người có thể cùng nhau tiến lên và mỗi người có thể đi trên hai chân của chính mình. Vì vậy tôi mong rằng tất cả các bạn sẽ ngấm nghĩ về những

gì tôi đã nói hôm nay, có niềm tin mạnh mẽ và từ bỏ mọi thứ! Như tôi đã nói trước đây, trạng huống tự nhiên của chúng ta là từ bỏ và tiến lên.

NGƯỜI HỎI 7: Khi xã hội chúng ta có rất nhiều vấn đề cấp bách, làm sao con có thể từ bỏ mọi thứ vô điều kiện? Xã hội của chúng ta sẽ ra sao nếu chúng ta từ bỏ mọi thứ? Đường như đối với con, nếu từ bỏ hết, con sẽ ngủ suốt ngày.

SU BÀ, cười: Bạn hỏi một câu thú vị, nhưng những gì bạn đang nghĩ không phải là những gì Phật dạy chúng ta. Những gì bạn đang nói đến được gọi là “rơi vào không”. Bạn có hiểu sự khác nhau không? Lý do Phật dạy chúng ta về từ bỏ và tiến tới là vì điều đó mà chúng ta có thể biết ý nghĩa thật của đời sống và cảm nhận sự đáng giá của đời sống, vì nó chúng ta có thể sống chánh trực bằng cách nhìn cả hai bên, lãnh vực vô hình và lãnh vực hữu hình, mỗi bên là năm mươi phần trăm của toàn thể. Nói như thế này có giống như ngủ suốt ngày không?

Và bạn đã từ bỏ mọi sự. Cái gì đã xảy ra với tất cả những thứ bạn đã cảm thấy, đã

làm và đã kinh nghiệm chỉ qua hai mươi bốn giờ cuối cùng? Bạn có thể chỉ những thứ này cho tôi không? Không, chúng đã qua, bạn đã từ bỏ chúng.

NGƯỜI HỎI 7: Con không thể chỉ chúng cho thầy, nhưng con có thể nhớ lại, vì thế chúng phải tồn tại trong tâm con, phải không?

SU BÀ: Hãy nghe! Tôi không nói rằng bạn không có tư tưởng hay ký ức, hay bạn không làm gì cả. Đó là điều tự nhiên khi nghĩ về và chăm sóc những việc đến trong đời bạn. Tôi không bao giờ nói, ‘Đừng kiếm tiền, đừng tham gia vào xã hội, đừng rơi vào tình yêu, đừng làm gì cả.’ Nhưng phải hiểu rằng mọi việc sẵn sàng trôi qua, và đừng cố gắng bám vào nó. Không có gì ở mãi một chỗ và không đổi thay.

Hãy nghĩ về cách nhiều người bạn gặp chỉ trong một ngày. Trước hết, bạn bắt gặp một người và rồi người khác. Bạn không bao giờ liên tục gặp chỉ một người, đúng không?

NGƯỜI HỎI 7: Không.

SU BÀ: Ngay cả những việc bạn nghe cũng luôn luôn khác nhau, phải không?

NGƯỜI HỎI 7: Có vài quyển sách và có người nói rằng thế giới có những luật lệ nhất định, và rằng nếu chúng ta tuân theo những điều này, chúng ta có thể chăm sóc hầu hết những vấn đề xã hội, và ngay cả tự do của chính mình.

SU BÀ: Hãy xem! Đừng nói về những lý thuyết. Người theo con đường này, người tìm cầu chân lý không phí thì giờ trên những lý thuyết.

NGƯỜI HỎI 7: Nhưng Thầy đã nói rằng niềm tin mù quáng thì nguy hiểm hơn. Không có kinh nghiệm chứng ngộ, làm sao ai đó giống như con có thể tin vô điều kiện, không nghi ngờ gì?

SU BÀ: Tin mù quáng vào những người khác là nguy hiểm! Những gì tôi đang cố gắng nói với bạn là hãy tin vào chính bạn. Tại sao bạn không thể tin vào chính mình? Bạn là người đã bước lên đây, phải không?

NGƯỜI HỎI 7: Vâng, phải.

SU BÀ: Bạn có thể tin sự kiện là bạn đã bước lên đây?

NGƯỜI HỎI 7: Thật là con đã bước lên đây, nhưng...

SU BÀ: Rồi, bạn có thể tin rằng bạn là người đang làm mọi việc khác trong đời mình?

NGƯỜI HỎI 7: Vâng.

SU BÀ: Tâm bạn biết sự kiện này, nhưng bạn không thể chỉ nó cho ai khác vì tâm không hình tượng, nhưng dù sao bạn nhận ra nó, phải không?

NGƯỜI HỎI 7: Vâng.

SU BÀ: Vậy những gì tôi đang nói để bạn làm là tìm ra bản tâm nằm dưới mọi tư tưởng này. Để làm điều này, hãy tin vào bản thể bên trong của bạn, và giao phó mọi sự cho nó. Nó ở bên trong bạn và có khả năng chăm sóc mọi sự. Nếu bạn cứ giao phó như thế, thì những gì bạn đang làm sẽ hoạt động trong lãnh vực vô hình và cuối cùng sẽ biểu hiện trong cõi hữu hình. Giống như nếu bạn ăn món gì, sau đó nó sẽ tự động đi ra, bạn không cần nghĩ về tiến trình. Khi bạn đói, bạn ăn gì đó. Sau đó bạn bắt đầu cảm thấy sức ép bên trong và rồi vào ngồi trong toilet, và rồi có gì đó đi ra. Tiến trình này cũng mô tả cách những việc chúng ta cung cấp cho

bản thể của mình biểu hiện vào thế giới; tuy nhiên quan sát kỹ, đó là chân lý, là tự nhiên, là khoa học.

NGƯỜI HỎI 7: Thầy muốn nói rằng chúng ta nên sống chỉ theo những thúc đẩy tự nhiên?

SU BÀ: Dĩ nhiên không! Hãy nghe, nếu bạn chỉ hỏi những câu hỏi mà không phản quán bên trong, làm sao bạn có thể tạo được tiến bộ nào? Thay vì lập tức hỏi những cái khác, hãy giao phó những câu hỏi đến bản thể của bạn. Ngay bây giờ trong thân bạn, có tỉ tỉ sinh vật làm việc với nhau, mỗi một sinh vật đều làm việc riêng của nó. Tất cả những sinh vật này cùng nhau hiện hữu với bạn, và từng sinh vật được nối kết và truyền đạt qua bản thể của bạn. Vì thế hãy bắt đầu bằng sự tin tưởng bản thể này, bản thể của bạn, với mọi việc đang khởi lên trong đời bạn. Hãy bắt đầu bằng việc làm này, và bạn sẽ có thể chăm sóc thân của riêng bạn.

NGƯỜI HỎI 7: Vô điều kiện?

SU BÀ: Vâng, vô điều kiện.

NGƯỜI HỎI 7: Thầy muốn nói rằng chúng ta nên giao phó tất cả những lo lắng

của mình vào bản thể này, như là những lo lắng về chính mình, gia đình mình, và mọi người quanh mình?

SU BÀ: Nếu bạn có niềm tin vào cái không thấy, chân ngã của bạn, và giao phó mọi sự cho nó, nó sẽ có thể chăm sóc tất cả một cách hài hòa.

Qua bản tâm này, tất cả mọi vật được kết nối. Vì thế khi bạn buông bỏ vật gì vào nó, những gì bạn buông bỏ được đánh giá và truyền đạt đến mọi vật. Thí dụ trong thân bạn, đại não, tiểu não, tủy sống, và mọi bộ phận của thân được kết nối và truyền đạt với nhau. Vậy khi bạn giao phó việc gì vào bản thể thì việc đó được truyền đạt qua thân bạn, vì tất cả những phần này được nối kết với nhau. Nếu bạn chỉ hiểu khía cạnh này, bạn có thể hiểu mọi sự. Vậy thì đừng bám vào những lý do hay giải thích. Chỉ giao phó mọi sự cho chân ngã của bạn. Đồng ý chứ?

Có câu hỏi nào nữa không? Không? Chúng ta đã ở đây một thời gian dài và chân các bạn có lẽ đau vì ngồi quá lâu, vậy coi như là một ngày. Trước khi chấm dứt, tôi muốn nhắc lại một điều.

Những vị thầy giác ngộ đôi khi nói, ‘Từ bỏ mọi sự! Buông hết mọi sự! Không có gì để đạt đến.’ Nhưng sau đó các Ngài cũng nói, ‘Không có vật gì để từ bỏ.’ Trong hai câu khác nhau này, có gì đó phi thường không thể diễn tả bằng lời. Để cố gắng truyền đạt nó, vài vị thầy dùng gậy đánh xuống nền, vài người đưa ngón tay lên, những người khác đấm một đấm, trong khi những người khác hét to ‘Ha!’ Tất cả những hành động này biểu thị rằng vật phi thường này đang ở ngay đó.

Hãy nhớ những gì tôi nói hôm nay và áp dụng để khám phá gì là vật phi thường này.

LÒ NUNG Ở BÊN TRONG CHÍNH BẠN

Chủ Nhật, ngày 17 tháng 10, 1989

Bản thể của bạn
được nối trực tiếp đến mọi vật

Hôm nay chúng ta lại gặp gỡ ở
đây để thảo luận về sự tu tâm.
Khi tôi nói với các bạn, các bạn tiếp thu
điều đó, và không còn lại gì. Khi các bạn
nói với tôi, tôi tiếp thu nó, và cũng không
còn lại gì. Đây là nguyên tắc của ‘làm việc
trong vô niệm’. Theo tôi thì dường như
một vài người trở nên hơi bối rối về cách tu
tâm. Họ tranh luận với nhau, rằng: ‘Trong
chùa này, chúng ta đang tu tập theo Phật
giáo Đại thừa’, và ‘Không, đó là Phật giáo
Nguyên thủy’. Còn những người khác than
phiên rằng công việc trong chùa hình như
làm không có hệ thống gì cả. Dù nhìn qua

thì sự việc có vẻ như vô tổ chức, một khi bạn bắt đầu tự hiểu nguyên lý nhất tâm, bạn sẽ nhận ra rằng chân lý – con đường mà mọi vật vận hành – là rất hệ thống.

Hôm nay chúng ta đang học cách để tạo Thiền trong đời sống hằng ngày và cách để làm cho nó tùy thuộc với chân lý của chính nó. Để tìm hiểu tâm chúng ta, chúng ta đang học làm mọi việc – bao gồm cả ngồi, đứng và nằm – một phần của việc hành Thiền. Chúng ta cũng học rằng không có khoảng cách giữa thiền ngồi, thiền đứng và thiền nằm. Nói cách khác, hành Thiền bao gồm tất cả những việc mà nói chung bạn cần làm trong cuộc sống hằng ngày – giữ trật tự xã hội, bảo vệ ý thức đạo đức, yêu thương tha nhân, giữ gìn lời nói, và giữ vững niềm tin. Theo cách này, đời bạn trở thành con đường tìm hiểu và kinh nghiệm chân lý.

Thật ra, tất cả chúng ta ở trong tiến trình của sự chết. Không bao lâu nữa, sẽ đến lúc chúng ta nằm vào quan tài. Bạn thật có nên phí thời gian để cần nhần và tranh cãi với người khác không? Nếu bạn cứ tranh cãi về Đại thừa, Nguyên thủy, đúng sai, hệ thống hay không hệ thống, thì khi nào bạn

mới bắt đầu dựa trên bản tâm và thực sự nắm được cốt tủy của nó?

Bây giờ là thời gian để bạn thăm dò lãnh vực vô hình, 50% của toàn thể. Bạn sẽ có thể dùng lãnh vực vô hình chung với lãnh vực hữu hình, là 50% khác của toàn thể. Chỉ sau khi bạn thực sự biết cả hai lãnh vực, bạn mới có thể thoát khỏi vòng tái sinh và có thể sống tự do không bị bất cứ ngăn ngại nào. Bạn nên cố gắng đạt được trí tuệ và cố khám phá cách để trở thành con người chân thực, nhưng làm sao bạn có thể biết lãnh vực vô hình nếu bạn cứ mãi khởi lên những tranh cãi không dứt? Trừ khi tư tưởng về ‘cái tôi’ chết đi, bạn sẽ không bao giờ có thể tiến vào cõi vô hình dù chỉ một bước.

Ngày xưa, Lục tổ Huệ Năng tuyên bố về cái mà chúng ta gọi là Chủ nhân Không: “Đâu ngờ tự tánh xưa nay thanh tịnh! Đâu ngờ tự tánh có sẵn trong mọi vật! Đâu ngờ tâm này không hề lay động! Đâu ngờ tâm này hay sanh muôn pháp!” “Tánh vốn thanh tịnh” này là bản tâm của chúng ta. “Không hề lay động” nghĩa là bản tâm của chúng ta đầy đủ một cách hoàn hảo như nó là. Và câu “Tâm hay sanh muôn pháp” chỉ ra rằng bản

thể của toàn vũ trụ được nối kết trực tiếp đến bản tâm của chúng ta, và rằng mọi vật trong vũ trụ vận hành với nhau không tách biệt. Với mấy câu này, ngài Huệ Năng đã tóm tắt những nguyên tắc mà từ đó tất cả thượng, trung và hạ giới làm việc với nhau.

Nếu bạn thực sự biết rằng tâm có sẵn và được nối kết trực tiếp đến toàn vũ trụ, tự nhiên bạn sẽ có thể chăm sóc mọi sự.

Bánh xe pháp có tám cãm: Bốn cãm biểu thị cõi hữu hình và bốn cãm biểu thị cõi vô hình. Vì thế bánh xe pháp với tám cãm của nó có nghĩa là mọi vật trong cả hai cõi làm việc với nhau tự do và tự nhiên. Mỗi một vật trong vũ trụ được nối kết trực tiếp đến bản tâm của chúng sinh, và vì thế mọi vật cộng tác với nhau như một. Nếu bạn thực sự hiểu điều này, bạn sẽ nhận ra rằng bản tánh của bạn xưa nay thanh tịnh, rằng tâm bạn vốn được ban cho mọi vật và viên mãn như nó là, và bạn cũng sẽ nhận ra rằng bạn có thể tự do gửi ra và lấy vào bất cứ gì qua tâm. Tất cả những việc này sẽ tự nhiên trở nên rõ ràng với bạn. Chúng vốn ở trong bạn: Không ai khác có thể lấy chúng khỏi bạn và không ai khác ban chúng cho bạn.

Tất cả những điều này bao gồm trong cái mà chúng ta gọi là Chủ nhân Không, bản tâm mà mỗi một chúng ta đã được phú cho, và nó được nối trực tiếp đến bản thể của mỗi một vật. Thế thì, Chủ nhân Không hoạt động bất nhị với mọi vật.

Khi bản thể của chúng ta, Chủ nhân Không, cùng hợp với bản thể của mọi vật khác và tất cả chúng hoạt động với nhau như một, chúng ta gọi đây là Nhất Tâm, hay Hanmaum. Nhất Tâm vượt trên so sánh với bất cứ gì khác và không thể bị chương ngại bởi bất cứ gì. Nhất Tâm luôn làm việc không ngừng. Mỗi vật trong vũ trụ được kết nối đến mỗi vật khác, và tất cả chúng cùng làm việc với nhau không tách biệt. Như thế, không có tôi, những người khác sẽ không tồn tại, và không có họ, tôi sẽ không tồn tại. Chủ nhân Không không chỉ là Chủ nhân Không của tôi, dẫn tôi trong mỗi khoảnh khắc cuộc đời, nhưng cũng là Chủ nhân Không của toàn thể, trong đó mọi vật được nối kết với nhau và đồng nhất như một. Sự làm việc với nhau như một tâm của mọi vật này được gọi là Chủ nhân Không Nhất Tâm (Hanmaum Juingong). Chúng ta cũng có thể gọi Chủ

nhân Không Nhất Tâm là một lò nung chảy, vì nó làm tan bất cứ gì bạn bỏ vào. Chủ nhân Không Nhất Tâm là nguồn của mọi năng lượng, vì thế cũng có thể gọi nó là thiết bị năng lực bên trong. Thật ra, Chủ nhân Không Nhất Tâm vượt trên văn tự, nhưng để giúp bạn đạt được nó, tôi phải cố gắng giải thích nó bằng nhiều mô tả khác nhau.

Đừng bận tâm về sự việc tốt hay không. Chỉ đưa mọi sự vào thẳng lò nung bên trong bạn. Bất cứ gì bạn đưa vào lò nung, sẽ bị tan chảy hoàn toàn và sẽ tự động tái sinh như vật mới. Khi bạn buông bỏ vật gì đó, đừng bận tâm về những gì sẽ trở ra. Đây chính xác là cách bạn phải từ bỏ. Sau khi bạn đã giao phó mọi vật, nếu bạn bắt đầu lo lắng về những vật sẽ tốt đẹp hay không, thì nó sẽ giống như bạn không đặt những vật thẳng vào lò. Do đó đừng bận tâm về những gì sẽ xảy ra sau đó, chỉ đặt mọi thứ vào lò nung bên trong bạn. Đây là việc duy nhất bạn phải quan tâm. Cư sĩ Buseol cũng giải quyết những vấn đề đối mặt với ông bằng cách đưa trực tiếp mọi vật vào lò nung bên trong ông ta. □

Những bài thuyết giảng của cư sĩ Buseol

Ngày xưa, có một phụ nữ không nói được. Năm cô mười chín tuổi, cô gặp tỳ-kheo Buseol, ngay lúc gặp ông, thành linh cô nói được lần đầu tiên trong đời. Khi ông bắt đầu rời đi, cô níu lấy ông và kêu lên, “Tôi có thể nói được vì ông! Nếu ông bỏ đi, tôi sẽ không sống được. Nếu ông không cưới tôi, tôi sẽ tự tử ngay khi ông đi.” Buseol tự nghĩ: “Ta sẽ là loại đệ tử nào của Phật nếu bỏ đi để cho cô ta chết? Ta làm ô nhục Phật và trái lời Phật dạy. Trước tiên, ta nên cứu sống cô ta. Làm sao ta có thể mong tiến bộ và cuối cùng đạt được giác ngộ nếu ta không đối mặt với những vấn đề ngay bây giờ ở trước ta?” Với cái nhìn này, ông từ bỏ đời sống tu hành và cưới cô ta. Một trái tim từ ái làm sao!

Một hôm, hai vị tăng đã từng tu tập với Buseol đến thăm ông. Vì ông đã kết hôn, họ coi thường và nói lời thô lỗ với ông. Tuy

nhiên, ông giữ điềm tĩnh và đón nhận họ một cách ấm áp. Ông đối xử tốt với họ và không bao giờ tranh cãi những sự việc mà họ đang nói. Thật là từ bi và trí tuệ sâu xa, ý nghĩa của những hành động của ông sâu thẳm như thế đó!

Tuy nhiên, Buseol cảm thấy không thể để họ rời đi mà không làm gì với những cái nhìn sai lầm của họ. Vì thế ông đổ đầy ba bầu nước và treo chúng thành hàng. Kế đó ông bảo hai vị tăng mỗi người đập vỡ một cái. Khi mỗi vị tăng đập bầu nước của mình, bầu vỡ và nước đổ xuống đất. Nhưng khi Buseol đập bầu nước của ông, bầu vỡ, mảnh rơi xuống đất, nhưng nước thì chỉ đông đưa ở đó. Nó được treo lơ lửng trong hình dáng cái bầu, như thể bị đông cứng. Khi hai vị tăng thấy thế, họ nhận ra rằng mình đã lầm về mức độ tu tập của Buseol. Sau chút suy tư, họ xin lỗi, nói: “Từ trước đến giờ chúng tôi chỉ lưu tâm về lý thuyết, không có cố gắng để đưa chúng vào thực hành. Hơn nữa, chúng tôi đã không bỏ sự ngoan cố và kiêu mạn khỏi lên từ ý nghĩ mình đã được học với rất nhiều đại thiện sư. Hãy tha thứ cho chúng tôi”. Rồi họ cúi mình thật sâu trước

Buseol, người chỉ giống như gã tiều phu nghèo nàn nào đó. Buseol bảo họ rằng thân vật chất giống chiếc bầu họ đập bể, trong khi bản tánh của họ giống như nước đang đông đưa trong không khí. Ông dạy họ rằng bản tánh của chúng ta tồn tại như nó là và không bao giờ bị trói buộc bởi bất cứ gì. Với việc này, hai vị tăng trở thành đệ tử của ông.

Giống như cư sĩ Buseol, những hành giả tu tâm không nên miệt thị người khác. Bất kể người bạn gặp có trí tuệ hay không, có năng lực hay không, thông minh hay không, dù là một hòn đá, một đóa hoa, hay một cây khô, hãy đối xử với chúng bằng một nụ cười và một trái tim rộng mở. Hãy tu tập miên mật, quảng đại và trí tuệ sẽ thuần thực từ đáy tim của bạn. Bạn phải nên nhìn tất cả chúng như chính mình. Bạn đã cư xử giống như họ khi bạn không biết gì tốt hơn; trong một tỉ năm tiến hóa, có nhiều khi bạn giống như họ. Họ là chính bạn. Khi bạn có lòng từ mẫn và yêu thương tất cả chúng sanh, bất kể họ là ai hay là gì, rồi thì bạn sẽ bắt đầu bước trên con đường đưa đến sự trở thành một con người chân thật, một con người đã thoát khỏi chính mình hoàn toàn. □

Tu tâm giống như
trèo lên một ngọn núi

Tiến trình tu tâm có thể ví như trèo lên ngọn núi. Trên đường đến đỉnh cao nhất, tưởng tượng chúng ta bắt gặp tất cả những loại hành lý khác nhau. Chúng ta có nên cũng mang những thứ này lên núi? Chỉ mang thân mình lên núi thôi đủ khó rồi! Chúng ta có nên vác tất cả những vật khác chúng ta bắt gặp? Không, chúng ta sẽ để lại chúng đằng sau và đi tiếp. Cũng thế, hằng ngày khi tu tâm, chúng ta phải buông bỏ mọi thứ chúng ta kinh nghiệm. Trong khi tu tâm, đôi khi người ta thấy hay nghe những việc gì đó mà người khác không thể,

nhưng điều này thường khiến tăng thêm sự hãnh diện và kiêu mạn. Cũng thế, trong khi tu tâm người ta bắt đầu thấy những thứ rõ nét, nhưng điều này cũng có thể làm họ rơi vào phân biệt tốt xấu, đẹp đẽ và ghê tởm để dàng hơn. Những loại phân biệt này sẽ làm gia tăng nhiều tham muốn. Những việc này sẽ làm bạn khó khăn nhiều hơn để từ bỏ những cố chấp và những tư tưởng về ‘tôi’, ‘cái tôi’ và ‘cái của tôi’. Trừ phi bạn buông bỏ những điều này, bạn không thể đạt đến mục đích. Vì thế, bạn phải buông bỏ mọi thứ và tiến về phía trước. Ngay cả hành lý chúng ta đã có từ lúc bắt đầu trèo – thân của chúng ta – cũng nặng đến nỗi chúng ta khó nhọc dưới sức nặng của một gánh lớn. Chúng ta không cần thêm bất cứ hành lý nào nữa. Nếu bạn cứ từ bỏ mọi thứ và tiến bước thì bạn có thể đến đỉnh núi. Lần đầu tiên đứng trên đỉnh núi, bạn có thể nhìn quanh và thấy mọi vật từ một tầm nhìn cao hơn. Nhìn tất cả mọi vật với nhau như thế hoàn toàn khác với nhìn từng vật một. Vì bạn có thể thấy toàn thể, bạn sẽ hiểu rằng cái gì xảy ra ở đây vì có cái gì đó xuất hiện ở kia, rằng cái gì xuất hiện ở kia là do có gì ở đây. Bạn sẽ thấy rằng nếu bạn nhấn xuống

nơi này, cái gì đó sẽ nổi lên ở kia, và rằng nếu bạn nhấn xuống chỗ kia, cái gì đó sẽ đáp ứng ở đây. Mọi vật làm việc với nhau như một toàn thể được kết hợp. Nếu bạn có thể thấy sự vật theo quan điểm này, bạn sẽ nhận ra rằng cuối cùng không có những việc như là giỏi và tồi, đàn ông và đàn bà, già và trẻ, tồn tại riêng biệt, rằng Đông và Tây không tách khỏi thế giới, rằng Phật giáo Đại thừa và Phật giáo Nguyên thủy không riêng biệt nhau. Không giàu và nghèo. Xa hơn, người có quyền lực và người không quyền lực không phải luôn như thế. Bạn sẽ nhận ra tất cả những điều này khi bạn có thể thấy cả hai lãnh vực hữu hình và vô hình chung với nhau.

Hơn nữa, khi bạn xuống núi, tự nhiên bạn nhận những gì cần từ những thứ mình đã để lại đằng sau, nhưng lúc này bạn nhận mà không nghĩ gì về việc nhận chúng. Vì lần này bạn nhận chúng vượt khỏi những dự định nhận, bạn có thể sử dụng chúng một cách tự nhiên, khi cần, không có tư tưởng nào về việc dùng chúng. □

Niềm tin không lay động

Để có thể học về từ bỏ và dựa trên bản tâm của chúng ta là một cơ hội rất quý hiếm. Cơ hội liên quan đến nghiệp để học về điều này là việc biết ơn sâu xa về nó. Cứ tu tập và kinh nghiệm với sự từ bỏ và giao phó đến khi bạn thấu suốt nó và có thể áp dụng vào đời sống hằng ngày. Cứ tu tập miên mật, và đạt được khả năng sống đời mình với trí tuệ và từ bi.

Không quan trọng bạn đọc bao nhiêu sách, hay nghe bao nhiêu bài giảng, và ngay dù bạn có thể thuật lại và nói về tất cả những điều này, cuối cùng cũng chẳng giúp bạn chút nào. Ngay cho bạn học kinh, bạn sẽ không thể hiểu ý nghĩa chân thật của từ ngữ chỉ khi bạn có thể hiểu tờ giấy trắng. Một

khi bạn có thể thực sự đọc những từ ngữ, bạn có thể thấy tất cả trí tuệ và chân lý của toàn vũ trụ chứa chỉ trong một từ... Vì tờ giấy trắng có nghĩa là trí tuệ của toàn thể, nhất tâm, và những từ ngữ miêu tả sự vận dụng của trí tuệ này. Làm sao bạn có thể thành Phật mà không có kinh nghiệm sự kỳ diệu của cả hai: nhận biết và có thể dùng trí tuệ của nhất tâm?

Buông bỏ ý nghĩ rằng tư tưởng hay tâm trạng nào đó đang gây trở ngại cho bạn, và buông bỏ ngay cả ý nghĩ rằng bạn phải thực hành miên mật; chỉ giữ niềm tin vững chắc, không lay động trong bản tâm bạn. Vì nó đã được ban cho mọi vật sẵn rồi, tất cả việc phải làm là tin vào nó. Tuy nhiên một số các bạn tự gắng sức quá một cách liều mạng cố tu tập, thường nghĩ, “Sao nó không hoạt động? Tôi được bảo rằng nếu tôi giao phó mọi vật, nó sẽ tốt đẹp. Nhưng tại sao nó không hiệu quả với tôi?” Nếu bạn phí sức như thế, thì khó mà tiến tới. Ngay khi con rết nghĩ, “Làm sao tôi có thể bò thật tốt mà không vấp tất cả chân này với nhau?” Tại lúc đó, những chân của nó trở nên rối loạn và không thể chuyển động. Có lẽ nói bạn cũng thế. Bị

vấp ngã bởi những tư tưởng của riêng bạn, bạn không tạo được sự tiến bộ trong tu tập, nhưng đây là lỗi của ai? Tôi cứ dạy người ta về sự quan trọng của từ bỏ dính mắc, cũng như cách để làm thế, nhưng họ vẫn không từ bỏ chúng. Ngay sau khi bạn từ bỏ vật gì, nó sẽ khởi lên bên trong bạn, chỉ bỏ nó lần nữa. Tuy nhiên, thay vì bỏ nó nữa, người ta thường bực bội về nó, nghĩ, “Tôi bỏ nó rồi, nhưng không có gì thay đổi.” Ngay tư tưởng từ bỏ không hiệu quả là thứ bạn phải từ bỏ và đưa đến bản thể của bạn, nhưng nhiều người không làm điều này.

Có một số người sống với thái độ, “Một người không thể chết hai lần. Cho dù trời sập, tôi sẽ bình tĩnh và đối phó với bất cứ gì khởi lên, và chỉ sống trong bất cứ hoàn cảnh nào giáp mặt, dù xấu.” Người như thế thì tốt hơn những người lo lắng này nhiều và cuộc sống của họ kết quả là OK. Nhưng một người đầy lo sợ và dính mắc nghĩ, “Dù tôi có từ bỏ những vấn đề của mình và giao phó chúng cho Chủ nhân Không, tại sao chúng không cải thiện? Chủ nhân Không, vui lòng giúp tôi!” Thái độ này không giúp gì cả, vì nó không thực sự từ bỏ. Nếu bạn

xin Chủ nhân Không giúp đỡ, thế thì bạn đã bắt đầu cho rằng Chủ nhân Không như là cái gì tách biệt khỏi bạn. Bản tâm của bạn là chính bạn. Tại sao bạn lại đối xử với nó như thể nó là vật tách biệt khỏi chính bạn. Hãy ngừng việc này! Khi bạn đã cảm thấy những việc đang hỏng, cách để chăm sóc những việc này là giao phó chúng đến chân tánh của chính bạn. Như ngài Huệ Năng đã nói, bản tánh của bạn vốn thanh tịnh! Tâm bạn được ban sẵn với mọi vật! Vì bạn hiện hữu, bạn đã được ban sẵn tất cả khả năng và trí tuệ! Vì bạn hiện hữu, bản tâm của bạn hiểu mọi vật và đáp ứng phù hợp! Bạn phải trải nghiệm và kinh nghiệm những sự thật này đến chỗ bạn hiểu chúng hoàn toàn và có thể tự do và tự nhiên áp dụng chúng trong bất cứ hoàn cảnh nào xảy ra.

Khi chúng ta khát, chúng ta chỉ đi lấy nước uống, phải không? Trong cuộc sống hằng ngày, nếu chúng ta cấp thiết cần việc gì đó, bản thể của chúng ta tự nhiên cung cấp cách giải quyết. Dù nó có thể không phải là gì chúng ta mong đợi! Bất kể chúng ta có giấc ngộ hay không, khả năng này đã có sẵn trong tất cả chúng ta. Chúng ta được

ban cho những khả năng tuyệt vời như thế! Chúng ta hoàn toàn chỉ như chúng ta là! Các bạn có thể đem vào hay gọi ra bất cứ gì cần. Tại sao có người nói, “Điều này quá khó, tôi không thể làm được,” mà không cố gắng kinh nghiệm hay cảm nhận cách tâm hoạt động? Thay vì cố gắng tự kinh nghiệm điều này, họ dành tất cả năng lượng cho những ý nghĩ về “tôi”, cho tham vọng của họ, và cho những dính mắc của họ.

Thí dụ, những người ngày nay thường rơi vào tình yêu quá dễ và kết thúc trong kêu khóc và thở than. Tuy nhiên đừng phí nước mắt vào những chuyện như thế. Nếu bạn rơi một giọt nước mắt, nó nên là có thể tuôn ra một biển từ bi và trí tuệ, và cứu vô số chúng sanh. Nếu bạn có thể sống đời mình với trí tuệ này, thì bạn không chỉ có thể đạt được giải thoát chân thật mà cả vũ trụ cũng giao chìa khóa cho bạn. Hãy nói về điều này trong kỳ tới, và dùng thời gian còn lại hôm nay để hỏi. □

NGƯỜI HỎI 1: Con biết ơn sâu xa về bài pháp của Thầy và sự giúp đỡ của Thầy cho mọi người. Con đã học Phật pháp nhiều năm. Con thường học kinh, nhưng những ngày này con đang đọc một lô về Thiền. Vì thế con hiểu một cách lý thuyết cách để trở thành một vị Phật. Tuy nhiên con đã không thể đưa điều gì vào thực hành và kinh nghiệm nó cho chính mình. Con nghĩ có nhiều lý do tại sao con không thể làm điều này.

Từ lúc trẻ, con đã cảm thấy cần thành công trong xã hội. Nhưng sau khi con bắt đầu học về Phật pháp, mục đích này dường như có chút ngớ ngẩn đối với con. Con dần dần mất hứng thú về vật chất. Những ước muốn con vẫn cảm thấy để thành công trên thế giới đã bắt đầu dường như tầm thường. Vì vậy con cảm thấy vài lúc căng thẳng. Có thể nào vừa tu tập Phật pháp và vừa sống tốt trong thế giới vật chất không?

SU BÀ: Tôi hiểu. Như tôi đã nói trước đây, hãy sống đời sống hằng ngày của bạn một cách chân thật và tử tế là hành Thiền

và chính nó là Đạo. Mọi vật trong lãnh vực vật chất kết thúc như những chiếc bầu bị vỡ trong truyện về Buseol. Thân chúng ta giống như bầu đầy nước, vì thế bản tâm chúng ta là nơi chúng ta cần giao phó mọi thứ. Bản tâm giống như lò nung. Nếu bạn chỉ việc giao phó nó những thứ bạn phải đối mặt, lò nung ấy sẽ làm tan chảy tất cả chúng và đưa trở ra thứ mới. Không cần lo lắng về cái gì sẽ được sản xuất sau đó. Chỉ cứ buông bỏ và giao phó cho đến khi tự chính bạn hiểu những khả năng của bản tâm mình. Chỉ làm điều này vô điều kiện, và trong mọi hoàn cảnh. Bất kể bạn muốn tự hiểu điều này bao nhiêu, bạn sẽ không thể tạo bất cứ tiến bộ nào cho đến khi bạn bắt đầu thực sự từ bỏ.

NGƯỜI HỎI 1: Tham vọng của con về tài sản không phải để được lợi ích cho riêng con, nó được dự định vì lợi ích người nghèo. Con vẫn phải từ bỏ nó sao?

SU BÀ: Khi chúng ta khát, chúng ta chỉ uống nước mà không nghĩ gì về uống. Khi chúng ta ăn và nói, chúng ta làm nó một cách tự nhiên. Khi bạn cho người khác vật gì, chỉ cho mà không nghĩ về cho, và tiếp tục tiến tới. Chỉ sống như thế. Một khi bạn

cho vật gì, kết thúc tại đó. Buông bỏ mọi tư tưởng về đã cho vật gì. Tại sao? Vì “TA” không tồn tại.

Một người đang hôn vợ khi con anh ta bước vào phòng và gọi anh, “Cha ơi!”. Anh ta buông vợ và bế con, nói, “Cha đây! Con đã núp ở đâu?” Khi anh ta đang bế con, mẹ anh ta từ phòng khác gọi anh. Anh để con xuống và đến với mẹ mình. Anh ta gặp ba người khác nhau. Anh ta có chỉ là một người trong mỗi lần không? Không. Anh ta là chồng khi gặp vợ, một người cha với con, và một người con với mẹ mình. Có ai trong những người này giống hệt người anh ta thực sự là? Không.

Những gì người ta nghĩ về ‘Tôi’ hay ‘Ta’ luôn luôn thay đổi và không bao giờ giống như cũ dù trong tích tắc, vì thế cái “Ta” được cho là trống không. Mọi vật trong cuộc sống của chúng ta là rỗng không, nó thay đổi mọi lúc. Chỉ giao phó tất cả nó cho Chủ nhân Không, vì đó là bản thể bất biến đang tạo ra mọi vật. Chủ nhân Không là cái cho phép mọi vật hoạt động với nhau như một, nhưng nó không phải là khía cạnh hay bộ phận tách biệt. Bạn chỉ có thể tìm

thấy nó trong chính bạn, nhưng nó được kết nối với mọi vật và vận hành như là một với mọi thứ. Vì thế xin đừng nghĩ, “Tôi đã làm điều này” hay “Bạn đã làm việc kia”. Thay vào đó, chỉ tu tập thoải mái, bỏ đi những ý tưởng “tôi từ bỏ” hay “tôi đã không từ bỏ”. Hãy sống trong khi hoàn toàn từ bỏ những ý tưởng như thế, và đến Trung tâm Thiền thường hơn. Hãy lắng nghe những gì chư tôn đức và những hành giả khác nói, và dùng đó như món ăn tinh thần đối với sự tu tập của bạn.

NGƯỜI HỎI 2: Một việc nghiêm trọng đã xảy ra từ lần cuối con có dịp gặp Thầy. Cha con qua đời, và chúng con làm tang lễ cách đây vài hôm. Con vẫn không biết có đủ để gọi mình là Phật tử, cũng không chắc về cách cư xử thế nào trước một đạo sư như Thầy. Điều chắc chắn là lòng tôn kính sâu xa của con với Thầy. Con đã đọc khắp triết Đông và Tây, và con khá tin tưởng sự hiểu biết của mình về những gì con đọc. Khi con nghe những Pháp thoại của Thầy, đối với con những bài giảng của Thầy rõ ràng chứa đựng những ý nghĩa sâu sắc của tất cả những

sách này, vì thế con muốn hỏi Thầy vài câu hỏi xảy ra sau khi con chôn cất cha con.

Trước tiên, Thầy đã nói rằng khi tu tập trong núi, Thầy cảm thấy những ngôi mộ biểu hiện yếu tính của vũ trụ và vì thế Thầy thường tu tập gần những ngôi mộ. Tại sao Thầy cảm thấy những ngôi mộ đó biểu hiện yếu tính của vũ trụ?

Thứ hai, hôm nay Thầy lại nói khi chúng ta biết về cõi vô hình, thực tại của phần 50% không thấy được, chúng ta có thể đi hết con đường đến đỉnh núi và có khả năng biết toàn thể, biết cả hai lãnh vực này và lãnh vực kia. Nếu cõi vô hình ám chỉ thế giới sau khi chết nơi mà những linh hồn cư ngụ, thì đối với người như con không thể thấy thế giới sau khi chết, con sẽ biết ơn nếu Thầy có thể nói cho chúng con những con quỷ thật sự là gì.

Thứ ba, những con cháu luôn luôn muốn tìm địa điểm tốt nhất để chôn cất cha mẹ họ. Truyền thống nói rằng bất cẩn khi dời mộ tổ tiên, hay sau đó chăm sóc không đúng cách, sẽ gây cho chúng con nhiều vấn đề. Con muốn biết điều này có thật hay không.

SU BÀ: Đôi khi những ngôi mộ được gọi là “Những đỉnh đồi” hay “Những nơi huyền diệu”. Ở Đại Hàn, chúng ta làm những ngôi mộ tròn, đúng không? Chúng ta làm những núi mộ hình tròn để biểu thị nguyên lý của vòng tròn, tâm toàn mãn, kết hợp ‘trước’ và ‘sau’ và nó cũng kết hợp mọi vật xuyên suốt trời đất đến một. Đây là lý do chúng ta chôn cất cha mẹ mình trong những ngôi mộ tròn. Vậy nếu cái tách này là ngôi mộ, mọi vật trong vũ trụ được chứa trong nó. Vì mọi vật không hai, những người nằm trong mộ và những người nhìn ngôi mộ không tách biệt. Để chỉ tính toàn bộ này, những ngôi mộ được làm tròn. Vì thế đôi khi chúng ta cũng gọi ngôi mộ là “Thâm sơn”. Nếu bạn nghĩ về điều này một cách sâu sắc, và thấy mọi vật bất nhị, thì đây là con đường đạt tới năng lượng và trí tuệ của vòng tròn và tâm toàn mãn. Mọi vật tùy thuộc bạn nghĩ thế nào.

Sống và chết không phải là hai; chỉ hình dạng bên ngoài biến mất, trong khi bản thể của nó vẫn như thế, vượt trên sống chết. Khi nước đông lại, nó thành băng. Khi băng tan, nó lại trở thành nước, vậy thôi. Giống như

sự tương quan giữa nước và băng, khi một người chết, anh ta hay chị ta là một thi hài – chỉ nhãn hiệu thay đổi. Người sống không tách biệt với người chết. Vì mọi vật không hai, vì tâm của quá khứ, hiện tại và tương lai không tách biệt, mọi vật được kết hợp với nhau như một.

Vì mọi vật được kết hợp với nhau và vận hành như một, thế giới chúng ta sống đây đôi khi được mô tả như tu viện của Phật. Mỗi một nơi chứa chân lý Phật dạy. Vì thế, đã lâu khi ai đó hỏi, “Tôi có thể tìm chân lý Phật dạy ở đâu?” Những thiền sư không đáp bằng lời. Một thiền sư vẽ vòng tròn; thiền sư khác vẽ vòng tròn và chấm một điểm giữa vòng; thiền sư khác bước qua một xác chết và đi vòng quanh ba bốn lần, và bỏ đi; thiền sư khác vẫn giữ yên lặng không làm gì cả. Làm sao ngôn ngữ có thể diễn tả sự sâu xa và hoàn hảo của tâm?

Như tôi đã nói trước đây một chút, người nhìn ngôi mộ và người trong mộ không phải là hai. Ngôi mộ tròn biểu thị rằng tâm “trước” và tâm “sau” được hợp chung với nhau. Nếu tâm bạn trở nên sáng, bạn sẽ tự biết điều này. Nếu bạn thực sự biết

rằng mọi vật không hai, bạn sẽ đạt được và có thể sử dụng năng lượng và trí tuệ của mọi vật đang hoạt động với nhau như một. Vậy xin hãy hết sức quán sát nguyên lý bất nhị trong khi giao phó mọi vật đến Chủ nhân Không của bạn.

Câu hỏi khác của bạn là gì?

NGƯỜI HỎI 2: Người ta thường tin rằng nếu chúng ta làm việc gì không đúng cách trong tiến trình dời thân của tổ tiên hay săn sóc một ngôi mộ, điều này sẽ gây một số vấn đề trong đời sống của chúng ta. Điều này có thật không?

SU BÀ: A! thế đó. Nếu bạn tu tâm, bạn không cần lo lắng về điều đó. Tu tâm nghĩa là hoàn toàn buông bỏ mọi sự – bao gồm tất cả những học thuyết như Đại thừa, Nguyên thủy, và những thứ khác – và quán sát chân lý mà mọi thứ vận hành như một. Vậy nếu bạn thực sự tu tâm, làm sao cách bạn săn sóc những ngôi mộ của tổ tiên bạn có thể gây những sự tốt hay xấu? Tâm không hình tướng. Bạn hiểu không? Vậy dù cho bạn đặt một ngàn linh hồn hay ý tưởng vào tâm bạn, hay đem chúng ra khỏi tâm mình, sẽ không có vấn đề gì, vì không có vật gì tách rời khỏi

bạn. Thực vậy, khi bạn tìm một nơi để chôn cất cha mẹ bạn, nếu bạn có một cảm nhận tốt về một chỗ nào đó, thì đó là nơi thích hợp để chôn họ. Sự tu tập này hoàn thành và bao gồm tất cả những lãnh vực khoa học như địa chất học, thiên văn học, y học, và vật lý học thiên thể. Nói cách khác, bạn đang học cách để sống thuận theo tiết tấu của chân lý và cách dùng năng lượng ấy một cách tự do. Vậy xin đừng đặt mình vào những trói buộc bằng những tư tưởng như thế.

Khi bạn biết từ kinh nghiệm, nếu bạn dựa trên những mê hoặc thành công hay tin vào những điều mê tín, bạn không thể làm dù công việc nhỏ nhất mà không lo lắng. Tuy nhiên khi bạn từ bỏ những ý tưởng mê tín như thế, cuộc sống của bạn sẽ ít phiền phức hơn và những sự việc đến với bạn thực sự sẽ có kết quả tốt hơn trước đây. Chỉ để kiếm sống, bạn phải chịu đựng rất nhiều phiền toái; ngoài ra, rất nhiều người sống không có bất cứ ý nghĩ nào về việc mình từ đâu đến, mình sẽ đi về đâu, hay làm sao để sống như một người thực sự. Trong những hoàn cảnh này, không đáng buồn vì đã phí đời mình vào những cảm giác tăng thêm lo

âu vì mê tín sao? Hãy buông bỏ mọi sự! Nếu bạn sống trong khi giao phó mọi sự cho bản thể của mình, mọi việc sẽ ổn thôi.

NGƯỜI HỎI 3: Con đã tự học về Phật giáo và đã có vài nghi vấn một thời gian, nhưng con không biết hỏi ai. Dù sao, hôm nay con đã đến Trung tâm Thiền Nhất Tâm lần đầu và muốn hỏi thầy về những việc này.

Hình như thế giới bị chìm ngập bởi cái xấu và đang trở nên hư hỏng hơn khi thời gian trôi qua. Ngoài ra dân số dường như gia tăng cân xứng với sự hư hỏng lớn lên của thế giới. Tuy nhiên, trong Phật giáo, chúng ta được nói là thật khó được sanh làm người, vì trước tiên phải tích lũy một lô đức hạnh để được thân người. Tại sao dân số cứ gia tăng khi đã nói rất khó tái sanh như một con người? Ngoài ra, trong các tôn giáo khác, người ta nói rằng Chúa tạo ra thế giới, nhưng Phật giáo giải thích thế nào về khởi thủy của thế giới? Theo những bài viết Phật giáo mà con đã đọc, tâm tạo ra sự hiện hữu của thế giới này. Trong Phật giáo, chúng ta được nói rằng tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, và bản tánh của con người là tinh khiết và thanh

tĩnh. Con muốn biết tâm tinh khiết và thanh tịnh này lúc khởi thủy khởi động cách nào, và làm sao nó tạo ra mọi thứ trong vũ trụ?

SU BÀ: Mọi vật trong vũ trụ được tạo thành bởi đất, nước, gió và lửa. Những sinh vật bên trong thân bạn cũng được làm bằng bốn yếu tố này. Hơn nữa, chúng ta sống bởi ăn đất, nước, lửa và không khí bên ngoài thân mình phải không? Thân chúng ta dựa trên bốn yếu tố này vì thân chúng ta khởi lên từ chúng. Cái tách trong tay tôi cũng do đất nước gió lửa kết hợp với nhau. Tất cả vật chất được hình thành bởi sự kết hợp của những yếu tố này. Khi bốn yếu tố này tách rời, chúng không thể sản sinh cuộc sống. Tuy nhiên, khi chúng kết hợp với nhau, chúng tạo ra một hình thể sống, và từ đây, tất cả chúng sanh bắt đầu phát triển.

Trong quá khứ xuyên qua vô số niên kỷ, có những lúc chúng ta làm việc tốt và những lúc chúng ta làm việc xấu. Có lúc chúng ta cư xử hiền rồ và có lúc chúng ta cư xử khôn ngoan. Khi sống như thế, chúng ta phát triển khả năng để khởi lên Một Tư Tưởng, để kết nối đến bản thể của chúng ta

và cộng thông với mọi vật khắp vũ trụ, và qua lực tiến hóa đó chúng ta tiến triển đến mức độ của con người.

Vì lực tiến hóa khởi lên từ tất cả kinh nghiệm tích lũy, chúng ta, con người được gọi là thú vật cao nhất. Hãy xem thí dụ về con thỏ. Khởi nguyên, chân của thỏ dài bằng nhau. Nhưng khi chúng chạy lên đồi, chúng không thể chạy mau vì chân dài bằng nhau, để chúng dễ dàng bắt mồi và ăn. Sau nhiều kinh nghiệm như thế, chúng khởi lên một ý nghĩ rằng “Chân trước chúng ta cần ngắn hơn một chút. Tôi mong chân trước của tôi không dài như thế.” Về sau, chúng sanh ra với chân trước ngắn hơn.

Hừm, nhiều bạn dường như không hiểu... Hãy xem thí dụ về giáo dục khi mang thai. Có một cặp vợ chồng, cả hai đều dễ coi, nhưng vì cả hai đều có phẩu thuật tạo hình. Khi họ sanh một bé trai, nó không được hấp dẫn, vì nó giống sự xuất hiện nguyên bản của cha mẹ nó.

Vì thế mọi người nói, “Tại sao cha mẹ dễ coi lại sinh ra một đứa bé vô duyên thế?” Tuy nhiên, khi bà vợ mang thai đứa thứ hai, ai đó bảo họ, “Đừng nghĩ về sự xuất hiện

nguyên bản của mình. Thay vào đó, hãy nghĩ về ông nội của bạn, người rất đẹp trai. Trong khi nghĩ về khuôn mặt và thân hình mạnh mẽ của ông, hãy coi như đứa bé chưa sinh của bạn. Hãy hình dung đứa bé sẽ xuất hiện như thế.” Lần này họ có một bé để coi giống hệt ông cố của nó.

Đây là lối làm việc của tâm. Tâm không có tay, không chân, không thân. Nhưng nó có thể đến được ngay cả một đứa bé chưa sinh. Khi bạn vẽ một khuôn mặt để nhìn với tâm mình, đứa bé sẽ dễ nhìn. Điều này có thể được vì ở mức bản thể tối hậu của chúng ta, tâm của đứa bé chưa sinh và tâm của cha mẹ nó không tách biệt nhau. Dù chúng ta già hay trẻ, đây không phải đòi sống duy nhất mà chúng ta muốn sống. Đừng nghĩ rằng không có đời sống kế tiếp. Ngay cả những chiếc lá rơi trong mùa Thu, trong mùa Xuân chúng sẽ xuất hiện. Tôi mong rằng bạn sẽ dùng tất cả khả năng tiến hóa của tâm để vẽ một hình thể tốt cho đời sau của bạn.

Phúc lợi của quốc gia cũng tùy thuộc vào cách chúng ta sử dụng tâm mình. Tổng thống và Nghị sĩ được chọn khi đa số phiếu

được bỏ cho họ. Cũng vậy, nếu tâm của nhiều người nghiêng về điều xấu, lực đẩy xấu này có thể gây ra mọi thứ tai họa và nhiễu loạn. Mọi sự tùy thuộc vào tâm! Cũng thế khi bạn dùng tâm khôn ngoan, bản thể vô hình biết tư tưởng đó và khiến nó bày tỏ vào thế giới, rồi mọi việc sẽ tiến triển thuận lợi.

Khi những hoàn cảnh chín muồi, những vấn đề khó khăn xảy ra trong thế giới này trên một vòng thường lệ, đôi khi nó hằng năm trăm năm, đôi khi nó hằng một ngàn năm, và đôi khi nó hằng một trăm ngàn năm. Chúng ta có tài sản và công nghệ không cân xứng với kinh nghiệm con người. Nhưng những việc này thường kết quả gây ra một lô những vấn đề vì trình độ tâm của chúng ta quá thấp để nhận và tiêu hóa chúng. Như thế chúng ta mất nhiều những lợi ích của công nghệ và những phát triển vật chất này. Công nghệ mở mang rất nhanh, nhưng chúng ta không thể điều khiển một cách thích hợp những thay đổi này vì sự mở mang tâm chúng ta không giữ tốc độ. Hãy nghĩ về một cái bát, nếu bát quá nhỏ, nó không thể chứa nhiều, và bất cứ gì nhiều hơn sẽ tràn ra và làm bẩn.

Đây là nguồn gốc của vấn đề. Do đó, chúng ta phải bắt đầu bằng cách làm cho tâm chúng ta rộng hơn và sâu hơn. Để làm điều này, chắc chắn phải buông bỏ mọi tư tưởng như là “Phật giáo Đại thừa”, “Phật giáo Nguyên thủy”, “Những việc này đang tiến triển tốt”, “Những việc này đang tiến triển xấu” hay “Tôi là người tốt nhất”,...

Hãy hỏi lại vấn đề này vào lần tới. Dù khi bạn đặt câu hỏi, hãy hỏi mà không nghĩ là hỏi. Rồi câu hỏi của bạn sẽ trở thành chất dinh dưỡng cho sự tu tập của tất cả mọi người.

NGƯỜI HỎI 4: Sau khi đọc một cuốn sách của Thầy, hôm nay con đến đây lần đầu để nghe pháp thoại của Thầy. Con trai con được sanh vào tháng năm vừa rồi. Con rất vui mừng, nhưng khi nó vừa được một tháng, nó bị bệnh đến nỗi như thể ở bên bờ sống – chết. Chúng con đến nhiều bệnh viện khác nhau trước khi cuối cùng nó được chẩn đoán là liệt não. Con cảm thấy rằng bệnh này phải là nghiệp quả của những việc sai lầm của riêng con. Làm sao con có thể trả nợ và cứu con của con? Con hoàn toàn bối rối.

SU BÀ: Tôi đã dùng thí dụ này trước đây: Vàng được giữ với vàng, sắt với sắt, bạc với bạc, và tảo với tảo. Cũng vậy, người có nghiệp giống nhau thì tụ hợp với nhau. Nhân quá khứ được kết nối trực tiếp với quả hiện tại. Người nhìn sự đau khổ và người đang đau khổ cả hai hợp với nhau và đau khổ vì nhân giống nhau họ đã tạo trong quá khứ. Không có ý thức nào hiểu thấu những gì đang tiếp diễn, họ tự nhiên được kéo vào nhau vì nghiệp giống nhau của họ. Cũng như tiếng ồn của hai bình va vào nhau, mỗi người của bạn đã góp phần vào tình trạng này, vì thế bây giờ cả hai đang kinh nghiệm khó khăn đó với nhau. Vậy thì làm sao chúng ta có thể giải quyết vấn đề được gây ra bởi hành vi trong quá khứ của chúng ta?

Hãy giao phó từng việc một đến chỗ bản thể của bạn, đến Chủ nhân Không. Bạn nên biết rằng toàn thể vũ trụ được kết nối trực tiếp đến bản tâm của mỗi người. Vậy hãy tin tưởng bản thể của bạn và giao phó mọi sự vào nó. Vì bệnh của con bạn đến từ bản thể như sự trừng phạt của nghiệp, bạn nên đưa nó về chỗ từ đó nó đến, chỗ bản thể. Giao phó bệnh tật của con bạn đến Chủ

nhân Không, biết rằng bệnh tật này khởi lên từ Chủ nhân Không, vì thế Chủ nhân Không có thể chữa lành nó. Rồi, như nước đổi sang thể khí, mọi vật sẽ thay đổi. Nghiệp gây nên sự đau khổ của bạn sẽ hoàn toàn biến mất. Khi bạn ngã xuống, bạn là một với người sẽ nâng bạn lên. Không có ai khác mang đến đau khổ cho bạn, cũng không có ai khác lấy nó đi. Bạn là người tạo nó, vậy bạn cũng là người có thể giải quyết nó.

Bạn phải đưa ngược vấn đề đến chỗ nó từ đó đến. Rồi những nghiệp thức đang gây vấn đề đó trong bạn sẽ được tái sinh như những Bồ tát. Khi điều này xảy ra, tất cả nghiệp gây ra cho bạn bị tổn thương, bị kết tội bất công..., sẽ biến mất cả. Thế thì tất cả những chúng sanh bên trong thân và não con của bạn sẽ trở nên lạnh lợi, đáp ứng và lưu thông năng lượng khắp toàn thân nó. Vậy tình huống của nó sẽ chứng minh. Đây không chỉ là lý thuyết. Tuy nhiên, con đường duy nhất để biết chân lý này là làm và cố gắng. Bạn phải tạo nỗ lực để áp dụng điều này cho chính mình, rồi thì bạn sẽ kinh nghiệm nó. Khi bạn đã kinh nghiệm điều này, niềm tin và sự chân thành của bạn sâu

hơn, và bạn sẽ biết, “A, nó đây! Mỗi một vật dù nhỏ hay lớn, tất cả đến từ chính tôi.” Vì bạn đến thế giới này, mọi vật trong đời bạn hiện hữu. Ngay cả những vật như “công án”, những câu dành để khuấy động sự giác ngộ, cũng hiện hữu chỉ vì bạn hiện hữu. Bạn là nguồn cội của mọi vật trong đời bạn, vì thế bạn là người có khả năng săn sóc tất cả nó.

Vài người than phiền rằng những việc tại chùa không được tổ chức tốt lắm, hay họ tranh cãi về những gì chúng tôi dạy ở đây là Phật giáo Nguyên thủy hay Phật giáo Đại thừa. Xa hơn, một số còn nói xấu tăng ni. Tuy nhiên, hãy nghĩ về tăng ni. Dù họ thi thoảng tạo lỗi lầm, họ đã bỏ lại đằng sau cha mẹ và anh em, và đã không lập gia đình. Trên con đường đến chân lý, họ bước đơn độc, mặc bộ đồ xám của những người quyết định thực hành trung đạo. Cư sĩ nuôi tóc dài và tạo dáng cho nó, nhưng tăng ni cạo láng tóc của họ. Tại điểm nào đó, họ quyết định ném hết mọi thứ và dứt khoát tu tâm để ngăn chặn mọi thứ khác, và trong khi làm như thế, là đã tạo một bước dài vĩ đại. Vì thế bạn có nên thực sự chỉ trích hay tìm lỗi của họ không?

Bất kể những lỗi lầm của họ, bạn nên cư xử như bạn là người quyết định tu tâm. Cư sĩ đạt được chứng ngộ, như Buseol và Duy Ma Cật, không bao giờ nói một lời chỉ trích tăng ni. Họ chỉ giúp tăng ni thức tỉnh. Tuy nhiên một số bạn nói xấu tăng ni rằng, “Hãy nhìn những thí dụ dành cho Buseol và Duy Ma Cật. Cho dù họ không cạo đầu, họ thực hành rất miên mật. Tăng ni ngày nay không xứng đáng.” Tôi mong rằng các bạn sẽ bỏ tâm phân biệt. Khi bạn thấy những chiếc y mà tăng ni mặc, hãy có một tâm khiêm tốn và kính trọng về phía họ. Khi bạn thấy tăng ni ấy không có gia đình, bạn không cảm thấy khiêm tốn bởi những gì họ đã hoàn thành sao?

Tại sao bạn không cảm thấy đồng tình chút nào với tăng ni? Trong trường hợp cư sĩ, người đàn ông và đàn bà chia sẻ đời sống với nhau và chăm sóc lẫn nhau. Họ giúp nhau những bữa ăn, lo lắng về quần áo của nhau khi thời tiết xấu, giữ ấm nhau ban đêm, và lấy ly nước khi người kia khát, còn tăng ni hoàn toàn một mình trên thế giới, không ai khác sẵn sóc khi họ đói hay lạnh. Nếu bạn ở trong tình trạng của họ,

bạn không cảm thấy thương mình sao? Dù bạn có một lô khó khăn trong cuộc sống, đời sống một tu sĩ không khó khăn hơn sao? Thế bạn không nên có vài thông cảm với họ sao? Dù cho không thể giác ngộ, dù họ quên bốn phận, cư xử tệ, ngay cả đánh nhau và gây gổ, nếu bạn nghĩ nhiều một chút về cuộc sống của họ, bạn sẽ cảm thấy thương họ nhiều hơn.

Giả sử anh hay chị bạn cạo đầu, bỏ nhà để trở thành tu sĩ. Nếu bạn thấy họ nỗ lực như thế để trở thành người giác ngộ, bạn không cảm thấy biết ơn họ sao? Nếu bạn nghĩ về chính mình kinh nghiệm những khó khăn như những tăng ni bạn thấy, bạn không bao giờ có thể nói xấu về họ. Nếu bạn cảm nhận sâu xa tình trạng của họ, tim bạn sẽ trải rộng đến họ như thể họ là con cái, cha mẹ, hay anh em của chính bạn. Tôi rất vui khi nhìn thấy pháp phục màu xám mà tu sĩ mặc. Bất kể họ là tu sĩ tốt hay không, bất kể họ đang làm việc giỏi hay không, tôi cảm thấy vui khi họ khoác bộ đồ xám.

Trong lá cờ của Đại Hàn, có một vòng tròn ở giữa được chia thành trời và đất, và ở mỗi góc lá cờ là một bộ có ba, bốn, năm

hay sáu đường. Lá cờ được vẽ như thế để chỉ rằng mọi vật trong vũ trụ là một toàn thể được kết nối. Tóm lại, nó có nghĩa là bản thể của vũ trụ là bản thể của nhân loại, và bản thể của nhân loại là bản thể của vũ trụ.

Vậy nếu bạn quyết định dựa trên và khám phá bản tâm của mình thì bất luận người bạn gặp không xứng đáng ra sao, bạn nên nhìn người đó như chính bạn, hãy nghĩ, “Đó là những gì ta đã có lần như thế, khi ta vô minh, khi ta còn đang học cách để trở nên một con người.” Nếu bạn có thể thực hành như thế, con bạn sẽ hoàn toàn bình phục.

Tôi thấy vài trường hợp giống thế khi tôi đang thăm nước Mỹ, ở San Jose và New York. Có một em bé đau khổ vì liệt não giống con bạn. Nó không thể cử động thân và hầu như bị hôn mê. Tuy nhiên, cha mẹ và chú của nó thành khẩn cùng cực trong việc giao phó tất cả cho Chủ nhân Không. Khi họ đem nó đến đây lần sau cùng, dù nó không hoàn toàn bình phục về thân thể, tôi thấy rằng nó đã trở thành một cậu bé đáng yêu và tò mò. Ai đã giúp nó trở thành như thế? Những kết quả tốt có thể xảy ra vì thành

viên gia đình nó cũng đang tu tập rất thành khẩn, và điều này kết hợp với tâm của tu sĩ. Nói chung, một tu sĩ khởi lên một tư tưởng tốt với ai đó, người đó cũng phải tu tập miên mật để sự kết nối được tạo ra giữa họ.

Nếu tâm bạn sáng chói, bạn có thể giúp người khác sống vui tươi. Nếu chỉ có một người trong gia đình thấu hiểu nguyên lý này của nhất tâm, người đó trở thành ngọn đèn trí tuệ cho phần còn lại của gia đình. Nếu tâm bạn sáng chói, thì ánh sáng đó chiếu lên người khác và làm rạng rỡ cuộc đời của họ. Vì thế người chung quanh bạn cảm thấy an tâm, và họ trở nên hài hòa hơn sống đời sống tốt. Không đủ để hiểu nguyên lý này một cách thông minh, bạn phải đặt nó vào thực hành và kinh nghiệm nó với chính mình bằng lòng tin vào Chủ nhân Không và giao phó mọi vật cho nó. □

Câu chuyện của Phật Bảo Liên Hoa
(Hoa sen quý giá)

Nếu không có câu hỏi nào khác, tôi muốn tiếp tục với một đề tài tôi đã nói cách đây không lâu. Khi chúng ta quan sát lãnh vực hiện tượng trong đó chúng ta sống, đôi khi bệnh tật, đau khổ, tai ương, chiến tranh, và nghèo đói dường như thỉnh thoảng xảy ra khắp nơi, và vào lúc khác, nó hoàn toàn biến mất. Bạn có biết tại sao không? Vì thế giới hiện tượng mà chúng ta sống luôn luôn được kết nối và hỗ tương tác động với pháp giới.

Hãy để tôi kể các bạn nghe một câu chuyện xưa. Hãy nghe cẩn thận, và đừng nghĩ đây chỉ là một câu chuyện. Ngày xưa có một anh trai và em gái được sanh cách nhau một năm, ở một gia đình rất nghèo. Khi những

đứa trẻ lên ba và hai tuổi, cả hai cha mẹ chúng đều chết trong cùng một năm, và những đứa trẻ mồ côi, lang thang khắp nơi. Một hôm, một vị tăng tìm ra chúng, và xúc động bởi điều kiện đáng thương của chúng, ông thu xếp một ngôi chùa để chăm sóc chúng. Bé trai được gởi đến tăng đường, bé gái được gởi đến ni đường, và ở đó chúng lớn lên.

Một đêm, khi bé gái được mười tám tuổi, một người đàn bà trông giống hệt cô bé thành linh xuất hiện trong một giấc mơ, và nói, “Hãy nghe cho kỹ, cách đây một trăm ngàn năm, một nhóm ác thần gây hỗn loạn lớn tại thiên giới nơi ta từ đó đến. Nếu sự hỗn loạn đó được phép tiếp tục ở thiên giới, ảnh hưởng xấu sẽ lan rộng khắp nơi, và thế giới này của các con cũng sẽ rơi vào hỗn độn. Bệnh tật và tai họa sẽ ngự trị, và thế giới sẽ sắp hủy diệt. Vào lúc đó chúng ta sẽ chế tạo một ngôi sao lớn gọi là Phật Bảo Liên Hoa. Điều này có thể ngăn ảnh hưởng xấu trải rộng trong thiên giới, và trong khi làm thế nó cũng cứu thế giới này khỏi hủy diệt. Từ nay con cần phải tu tâm cho miên mật để con có thể khôi phục Phật Bảo Liên Hoa. Vì có những tai ương phải chịu trong

năm trăm năm, và không có sự phục hưng của Phật Bảo Liên Hoa thì không thể tránh được chúng. Cứ tu tập miên mật. Rồi khi thời gian khó khăn đến, con sẽ có thể làm cho Phật Bảo Liên Hoa tái hiện.

Con sẽ biết những tai ương đã trở lại khi trời mưa liên tục đến nỗi người ta không thể thấy mặt đất lâu hơn, khi gió thổi mạnh đến nỗi nó lay động cả trời đất, khi sương mù và mây dày đến nỗi người ta không thể thấy mặt trời hay mặt trăng. Người ta sẽ mất người lãnh đạo và đi loanh quanh, hay sẽ xử sự như họ không có người lãnh đạo, hay chính người lãnh đạo không đếm xỉa gì đến người ta. Mọi người sống sót rất khó khăn. Hơn nữa tâm của người ta và những chúng sanh khác sẽ trở nên rất rối rắm và phiền phức một cách kịch liệt đến nỗi cha mẹ không chăm sóc con cái, và con cái bỏ bê cha mẹ, trong khi bệnh tật, tai họa, và chiến tranh sẽ lan khắp thế giới.

Như thế con phải tu tập bây giờ, thì khi thời gian khó khăn đến, con sẽ có thể khiến ngôi sao vĩ đại tái hiện. Nếu con có thể kết hợp tâm con với ngôi sao lớn, Phật Bảo Liên Hoa, nó sẽ sáng chói một lần nữa. Khi ngôi

sao tái hiện, ánh sáng của nó sẽ nâng đỡ toàn thế giới. Tuy nhiên, nếu con không thể làm điều này, thế giới có lẽ bị phá hủy hoàn toàn. Do đó, con phải tu tập rất miên mật và có thể làm được những gì ta nói với con.”

Dù người đàn bà đã nói rằng những việc này đã đang xảy ra trong năm trăm năm, năm trăm năm này có thể chỉ là một khoảnh khắc. Đối với người đang tu tập, năm trăm năm trong tương lai hay năm trăm năm trong quá khứ chỉ là một khoảnh khắc. Tuy nhiên đối với người không tu tập, năm trăm năm kéo dài năm trăm năm.

Trong giấc mơ, người đàn bà tiếp tục, “Nếu con có thể khôi phục ánh sáng lớn và cứu thiên giới, con cũng sẽ đem lại hòa bình cho thế giới này. Những tai ương của thế giới này sẽ dần dần giảm bớt, cuộc sống sẽ phồn thịnh và tất cả sẽ bình an.”

Nghe xong những điều này, người em gái hỏi, “Sau khi khôi phục Phật Bảo Liên Hoa, làm sao chúng ta loại trừ được cái xấu?” Người đàn bà trả lời, “Không có gì để loại bỏ. Hãy nghe cho kỹ, và ta sẽ giải thích: Mara, Ác vương tạo ra một số lớn ác thần, đặt chúng dưới sự chỉ huy của hắn, và rồi

dùng chúng để xâm chiếm thiên giới. Nếu thiên giới bị chìm đắm trong hỗn độn, nhân thể cũng rơi vào hỗn loạn. Tuy nhiên, nếu thiên giới được bình an, nhân thể cũng trở nên bình an. Số ác thần này tăng trưởng ngày càng rộng lớn vì tâm xấu của chúng gây thêm nhiều cái xấu hơn nữa. Và cái xấu mới lại gây ra cái xấu hơn... Tuy nhiên khi ngôi sao vĩ đại tái hiện, nó bao trùm mọi vật và chiếu sáng tất cả. Một khi điều này xảy ra, những ác thần này yếu ớt và tan biến. Chúng hoàn toàn biến mất, chúng không thật sự là những sinh vật có thể chất. Khi ánh sáng bao trùm chúng, tâm xấu của chúng đổi thành tốt và tất cả chúng trở thành một. Giúp chúng thay đổi như thế là lòng từ bi chân thật”.

Có thể cái xấu đó biến mất hoàn toàn vì nó giống như một cái bóng, nó không phải là cái gì hiện hữu thật sự.

Người đàn bà trong giấc mơ tiếp, “Khi tâm con người trở nên lầm lẫn, và cái xấu có khuynh hướng gia tăng, những tai ương này có thể lại xảy ra. Chúng có thể xảy ra hàng ngàn năm hay hàng tỉ năm. Toàn thể giới sẽ rơi vào hỗn loạn và bị hủy diệt, hay nó có thể trôi dạt sau đó. Nó có thể bị phá

hủy bởi hỏa hoạn và lũ lụt, hay những việc này có thể hoàn toàn được ngăn chặn. Chỉ có duy nhất một việc có thể chăm sóc tất cả những vấn đề này – tâm.”

Nếu bạn hoàn toàn hiểu tâm vận dụng thế nào và có thể kết hợp tâm mình với tâm người khác và nếu bạn có thể làm sâu trí tuệ của mình hơn và tiếp tục tu tập, thì bạn có thể kết hợp tâm mình với cả những ngôi sao lớn ở thiên giới. Khi bạn có thể làm điều này thiên giới sẽ trở nên bình an và sung túc, và nó cũng làm cho thế giới này trở lại bình an và sung túc. Khi rối loạn xảy ra trên thiên giới, như thể rối loạn đó đang xảy ra trên mái nhà của chúng ta. Sự rối loạn này trên thiên giới gây ra tất cả những vấn đề trong cõi của chúng ta – gió thổi và những cơn bão bụi nổi lên, đất sụp xuống và nước trào lên, và con người trở nên rối loạn và không còn cư xử như loài người. Điều này có thể được gọi thời kỳ kết thúc, suy đồi, hay ngày tàn của thế giới. □

Đặt mọi thứ vào lò nung
bên trong bạn

Nếu bạn quyết định tu tâm, đừng để tâm mình rơi vào những tư tưởng phân biệt, bạn không cần tạo những phân biệt như là “Phật giáo Đại thừa” hay “Phật giáo Nguyên thủy”, “hệ thống” hay “không hệ thống”. Ngay cả những tư tưởng này cũng là một loại vọng tưởng, vì thế đừng để chính mình bị chúng lôi kéo. Việc duy nhất bạn cần làm là đặt mỗi một vật vào lò nung bên trong bạn, vào Chủ nhân Không. Dù những vật này tốt hay xấu được cân bằng trên một tư tưởng độc nhất. Chúng có thể thay đổi mau hơn một khoảnh khắc. Vì thế khi những vật đưa ra tốt, hãy từ bỏ chúng với lòng biết ơn. Và khi những vật không tốt, từ bỏ chúng, hãy biết, “Chủ nhân Không chăm sóc mọi

việc, vì thế chúng sẽ được đưa ra tốt nhất.” Dù khi bạn đau khổ hay đau ốm, bạn nên giao phó nó, hãy nghĩ, “Chỉ Chủ nhân Không có thể chữa bệnh của tôi.” Nếu như bạn đau khổ vì nghèo, bạn nên giao phó nó với ý nghĩ rằng “Chỉ Chủ nhân Không có thể giúp tôi khá hơn.” Nếu bạn có thể làm thế, thì có thể nó sẽ giúp tất cả những sinh vật bên trong thân bạn tiến hóa, và bạn sẽ có trí tuệ và khả năng sống giải thoát và tiến tới trước với một nụ cười.

Đừng tự dính mắc với những gì người khác nói về nguyên lý của nhất tâm. Hãy buông bỏ khi bạn biết lý do của sự việc, và buông bỏ khi bạn không biết lý do, và chỉ đi tới không bám víu vào vật như thế. Đời sống của chúng ta giống như đám mây trôi chỉ tồn tại trong thoáng chốc. Mọi vật thay đổi hình tướng mỗi khoảnh khắc, và sự thay đổi và trôi chảy này tự nó là chân lý.

Dù một chai đầy nước bị bể, nước đó vẫn tồn tại, phải không? Nó chỉ thay đổi hình dáng và trôi chảy tự nhiên. Mọi vật trôi chảy giống thế, chỉ như chúng là. Bạn sẽ không thể sống khác. Bạn nên luôn biết ơn bốn yếu tố đất nước gió lửa. Chúng ta nên

cảm thấy biết ơn mỗi một vật trên thế giới. Mỗi một vật là thầy của chúng ta.

Đường như không có câu hỏi nào thêm hôm nay. Lần sau chúng ta gặp, nếu bạn có câu hỏi gì, nhất định hãy hỏi tôi. Dù tôi dạy bạn từ bỏ mọi vật, đừng nghĩ rằng nó có nghĩa là bạn không nên hỏi những câu hỏi. Có một câu nói xưa rằng dù khi đi qua cầu đá, bạn cũng nên thử trước khi qua. Dù bạn có thể nghĩ đã biết câu trả lời, bạn vẫn có thể hỏi một lần nữa, cả hai để kiểm tra sự hiểu biết của bạn và vì lợi ích cho người không thể biết. Hãy buông bỏ tất cả những ý tưởng và suy nghĩ về việc hỏi những câu hỏi, và chỉ làm nó.

Dù chúng ta không thể thấy điện đến và đi, đèn vẫn bật lên. Cho dù bạn có thể thấy dây điện, bạn không thể thấy dòng điện chuyển động. Cũng thế, bạn không thể thấy tâm con người đến và đi. Hãy hiểu biết thông suốt cái tâm vô hình này vận hành thế nào, và hãy sống khôn ngoan. Tôi mong rằng bạn sẽ học để áp dụng lòng từ của bạn qua cả hai lãnh vực hữu hình và vô hình, và tôi cũng mong rằng bạn sẽ đưa vào thực hành và tự kinh nghiệm những gì đã học hôm nay. Bây giờ hãy ngừng ở đây. □

BUÔNG BỎ VÀ QUAN SÁT

Chủ Nhật, 18 tháng 3 năm 1990

Một lần nữa, chúng ta gặp nhau ở đây như những hành giả thân hữu. Hôm nay tôi muốn nói về sự kiện chúng ta phải đưa sự hiểu biết của chúng ta vào tu tập và áp dụng nó trong mọi phần của cuộc sống hằng ngày. Tôi muốn nói về điều này, vì trước khi cố gắng thành Phật, Bồ tát, hay là bậc Pháp khí, trước hết chúng ta phải học để trở thành một con người chân thật.

Khi mọi tư tưởng của chúng ta trở về và khởi lên từ nơi nguồn cội, đây được gọi là cốt tủy của thiền định. Nếu bạn đạt được cốt tủy của thiền định, bạn cũng sẽ nắm được cốt tủy của giới luật, không chỉ riêng những

người tu nắm giữ cốt tủy của giới luật. Như tôi thường nói với các bạn: Đối xử tử tế với người khác, không tạo phân biệt. Hãy xem cái đau của họ như cái đau của mình, và xem họ như con cái, cha mẹ, và anh em của mình. Đừng nhìn ngay cả một cội cây như vật gì tách biệt khỏi bạn. Trong khi làm như thế, bạn sẽ đạt được trí tuệ và trở nên tự do khỏi mọi dính mắc. Rồi mọi người khác sẽ trở nên tự do cùng với bạn. Không có người nào xấu sẵn. Đúng hơn, tất cả hành động xấu là kết quả của vô minh. Người ta dính vào những hành động xấu vì vô minh, và rồi, trong nhiều cách khác nhau, họ đau khổ vì hậu quả của những gì họ đã làm.

Như có lần tôi đã nói, quá khứ không tồn tại vì nó hiện hữu trong hiện tại, và tương lai không tồn tại vì nó chưa đến. Hãy phân tích một trái dưa hấu. Đây là hạt giống đã được trồng và lớn lên trong trái dưa hấu? Bây giờ hạt giống đó tồn tại trong trái dưa, bạn không thể tìm nó ở đâu khác. Nếu bạn trực trặc khi hiểu sự phân tích này, thì bạn chưa thể nhận biết căn đế của chính bạn. Như một cội cây không thể thấy rễ của nó, bạn có thể không biết cội rễ của bạn. Khó

tìm ra nó, vì không giống rễ cây, cội rễ của con người không phải là một vật cụ thể mà bạn có thể thấy bằng mắt. Tại sao chúng ta gắng sức, tìm bên ngoài hạt giống quá khứ, Phật tánh của chúng ta, khi hạt giống đó đã luôn ở trong chúng ta?

Để khám phá Phật tánh của bạn, hãy ngưng bám vào kiến thức thông thái hay vào ý tưởng rằng những vật phải được tạo ra trong một cách nào đó. Và sự ngồi thiền suốt ngày dài không thể giúp được gì. Chân lý tối hậu hiện hữu mọi nơi và vận hành không ngừng. Bạn nên thấu hiểu rằng mọi vật khởi nguyên và kết thúc cùng một chỗ, bản thể của bạn. Mọi vật bạn bắt gặp được làm bởi nơi đó. Mọi việc bạn làm được làm bởi nơi đó. Bạn phải tuyệt đối biết điều này. Vì bạn hiện hữu, mọi vật trong thế giới của bạn hiện hữu, và tất cả sinh vật trong thân bạn hiện hữu.

Có lần Bồ tát Văn Thù hỏi cư sĩ Duy Ma Cật, “Nghệp gì làm ông bệnh, và làm sao có thể chữa trị nó?” Duy Ma Cật trả lời, “Khi tất cả chúng sanh trong thân tôi được chữa lành, tôi cũng sẽ không lành bệnh sao?” Điều này có nghĩa là khi bạn kinh nghiệm và

áp dụng những lời dạy này cho bạn, xuyên qua thân bạn, trí tuệ tự động khởi lên. Đừng nghe điều này như một lý thuyết, bạn phải đạt được ý nghĩa đằng sau nó. Rồi Văn Thù hỏi, “Tại sao phòng này trống không, tại sao không có ai giúp ông?” Duy Ma Cật trả lời, “Mọi cõi Phật cũng đều trống không, và tất cả ngoại đạo và chúng ma đang giúp tôi”.

Thế thì tại sao lại nói rằng sự vật không trống rỗng cũng không hiện hữu? Bởi vì mọi vật thay đổi từng khoảnh khắc, không có tự tánh đặc biệt để bạn có thể tuyên bố là chân tánh của bạn. Như thế, được nói rằng tất cả là không. Nói cách khác, mọi vật là không vì dù chúng có một sự tồn tại, tất cả chúng thay đổi liên tục. Cũng thế, mọi chúng sanh trong cả hai cõi hữu hình và vô hình sống với nhau, chia sẻ và học hỏi với nhau, không phân biệt ngay cả chư Phật và những chúng sanh không giác ngộ. Đó là lý do Duy Ma Cật nói rằng tất cả ngoại đạo và chúng ma đang giúp ông.

Thí dụ, có một câu nói, “Nước và núi không tách biệt, vì thế nước hiện hữu như nước, và núi hiện hữu như núi”. Mọi vật có vai trò riêng để thực hiện, nhưng tất

cả chúng làm việc với nhau như một. Dù chúng làm việc với nhau như một, chúng cũng hiện hữu tách biệt. Mỗi thứ có sự xuất hiện khác nhau, kinh nghiệm khác nhau, và ở một nơi khác nhau trong đời nó. Những vật thuộc tách được đặt với tách, những vật thuộc đĩa được đặt với đĩa, và những vật thuộc bát được đặt với bát. Mỗi chỗ chứa được dùng tự nhiên, theo mục đích của nó. Nếu bạn không hiểu nguyên lý đơn giản này, mọi việc sẽ dường như phức tạp. Chân lý áp dụng cho một vật, cũng áp dụng cho tất cả vật khác. Không có gì hiện hữu tách khỏi mọi vật khác.

Người ta dùng những tên của những vị Bồ tát khác nhau để mô tả tâm của Phật, nhưng đó là chính họ đóng vai trò của Bồ tát và những vai trò của Hóa thân Phật. Khi bạn nhìn vào những Pháp đường, bạn có thể thấy người ta đặt ngài Văn Thù một bên, và Bồ tát Phổ Hiền một bên. Tuy nhiên, theo lối mà mầm, dưa hấu và hạt giống không tách biệt; cũng thế Phật tánh, Văn Thù và Phổ Hiền cũng không tách biệt. Phật tánh là đức Phật hiện hữu trước bất cứ tư tưởng nào khởi lên. Khi một tư tưởng khởi lên từ bản

thể của chúng ta, nó trở thành Văn Thù, hiện thân của Pháp. Và khi tư tưởng đó biểu hiện ra bên ngoài, nó trở thành Phổ Hiền, hiện thân của sự biến hóa. Nói cách khác, khi bạn lặng lẽ, bạn đang ở trong trạng thái trước khi những tư tưởng khởi lên. Khi bạn phát ra một tư tưởng qua bản thể của mình, bạn trở thành hiện thân của Pháp, và khi bạn hành động theo tư tưởng đó, bạn là hiện thân của biến hóa.

Thí dụ, nếu bạn vấp và té, bạn tự vùng dậy và phủi bụi. Trong khi làm thế, chính bạn trở thành hiện thân của Phổ Hiền. Nếu bạn giúp ai khác đứng dậy, bạn cũng trở thành hiện thân của Phổ Hiền. Và nếu bạn giúp người khác qua tâm, qua lãnh vực vô hình, bạn lại trở thành Phổ Hiền. Chỉ vai trò của bạn trong tương quan với người khác thay đổi, khi đối với cha mẹ, bạn trở thành một đứa trẻ, khi bạn đối với con cái của mình, bạn trở thành cha mẹ.

Bạn phải thấy cốt tủy bên dưới. Dù bạn đọc kinh, bạn phải có khả năng thấy cái cốt tủy nằm bên dưới nó. Rồi bạn sẽ có thể thật sự đọc nó. Và khi bạn có thể đưa một câu vào thực hành trong cuộc sống hằng ngày,

bạn có thể trở thành một con người chân thật và là một Phật tử thật sự. Như trước đây tôi đã nói, khi bạn nói với con cái mình, hãy nói một cách lịch sự, và đối xử với chúng bằng tâm bất nhị. Hành động đơn giản này là bước đầu trên con đường trở thành Bồ tát.

Một hôm, Văn Thù hỏi, “Vì sao nói mọi vật là không?”

Duy Ma Cật trả lời, “Vì mọi vật vốn là không”.

Văn Thù hỏi, “Làm sao có thể kinh nghiệm được trạng thái rỗng không, cái mà đã vốn không?”

Duy Ma Cật trả lời rằng, Văn Thù có thể kinh nghiệm trạng thái rỗng không nếu ngài không phân biệt giữa “không” và “chẳng không”.

Văn Thù nói, “Thế tôi có thể tìm rỗng không ở đâu?”

- Rỗng không có thể tìm ở 62 kiến chấp.
- Tôi có thể tìm 62 kiến chấp ở đâu?
- Trong giác ngộ của Phật.

Cuối cùng, Văn Thù hỏi, “Giác ngộ của Phật ở đâu?”

Duy Ma Cật trả lời, “Trong tâm của chúng sanh”.

Nói cách khác, toàn thế giới có thể tìm trong Nhất Tâm. Vì thế, tất cả vật bạn tìm kiếm là ở trong một tâm của bạn.

Nhớ lại những gì tôi đã nói: “Vì bạn hiện hữu, vì những cây bé nhỏ, và sâu bọ hiện hữu, tôi có thể biết, cảm nhận, và kinh nghiệm chân lý. Như thế, mọi người là bạn tôi, pháp hữu của tôi và thầy của tôi.” Tất cả các bạn kinh nghiệm những việc khó khăn trong đời như lo âu, nghèo đói, và bệnh tật. Chăm sóc tốt con cái là rất khó, như chăm sóc chính mình. Có rất nhiều việc khó khăn bạn phải làm. Tuy nhiên, nguyên lý này dẫn đến lợi ích và phát triển to lớn. Nếu bạn hiểu dù một chút xíu về nguyên lý sâu xa này, và dần dần áp dụng vào đời sống hằng ngày, bạn sẽ có sự điềm tĩnh trong cuộc sống và sẽ cảm thấy bình an và giải thoát.

Khi tôi thấy những gì con người phải đối mặt, cả từ bên trong lẫn bên ngoài, dường như có nhiều vấn đề áp đảo họ. Có những vấn đề liên quan đến di truyền, đến nghiệp, và đến tài sản tinh thần, cũng như những vấn đề hằng ngày như tiền bạc và xung đột gia

đình. Làm sao có thể giải quyết những việc này? Bạn nên giao phó mọi việc bạn gặp phải cho bản thể của bạn. Đó là nơi duy nhất có thể thực sự giải quyết vấn đề của bạn. Hãy kiên quyết giao phó mọi sự khởi lên cho bản thể chính mình, Chủ nhân Không, và cứ ngắm nhìn. Đây không phải cầu nguyện vật gì bên ngoài bạn đối với một hậu quả hay sự việc. Khi bạn giao phó mọi việc với niềm tin kiên định, kết quả là gì? Nghiệp tiêu, tập khí nhiều đời tan chảy, và bạn khám phá ra chân ngã của mình. Nếu bạn đưa mọi việc bạn gặp phải vào bản thể của mình, nó sẽ tự động được chăm sóc.

Thí dụ, khi ai đó bị phiền phức bởi một tâm bệnh, một số người có thể vội vàng kết luận rằng một linh hồn đã chiếm hữu tâm người đó. Nếu bạn trọn niềm tin rằng chỉ chân ngã bên trong bạn, Chủ nhân Không, có thể hướng dẫn bạn, thì làm sao vật gì khác có thể vào trong bạn? Cho dù có sẵn một số quỷ bên trong bạn, bạn phải từ bỏ tư tưởng rằng nó ở trong bạn. Nếu bạn không thể từ bỏ tư tưởng đó, làm sao linh hồn đó có thể rời bạn? Cũng vậy, tại sao bạn nghĩ rằng linh hồn hay người khác

khác biệt với bạn? Cho dù một linh hồn đi vào trong bạn, nó vẫn giống như nhỏ một giọt nước vào bát nước. Tôi đã nói điều này nhiều lần, nhưng người ta đã phí nhiều năm đau khổ và có nhiều khó khăn trong đời vì họ không từ bỏ những ý tưởng cứng nhắc riêng của họ.

Tâm không có sự giới hạn. Cho dù một linh hồn nhập vào ai đó và cố thống trị, chúng ta nên hiểu rằng tất cả chúng sanh vẫn được chứa đựng trong một tâm, trong Nhất Tâm. Tại sao chúng ta cho rằng tâm của linh hồn đó tách biệt khỏi tâm của chúng ta? Chúng ta có thể đạt đến nguyên lý này chỉ khi chúng ta không còn nhìn bất cứ vật gì như đang tách biệt khỏi chúng ta nữa. Cho dù mười linh hồn nhập vào ai đó, người đó nên dựa chắc vào Chủ nhân Không, hãy nói với bên trong chính mình, “Tất cả vật là một, vì thế đừng quan tâm những gì xảy ra, đó vẫn là Chủ nhân Không đang coi sóc chúng. Chủ nhân Không của tôi là người mà có thể chỉ dẫn đúng đắn thân này!” Một tư tưởng dựa trên Chủ nhân Không này quan trọng hơn thực hiện một trăm nghi lễ.

Sự thiếu trí tuệ gây ra đau khổ cho con người. Dù có tiền, bạn phải biết cách khôn ngoan để giữ nó. Thực vậy, học để sử dụng tiền khôn ngoan quan trọng hơn biết cách kiếm ra nó. Nếu bạn không sử dụng khôn ngoan, đời bạn sẽ là một cơn gió lốc của rối loạn và đau đớn.

Bạn không bao giờ nghe tôi nói với ai rằng sự khó khăn hay nghèo khổ của họ là trả nợ những hành động xấu của họ trong quá khứ, phải không? Đây là vì những khó khăn người ta có trong đời sống được gây bởi những trình độ tư tưởng của họ. Lý do bây giờ bạn đang đau khổ không phải vì nghiệp xấu bạn tạo trong quá khứ. Bạn đang đau khổ vì bạn không biết chân lý. Hãy nhắc nhở chính mình, “Dù mười linh hồn đang sống trong tôi, tôi vẫn là chủ nhân của đời tôi và có thể chăm sóc mọi sự.” Nhưng đừng hoàn toàn bỏ lại nó như những ngôn từ thôi. Bạn phải chân thành tin tưởng rằng Chủ nhân Không, ông chủ bên trong, có thể chăm sóc mọi tình huống này, bảo đảm rằng chúng sẽ có kết quả tốt nhất. Hầu hết người ta không thể bắt đầu tưởng tượng quyền lực của bản tâm, chân tánh của họ. Vì tâm không có giới

hạn và không tách biệt khỏi bất cứ vật gì, tâm có thể đi và trình hiện khắp nơi, vượt cả trái đất và vũ trụ.

Không phải vì núi quá cao mà tâm không thể vượt qua, và không phải vì nước quá sâu mà tâm không qua được. Không phải vì núi bạc, vách sắt quá dày mà tâm không thể xuyên qua. Chính cách sử dụng tâm bạn làm giới hạn và ngăn chặn bạn. Mọi hướng đều rộng mở. Hãy để tất cả tâm đi con đường trung đạo. Hãy để tất cả tâm học dùng cả hai lãnh vực hữu hình và vô hình.

Tôi thường lưu ý năm thần thông: Túc mạng thông, tha tâm thông, thiên nhãn thông, thần túc thông, và thiên nhĩ thông. Tuy nhiên không có gì phi thường về những khả năng này vì mỗi bạn có chúng bên trong chính mình – bạn chỉ dùng công nhận chúng. Ngày nay, cũng có nhiều máy móc vận hành như những quyền lực này, như là radio, máy bay, máy vi tính, và viễn vọng kính.

Một thí dụ về những loại máy móc này là hệ thống radar. Có nhiều thành phần khác nhau, mỗi thứ đang thực hiện vai trò riêng của nó, trong khi làm việc như một phần

của toàn thể. Năm thần thông cũng giống như thế. Nếu lậu tận thông (trạng thái nơi người thoát khỏi tất cả mọi vật gây đau khổ) là toàn thể hệ thống radar, thì ngũ thông giống như những máy móc khác được gắn vào hệ thống. Tuy nhiên, không giống như máy, khả năng rộng lớn và sâu xa của nhân loại vận hành tự động, tùy thuộc tư tưởng chúng ta cho khởi lên.

Tất cả những điều này có thể vận hành vì sự nâng đỡ của tâm mà tất cả chúng ta có. Dù nó không chuyển động, nó làm cho mọi vật biểu hiện và vận hành. Như vậy những vật tùy thuộc tư tưởng của chúng ta. Thí dụ, một tâm rộng mở và hào phóng giống như chất nhờn: nó cho phép mọi vật chuyển động trơn tru. Trái lại, một tâm nhỏ hẹp giống như gỉ sét: nó hạn chế chuyển động và ngăn cản hệ thống vận hành tốt.

Vậy thì, những vật trong đời bạn có thể đi một cách trơn tru và tự do, nhưng để cho việc này xảy ra bạn phải đưa mọi vật bạn gặp vào bản thể của bạn. Nhưng, khi tôi nói, “Hãy giao phó mọi vật cho bản thể của bạn”, người ta cứ hỏi tôi tại sao và cách nào mà không chịu nỗ lực để thử và làm điều này.

Ngay khi sự việc tiến triển thuận lợi, bạn vẫn nên buông bỏ tất cả điều này vào bản tâm của bạn, với sự biết ơn. Nếu sự vật không theo đúng dự định của bạn, bạn nên giao phó những việc này cho bản tâm với ý nghĩ, “Đó là bạn, Chủ nhân Không, người làm sự việc trở nên tốt, và cũng chính bạn khiến sự việc không theo lối bạn muốn. Bạn là người có thể chăm sóc mọi việc”. Giao phó tất cả trạng huống trong đời bạn như thế. Một khi vật được đưa vào, nó vận hành tự động theo cách bạn đưa vào. Tất cả việc xấu, việc tốt, việc điên khùng, và những việc thông minh bạn đã làm, được đưa vào một cách tự động, và cuối cùng sẽ trở lại với bạn. Nhưng một số người vẫn cần nhắc rằng nguyên lý này quá khó hiểu. Những sự việc khởi lên từ bên trong tâm bạn hay đến từ bên ngoài được ghi chép lại một cách tự động bên trong bạn, tùy theo cách bạn đáp ứng với chúng. Tất cả chúng ta đang sống giống như thế tại khoảnh khắc duy nhất này. Đừng trở thành người luôn lệ thuộc vào người khác. Thay vào đó, hãy thực hành và kinh nghiệm nguyên lý này cho chính bạn, và sống với tự do và tự trọng.

Nếu bạn đưa vào thông suốt những gì tôi đang nói với bạn, nó sẽ khởi lên sau đó khi bạn cần đến. Tuy nhiên, tôi thường cảm thấy rằng lời của tôi chỉ ồn ào tuôn ra và trở lại với tôi. Thực là nản lòng. Chúng ta dụng tâm trong những lối khác nhau vô tận đến nỗi có thể nói rằng không có một vật cố định nào hiện hữu, hay rằng mọi vật là không. Mỗi một chuyển động bạn làm và mỗi vật bạn thấy thay đổi liên tục, giống như tâm. Vì thế, tất cả chư Phật luôn nói rằng mọi vật là không. Có nhiều giải thích như là “bất tại”, “không”, “vô” và những cái khác, nhưng bạn nên hiểu rằng tất cả đều cùng một nghĩa.

Được rồi, chúng ta đã dùng một lô thí dụ, nhưng điểm then chốt là bạn cần nhìn sự vật một cách tích cực, và đưa chúng vào một cách tích cực. Cho dù bạn có một giấc mơ xấu, đừng để bị kẹt trong lo âu rằng việc đáng sợ sẽ xảy ra. Nếu bạn cứ đưa vào những năng lực tiêu cực, không có gì đưa ra tốt đẹp cho bạn. Không hề gì dù bầu trời sụp đổ hay mặt đất có bị xé ra từng mảnh, hãy đơn giản buông bỏ mọi sự với quyết định vững chắc. Cho dù cái chết đang đập vào mặt bạn, đừng

lo âu về nó – hãy buông cả hai sống và chết. Chư Bồ tát không bám vào sống hay chết, vì thế làm sao họ có thể bị trói buộc bởi cái gì khác? Nhưng những chúng sanh vô minh bị dính mắc vào sống chết qua thấu kính của tham muốn và ghét bỏ. Ma quỷ và ngoại đạo theo đuổi những quan điểm hẹp hòi như thế, nhưng chư Bồ tát không bao giờ bị ảnh hưởng bởi những ý tưởng này. Hãy buông bỏ cả hai tư tưởng “Tôi sắp chết” hay “Tôi không muốn chết”. Cho dù bạn đang mấp mé cái chết ngay bây giờ, đó không phải vấn đề lớn. Bạn không thể chết hai lần. Chư Bồ tát thấy cả hai bên sống và chết được chứa trong mọi vật. Vì thế, họ không cố tránh bên này hoặc bên kia. Đây là lý do họ nói, “Không có gì để dính mắc, nên không có gì để buông bỏ”.

Tôi cũng muốn nói vài điều về nhân quả. Nói đơn giản, việc duy nhất bạn phải lo âu là chỉ đưa vào những sự việc một cách khôn ngoan. Thí dụ, hãy tự tin khởi lên tư tưởng, “Chân ngã, đến lúc lâm chung, hãy để tôi chết không đau đớn. Chỉ có bạn là người có thể làm điều này”. Khi bạn làm như vậy, tư tưởng đó được đưa vào bản thể

của bạn. Bạn tự do hoàn toàn để dùng khả năng này, nhưng những ý tưởng cứng ngắc, ngoan cố của bạn ngăn cản bạn không thấy được thật ngã của bạn và dùng khả năng này. Đôi khi tôi cảm thấy như đang nói với một bức tường. Người ta không lo học để thực hành đúng đắn, và rồi đến hỏi tôi những việc như, “Ngày nào thuận lợi để dời về nhà mới?” Khi họ nói thế, mắt tôi ứ lệ, và tôi tự hỏi, “Sau tất cả những năm này, không có ai hiểu sao?” Xin vui lòng, tạo những nỗ lực lớn hơn để phá vỡ vách sắt, phá vỡ những ý tưởng cứng ngắc của mình. Đưa vào thực sự rất đơn giản.

Ngũ thông liên hệ với những kiểu mẫu của năng lượng, như là từ lực, quang lực, năng lực truyền thông, chúng vô hạn và tiềm tàng trong mỗi chúng ta. Thí dụ, có một sự khác biệt lớn giữa một bác sĩ chữa trị bệnh nhân trong khi hiểu chân lý này và một bác sĩ không biết gì về nó. Nếu nguyên nhân của bệnh đến từ bên trong, bác sĩ sẽ có thể giúp bệnh nhân tự chữa từ bên trong. Nếu bệnh do nhân tố bên ngoài, bác sĩ sẽ tìm ra chúng và cố gắng chữa trị bệnh nhân bằng mọi kiến thức thu thập được của mình. Thí dụ,

trong trường hợp một người bệnh tâm thần phân liệt, hãy nhắc nhở người bệnh không ngừng rằng bản thể riêng của anh ta, Chủ nhân Không, có thể trị lành anh ta. Hãy dạy anh ta cứ đưa vào chân lý này. Cách chữa trị bệnh nhân như thế này tốt hơn những loại chữa trị khác rất nhiều.

Tâm không có chướng ngại. Năng lượng hiện hữu bên ngoài thân cũng cùng hiện hữu bên trong thân chúng ta, và tất cả tứ đại – đất nước lửa và gió – vận hành cùng nhau bên trong thân giống như vận hành bên ngoài nó. Bất kể vật lớn hay nhỏ, tất cả chúng vận hành như nhau. Nếu bạn phải đi một nơi xa ngàn dặm, bạn có thể đến đó không chuyển động thân. Tất cả chúng ta mang khả năng đó bên trong chính mình.

Vì thế giới ngày nay thay đổi quá nhanh hơn quá khứ, nếu bạn sống mà tâm không chói sáng, mọi vật sẽ lằm lẩn và bạn bị tụt hậu. Bạn nên nghĩ sâu về điều này. Nếu xe buýt đã rời đi, thì không có chuyện bạn phải đợi bao lâu. Xe buýt đã đi rồi. Thế thì, việc bạn nên làm là đem mỗi một việc mà bạn đang đối mặt giao phó nó vào bản tánh sẵn có của bạn. Làm điều này như thế nó trở

nên tự nhiên như ăn khi đói, tự nhiên như đi vệ sinh khi bạn nặng bụng, và tự nhiên như uống nước khi khát. Nói cách khác, giao phó mọi vật đến bản thể của mình khi nó đến với bạn và ngắm nhìn những gì xảy ra. Nếu bạn quan sát cẩn thận, bạn sẽ thấy những biểu hiện của những gì được đưa vào. Nếu bạn đưa vật gì vào, một đáp ứng sẽ đưa ra. Đây là thử nghiệm và kinh nghiệm.

Khi tôi giải bày cách tu tập chi tiết như thế, nghe có vẻ dễ dàng, đến nỗi nhiều người nghĩ tiến trình của việc học rất đơn giản và kết quả là họ không cố gắng hết lòng để tu tập. Đừng để điều này vẫn chỉ là sự hiểu biết thuộc tri thức. Tôi muốn bạn, với một trái tim chân thành và niềm tin vững chắc, để xem mọi vật như là một phần của chính bạn, để cảm thấy nỗi đau của người khác như của chính mình, và để cố gắng áp dụng những gì bạn hiểu. Bày tỏ sự kính trọng và yêu thương đến cha mẹ, trung thành với tổ quốc, giữ lời hứa, và không uống quá độ. Nếu bạn thường uống quá nhiều, bạn sẽ mất tâm sáng suốt. Điều này xấu cho bạn, dĩ nhiên, nhưng nó cũng rất hại cho người khác.

Lý do bạn được bảo bắt sát là vì đời sống của mọi chúng sanh trong thế giới

giống như đời sống của bạn, và nỗi đau của chúng là nỗi đau của bạn. Nếu bạn thực sự hiểu điều này, bạn không thể đối xử tàn bạo với chúng sanh khác. Tuy nhiên, nếu cha mẹ hay con cái bạn bị ốm, và ăn một con gà sẽ giúp được họ, rồi bảo bạn mua gà và do đó gián tiếp giết nó. Trong khi bạn làm thế, hãy giao phó toàn thể hành động đến Chủ nhân Không của bạn, hết lòng tin rằng bạn và con gà không tách biệt. Thế thì dù nó có thể bị gọi là giết, nó không thực sự bị giết nữa. Vì bạn đã kết hợp tâm gà làm một với tâm mình, và cùng đưa điều này đến bản thể của bạn, chỉ thân của nó rời bỏ. Tất cả việc bạn làm là di chuyển sự vô minh của nó. Tuy nhiên như thế, đừng có lỗi mắng mà giết và ăn bất cứ gì bạn thích. Không phải mọi việc giết hại đều có thể được biện hộ. Giết hại cố ý và tàn bạo là rất xấu.

Hãy để tôi kể cho bạn một câu chuyện. Ngày xưa, có một tu sĩ sống với thầy trong một ngôi chùa nhỏ và xuống cấp, ở sâu trong núi. Một hôm vị thầy bị bệnh nặng. Tuy nhiên vì quá nghèo và quá neo đơn, người đệ tử không có thức ăn bổ khỏe giúp cho thầy lành bệnh, vì thế ông bắt một trăm con giun

đất nấu lên làm súp cho thầy dùng. Trong khi nấu, ông ta nghĩ, “Nếu những con vật này có thể giúp thầy tôi khỏi bệnh thì việc gì xảy ra cho tôi hay tôi phải tái sinh vào loại nào trong kiếp sau cũng được”. Cuối cùng vị thầy khỏi bệnh sau khi ăn hết món súp giun đất. Ông hỏi đệ tử đã kiếm được món ‘thuốc’ ngon lành ở đâu. Người đệ tử trả lời thầy, “Ồ, con nấu món này bằng một ít lá nhặt ở một cây trong rừng sâu”. Cũng vậy, hãy Cảm ơn vị tu sĩ đó, những con giun đất này có thể đã được tiến hóa đến một mức độ cao hơn khi chúng trở thành một vôi ông thầy.

Chỉ sống lịch sự và thụ động thì không phải là điều Phật dạy. Bạn cũng phải có thể khôn khéo vượt qua những khó khăn trong cuộc sống. Đây cũng là một phần của việc tu tập tâm linh. Nếu bạn không biết cách điều khiển sự việc, hay quá lệ thuộc, điều này gây khó khăn cho những người chung quanh, cũng như cho chính bạn. Hãy đưa sự mơ ước rằng bạn không muốn giống như thế vào Chủ nhân Không của bạn, rồi thì, ý thức của mỗi tế bào trong thân bạn sẽ trở nên bị kích thích chắc chắn với tư tưởng đó. Nếu bạn miên mật về điều này, mọi

việc khởi lên từ bên trong hay bên ngoài sẽ được hướng dẫn bởi những tư tưởng bạn cho khởi lên.

Bạn không phải ngồi thiền suốt ngày. Xin vui lòng cứ làm việc chăm chỉ bất kể công việc bạn là gì, và thử dùng nửa giờ hay quan sát tâm bạn sau khi làm việc xong hay bất cứ lúc nào bạn rảnh. Trong khi ngắm nhìn, giao phó mọi việc đến chân ngã và khởi nghĩ, “Chủ nhân Không! Vì bạn hiện hữu, tôi đã ra đời, và vì thế tôi đang nghĩ về bạn. Và vì bạn là người độc nhất có khả năng chăm sóc mọi sự, tôi giao phó tất cả chúng cho bạn. Không giống nhận thức hiện tại của tôi, bạn biết mọi sự vì bạn đã ở đây qua hằng trăm triệu năm của sự tiến hóa và sáng tạo. Vì vậy xin vui lòng bộc lộ ước muốn của bạn cho tôi.” Bạn có thể gọi bản thể của bạn , “người yêu”, “Chủ nhân Không” hay “nội ngã của tôi”; cái tên không quan trọng. Điều quan trọng là giao phó mọi sự cho Chủ nhân Không và áp dụng những gì bạn kinh nghiệm. Bạn cần thách thức chính mình để làm điều này. Tuy nhiên, giao phó mọi sự cho bản thể của bạn không phải là xin xỏ hay cầu

nguyện những gì bạn muốn. Những việc này chỉ là những phản chiếu những ý tưởng cứng ngắc của riêng bạn.

Trong tất cả sự việc đến với đời bạn, hãy tu tập dựa trên bản tâm của bạn. Cố làm điều này một cách chân thành và với niềm tin vững chắc. Tất cả chúng ta cùng trên một chiếc tàu như nhau, vì thế ngay cả một hạt gạo cũng sẽ lợi ích cho mọi người. Thật ra, nếu tất cả chúng ta có thể sống với nhau một cách hòa hợp, thì chỉ một hạt gạo đó cũng đủ nhiều để nuôi tất cả chúng sanh trong vũ trụ. Bạn thực sự cần để biết điều này cho chính bạn.

Tôi chấm dứt buổi nói chuyện tại đây. □

BUỐC ĐI KHÔNG DẤU VẾT

Chủ Nhật, ngày 15 tháng 12 năm 1991

Những ngày này trời lạnh, vì thế tôi mong rằng mùa Đông này các bạn cùng gia đình tất cả đầy đủ sức khỏe. Nếu các bạn thấy rõ bản tâm và cách vận dụng của nó, hạnh phúc sẽ luôn luôn tìm đến gia đình các bạn. Tiềm lực của sự tu tập này rất to lớn và không thể tin rằng ngôn từ có thể đạt đến nó được. Hãy tu tập và kinh nghiệm với mọi sự. Đừng bỏ qua bất cứ gì, từ tầm thường đến trọng đại nhất.

Đến chùa thôi thì không đủ. Bạn không tạo được tiến bộ nào cho đến khi bạn bắt đầu từ bỏ “ta” và “tôi”. Nếu bạn từ bỏ cái “tôi” ảo tưởng này, tất cả những khó khăn sẽ lắng xuống. Những lo lắng của bạn sẽ biến mất. Nhưng nếu bạn không từ bỏ những tư tưởng cố chấp này “tôi đã làm điều này” hay “tôi phải sống” được đặt nền

trên những quan niệm của thế giới vật chất, bạn không thể chết. Đây không phải là cái chết của thân thể. Vì mọi sự liên tục trôi qua và làm việc với nhau, không có gì đứng yên và bất biến, ‘chết’ nghĩa là buông bỏ chính mình vào trong đó.

Khi một dòng nước gặp một tảng đá, hãy xem hành vi của nước: nó trôi quanh đá và tiếp tục tiến tới. Khi có những đám mưa, những giọt mưa tụ lại với nhau và cuối cùng trôi ra biển.

Tương tự, bất kể loại vấn đề gì bạn đối mặt, nếu bạn giao phó tất cả chúng cho Chủ nhân Không, tất cả chúng sẽ trôi ra biển. Trong đại dương này không có nhớ hay sạch, một khi những lượn sóng lặng dần, biển vẫn sạch, như thể nó luôn như thế.

Do vậy đừng bao giờ nghĩ đời này vô nghĩa. Không. Thân chúng ta giống như găng tay mà chúng ta mang vào và lấy ra, và bản thể của chúng ta giống như bàn tay mang găng. Những chiếc găng tay không tự cử động, phải không? Có gì bên trong làm chúng cử động. Đó là điều chúng ta cần phải chú ý. Thật kỳ diệu khi thấy mọi người sống không bệnh tật, đau đớn, lo âu hay nghèo

khó. Nếu bạn có thể công nhận rằng ngay cả sự đau khổ và những thử thách của bạn đang trôi đi và thay đổi, và nếu bạn có thể giao phó tất cả chúng cho bản thể của bạn và vì vậy đạt được khả năng để sống tự tại, như Nhất Tâm, tôi sẽ rất khoan khoái và tim không nhúc nhối.

Tuy nhiên, những việc tốt hay tệ hại tùy thuộc cách bạn dùng tâm mình. Hơn nữa bạn phải tiến tới để nhận ra cả hai tốt và xấu. Chỉ lúc đó ánh sáng có thể khởi lên trong tâm bạn. Nếu không có gì đối đầu với bạn, sẽ không có ánh sáng. Vì thế đừng phân biệt tốt xấu, thay vào đó thâm buông bỏ cả hai. Rồi thì ánh sáng có thể khởi lên bên trong bạn. Vậy khi ánh sáng này đang khởi lên từ bạn, và khởi lên từ những thành viên trong gia đình bạn, thì chúng ta có thể thực sự làm việc như một, chia sẻ đời sống giống nhau và tâm giống nhau.

Người ta dựa vào tôn giáo này và tôn giáo kia, nhấn mạnh những gì họ tin tưởng, nhưng trước khi chúng ta nói về tôn giáo, chúng ta cần biết rằng bản thể nâng đỡ chúng ta – và ngay cả chính đời sống chúng ta, gồm tất cả những việc chúng ta làm –

đã là chân lý rồi. Không cần bị cột vào tên của một tôn giáo đặc biệt, cũng không để bị dẫn quanh bởi việc không gì hơn một phần của toàn thể. Tên của tôn giáo chỉ là một nhãn hiệu được phát triển theo một văn hóa và thời điểm đặc biệt. Khi tôi thấy bạn mất hướng và vùng vẫy, không thể thấy những sự việc thật sự ra sao, nó làm vỡ tim tôi. Vì tôi không thể giúp nhưng nói với bạn gì là thật và gì là hư ảo, và chúng ta phải dựa trên cái gì. Tôi không thể sống với chính tôi nếu tôi không nói ra. Nhưng dù tôi không nói gì cả, chân lý vẫn ở đó cho mỗi người chúng ta để khám phá.

Bất kể bạn làm gì cho bạn hay người khác, nếu cội nguồn của lời nói và hành động của bạn không ngay thật và lương thiện, thì không lợi ích cho ai cả. Vui lòng nghĩ sâu về điều này, và lay mình thoát khỏi những danh xưng của tôn giáo. Ngay cả “Phật giáo” cũng chỉ là một cái tên. Hãy thấy chân lý nằm dưới những cái tên. Bản thể bất diệt của mọi đời sống được kết nối trực tiếp đến bản thể của chúng ta và của mọi vật trong thế giới, vì vậy mọi vật vận hành cùng nhau như một tâm.

Thí dụ, cha mẹ làm việc khó nhọc để nuôi dưỡng con cái, phải không? Nếu con cái vô tâm với cha mẹ, chúng tự cắt đứt khỏi năng lượng của tâm cha mẹ chúng, và cuộc sống trở nên khó khăn mọi thứ. Vì thế chúng cần một “bàn tay”, bàn tay đức hạnh và giá trị, để giúp chúng ôm nhau và trở thành một. Giao phó mọi việc cho bản tâm, không phân biệt, đó chính là đức hạnh và giá trị này. Tôi e rằng tôi không tốt lắm khi trao đổi những buổi nói chuyện, tôi chỉ biết những gì là hết sức chân thật. Dù sao, khi bạn ở trong tình trạng tuyệt vọng, những chuyện và phim hài hước có thật sự thích thú không?

Hôm nay, tôi sẽ trả lời bất cứ câu hỏi nào của các bạn. Nếu các bạn muốn học, các bạn cần đặt những câu hỏi cũng như lắng nghe. Nhưng hỏi mà không có bất cứ ý tưởng nào về hỏi. Bạn đã không mang theo những bước chân của bạn, cũng không chất chứa vào trong tất cả những lời bạn đã nói. Cũng thế, cứ tự do hỏi, trong khi buông bỏ những định kiến của bạn. Đây là “làm mà không làm”. □

NGƯỜI HỎI 1: Con rất cảm kích có được cơ hội hỏi một câu hỏi. Con đã nghe rằng một khi chúng ta chết, chúng ta không thể phát triển tinh thần thêm nữa, và rằng chúng ta bị đẩy vào vòng tái sinh, vào luân hồi, bởi nghiệp thức của chúng ta. Vì thế con hoàn toàn không hiểu lý do để duy trì lễ Cheongdo, một nghi lễ giúp người chết siêu thăng. Con sẽ biết ơn nếu thầy giải thích cho con làm sao mà người chết, không còn thân, có thể được giúp.

SU BÀ: Bạn có thể thấy tư tưởng và ý thức của bạn không?

NGƯỜI HỎI 1: Không.

SU BÀ: Nhưng chúng vẫn hiện hữu, đúng không? Cũng thế, bản tâm của bạn hiện hữu dù bạn không thấy nó. Và nó không biến mất khi thân bạn chết. Tất cả tư tưởng, hành xử của chúng ta và mọi sự được tự động ghi lại trong bản thể này. Những ghi chép này sẽ trở lại lúc nào đó trong tương lai, trong khi những gì được ghi lại trong quá khứ sẽ trình xuất trong hiện tại.

Bạn cần biết rằng không có lý do để bạn trở thành lộn xộn trong sự tái sinh vô

tận, vì quá khứ, hiện tại và cả tương lai tất cả đều không. Đó là lý do tôi luôn nói bạn thực hành giao phó mọi sự vào bản thể của bạn. Ngay bây giờ, những ghi chép về tất cả tốt và xấu chúng ta đã làm, hiện hữu bên trong chúng ta. Hơn nữa, những tình trạng nghiệp của ý thức không thể nhận biết đúng từ sự sai lầm. Chúng trình hiện xuyên qua óc của bạn vì thế bạn làm những việc này thuộc về ‘cái tôi’, và chúng cũng ảnh hưởng trực tiếp đến ý nghĩ của bạn. Bạn phải công nhận những điều này và đưa chúng trở lại bản thể của bạn. Chỉ lúc đó những ý thức này sẽ theo ý định của bạn.

Hãy để tôi cho bạn một thí dụ: Khi một vài nghiệp từ quá khứ nổi lên bên trong và bạn giao phó nó cho bản thể của bạn, điều đó giống như ghi đè lên băng cũ. Dữ liệu cũ bị xóa bởi dữ liệu mới. Khi bạn đang giao phó hoàn cảnh đến bản thể, nó giống như làm một cái mới, hoàn toàn ghi chồng lên một băng cũ. Tập như thế, bạn sẽ có thể nghiên cứu và hiểu mọi sự cả bên trong cũng như bên ngoài. Hơn nữa những nghiệp chướng từ quá khứ của bạn sẽ tan rã, và bạn sẽ biết sống như một người chân thật có nghĩa gì.

Cơ bản, chúng ta có thể khởi tưởng vì chúng ta sống, và dĩ nhiên vì tâm không hình tướng. Như thế, tu tập trong khi chúng ta đang sống là điều cấp bách và có cơ hội. Sau khi chúng ta chết, nghiệp tốt và xấu mà chúng ta đã tạo khi sống sẽ quyết định con đường chúng ta lấy và cách chúng ta tái sanh. Như thế, khi sống chúng ta cần hiểu thấu suốt lối chúng ta sử dụng tâm ảnh hưởng chúng ta thế nào, chúng ta cần nâng cao trình độ ý thức của mình và xa hơn, chúng ta cần thoát khỏi vòng tái sanh vô tận.

Tuy nhiên, nếu chúng ta chết mà đã không tu tập tâm, chúng ta sẽ nghĩ rằng mình vẫn có thân, và thế là chúng ta trở nên dính mắc dễ dàng và không thể tiến trên đường đạo. Cả hai nghiệp tốt và xấu sẽ tạo nhiều hình ảnh khác nhau dính vào chúng ta như những chiếc bóng. Chúng ta sẽ bị dính vào đó, bị trói buộc trong những hình ảnh này. Chúng ta sẽ phải băng qua một dòng sông, chúng ta sẽ bị giữ lại bởi nỗi sợ bị chết đuối. Và khi những ngọn lửa chặn đường, sự sợ cháy sẽ giữ chúng ta không băng qua chúng. Tất cả vì ảo tưởng chúng ta vẫn có thân. Đó là lý do một linh hồn đôi khi cần một người chỉ đường. Đó là lý do chúng ta duy trì lễ Cheongdo.

Ngày xưa, có hai người bạn. Một người chết và người kia thấy hồn bạn mình đi vào thân của một con ếch. Người bạn còn sống kêu lên, “Này, bạn đang làm gì thế?” Dĩ nhiên chỉ có hồn người chết có thể nghe tiếng kêu. Hồn trả lời: “Đấy, cái nhà này giống một lâu đài tuyệt vời. Vì thế tôi nghỉ sống ở đây rất tốt.” Một khi bạn vào thân một con ếch, rất khó vươn lên khỏi trình độ hiện hữu đó. Khi bạn thích ứng với đời sống và môi trường của con ếch, thói quen và ý thức của con ếch sẽ lớn lên trong bạn và dần bạn tái sinh trong hình thể đó lần nữa.. Với một thân ếch, làm sao bạn có thể hoạt động với trình độ ý thức của con người? Điều này làm cho bạn rất khó khăn để tái sinh làm người. Như thế người chết thường cần giúp để tiến trên con đường mở mang tinh thần của riêng họ.

NGƯỜI HỎI 2: Con đã nghe một lô những bài pháp thoại của thầy, nhưng vẫn có rất nhiều việc con không hiểu. Con muốn hỏi thầy về một vị tăng tên Zhitong (Quy Tông), đệ tử của tổ Huệ Năng. Sau khi đắc pháp, Quy Tông viết một bài thơ:

“Nghĩ rằng tu tâm ngoài cuộc sống hằng ngày là điên. Hơn nữa, ‘ở trong’ hay ‘nắm giữ’ đều trái với chân lý”. Vui lòng dạy con về giai đoạn tâm mà ngài đã nói đến.

SU BÀ: Vui lòng đến đây. Tôi sẽ dạy cho bạn. Đến đây, gần hơn. Đây, đưa tay cho tôi.

(Khi người hỏi đưa tay ra, Sư bà vỗ nó bằng tay mình bốn lần êm ái. Thoạt tiên, đây dường như là một khiển trách nhẹ, nhưng khi nó tiếp tục, nhìn nó giống như một sự khích lệ đầy quan tâm, như thể bà cũng đang vỗ về tay anh ta. Hành động của bà được xem như bày tỏ rằng anh ta đang đi đúng hướng nhưng cần miên mật hơn trong tu tập. Sau đó, người hỏi cúi mình trước bà với bàn tay ép vào nhau, và bà cũng cúi chào lại.)

Bạn có hiểu không? Nào, bạn có câu hỏi nào khác không?

NGƯỜI HỎI 2: Không, ngay bây giờ thì không. Cảm ơn thầy rất nhiều.

NGƯỜI HỎI 3: Một người bạn của con có vài vấn đề, khi cô ta không thể tập trung hay thậm chí ngồi thêm năm phút. Rồi con gọi cô ta để gặp một chút, nhưng sau khi nói

chuyện chỉ một vài phút, cô ta đột ngột cải thiện. Không biết sao, mỗi lần con gọi cô ta, cô ta dường như tiến bộ. Sau vài cuộc gọi, cô ta tốt hơn nhiều. Dường như sự tu tập của con giúp người khác, nhưng con không thể giúp con trai con đang đau khổ vì những nhiễm độc xoang nghiêm trọng. Tại sao vậy?

Con cũng muốn hỏi câu hỏi khác. Thỉnh thoảng những người bạn hỏi con thiên đường ở đâu. Con nói những gì con được nghe từ Thầy: “Thiên đường ở trong tâm của bạn”. Con nói rằng người sống với tâm bình an sẽ đến thiên đường sau khi chết. Nhưng bạn con vẫn hỏi, “Nhưng nó ở đâu?” Có lần con đọc một cuốn sách Phật giáo nói rằng thiên đường ở một nơi gọi là Phạm giới, nhưng điều này làm con rối rắm. Chúng ta nghe nói khi có tâm bình an, chúng ta ở thiên đường, nhưng theo sách đó, thiên đường xa xôi ở cõi nào đó trong vũ trụ. Vì thế con không biết nói gì với bạn con. Dù con đến Trung tâm Thiền lâu hơn họ, chính con vẫn rối rắm về điều này.

SU BÀ: Lo lắng nhiều hơn về việc cố gắng gây ấn tượng với người khác bằng những gì bạn biết, bạn đã làm việc chăm chỉ hơn tu tập. Nếu bạn không biết về chính mình, bạn không có nhiệm vụ phải cố gắng trả lời những câu hỏi của người khác. Nào, ai nói với bạn thiên đường ở Phạm giới?

NGƯỜI HỎI 3: Con đọc nó trong sách.

SU BÀ: Không có việc đó. Phạm giới không hiện hữu riêng biệt với thế giới này. Địa ngục ở ngay đây, và Phạm giới cũng ở ngay đây trong thế giới này. Hãy nhìn vào thế giới quanh ta; nếu ai đó phạm tội, họ phải vào tù. Cũng thế, khi bạn làm điều xấu, tâm bạn cảm thấy như cõi địa ngục. Nhưng khi bạn thoát khỏi những xiềng xích của tâm, bất cứ đâu bạn ở là cõi thiên đường. Thiên đường địa ngục không ở nơi nào khác. Chúng ở ngay đây.

NGƯỜI HỎI 3: Cái gì sẽ xảy ra cho chúng con nếu chúng con không thể vượt qua sông hay xuyên qua những ngọn lửa sau khi chết? Chúng con sẽ trở thành cái gì khi rớt cuộc không thể vượt qua chúng?

SU BÀ: Bạn sẽ tái hiện trong thế giới này tùy thuộc mức độ tại điểm đó. Nói tắt là: giẻ rách tái hiện như giẻ rách và nhóm chung với giẻ rách khác, sắt vụn tái hiện như sắt vụn và nhóm chung với sắt vụn khác. Dù chúng ta thích nó hay không, chúng ta cứ tái hiện và tái hiện với nhiều hình thể khác nhau.

Buổi sáng, bạn đã đề cập người khác thì tốt đẹp còn con bạn thì không. Hãy bắt đầu bằng sự thẩm vấn chính bạn. Bạn có dạy con bạn tu tập thế nào không? Chúng ta có thể phải chìa bát ra để nhận thức ăn.

Có niềm tin vào Chủ nhân Không là chìa bát của chúng ta ra. Bạn có thể đến thẳng bản thể bên trong chỉ khi bạn có niềm tin trực tiếp và chân thành. Bất kể bạn đến Trung tâm Thiền tu tập bao lâu. Một vấn đề như thế xảy ra vì tâm bạn hướng ra bên ngoài. Nếu bạn muốn tu tập tiến bộ, bạn cần bắt đầu buông bỏ mọi sự vào bản thể của bạn.

NGƯỜI HỎI 3: Nhưng con đã nói với con trai con những gì con đã học từ thầy về tu tập và Chủ nhân Không. Dường như nó có nhiều niềm tin về điều này, ngay cả

nó thấy thầy trong giấc mơ, nhưng nó vẫn không bình phục.

SU BÀ: Tuy nhiên, vẫn có điều gì sai trong sự tu tập của nó. Liếm bên ngoài trái dưa hấu không thể giúp nó biết mùi vị bên trong như thế nào.

NGƯỜI HỎI 4: Con đã nôn nóng để có thể gặp thầy hôm nay, và con muốn hỏi một việc mà thầy đã đề cập trong một pháp thoại trước. Thầy nói, “Cha và con vốn không phải là hai. Họ cần làm việc với nhau như một, nhưng họ có lúc khó khăn để gặp nhau. Tuy nhiên sự tách biệt của họ chỉ mỏng như tờ giấy”. Thầy có thể giải thích ý nghĩa của “cha con” và “một tờ giấy”, và nói cho chúng con cách có thể phá vỡ rào cản này không?

SU BÀ: Có một bản tâm bất diệt dẫn dắt bạn và khiến bạn tiến hóa. Đây là tâm hiện hữu trước khi tư tưởng khởi lên. Bản tâm này là “cha”, và những ý thức hiện tại khởi lên đủ loại tư tưởng là “con”.

Thí dụ, hãy nghĩ điện như bản tâm, người “cha”, và bóng đèn như những ý thức hiện tại, người “con”. Để ánh sáng bật lên,

cả hai bóng đèn và điện phải có ở đó. Và chúng phải được kết nối với nhau. Khi bạn có niềm tin cả cha và con vốn đã được kết nối với nhau, khi bạn hành động trên niềm tin này, năng lượng sẽ thổi qua lại giữa hai vật này, và bóng đèn, hay những ý thức hiện tại của bạn, trở nên sáng chói hơn. Người con phải muốn tìm người cha – rồi thì họ có thể cộng thông với nhau và hoạt động hài hòa với nhau.

Một người sinh ra là kết quả của bản tâm chúng ta kết hợp với cơ thể và hiện thức. Mọi việc chúng ta đã làm qua những đời sống bất tận đã được tự động ghi lại trong chúng ta và nhóm hợp với những thứ có cùng khuynh hướng như nhau. Nghiệp này, và những phản ứng của chúng ta với nó, tạo hình cho những hiện thức của chúng ta. Nền của những hiện thức này hiện hữu qua mỗi thành phần của thân, bất kể nhỏ thế nào.

Như thế, chúng ta phải biết cái ngã tối hậu này, khiến chúng ta sinh ra, và bản thể này được kết nối với tất cả sinh vật bên trong thân chúng ta và làm việc với chúng như một. Rồi thì chúng ta thực sự có thể biết chúng ta đến từ đâu và sẽ đi về đâu, và

hiện giờ chúng ta ở đâu. Những gì tôi đang nói là để hiểu suốt mọi vật, bạn phải thực sự nhận ra bản thể của bạn và những ý thức này đang làm việc với nhau và biểu hiện.

NGƯỜI HỎI 5: Đây là lần đầu tiên con đến đây. Có gì đó sai lầm bên trong con, và con đau nhiều tới nỗi không thể ngồi xuống. Một người bạn nói với con rằng thầy đã giúp nhiều người khác và có lẽ có thể giúp con. Xin vui lòng, làm ơn giúp con với bệnh này.

SU BÀ: Tôi không phải là bác sĩ, nhưng nếu bạn tu tập miên mật buông bỏ và dựa trên bản tâm bạn, bạn sẽ chính mình biết rằng bệnh này không có ảnh hưởng đến bạn. Cho dù bệnh phản ứng với cách chúng ta dụng tâm. Nhưng cho đến giờ, những sinh vật bên trong thân bạn không biết sự kết nối này với bản thể của bạn. Như thế không có chỗ để làm nhẹ bớt những gì quấy nhiễu bạn.

Nếu niềm tin của bạn đưa vào cuộc sống hằng ngày – nếu nó mạnh và bạn cố gắng miên mật dựa vào bản thể của mình qua cuộc sống hằng ngày – thì tôi ở đó với bạn, cũng như tất cả trí tuệ, năng lực và tình yêu của tất cả chư Phật. Nếu bạn chạm

phải tình thương và đức hạnh vĩ đại này, nó không thể làm thân bạn trở lại bình thường sao? Nếu bạn rất chân thành về điều này, điều kiện của bạn rất có thể cải thiện hầu hết ngay lập tức. Tuy nhiên, nếu bạn lơ lửng nỗ lực và dễ dàng bỏ nó lại sau, lần kế tiếp việc khó khăn nổi lên, bạn không sẵn sàng để điều khiển nó. Nó sẽ quá nhiều đối với bạn. Nếu bạn muốn có thể chăm sóc mọi việc khởi lên trong đời mình, bạn phải tiếp tục miên mật.

NGƯỜI HỎI 6: Đến đây, con cảm thấy như thể con đã đến Tịnh độ của Phật A-di-đà. Đối với con, thầy giống như Phật A-di-đà, và vì vậy chỗ này phải là thiên đường. Con cũng muốn hỏi thầy con làm sao có thể làm thanh tịnh thân mình.

SU BÀ: Tôi đã nói với bạn rằng thiên đường không hiện hữu nơi nào khác hơn nơi chúng ta có mặt trong mọi khoảnh khắc. Cho dù đây là một ý nghĩ đơn giản, nó cực kỳ quan trọng. Mọi sự tùy thuộc vào cách bạn nghĩ và cách bạn chăm sóc tâm. Một tư tưởng đơn độc có thể trở nên thực tại và biểu hiện vào thế giới này. Một tư tưởng đơn độc có thể khiến bạn rơi xuống địa ngục. Và một

tư tưởng đơn độc có thể khiến bạn tái sinh vào thiên giới.

Cũng vậy, Phật A-di-đà không tách biệt khỏi bản tâm của bạn. Phật A-súc, Phật A-di-đà, Quan Thế Âm và Địa Tạng là tất cả những biểu hiện của bản tâm chúng ta. Tất cả chỉ là những tên khác nhau của Phật, của nhất tâm. Đây là lý do chúng ta tin và dựa trên Phật, và tu tập đem mọi vật trở về một chỗ với nhau.

Hãy nói với chính bạn, “Chỉ Chủ nhân Không có thể chăm sóc thân tôi. Ngay cả lúc tôi chết, Chủ nhân Không có thể giúp tôi chết không đau đớn – chỉ giống như những hạt đậu chín, chúng dễ dàng tách khỏi vỏ.” Đó là Chủ nhân Không, chân ngã của chúng ta, có thể giúp chúng ta chết không đau đớn; đó là Chủ nhân Không có thể thật sự chỉ chúng ta con đường; đó là Chủ nhân Không có thể giúp chúng ta tiến hóa vì thế chúng ta có thể tái sinh với một trình độ tinh thần cao hơn trong đời sống kế tiếp; và đó là Chủ nhân Không có thể dẫn chúng ta đến cõi cao hơn. Do đó, bạn nên tu tập miên mật.

NGƯỜI HỎI 6: Con cảm thấy rất kỳ diệu sau khi đến Trung tâm Thiền lần đầu

tiên mà con đã quyết định thử giao phó. Nhưng khi con làm thế, hình như cái đầu của con phải...

SU BÀ, mỉm cười: Cảm ơn bạn làm việc chăm chỉ. Nhưng bạn đang cố gắng giao phó một cách điên rồ. Bạn không cần thúc đẩy nó. Chân tánh của bạn có sẵn với bạn. Mọi người sinh vào thế giới này đã sẵn có bản thể này hoàn hảo trong họ. Bạn ở đây, vậy bản thể của bạn cũng ở đây. Vậy chỉ tin tưởng điều đó và thư giãn. Và dù bạn thức hay ngủ, ngồi hay đứng, làm điều này điều nọ, hãy biết rằng: “A, Chủ nhân Không, ngài ở đây; ngài là người chăm sóc sự việc”. Chỉ tin bản thể này và đưa mọi sự trở lại nó. Đây là giao phó.

NGƯỜI HỎI 6: Cảm ơn thầy.

NGƯỜI HỎI 7: Con biết ơn có cơ hội hỏi thầy một câu. Thật ra con rất căng thẳng khi đứng trước mọi người ở đây đến nỗi con cho rằng chỉ đến đây và hỏi một câu đã là thực tập tốt đối với con!

Những ngày này có một sự ưu tiên mạnh cho việc làm không liên quan đến lao động chân tay; dường như thể người ta

muốn né những việc khó. Thầy có thể nói một chút về sự ưu tiên này không?

SU BÀ: Bạn nên chấp nhận bất cứ gì đến với mình. Đừng cố gắng tránh những gì đến, cũng không dính mắc vào gì đã qua. Luôn luôn hòa mình với chân lý; buông bỏ lo lắng, và tự nhiên mà sống.

NGƯỜI HỎI 7: Ai tạo ra Phật?

SU BÀ: Tất cả chúng sanh.

NGƯỜI HỎI 7: Chúng ta tạo ra tư tưởng hay chúng tự nhiên khởi lên?

SU BÀ: Chúng không được tạo cũng không tự khởi.

NGƯỜI HỎI 7: Người ta thường nói rằng “Cái tôi” không hiện hữu, nhưng nếu đúng như thế thì bây giờ cái gì đang nói với thầy đây?

SU BÀ: Nói là “cái tôi” không hiện hữu bởi vì trong mọi việc chúng ta làm không có dấu vết của “tôi” cứng ngắc và bất biến. Khi bạn đến đây, bạn có mang theo những bước chân đã qua với bạn không? Bạn đã chỉ bước đến đây, không có ý thức cứng ngắc nào liên quan đến mỗi bước. Nói năng cũng giống

như thế, phải không? Không có cái gì cứng nhắc hay bất biến.

NGƯỜI HỎI 7: Cảm ơn thầy.

NGƯỜI HỎI 8: Hể khi nào con gặp khó khăn, con thường có thể giải quyết chúng từng việc một bằng cách giao phó chúng cho Chủ nhân Không. Tuy nhiên khi quá nhiều khó khăn xảy ra cùng một lúc, con bị đè bẹp. Vì thế con đã hỏi thầy về việc này và sau đó tu tập như thầy đề nghị, con có thể chăm sóc mọi sự. Con cảm thấy rất biết ơn sự chỉ dẫn của thầy và con đang cố gắng giao phó cả lòng biết ơn này cho Chủ nhân Không.

Con được nghe người ta nói về “hồi hướng công đức,” khi chúng ta hoàn thành xong việc gì đó, hay thành công việc gì. Và con tự hỏi nếu có cách nào đặc biệt chúng ta phải giao phó hay từ bỏ để làm điều này xảy ra?

SU BÀ: Bạn chăm sóc những sự việc và giao phó những kết quả, ngay cả giao phó lòng biết ơn mà bạn cảm thấy, vậy có gì khác để bạn làm? Hãy cứ tu tập như bạn là, và

tiếp tục giao phó cả lòng biết ơn. Rồi thì phước lành của sự tu tập sẽ chiếu sáng trên mọi người quanh bạn.

NGƯỜI HỎI 8: Cảm ơn thầy.

NGƯỜI HỎI 9: Cảm ơn thầy về dịp này. Trong một nhận thức, có rất nhiều việc con muốn hỏi đến nỗi con không biết bắt đầu từ đâu. Con đã đi nhiều chùa gần hai mươi năm, và con đến đây năm lần. Nhưng dù vậy, niềm tin của con dường như không chắc chắn lắm.

Mẹ con qua đời khi con còn trẻ. Lúc đó chú con, một bộ trưởng, trở thành nguồn hướng dẫn và gây hứng cho con. Chú đem con đến nhà thờ và cố để thuyết phục con theo những đức tin Cơ Đốc giáo. Nhưng dù con cố gắng chăm chỉ cách nào, con không thể cảm nhận niềm tin nào vào đạo Cơ Đốc. Đức Jesus nói, “Hãy theo ta, và con sẽ được cứu rỗi.” Nhưng con thấy khó chấp nhận ý tưởng này. Thật vậy, nó phản cảm con mạnh mẽ. Nó để lại con cảm giác rằng tôn giáo chỉ là vật được con người tạo ra. Mặt khác, những gì Phật nói – “Đừng theo ta, hãy theo pháp” – dường như đúng với con.

Tuy nhiên, ngay cả sau khi tham gia chùa chiến khá lâu, con cũng không thể phát triển niềm tin đặc biệt nào trong Phật giáo. Rồi cách đây hai tháng, con đọc một cuốn sách về những bài giảng của thầy và cảm thấy thích thầy giảng giải rất nhiều! Mặc dù con không bắt đầu tu tập theo lối thầy dạy, đối với con dường như con đã sống đời mình theo ý nghĩa nằm bên dưới lời giảng của thầy. Con muốn nghĩ con đã sống dựa trên bản tâm sâu xa này.

Nếu ai không theo một tôn giáo đặc biệt, nhưng cố gắng sống theo ý nghĩa bản thể, người đó có thể vẫn thu hút một năng lực huyền diệu và vô hạn mà thầy bảo tất cả chúng sanh được phú sẵn không? Nếu vậy, có gì khác nhau giữa sống như thế và đến chùa hay học những gì thầy dạy về dựa trên bản tâm của mình?

Có một điểm khác mà con quan tâm. Dường như người tỉnh thức phải rất vô tư. Tuy nhiên, từ khi con sanh làm người, con muốn được đáp ứng đầy đủ như một con người: Cảm thấy buồn, vui hay bực tức khi những việc thuộc loại này khởi lên. Vì thế con đang lưỡng lự nhảy vào tu tập, và

con tự hỏi có thể tu tập mà không phải lập Trung tâm Thiền hay một ngôi chùa làm trung tâm đời mình không? Con bối rối và có chút niềm tin. Thầy có thể dạy con về điều này không?

SU BÀ, cười: Tôi nghĩ bạn cần chú ý thêm một chút nữa? Được chứ? Hãy nghe: Phật giáo và đời bạn không tách biệt. Cái âm thứ nhất của tiếng Đại Hàn về Phật Giáo, Bul, ám chỉ bản thể vĩnh cửu của đời sống, và âm thứ nhì, gyo, chỉ cho mọi vật cộng thông và làm việc với nhau. Như thế, chữ Bulgyo, Phật giáo, mô tả cuộc sống của chúng ta. Đặt nó theo lối khác, cuộc sống và mọi vật, ở trong và chính chúng, là Phật pháp. Cuộc sống hằng ngày của chúng ta tự nó một cách cơ bản là nhất tâm, và tự là chân lý. Phật giáo không phải tách rời khỏi cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Làm sao Phật giáo và cuộc sống hằng ngày lại tách rời nhau?

NGƯỜI HỎI 9: Con thấy. Vậy dường như không cần thiết để người ta đến chùa. Họ có thể tu tập ở nhà.

SU BÀ: Thế thì tại sao bạn gửi con đến trường?

NGƯỜI HỎI 9: Cảm ơn thầy. Con sẽ cố gắng chăm chỉ hơn.

NGƯỜI HỎI 10: Bạch Su bà, con có một người yêu mà con thực sự yêu, nhưng chúng con có vẻ như luôn luôn gây gổ. Anh ta là quân nhân và có thái độ nhà binh, vì thế con thấy mình dễ bị phát cáu. Thực ra, bác sĩ nói tuyến giáp của con không hoạt động tốt, và con không biết đó là lý do khiến con giận như thế, hay sự giận dữ gây ra vấn đề tuyến giáp của con. Đại khái, làm sao người yêu của con và con có thể thuận hòa hơn và trở thành một?

SU BÀ: Nói chung, tốt nhất là những cặp có lối suy nghĩ giống nhau. Tuy nhiên, dù không vậy thì bạn và anh ta vẫn có thể thuận thảo nếu bạn là người khôn ngoan một chút trong cách điều khiển tư tưởng của mình. Hơn nữa, sẽ rất khó nếu có một khác biệt lớn lao trong cách suy nghĩ của hai người. Quan trọng nhất là điều này: Thay vì bạn tâm về “trở thành một”, bạn cần có niềm tin vào bản thể của mình và giao phó

mọi sự cho nó, bạn cần biết rằng “Bản thể của tôi sẽ dẫn dắt tôi”. Bạn hiểu không?

Đừng nhượng bộ dễ dàng sự cáu kỉnh của mình. Hơn bất cứ điều gì khác, thua sự nóng giận làm ảnh hưởng đến sức khỏe và hủy hoại thân thể của bạn. Bạn biết tại sao không? Lúc bạn thua cơn giận, mỗi một tư tưởng bên trong bạn cũng thua cơn giận của nó, và điều này làm thân bạn suy sụp. Nó thực sự xảy ra lối này.

NGƯỜI HỎI 10: Cảm ơn thầy.

NGƯỜI HỎI 11: Con đã chờ ở tầng dưới và gom hết can đảm để đến pháp đường. Hiện tại cả gia đình con đang tu tập giao phó và buông bỏ đến Chủ nhân Không. Mẹ con bị bệnh tiểu đường nhiều năm. Thị lực của bà rất tệ, bà cũng đã phẫu thuật và nằm liệt giường rất lâu. Rồi cách đây hai tháng, bà bắt đầu giao phó mọi sự cho Chủ nhân Không. Từ đó bà không cần tiêm insulin hay thuốc nào khác, và điều kiện của bà có tiến bộ lớn. Con cảm thấy biết ơn sâu xa và kể cho nhiều người khác về sự tu tập tuyệt diệu này.

Nhưng cách đây vài ngày, bà té trong phòng tắm. Khi việc đó xảy ra, con tự nghĩ, “Ngay điều này cũng được dùng để tu tập. Hãy giao nó cho Chủ nhân Không.” Nhưng, mẹ con vẫn đau nhiều, và con không chắc con đã giao phó tất cả điều này đúng cách.

SU BÀ: Bạn đang làm rất tốt. Nhưng có việc khác mà bạn nên biết. Bạn phải buông hai bên, cả sống và chết. Cân bằng và hòa điệu sẽ bị mất nếu bạn ép một người gần chết phải sống. Giây phút bạn buông bỏ hai bên, ánh sáng sẽ bùng cháy phía trước. Nếu bạn sợ mẹ bạn chết và cố để giữ sự sống của bà, đây không phải con đường chân lý. Bạn không thể nhận được ý nghĩa chân thật của nhất tâm. Hãy dồn niềm tin và sự tu tập buông bỏ cả hai bên. Và làm sao những nỗ lực của bạn không sanh quả?

NGƯỜI HỎI 11: Cảm ơn thầy. Con sẽ tu tập chăm hơn.

NGƯỜI HỎI 12: Em kể con bị đột quỵ khi 26 tuổi, và cậu ta giờ đã 30. Cậu ta có hai con nhỏ và dường như quá trẻ để chịu tàn tật như thế. Con cảm thấy buồn cho tình cảnh em kể, nhưng mãi chạy theo công

việc riêng của mình. Con thỉnh linh nhận ra rằng con nên đến hỏi thầy về tình trạng của cậu ta sớm hơn. Con nghĩ con đã tinh tấn tu tập với tình cảnh của riêng mình, nhưng con nhận ra rằng con chưa bao giờ nghĩ giao phó tình trạng của em rể con. Và bây giờ cậu ấy bắt đầu tham gia vào một nhà thờ. Điều này làm con nhận thấy cần phải bắt đầu nói chuyện với cậu ta về những bài giảng của thầy, nói rằng Chúa ở bên trong cậu ta, và hãy chắc chắn cầu nguyện trong thâm tâm. Tuy nhiên, tình trạng của cậu ấy không có tiến bộ.

Hôm nay khi con đến đây, con chợt nghĩ rằng nếu cậu ấy là con của con thay vì em rể, con sẽ đến và yêu cầu sự giúp đỡ của thầy gần như lập tức. Con thấy mình tệ vì không thể giúp cậu ấy, và vì vậy cậu ấy bị lôi cuốn đến nhà thờ.

SU BÀ: Phật pháp này, mặt trời vĩ đại này, chiếu sáng mọi vật không phân biệt. Nó chiếu trên những người làm thiện và những người không. Đúng là người ta đã chặn ánh sáng này. Bạn hiểu không? Điều này cũng áp dụng cho em rể bạn. Bản tâm này của chúng ta rất quan trọng. Bạn phải xoay vào

bên trong – lấy mọi vật và đem nó trở lại nơi này. Khi bạn gom mọi vật trong nơi này, năng lượng khởi lên từ đó có thể dẫn bạn và chăm sóc thân thể bạn. Như một kết quả, sức khỏe bạn sẽ tiến bộ. Tuy nhiên, làm sao điều này có thể xảy ra nếu ai đó không dốc lòng làm nó, không có niềm tin vào nó?

Người ta không nên ghét bỏ hay coi thường họ, vì bên trong họ là người dẫn đường dẫn dắt họ. Vậy hãy nói với em rằng bạn cứ đưa mọi vật trở lại một nơi đó ít nhất đến khi thân cậu ta bình phục. Chân lý này bao gồm mọi vật, vì mọi vật có đời sống. Vậy làm sao có thể bị tách biệt từng phần thành “Phật giáo” hay “Cơ Đốc giáo”? Bởi vì người ta dùng tâm quá nhỏ hẹp đến nỗi không thể thoát khỏi đau khổ.

NGƯỜI HỎI 13: Đêm qua con thấy thầy trong mơ. Gần đây con bị đau khổ nhiều, và trong mơ thầy nói, “Hãy thử một phen!” Con cầu nguyện suốt đêm và cuối cùng có thể tạm rơi vào giấc ngủ. Trong cơn mơ, con nghe một tiếng nói, “Chộp lấy mắt cá chân của hấn”. Con không hiểu gì cả. Con biết nó chỉ là một giấc mơ, nhưng...

SU BÀ: Nó chỉ là một giấc mơ, nhưng cùng lúc đó, nó không chỉ là giấc mơ. Mọi việc tùy cách ta quyết định nhìn sự vật. Vì bạn cấu tạo tâm bạn theo lối nào đó, bạn có những giấc mơ nào đó, và vì bạn có giấc mơ nào đó, bạn có thể tạo tâm cũng cách đó. Vậy hãy bắt đầu với cách bạn nghĩ, có niềm tin chắc chắn và bình tĩnh, chân thành buông bỏ mọi sự và tiến tới. Đây là ý nghĩa của “Chộp lấy mắt cá chân của hấn”.

NGƯỜI HỎI 13: Cảm ơn thầy. Con sẽ làm điều này.

SU BÀ: Mọi vật trên thế giới đều như thế, vậy hãy thoải mái và tiến lên. Hoàn toàn cho mọi sự đến bản thể của bạn và tiến bước vào cuộc sống.

*Ở đó hiện hữu
Không Phật giới
Cũng không vũ trụ,
Không có tứ sanh,
Không có Đông cũng không Tây,
Không thời gian,
Chẳng không gian
Không luôn cả cái không.*

*Không có nơi chốn
Không gió, nước,
Và những bông hoa nở.
Không có nơi nào
Mà không có sôi nổi và sống động.*

*Những ngọn núi đến trước,
Những ngọn núi vẫn đến,
Chuyển biến,
Và hiện bày,
Đến đi tự do
Không di chuyển chút nào.
Nhưng những bàn chân lưu lại những
bàn chân,
Và những bàn tay lưu lại những bàn tay.
Thật lạ lùng, thật lạ lùng!*

(Với bài này, Sư bà Đại Hạnh bước xuống pháp tòa).

TÂM: KHO TÀNG CỦA HẠNH PHÚC

Chủ nhật, 18 tháng Chạp, 1994

Mọi khả năng đã sẵn trong bạn,
đang chờ được sử dụng

Tôi buồn khi thấy rất nhiều bạn đứng bên ngoài trời lạnh vì Pháp đường quá nhỏ không chứa đủ mọi người. Đồng thời, tôi cũng rất là cảm động, vì dù không đủ điều kiện tiện lợi, tất cả các bạn đã cùng nhau tụ họp về đây để tu tập bồi dưỡng tâm linh.

Như các bạn biết, tất cả sinh vật trên thế giới, dù người hay vật, có hình thể vật chất và mức độ tinh thần khác nhau, và mỗi loài có đặc tính riêng. Thí dụ, ngựa có chân sau cứng cáp, và bò có sừng. Thật ngạc nhiên cách thiên nhiên ban cho mỗi chúng

sanh với hình dáng và khả năng duy nhất riêng của nó.

Cũng thế, nhân loại chúng ta đã được ban cho khả năng đón nhận mọi sự trong vũ trụ xuyên qua các giác quan, xử lý nó và rồi đưa ra bất cứ gì cần thiết, dù nó thuộc lãnh vực vật chất hay lãnh vực của tâm. Nhờ khả năng này mà, một khi sanh ra làm người, chúng ta đã sẵn có 99% những gì để trở thành một vị Phật. Qua tâm chúng ta có khả năng để tiêu hóa mọi sự và đưa ra cái gì cần. Nhưng có một số người không làm điều này, vì ngay trong loài người có rất nhiều mức độ mở mang tâm trí khác nhau.

Bạn có bao giờ nghĩ về máy điện toán mà người ta dùng để điều khiển rô-bô chưa? Không có máy điện toán, một rô-bô không thể chuyển động được. Nếu chúng ta so sánh bộ óc con người với máy điện toán, thì thân thể là rô-bô. Phận sự của bộ óc là hợp nhất mọi sự được nhận từ bên ngoài, xử lý nó, và đưa ra một đáp ứng thích hợp. Và chính tâm, bản thể của chúng ta, gửi mệnh lệnh đến bộ óc.

Tuy nhiên một máy điện toán chỉ có thể điều khiển rô-bô theo những dữ liệu đặc

trung nó đã được cung cấp. Không giống máy điện toán, bộ óc con người có thể xử lý bất cứ gì nó gặp phải và tự động đáp ứng bất cứ hoàn cảnh nào. Bộ óc vô cùng mạnh mẽ hơn bất cứ máy điện toán nào trên thế giới. Người ta thường nghĩ rằng họ không thể làm gì vì họ thiếu khả năng hay vì họ bị ngăn ngại bởi những hành động xấu trước kia. Nhưng họ nên hoàn toàn gạt bỏ những tư tưởng như thế. Tại sao? Vì một khi bạn được sinh làm người, bất kể bạn là một người đã qua ngàn kiếp hay mới một ngày – nhiệm vụ sẵn có của bộ óc mọi người chính xác là như nhau. Vì thế đừng vương mắc vào những ý tưởng rằng sự việc là dễ hay quá khó. Chính bạn là người tạo ra những ý tưởng ‘có thể’ hay ‘không thể’. Cơ bản, ‘có thể’ và ‘không thể’ không hiện hữu. Tâm vô tướng này của bạn không gì ngăn trở, nhiệm vụ của nó cũng không tùy thuộc vào bất cứ gì khác.

Xuyên qua toàn thể vũ trụ có một năng lực vô hạn, bản thể mà mọi vật tùy thuộc. Khả năng và tiềm lực của mỗi một vật trong vũ trụ khởi lên và trở về năng lực này. Bất chấp người ta nghĩ gì khác, hay cách sự vật

có thể xuất hiện, mọi vật đang vận hành liên tục đúng như thế. Mỗi một vật liên tục xoay quanh năng lực bản thể này, vượt qua thời gian và không gian. Không tốt sao nếu bạn có thể buông bỏ mọi vật và chỉ thuận theo năng lực này? Tâm chúng ta là vô tướng – nó có thể tự do đi bất cứ đâu, có thể nghĩ bất cứ gì và có thể đáp ứng bất cứ gì khởi lên. Chúng ta đều được ban cho khả năng bất khả tư nghì, rộng lớn như thế, vậy mà đôi khi tôi thực sự không thể hiểu tại sao một số người nghĩ rằng họ bị dính mắc và không thể tiến tới trước được. □

Chính tâm giải thoát tâm

Chính tâm có thể giải thoát tâm. Cũng chính tâm tự ngăn trở nó, nói, “Điều này không thể làm được”. Cái gì nói với bạn điều này là những tư tưởng chúng ta đã cung cấp trong quá khứ. Chính những tư tưởng này đã tích tụ trong bạn hằng vạn kỷ, đó là nguồn cội của những gì đôi khi được gọi là cấu uế và vọng tưởng. Những tư tưởng này đã tích tụ bên trong bạn từ cái này đến cái nọ và cuối cùng sẽ biểu hiện từng cái một, tùy theo hoàn cảnh. Vậy thì, làm sao bạn có thể giải thoát chính mình khỏi những tư tưởng này? Nếu bạn có thể vượt qua những tư tưởng đó, mọi việc sẽ tốt đẹp. Bạn có khả năng để làm điều này, nhưng hầu hết mọi người không tạo nỗ lực để sử dụng nó.

Nhiều năm trước đây, có một người bị phá sản vì đã bảo đảm cho người vay tiền của

người khác. Một hôm, ông ta nhận một thông báo của nhà băng đòi trả tiền vay, và ông bị cạn kiệt với tức giận và sợ hãi. Cuối cùng ông bị bệnh. Khi ông đến gặp tôi, tôi bảo ông, “Tiền đó khởi đầu không phải của ông. Bây giờ ông phải quyết định, hoặc là ông tiếp tục bám vào những cảm giác này về số tiền đó, hoặc là buông bỏ chúng. Từ khi tiền tự nó đã ra đi, không tốt hơn khi cũng bỏ luôn những cảm giác này?” Nếu ông ta chấp nhận sự thật tiền đã ra đi và buông bỏ ý tưởng ông ta đã mất nó, ông ta đã bình tĩnh và an ổn nhiều hơn. Và ông ta có cơ hội để tạo khởi đầu mới mẻ. Tuy nhiên, nếu ông ta không thể từ bỏ những tư tưởng về sự mất mát, ông ta sẽ không thể hồi phục sức khỏe hay công việc của mình.

Tôi bảo ông ta, “Tiền của ông đã đi rồi. Để nói cho ông sự thật, ông là người có thể làm cho tiền của ông biến mất. Nó đã ra đi, vậy có gì để nắm giữ? Nếu ông cứ dính cứng vào những vật đã vào quá khứ, thì tình trạng dính mắc đó sẽ được tiếp tục ghi chép vào óc ông. Điều này sẽ gây nên những ý thức về đời sống bên trong ông làm trì trệ và trở thành tiêu cực hơn. Kết quả là thân ông không thể hoạt động đúng đắn, và khả năng

của ông sẽ suy thoái”. Nếu bạn hiểu cách điều này vận dụng, thì bạn sẽ nhận ra rằng đây là một trong những nguyên lý mạnh mẽ và đáng sợ nhất của nhân loại.

Do đó tôi khuyên bạn khởi tâm một cách khôn ngoan. Nếu bạn đưa vào một tư tưởng tốt hơn, sự tích chứa những tư tưởng tiêu cực trước kia sẽ được thay thế bằng dữ liệu mới. Khi bạn khởi một tư tưởng, nó đưa qua não và đi đến trung tâm của óc. Phần trung tâm của óc định giá tư tưởng và gửi hồi đáp đến mọi phần của thân. Đây không phải chỉ là một miêu tả về tiến trình sinh lý, nó là điều bạn phải biết dùng thế nào cho chính mình trong cuộc sống hằng ngày. Khi bạn bệnh, bạn có thể cần sự giúp đỡ của một bác sĩ, nhưng có một giới hạn bao nhiêu để bác sĩ có thể giúp bạn. Trong hầu hết những trường hợp, người khác có thể chỉ giúp chừng 20 hay 30% vấn đề của bạn; chính bạn phải làm phần công việc còn lại. Dường như những lời tôi không vui lắm, nhưng tôi không có chọn lựa nào khác, vì rất cấp bách để bạn hiểu tiến trình này. Bao lâu nữa thì thân bạn kết thúc? □

Trọng điểm của niềm tin

Người ta thường nói về niềm tin, nhưng hãy rõ ràng về trọng tâm của niềm tin của bạn nên đặt vào đâu? Bản thể của bạn là cái mà không ai khác có thể cho bạn hoặc lấy đi. Cuối cùng, ai là người có thể thực sự giúp bạn khi bạn cần? Ai sẽ làm bạn đỡ đau? Ai sẽ cứu bạn khỏi nghèo khó? Ai sẽ chăm sóc khi bạn phiền não hay chết? Rốt cuộc, chỉ có bản thể của bạn mới có thể chăm sóc tất cả những việc này.

Chính như một máy điện toán có chương trình cần thiết để điều khiển rô-bô, óc của bạn có đủ mọi khả năng để chuyển động thân bạn. Tất cả khả năng có đó, đang chờ đợi được sử dụng. Bộ óc, máy điện toán riêng của chúng ta, được ban cho đầy đủ năm thần thông, mà bộ óc có thể dùng để

xử lý mọi việc và đưa ra những gì cần thiết. Chính là bản tâm của chúng ta, bản thể của chúng ta, cho phép bộ óc dùng những năng lực kỳ diệu tiềm tàng trong nó.

Do đó đức Phật nói, “Các ông tin tưởng vào ai? Trên mọi người khác, hãy khám phá chân ngã của các ông, Chủ nhân Không của các ông. Đó là thực chất bên trong các ông, vì thế nó phải được khám phá bên trong các ông.” Thật tốt khi thấy rất nhiều bạn đang phát triển niềm tin và kính trọng chân ngã của mình, nhưng dường như đối với tôi các bạn nên nghĩ sâu hơn những gì bạn cần làm để tìm ra chân ngã của mình.

Người ta thường nói rằng họ rất bận, không có thì giờ tìm ra Chủ nhân Không, hay khi vài tai họa xảy ra, họ không thể dừng lại đủ lâu để giao phó những hoàn cảnh đến Chủ nhân Không. Nhưng chính Chủ nhân Không hướng dẫn bộ óc và cho phép nó dùng năm năng lực vi diệu đang có sẵn trong chúng ta.

Vì thế mỗi chúng ta phải dựa trên bản thể riêng của mình. Nếu bạn giao phó mọi sự bạn đối mặt vào bản thể của bạn, thì những gì bạn giao phó – được cho là những

dữ liệu đưa vào – được ghi lại trong bản thể của bạn. Như thể bản thể của bạn ra thông báo rằng bạn đang bắt đầu dựa vào nó, và rồi nó đáp ứng lại bạn. Thế thì những kết quả của những gì đã đưa vào sẽ biểu hiện trong đời bạn. Tuy nhiên, nếu bạn cố tùy thuộc vào vật gì bên ngoài chính bạn, không có sự kết nối nào được thực hiện với bản thể của bạn, và vì thế không có gì được đưa vào. Nếu không có gì được đưa vào bản thể của bạn, làm sao nó có thể chăm sóc sự việc? Như thế đức Phật đã nói rằng bất kể bạn làm gì, trừ khi bạn dựa vào bản thể chân thật của bạn, sẽ không có đức hạnh và công đức trong hành động của bạn.

Người ta thường hỏi tại sao họ không giác ngộ, cho dù họ tuân theo lời Phật dạy đã lâu. Nhưng đó là vì họ quá bị kéo theo những vật bên ngoài trong đời sống hằng ngày. Dù bạn sống như một tu sĩ hay cư sĩ, bạn phải dựa vào cái ngã bên trong của mình, chân thành và tận tụy, và đưa ra những kết quả qua nỗ lực của riêng mình, không hy vọng ai khác sẽ giúp bạn. Hạnh phúc chân thật có đến từ người khác không? Không ai có thể cho bạn hạnh phúc và tự do, và cũng

không ai có thể lấy chúng đi. Không ai khác có thể chiếm chỗ của bạn khi những việc này hiện thực. Cuối cùng, bạn là người chăm sóc chính bạn.

Rất quan trọng để tiếp tục giao phó mọi sự trong đời sống đến bản thể của bạn, vì cách bạn sống trên đời này quyết định loại vai trò bạn có thể đóng trong đời kế tiếp. Hãy nhìn những nam nữ nghệ sĩ vào vai trong những vở kịch. Họ cố hiểu vai trò đặc biệt của họ và diễn tốt nhất vai được giao cho. Sau khi màn buông, kết thúc những gì họ phải làm, nghệ sĩ đặt gánh nặng xuống và cảm thấy thoải mái. Dù những nhân vật của họ có thể đã chết trên sân khấu, họ về nhà trong tinh thần tốt và thư giãn. Hãy nghĩ về điều này.

Tương tự những nghệ sĩ nhận vai tuồng, bạn đến thế giới này và nhận một vai trò tùy thuộc cách bạn đã sống trong những đời sống trước. Tuy nhiên, dù cho bạn nhận vai ăn mày trong đời này, nếu bạn tiếp tục giao phó mọi sự trong đời cho bản thể của mình và làm tốt nhất để sống một cách chân thành, thì sau này bạn có thể nhận một vai tốt hơn. Điều này thực sự xảy ra mọi nơi quanh chúng

ta. Nếu bạn nghĩ về điều này, bạn nên có vài cảm nhận về bạn từ đâu đến, bạn sẽ đi đâu, bạn đang làm gì, và tại sao bạn làm nó.

Mọi người biết rằng nếu bạn trồng đậu, bạn sẽ hái đậu, và nếu bạn trồng lúa, bạn sẽ gặt lúa. Thân bạn có trong đời sau và vai trò của bạn trong đó sẽ tùy thuộc vào bạn đã hoàn thành vai trò hiện nay tốt thế nào, vào bạn đã sống tốt thế nào. Bạn có thấy trên màn ảnh một người sống một đời sống tệ hại rơi vào địa ngục đầy rắn và thú vật khi cô ta chết như thế nào không? Đây không chỉ xảy ra trên màn ảnh. Mọi sự theo cách bạn sống được tự động đưa vào bản thể của bạn, và điều này khiến bạn tái sinh ở mức độ phù hợp với hành vi của bạn. Thí dụ, dù một người có thân người trong đời sống trước đây của cô ta, nếu cô ta sống ở mức độ của một con rắn hầu hết đời mình, cô ta sẽ tái sinh với thân rắn khi cô ta lại xuất hiện trong thế giới này. Mỗi người chúng ta đã đi qua rất nhiều đời sống khác nhau, và sống với những hình thể khác nhau vô kể. Vậy làm sao có những sinh vật chúng ta có thể coi thường? Làm sao đời sống của bạn có thể là quý giá, nhưng một con vật thì không?

Mỗi một đời sống là đời sống của bạn, mỗi một hình thể là hình thể của bạn.

Mọi việc mà người ta đang kinh nghiệm bây giờ là kết quả của những gì họ đã làm trong quá khứ, không có chỗ riêng để họ bị trừng phạt. Nếu họ hành xử như một con rắn, họ sẽ tái sinh như một con rắn. Nếu hành vi của họ ở mức độ một con bò, họ sẽ tái sinh ở mức một con bò. Nếu họ sống ở mức độ một côn trùng, thì thần thức của họ cuối cùng nhận hình thể một côn trùng. Đó chính là địa ngục!

Chúng sanh đã sống như thế từ rất lâu, không biết chân lý. Tuy nhiên, đức Phật – bản thể của mọi vật trong vũ trụ, của tất cả cõi hữu hình, cõi vô hình, và những nguyên lý bởi đó chúng vận hành – hiện hữu mọi nơi ở tất cả thời, xuyên qua nhân quả và vòng tái sinh, giúp mỗi một vật trong vũ trụ phát triển. Phật tâm biểu hiện như vô số Bồ tát giúp mọi vật vận hành. Vậy chư Phật và chư Bồ tát không có tách biệt. Thí dụ, nếu chúng ta mô tả Phật như là năng lượng bản thể, thì chư Bồ tát là năng lượng được sản xuất từ năng lượng bản thể này. Năng lượng đó đã khởi lên từ bản thể, tiếp tục trở thành

năng lượng bản thể của vật khác, tiến trình này được tự lập đi lập lại mãi. Đây là lối mà vũ trụ chúng ta đang vận hành.

Có lẽ như tôi đang tự lập lại, nhưng mọi người phải tuyệt đối biết điều này: Mọi vật trong toàn vũ trụ, bao gồm quá khứ - hiện tại - vị lai, vận hành với nhau như một toàn thể phức tạp, bao la và đa dạng (nhiều thứ khác nhau). Nếu thế, làm sao chúng ta định hướng đời mình? Làm sao chúng ta có thể trở thành nhất tâm, Hanmaum, để cho tất cả tay trở thành tay của chúng ta và tất cả thân trở thành thân chúng ta? Cho dù một ngàn giọt mưa rơi xuống biển, tất cả chúng trở thành một với biển. Cũng thế, nếu bạn đặt tâm của mọi vật và tất cả chúng sanh vào nhất tâm, tất cả chúng tự nhiên trở thành một tâm, một tay và một thân. Khi mọi vật trở thành một như thế, chính điều này là Phật. Sau khi những tâm này trở thành một với Hanmaum, chúng biểu hiện như những năng lượng khác nhau, chúng ta gọi những năng lượng này là chư Bồ tát. Những Bồ tát này đầy đầy thế giới quanh ta.

Khi chúng ta bật công tắc, điện sẽ chạy và ánh sáng đến. Cũng thế, khi bạn giao

phó sự việc đến bản thể, tâm bạn trở thành một với Hanmaum, rồi bất cứ năng lượng cần thiết sẽ tuôn ra tự do. Năng lượng tuôn ra này là những gì chúng ta gọi là chư Bồ tát. Chúng ta cho nó những tên khác nhau tùy cách năng lượng biểu hiện. Thí dụ, khi người nào bệnh năng lượng này biểu hiện như Bồ tát Dược Vương, và khi ai đó đau khổ năng lượng này biểu hiện như Bồ tát của Từ Bi. Dù chư Bồ tát có nhiều tên khác nhau, tất cả các ngài đều là những biểu hiện của bản thể như nhau. Giống như thế này: Khi một người đàn ông gặp vợ mình, ông ta trở thành người chồng; khi ông ta gặp cha mẹ mình, ông trở thành người con; khi gặp con cái, ông ta trở thành một người cha. Đức Phật, nguồn cội của mọi vật, có những biểu hiện vô tận, vì vậy đôi khi được gọi là Tòa Kim Cương. □

Bạn có thể biết thật sự chỉ qua
ứng dụng

Cho đến hôm nay, bạn đã chỉ lắng nghe những bài giảng này, bạn còn phải áp dụng chúng. Trước đây, khi một sư cô mang cho tôi vài cái bánh gạo, tôi bảo cô, “Hãy ném nó, và nói cho tôi biết nếu nó ngon.” Thì cô trả lời, “Làm sao con có thể biết chắc thầy thích nó hay không? Tốt hơn là chính thầy ném nó đi!” Cũng thế, bạn phải đem những gì bạn đã nghe về tu tập và hết lòng áp dụng nó và cố gắng kinh nghiệm nó cho chính bạn. Chỉ vậy bạn mới có thể thực sự biết mùi vị nó ra sao.

Nghe giảng và hiểu lý thuyết suông không đủ. Khi tôi gặp người nghĩ rằng

họ hiểu mọi sự, đôi khi tôi chỉ làm thỉnh nhìn họ vì họ chứa đầy lý thuyết đến nỗi họ không thể nghe những gì tôi nói với họ. Thay vì nói về lý thuyết, tốt hơn bước một bước có thể đưa bạn vào tất cả con đường vòng quanh vũ trụ. Thí dụ, khi ai đó trong gia đình bạn bị bệnh, giao phó nó đến Chủ nhân Không và quan sát với niềm tin vững chắc. Trong những trường hợp bệnh tật bị gây bởi nghiệp, nguyên nhân phải được giải quyết để bệnh được lành. Khi bạn giao phó nó cho Chủ nhân Không, sự ghi chép những gì đã làm trong quá khứ tan biến và đau khổ đang hiện hành cũng tan rã. Vì thế nếu bạn thực sự giao phó mọi việc cho Juingong, thì, ngay cả sinh mạng của bạn không cũng biết rõ nó, nó vượt qua thời gian, không gian và đau khổ mà bạn đối mặt bắt đầu tan biến. Nhưng chỉ hơi hợt lặp đi lặp lại “Chủ nhân Không” thì chẳng giúp cho bạn tí nào.

Có người phàn nàn rằng tình trạng của cô chẳng tiến bộ dù cho cô đã giao phó mọi sự cho Chủ nhân Không. Cô nói rằng lần đầu tiên khi cô bắt đầu giao phó sự việc đến Chủ nhân Không, chúng được đưa ra tốt, nhưng tiếp tục, thì dường như sự giao phó

không còn hiệu quả nữa. Hãy nghe, sau khi tốt nghiệp trung học, bạn phải tiếp tục lên trường cao trung. Làm sao bạn có thể tiến nếu bạn không đi tới trình độ kế tiếp?

Khi bạn du lịch, có nhiều lần bạn xuống xe bus trước khi đến chỗ dự định, phải không? Dù sao đôi khi người ta nghĩ xuống xe như thế là hỏng việc. Nhưng nếu bạn nhìn nó theo khía cạnh tích cực, như là “Việc lỡ xe bus là do Chủ nhân Không làm, vậy thì Chủ nhân Không sẽ chắc chắn làm việc tốt nhất,” rồi vì tình trạng đó được đưa vào tích cực, việc đưa ra sẽ tốt thôi; không có gì phải lo lắng. Vậy khi bạn kết thúc với việc đã làm, chỉ bước lên một xe bus khác. Chỉ mất một khoảnh khắc để đổi tư tưởng. Tuy nhiên, vài người có thể phí nhiều ngày hay cả tháng dính vào những tư tưởng giống như thế trước khi có thể tiếp tục lên đường. Có một câu nói, “Cả thành công và thất bại là đạo.” Tại sao những người lính rút khỏi chiến trường? Trong tình huống xấu, không phải rút lui cũng là một chiến lược để bảo tồn mạng sống của quân lính sao?

Cuộc sống của chúng ta rất phức tạp phải không? Cũng thế, thân thể chúng ta

cũng rất phức tạp. Thân chúng ta chứa như một mạng lưới thần kinh phức tạp và những tế bào khác, và bộ óc chứa rất nhiều những thứ vượt trên hiểu biết. Dùng hệ thống này, bản thể sẽ gửi lệnh qua bộ óc truyền đến những thành phần khác nhau của thân và khiến chúng chuyển động. Điều làm ngạc nhiên hơn là sự vận dụng của lãnh vực tinh thần, cõi vô hình; thực sự không thể tả nổi cách sự vật thay đổi và biểu hiện sau khi đã được đưa vào nhất tâm.

Tuy nhiên, cách duy nhất để biết điều này cho chính bạn là trực tiếp chạm vào nó, nắm nó, và đưa nó đến thực hành. Hình ảnh một micro vô tuyến. Nếu bạn chưa bao giờ dùng trước đây, bạn không biết cách bật lên hay thử nó. Tuy nhiên, khi bạn cứ cố gắng sử dụng nó, cuối cùng bạn sẽ hiểu cách nó vận hành. Cũng thế, trừ phi bạn đem sự hiểu biết về Chủ nhân Không vào thực hành, sẽ khó tạo sự tiến triển trong việc luyện tâm hay trong những sự kiện của đời sống thường nhật. Đừng bao giờ quên rằng bạn cũng có tiềm năng trong chính bạn để mở mang ngay cả xứ sở của bạn qua những tư tưởng bạn khởi lên. □

Phần chúng ta phải tự làm

Có một việc nữa về điều này bạn cần phải biết: Chúng ta có thể khởi tâm để giúp những người chung quanh mình, nhưng có vài phần chính họ phải tự làm. Nếu họ không cố gắng dựa trên bản thể của chính họ, vấn đề sẽ vẫn tồn tại, vì vài phần cơ bản của nó không được chăm sóc. Như thế, để người ta giải quyết hoàn toàn vấn đề của họ, họ phải biết cách giao phó, quan sát, và tự mình kinh nghiệm. Đây là lý do tôi luôn nói với bạn dạy con cái về sự tu tập này.

Dù cho Phật giải quyết tất cả vấn đề của bạn, nó chỉ là sự giúp đỡ tạm thời. Nó không thể giúp bạn lần tiếp theo khi có

một vấn đề hay khó khăn tương tự khởi lên. Bạn vẫn đau khổ vì bạn đã không học cách làm việc với bản thể của mình để chăm sóc những việc này. Không ai khác có thể sống đời bạn giùm bạn. Ngay cả khi người bị phiền nhiễu nhận được một lô sự giúp đỡ, trong nhiều trường hợp đời sống của họ không tiến triển, vì cách nhìn và thái độ của họ tiếp tục như trước.

Đây là lý do Phật dạy người giao phó mọi sự cho bản thể của họ. Mọi sự! Ngài nói, “Nếu người làm việc tốt, người sẽ nhận kết quả tốt, và nếu người làm việc xấu, người sẽ nhận quả xấu. Tuy nhiên, người nhiệt tình với sự tiến thêm sẽ cố gắng buông bỏ tất cả phân biệt tốt xấu, vì những việc được cho là tốt hay xấu cơ bản là không hai. Vậy cả hai tồn tại trong người, và trừ phi người từ bỏ những việc này, dù người cố gắng chỉ làm việc tốt, người cũng vẫn phạm những hành động tai hại. Dù người cố gắng gây hại, người cũng sẽ làm việc tốt một cách vô thức. Khi người thật sự hiểu bản thể bất nhị của mọi vật, và buông bỏ tư tưởng nhị nguyên như tốt và xấu, thì người sẽ trở thành một Bồ tát và một vị Phật.”

Mọi vật được làm bởi bản thể của bạn, khả năng của nó bất khả tư nghì. Cõi người – trung giới – cùng vận hành với thượng giới và hạ giới. Nếu chúng ta có thể vượt qua những tập khí của trung giới này, và sống tương thích với thượng giới, thì chúng ta sẽ thoát khỏi cạm bẫy của suy nghĩ kiểu trái đất và chúng ta có thể kinh nghiệm được bình an thực sự. Khi điều này xảy ra, mọi vật sẽ khác hẳn. Tuy nhiên, muốn đạt được điều này chúng ta phải thay đổi chính mình. Khi tu tập, thay đổi sẽ xuất hiện tự nhiên. Bắt đầu với những việc nhỏ và kinh nghiệm những gì xảy ra khi bạn bắt đầu giao phó chúng cho bản thể của bạn. Khi bạn tu tập với thân và cuộc sống hằng ngày như vật chất, thì sau đó bạn sẽ đạt đến bậc nơi tâm bạn có thể chứa đựng toàn thể vũ trụ. Khi những tâm như thế bắt đầu tỏa sáng bên ngoài, khi chúng bắt đầu tỏa sáng và vận hành nhanh hơn vận tốc ánh sáng, mọi người sẽ tự nhiên trở thành một và thế giới này sẽ trở nên một cõi Phật. Sẽ trở thành cõi Phật nơi mọi người sống dựa vào bản tâm của họ, thoát khỏi dính mắc, tham muốn và sợ hãi.

Có ai hỏi câu nào không?

NGƯỜI HỎI 1: Mỗi lần con nghe bài giảng của thầy, con cảm thấy hồ thẹn chưa tu tập đủ siêng năng. Mặt khác, con biết ơn vì mỗi lần con nghe một trong bài giảng của thầy, con cảm thấy vô minh của con lột đi một lớp nữa.

Con là một giáo sư y khoa. Hôm nay con ngạc nhiên trong pháp thoại của thầy vì thầy trả lời tất cả những câu hỏi mà con định hỏi. Nhưng dù sao con cũng thích hỏi thầy để xác minh sự hiểu biết của con. Con nói về bài giảng của thầy với học viên của con, vì vậy con muốn chắc rằng con hiểu đúng.

Khi con nghe thầy nói rằng mọi vật thay đổi liên tục và biểu hiện từng khoảnh khắc, con nghĩ về cách một cách một hạt nguyên tử thay đổi quỹ đạo và về năng lượng được sản xuất như một kết quả của sự thay đổi này.

Ngoài ra, khi thầy nói rằng nghiệp thức, vô minh và ảo tưởng ngăn trở chúng ta và làm giảm thiểu khả năng của chúng ta, con nghĩ về điều này trong lãnh vực y học, như khi sự tuần hoàn của ai đó bị hạn chế, khiến họ bệnh và đau.

Thưa Sư bà, có vài việc khác con cũng đang tự hỏi. Thầy thường so sánh bản tâm của chúng ta với máy điện toán tự động. Tuy nhiên trên thế giới này, khi chúng ta muốn truyền thông với người ở xa, chúng ta phải kết nối số, và để nghe radio, chúng ta phải điều chỉnh tần số. Vậy khi chúng ta giao phó mọi sự cho Chủ nhân Không thì sao? Tần số có tự động điều chỉnh không?

SU BÀ: Vâng, nó tự động. Như bạn hiểu, sử dụng bất cứ máy móc nào như radio, điện thoại, hay rô-bô bao gồm mọi loại điều chỉnh và thích ứng tốt. Tuy nhiên, khi bạn thực sự giao phó sự việc đến Chủ nhân Không, thì từng việc một, máy điện toán tự động tức bộ óc của bạn săn sóc mọi việc một cách tuyệt đối. Trong khi máy điện toán thường có thể đưa ra chỉ những gì được được nạp vào, bộ óc sở hữu những khả năng vô tận và không thể nghĩ bàn; nó tự động xử lý tất cả những dấu hiệu bên trong, bên ngoài và truyền đạt. Không những thế, nó cũng xử lý mọi việc khởi lên từ bản thể của chúng ta. Vì thế nếu bạn khởi một tư tưởng, thì nó giống như tư tưởng đó nhấn nút. Nó làm xong việc một cách tự động và vô niệm.

Tuy nhiên, bạn có nhận thấy những gì hầu hết mọi người đang làm không? Họ có thể nhấn nút, nhưng rồi họ buông bỏ nó ngay lập tức. Người ta cứ bỏ ngay khi nhấn nút. Nếu so sánh hành động của sự giao phó hoàn toàn việc gì để nhấn nút, hầu hết người ta chỉ đặt tay lên nút mà không hề nhấn nó. Nhiều lần, họ cứ làm như thế: Vì không phải giao phó hoàn toàn, không có gì được chuyển giao, vậy làm sao có gì có thể được hoàn thành về nó?

Mọi việc tùy thuộc vào những quyết định bạn làm. Vậy bạn sẽ bỏ qua bản thể dẫn dắt bạn để tin tưởng người nào khác không? Nếu bạn không tin vào căn đế của chính mình, thì bạn tin vào cái gì khác? Bạn sẽ trao đổi bản thể của bạn với bầu trời rộng không hay với một bức tượng? Có lần, khi tôi thất vọng về cách người ta đang sống, tôi đã nói đơn giản hết sức mình về tâm của chư Phật. Điều này sau đó được dùng như một bài ca: “Thân Phật và thân tôi không hai. Tâm Phật và tâm tôi không hai. Phật pháp chứa đựng trong đời sống hằng ngày của tất cả chúng sanh”. Cuộc sống hằng ngày của chúng ta tự nó là Pháp. Cuộc sống hằng

ngày của chúng ta là cuộc sống của Phật. Nó không hiện hữu tách biệt khỏi chúng ta.

Sự vật trong cõi vật chất xảy ra giống như khi chúng làm ở lãnh vực tâm. Mọi vật đang chuyển biến liên tục, từ trạng thái cơ bản, những hạt được phát sinh, và rồi cuối cùng nhóm họp với nhau và tạo ra nhiều hạt hơn. Những hạt này nhóm lại và tiếp tục chuyển biến, cuối cùng hình thành một vũ trụ. Và vũ trụ này cuối cùng tự trở về trạng thái cơ bản mà cuối cùng lại hình thành một vũ trụ mới. Tiến trình này lặp đi lặp lại mãi, và rất lạ lùng. Năng lượng nó sinh ra không thể tưởng tượng. Vũ trụ, bộ óc con người và tâm cùng hoạt động chính xác trong cùng đường lối: Nếu bạn nghĩ xấu, hạt giống có hại sẽ chiếu xạ rộng ra bên ngoài, và nếu bạn nghĩ tốt, hạt giống tốt sẽ trải rộng ra vô tận.

Đây là lý do mà một tư tưởng thôi có thể là rất quan trọng. Khi bạn giúp người khác bằng bố thí vật chất, đó là sự tương quan vô nghĩa. Chỉ là một giọt nước trong đại dương. Nếu bạn thực sự muốn giúp người khác, thì hãy giúp họ qua tâm. Hầu hết mọi người muốn giúp người khác, nhưng

nếu họ không cẩn trọng trong cách suy nghĩ về người khác, những tư tưởng này có thể trải ra bên ngoài và làm hại những vật nhỏ hay yếu ớt. Nếu chúng ta không giúp người khác mở mang tâm họ và làm sâu thêm mức độ phát triển tinh thần của họ, sự tổn thất của xứ sở chúng ta, thế giới và vũ trụ sẽ thực sự không thể tưởng. Dù tốt và xấu hiện hữu với tỷ lệ gần như nhau, cái xấu mạnh và hoạt động hơn nhiều. Thế nên những hạt giống tai hại này được rải nhanh hơn khắp thế giới, và trong ngàn cách khác nhau.

NGƯỜI HỎI 1: Con đã nghe thầy so sánh Chủ nhân Không với cột lửa. Con có thể cho rằng cột lửa này nghĩa là nơi mọi năng lượng và mọi tâm kết hợp với nhau không?

SU BÀ: Khi bạn giao phó mọi sự cho Chủ nhân Không, thì mọi năng lượng hợp lại với nhau ngay. Mọi vật tự nhiên đến với nhau, tách biệt và rải ra, và hợp với nhau trở lại; điều này nằm trong lãnh vực vô hình, nhưng nó cũng có thể biểu hiện trong lãnh vực hiện tượng nữa. Thí dụ, bề ngoài của sự đến với nhau giống như những viên chúc

chính phủ báo cáo một việc quan trọng đến tổng thống, bề ngoài của sự tách ra giống như tổng thống quyết định và giao chỉ thị cho những viên chức. Tuy nhiên, đây là điều vượt xa sự so sánh. Dựa trên Chủ nhân Không còn mạnh và hiệu quả hơn nhiều. Một khi bạn giao phó việc gì cho Chủ nhân Không, tất cả sẽ tự nhiên được chăm sóc. Nó làm việc như một máy điện toán, tự động thích ứng với sự việc.

Giống như ấn một nút trên máy điện toán sẽ cho bạn tất cả tài liệu về ai đó, nếu qua kinh nghiệm của riêng bạn, bạn thực sự hiểu cách mà nguyên lý của Nhất Tâm vận dụng, rồi thì rất thoải mái nhấn nút, bạn có thể biết bạn đã sống trong quá khứ thế nào. Tuy nhiên, nếu những người khác không biết cách Nhất Tâm vận dụng thì không đúng để bạn nói với họ đời sống quá khứ của họ như thế nào hay tương lai của họ sẽ gánh chịu những gì. Nói với họ những việc như thế là trái đạo, vì qua tâm, qua chỉ một tư tưởng, mọi việc có thể bị thay đổi. Hãy cố tự kinh nghiệm làm sao một tư tưởng đơn độc được giao phó cho bản thể của bạn có thể chuyển hóa sự việc trong đời bạn.

Bạn có thể áp dụng nguyên lý này trong mọi nhiệm vụ của đời sống hằng ngày của bạn, tùy theo mức độ phát triển tâm linh. Vì thế bất kể sự việc bạn đối mặt là to hay nhỏ, đừng sợ bất cứ gì về chúng. Đừng để bị vùi lấp; đứng vững một cách can đảm và tiến thẳng vào chúng. Cho dù trời sập, cuối cùng bạn sẽ vẫn có thể mỉm cười. Nếu bạn đạt tới trình độ này, bạn có thể giữ bầu trời bằng một ngón tay. Một mức độ của tâm là rất tuyệt vời và quý giá như thế! Có lẽ bạn tự hỏi làm sao một ngón tay có thể nâng nổi bầu trời, nhưng ngón tay có thể thực sự giữ được bầu trời không phải là một vật cụ thể có thể mô tả được – nó là tâm.

NGƯỜI HỎI 2: Con là một thành viên của chi nhánh Busan của Trung tâm Thiền Nhất Tâm. Con trông nom một cơ sở kinh doanh nhỏ, nhưng không được tốt lắm. Vì vấn đề kinh doanh nên con khó khăn để duy trì sự tu tập. Cho nên ở đây con thỉnh cầu lời chỉ dẫn và lòng thương xót của thầy. Bây giờ con bị thất bại. Con đã bỏ học khá lâu. Dù con vẫn gắng sức thực hành, sự thất bại vẫn tiếp tục. Đôi khi con tự hỏi có phải vì Chủ nhân Không của con yếu sức.

SU BÀ: Chủ nhân Không không yếu, niềm tin của bạn yếu. Tại sao bạn không cố gắng dựa vào Chủ nhân Không của bạn?

NGƯỜI HỎI 2: Điều đó không biến mất hoàn toàn... Con thực hành nghiêm túc, nhưng –

SU BÀ: Hãy xem! Mọi việc được thực hiện bởi bản thể của chúng ta. Vì thế nếu bạn thực sự giao phó mọi việc khởi lên cho nó, thì có gì không thể được chăm sóc? Ai đang điều hành việc kinh doanh của bạn? Chính là bạn, đúng không? Thực sự, tuy nhiên, bạn chỉ đang điều hành những việc vật thay cho doanh nhân, phải không? Chủ nhân thực sự là Juingong của bạn, người chỉ huy bên trong bạn quan sát mọi sinh vật trong thân bạn. Chính là người chỉ huy việc kinh doanh của bạn và chính vị chỉ huy này hướng dẫn bạn. Bạn hiểu không?

NGƯỜI HỎI 2: Con e rằng con đã lỡ lời trước đây...

SU BÀ: Người mà khiến bạn chuyển động là chủ nhân bên trong; thân bạn không phải là chủ. Thân bạn giống như một hành tinh, nơi mà nhiều chúng sanh khác nhau

cùng sống chung. “Bạn” không tồn tại bởi chính bạn. Ngay bây giờ trong thân bạn có rất nhiều ý thức, hình thể và sinh vật khác nhau. Ngay khi bạn uống một tách nước, bạn không uống một mình, đúng hơn, mọi sinh vật trong thân bạn cùng uống với nhau, tất cả chúng sống với nhau, chia sẻ mọi thứ. Nguyên lý giống như thế áp dụng cho thân bạn cũng áp dụng cho việc làm của bạn. Một công việc vận hành vì chủ nhân, người quản lý và những công nhân tất cả bắt tay làm việc với nhau. Bạn nên biết rằng, “Không phải tôi làm những việc này, chính là Chủ nhân Không. Tôi chỉ là người chạy việc vặt, cùng chung với mọi người khác”. Hãy nhìn mọi việc như thế, và bạn sẽ thực sự hiểu.

NGƯỜI HỎI 2: Con không nghĩ mình đã trình bày tốt... Con muốn thỉnh cầu thầy có thể khởi một niệm cho công việc của con nhờ đó tốt lên.

SU BÀ: Khi bạn thực sự giao phó mọi việc mà bạn đối mặt cho Chủ nhân Không, khi bạn toàn tâm nhấn nút, mọi việc tức khắc kết hợp với nhau và trở thành một. Không có bất cứ chướng ngại nào, mọi việc hợp chung với nhau, và Chủ nhân Không định giá, đưa

quyết định, rồi gửi ra những chỉ thị. Vì thế không có gì phải bận tâm. Chân thật và thành khẩn giao phó tình trạng của bạn, và nó sẽ được chăm sóc như thế. Bất kể vấn đề lớn hay nhỏ. Chủ nhân của công việc là Chủ nhân Không của bạn, vì thế chân thành tin tưởng vào Chủ nhân Không và giao phó mọi sự cho nó.

NGƯỜI HỎI 3: Thừa Sư bà, con từ Pohang đến đây để bày tỏ lòng cảm kích sâu xa với thầy vì đã dạy con về Juingong. Con là người sơ cơ đã gặp được những bài giảng của thầy cách đây khoảng một năm. Con đã kết hôn và có một trai và một gái. Sau mười năm làm việc vất vả, con đã dành đủ tiền để mua một ngôi nhà ba tầng tuyệt vời. Tuy nhiên, chồng con đã bảo chứng trước một số tiền vay cho công việc của người anh, nó đã bị phá sản. Kết quả, tòa án đã đặt thế chấp ngôi nhà của chúng con với giá 180 triệu won. Sau tất cả sự làm ăn khổ nhọc và dành dụm, tim con tan nát và tuyệt vọng khi con nhận ra rằng chúng con mất nhà không còn sống ở đó nữa.

Điều ngạc nhiên là con không cảm thấy ghét bỏ người anh chồng, thay vào đó con

cảm thấy thương cảm anh ấy, và nghĩ, “Được thôi, Chủ nhân Không, anh chồng tôi đã làm hết sức mình rồi.” Sau khi bàn bạc với chồng, chúng con đi thăm anh chồng và bảo anh ấy rằng chúng con sẽ bán nhà nếu anh ấy cần. Anh chồng con rất cảm động khi nghe thế. Và chúng con cũng cảm thấy hạnh phúc và an lạc vì đã giao phó mọi sự cho Chủ nhân Không: “Chính là Chủ nhân Không đã khiến chồng con bảo chúng nợ cho người anh. Vì thế chính Chủ nhân Không sẽ làm giảm tối thiểu sự mất mát. Giải quyết việc này nhanh chóng cũng thuộc Chủ nhân Không”. Theo cách này, con đã tiếp tục giao phó mọi sự cho Chủ nhân Không. Nếu con không biết về sự tu tập này, con nghĩ sự giận dữ và thất vọng của con đã làm hại sức khỏe của con. Hơn thế nữa, đó là một tình trạng thương tổn đến nỗi chồng con và người anh có thể dễ dàng trở thành kẻ thù. Thừa Sư bà, Cảm ơn thầy một lần nữa đã dạy con cách khởi tâm ấm áp và từ bi. Con cũng muốn Cảm ơn những tu sĩ của chi nhánh Pohang. Con sẽ tu tập miên mật hết sức mình khi con có thể.

Hãy giữ tâm như thế, và từ bỏ mọi thứ thì tốt cho bạn. Nó ngăn bạn khỏi trở thành

xấu, và nó làm bạn an lạc. Đôi khi cuộc sống của chúng ta dường như khó chịu đựng nổi, nhưng việc tốt sẽ tự nhiên đến với bạn vì tâm bạn đã trở nên rộng và giàu.

NGƯỜI HỎI 3: Sư bà, Cảm ơn thầy.

SU BÀ: Đừng lo! Mọi việc sẽ ổn thôi.

NGƯỜI HỎI 4: Trước hết con muốn Cảm ơn thầy đã giảng cho chúng con về Hanmaum, về Nhất tâm. Có hôm Thầy đã nói rằng nếu chúng sinh không thể thích ứng một cách sáng tạo với thời gian họ đang sống, họ sẽ lạc hậu hay thậm chí chết. Liên quan đến vấn đề này, Phật giáo Đại Hàn đang lạc hậu hay tiến bộ? Và sự phát triển Phật giáo Đại Hàn tùy thuộc vào gì?

SU BÀ, cười: Cuối cùng, chính là tâm. Là gì khác được? Tôi đã nhìn một cách cẩn thận Phật giáo Đại Hàn và những tôn giáo khác. Một cội cây sống nhờ vào rễ của nó. Tuy nhiên, rất nhiều người đang tìm kiếm “Chúa”, “Thượng đế” và cả “Phật” bên ngoài chính họ. Loại công đức nào có thể có kết quả từ sự không biết năng lực bản thể là nguồn của mọi sự? Loại giác ngộ nào,

loại phát triển nào có thể khởi lên từ đó? Vài tiến bộ vật chất giới hạn có lẽ có thể, nhưng không gì hơn nữa. Cũng phải có phát triển tâm linh. Chỉ lúc đó những chướng ngại của sự phát triển biến mất; chỉ khi đó tinh thần và vật chất vô hạn mới có thể lớn lên. Cũng chính qua tâm, chúng ta có thể giữ cho thế giới khỏi rơi vào điên đảo. Chính chỉ vì những nhiệm vụ của tâm mà trái đất, những hành tinh, và vũ trụ có thể vận hành đúng lẽ. Tất cả những việc này chỉ có tâm mới có thể chăm sóc được.

Tất cả những việc tàn bạo trên thế giới – sát sanh, nói dối và lừa bịp, không quan tâm đến láng giềng, chỉ nghĩ lợi ích cá nhân, và nói chung xử sự như một con thú – tất cả những điều này xảy ra vì người ta dùng tâm sai lối. Người ta làm những việc này vì họ không thực sự biết chính họ, cũng không biết khả năng hay vai trò của mình trong đời sống. Cũng thế, người ta dễ dàng lừa đảo và thường thất bại vì họ không biết giới hạn của khả năng mình. Hãy so sánh khả năng của một người với một cái bát. Khi chúng ta biết kích cỡ cái bát của chính mình, thì chúng ta có thể đặt thức ăn vào theo khả

năng của nó. Nếu chúng ta không biết khả năng của riêng mình, và đặt số lượng lớn vào đồ chứa nhỏ, hầu hết những gì chúng ta cố đặt vào sẽ tràn ra và gây vấn đề. Do đó khi bạn làm việc gì, trước tiên bạn nên thực sự biết chính mình và khả năng của bạn, và rồi tiến về trước trong khi giao phó mọi sự cho Chủ nhân Không và quan sát. Nếu ai đó cố bơi qua sông mà không biết khả năng của mình, anh ta có thể chết đuối trước khi tới bờ kia. Nhiều người mượn một lô tiền để bắt đầu kinh doanh, nhưng vì tiền lãi, gánh nặng của họ càng gia tăng qua mỗi tháng. Tốt hơn là kiếm sống một cách đơn giản và tiêu ít hơn để khỏi chịu một lô nợ hơn. Nếu bạn vượt quá chính bạn, bạn có thể mất nhà và thậm chí rơi vào nghèo túng.

NGƯỜI HỎI 4: Xin Thầy nói cho chúng con một chút về ảnh hưởng và vai trò của Phật giáo trong xã hội kỹ nghệ?

SU BÀ, chỉ vào bụng: Nếu bạn biết khả năng của riêng bạn và tin vào gốc rễ của bạn, trong khi biết rằng tất cả năng lượng bắt nguồn từ gốc rễ của bạn – nếu bạn đặt tất cả sự hiểu biết này vào thực hành trong cuộc sống hằng ngày, bạn sẽ nhận ra rằng bạn

được kết nối với toàn thể cuộc sống. Mọi việc là công việc của bạn, nỗi đau của bạn, gia đình bạn, và thân bạn. Vì vậy không có gì bạn có thể cư xử cầu thả. Và những hành giả điều phục tâm này phải thận trọng đặc biệt chứ không cầu thả về bất cứ gì, bởi vì tâm họ được kết nối và cộng thông với mọi tâm trong vũ trụ, tất cả con đường từ chư Phật và Bồ tát đến côn trùng. Nếu bạn đạt đến bậc nơi mà bạn có thể cộng thông như thế, thì dù cho tình huống sống hay chết đứng trước bạn, mọi thứ sẽ trở thành một tâm, những bàn tay không phải là tay sẽ tràn đầy trong không và sẽ giúp bạn. Thật hết sức ngạc nhiên! Tại điểm này, toàn thể giới sẽ trở thành một cõi Phật!

NGƯỜI HỎI 5: Con được vinh dự gặp thầy. Đây là buổi Pháp thoại thứ hai của thầy mà con được dự. Cũng vậy, con đang đọc quyển sách Những Nguyên Lý của Nhất Tâm của thầy lần thứ hai. Càng đọc nó, sự cộng hưởng trong con càng sâu, như thể thầy đang nói trực tiếp với con. Thừa Sư bà, con sẽ tiếp tục thực hành hết lòng với niềm tin chắc chắn rằng qua sự tu tập này tất cả

ngiệp của con sẽ tan biến và gia đình con sẽ sống thuận hòa. Thừa Sư Bà, có nhiều người quanh con sống trong khổ sở. Nếu họ biết sự tu tập này, họ cũng có thể giải thoát khỏi phiền não, phải không ạ?

SU BÀ: Vui lòng giải thích cho họ cách giao phó và quan sát.

NGƯỜI HỎI 5: Con sẵn sàng giải thích cho họ.

SU BÀ: Nếu bạn giao phó và quan sát trong khi giải thích điều này cho họ, thì tôi cũng sẽ ở đó với bạn và với tất cả chư Phật nữa.

NGƯỜI HỎI 6: Con là một thành viên của nhóm trẻ trong Trung tâm Thiền. Có lần người nào đó nói rằng ở Nam Hàn thôi, gần một triệu người thuộc về những thần linh khác hay bị ảnh hưởng bởi họ. Chính con đã thấy vài người này, vì thế con biết nó có thể xảy ra. Hơn nữa, dường như gia đình của ai bị ảnh hưởng của những thần linh, có nhiều vấn đề và không được hài hòa.

Đã lâu, con tự hỏi tại sao người ta bị ảnh hưởng bởi thần linh. Con để ý thấy người càng thông minh, càng dễ bị thần linh ảnh

hưởng. Trong số người trẻ, có nhiều người tốt nghiệp từ những trường đại học thanh thã, nhưng bây giờ đang lang thang quanh những ngọn núi cầu nguyện và cố gắng để chứng đạt những quyền năng siêu nhiên từ những thần linh khác nhau. Con đã nghe về nhiều trường hợp này và chính con đã chứng kiến một số trong bọn họ. Khi con thấy những người bị thần linh chi phối, hay được tiếp xúc với họ, dường như gia đình họ đầy những xung đột. Có loại nghiệp gia đình nào mà gây ra cả hai việc không?

SU BÀ, cười: Tôi có thể nói gì bây giờ?

NGƯỜI HỎI 6: Con chính đang tự hỏi làm sao nghiệp lực của gia đình liên quan những vấn đề của họ với –

SU BÀ: Vâng, tôi hiểu. Có ba loại hoàn cảnh đưa đến những vấn đề với thần linh. Trước hết, nếu cha mẹ hay tổ tiên của ai đó tôn kính những thần linh nào đó, thì những thần linh này có thể vẫn kết nối với những thành viên của gia đình ấy. Thứ hai, khi người nào đó chết trong tai nạn xe cộ hay chết đuối, hầu hết thời gian linh hồn người ấy không thể rời nơi họ chết. Bạn sẽ nghĩ rằng một linh hồn có thể đi bất cứ nơi nào

họ muốn, nhưng thường họ không thể nhúc nhích dù một phân khối nơi mình đã chết. Trong những trường hợp này, linh hồn chỉ có thể rời đi sau khi có linh hồn của người khác thay chỗ. Loại tình huống này có thể gây ra nhiều vấn đề.

Thứ ba, tất cả mọi thông tin về cách bạn đã sống trong quá khứ, bao gồm tư tưởng, cảm thọ và thái độ, theo những đời sống và hình tướng bạn đã có, được ghi lại hoàn toàn trong bạn. Trong vài trường hợp, những nghiệp thức này biểu hiện và nhận là những thần linh nào đó, người ta có thể bị gạt bởi những ý niệm này đến nỗi nghĩ rằng họ bị chiếm hữu. Những ý niệm này sẽ giống như những thần linh điên cuồng đang chiếm hữu họ. Đây là lý do, khi việc gì giống như thế xảy ra, sự khởi lên dù chỉ một tư tưởng đơn thuần cũng rất quan trọng. Mặt khác, thân bạn có thể trở thành một con rối. Trước tiên một ý niệm thôi thúc bạn làm việc, và rồi ý niệm khác khiến bạn làm việc khác. Điều này xảy ra từ lần này qua lần khác, và khiến bạn làm những việc hại mình, hại người. Người ta thấy cách bạn hành động sẽ nghĩ là bạn điên.

Để giải quyết những vấn đề do linh hồn tạo ra, bạn không thể chỉ cố gắng loại bỏ những linh hồn, bạn phải giúp họ tiến lên khỏi mức độ họ đang bị dính vào. Để làm điều này, bạn phải trở thành một với họ qua bản thể. Tưởng tượng rằng có ba giọt nước, nếu bạn rót chúng vào một tách nước, ba giọt trở thành một với nước. Cũng thế, bằng sự đưa họ đến bản thể của bạn, bạn và những linh hồn này có thể trở thành một. Trong sự trở thành một với bản thể, những linh hồn này thoát khỏi những ý tưởng cố chấp đang ngăn họ tiến lên. Bạn có thể phải làm điều này một lần, hai lần, hay ba lần đến khi tất cả họ trở thành một tách nước. Khi điều này xảy ra, mọi việc sẽ ổn thôi.

Tuy nhiên, có lẽ có những cách khác để giúp những linh hồn. Thí dụ, ngày xưa một bà mẹ có hai đứa con nhỏ thành linh chết. Sau đó người chồng mấy phen định tái hôn, nhưng những tai nạn lạ lùng xảy đến cho những phụ nữ mà ông quyết định cưới.

Sau ông kể chuyện này với tôi, tôi chợt nảy ra thay vì chỉ cứu linh hồn của người vợ đã chết ra khỏi lãnh vực này, tốt nhất nếu tâm của người vợ đầu tiên và người vợ mới

có thể kết hợp với nhau như một. Với một chút trí tuệ và linh hoạt, có thể tìm ra một cách làm lợi ích mọi người. Có câu nói khi cha mẹ có trí tuệ, những đứa con sanh ra sẽ tốt, nhưng nếu cha mẹ thiếu trí tuệ thì những đứa con thường có vấn đề. Chúng ta hãy nghĩ về tình trạng từ quan điểm của người vợ đã chết. Cô ta đang nâng đỡ những đứa con với rất nhiều yêu thương, và ngay khi có vẻ như những khó khăn của gia đình tràn ngập, cô ta thành linh chết đi. Tưởng tượng cô ta đau đớn nhường nào. Sau khi sự giúp đỡ tâm của hai người vợ thành một, bạn sẽ không tin nổi gia đình họ trở nên vui vẻ và hòa hợp ra sao!

Khi một người am hiểu định giá một trường hợp, ông ta nghiên cứu những hoàn cảnh chung quanh, biến cố và con người, và lo cho (given) những hoàn cảnh đó, ông ta tự đòi hỏi chính mình sự giải quyết tốt nhất có thể. Theo cách này, khi tăng ni nghe những vấn đề về linh hồn, họ phải tự hỏi việc tốt nhất cho mọi người là chú tâm vào những gì? Thí dụ, họ cần suy gẫm về bản chất của sự đau khổ của nhân vật, tình trạng kinh tế của họ, hoàn cảnh gia đình của họ,

trình độ tâm linh của mỗi người được lưu tâm. Đối với tăng ni, chân thành giao phó cho bản thể của họ là việc cơ bản phải làm, nhưng thêm vào đó họ cũng cần biểu lộ và đáp ứng thích đáng những vấn đề mà người ta đem đến cho họ. Tăng ni sẽ tự hỏi bên trong chính mình những gì cần làm để thực sự giúp người khác, và những việc gì họ nên thức tỉnh để chỉ dẫn đúng đắn cho người. Đây nên là cách sống của tu sĩ. Dĩ nhiên, ngay trong giới tu sĩ cũng có rất nhiều trình độ khác nhau.

Hãy để tôi cho các bạn một thí dụ khác về những cách cứu giúp linh hồn. Có vài trường hợp nơi những linh hồn bị hư hỏng và đối trá đến nỗi họ không đáp ứng tất cả tình thương hay tình yêu. Thí dụ, nếu những loại linh hồn này rất tham lam trong sự theo đuổi vật chất khi còn sống, người ta phải chỉ cho họ một lô những giấy cất theo hình tiền và một lượng lớn những vật chất khác để dẫn dụ họ. Những vấn đề với những linh hồn cũng có thể khởi lên nếu người ta chết bất ngờ. Linh hồn của họ có lẽ không thể rời khỏi nơi họ đã chết, và vì vậy họ gây một cách vô thức những vấn đề xảy ra ở điểm đó. Cũng thế, đôi khi họ

bị kéo đến một người bạn thân đang sống, và tình cờ gây một lô vấn đề cho người ấy.

Người ta có những vấn đề với những linh hồn bởi vì họ có khuynh hướng tin vào và tìm kiếm những vật bên ngoài chính mình. Nếu ai đó rất tò mò và tập trung vào những vật bên ngoài, có vẻ như họ thông minh, nhưng khuynh hướng của họ khiến những linh hồn dễ dàng nhập vào họ. Đối với những linh hồn, thân thể dường như trống rỗng, như thể vô chủ, vì thế họ quyết định sống ở đó.

Giống như tổ Lâm Tế (Linji) đã nói, nếu các ông không giữ vững tâm cốt lõi, mạnh mẽ và không tin Chủ nhân Không của mình, thay vào đó chỉ lang thang bên ngoài, các ông làm cho tất cả những linh hồn và những vi trùng vào và sống trong thân các ông dễ dàng. Đó là cách những loài vật này xuất hiện. Đây là lý do tôi luôn nói với các bạn đừng tìm bên ngoài mình. Cũng thế, bạn nên hủy bỏ mọi thứ mà cha mẹ bạn đã sùng bái để cho những thứ này không ảnh hưởng tiêu cực đến con cháu bạn hay con cháu họ.

Trong trường hợp những vấn đề được tạo ra bởi những ý thức khởi lên từ bên

trong, những thứ này là kết quả của những gì bạn đã tạo trong quá khứ, hoặc trong đời này hay trong những đời trước. Bạn có thể làm tiêu tan những thứ này bằng cách đưa từng món một trở về bản thể của bạn, khi chúng biểu hiện.

Cuối cùng, mọi thứ tùy tâm, tùy bản thể của bạn, vì thế sự thực hành việc học để dựa trên bản thể của mình là tuyệt đối cần thiết. Tuy nhiên, người đã bị những linh hồn chiếm đoạt hay bị quấy rầy bởi ý nghiệp khởi lên từ bên trong có một thời gian khó khăn buông bỏ và quan sát vì họ liên tục bị nhiễu loạn bởi những thứ này. Họ liên tục bị ra lệnh cách này và rằng: “Đi tới đó! Làm việc này! Đừng làm thế! Đừng rời khỏi phòng! Đừng ăn!” Những điều này gây cho họ một lô khó khăn, và khó sống đời bình thường. Trong những trường hợp nơi gia đình không chịu nổi trạng thái như thế, tôi bảo họ đưa vào bệnh viện và điềm tĩnh giao phó miền mật mọi sự cho Chủ nhân Không và quan sát.

NGƯỜI HỎI 6: Con hiểu rằng con đã làm mất thì giờ, nhưng con muốn hỏi rất mau một câu hỏi nữa. Câu hỏi này cũng tương tự như câu hỏi trước của con. Khi cha mẹ bị

những linh hồn nhập vào, cả cha mẹ và con cái đều đau khổ. Việc xảy ra như thế sự đau khổ của những đứa con do cha mẹ chúng gây ra, nhưng nó thực sự có phải là kết quả của nghiệp riêng của những đứa con không?

SU BÀ: Vâng. Giống như chuỗi hạt của Mala hay của một xâu chuỗi, có một sợi dây kết nối tất cả chúng.

Xin lắng nghe cẩn thận. Bạn có bao giờ để ý những cái bình được đặt với những bình khác thế nào không? Nó xảy ra tự nhiên: Bình chung với bình, vàng trưng bày với vàng, phế liệu chất đồng với phế liệu, giẻ rách được đặt với giẻ rách. Trong trường hợp con người, chính trị gia đi với chính trị gia, nghệ sĩ với nghệ sĩ. Theo lối này, những thành viên trong một gia đình tụ họp với nhau vì cùng mức độ tỉnh thức và nghiệp giống nhau của họ. Vì nghiệp tương tự, họ kinh nghiệm những việc tương tự. Nhưng đừng hiểu lầm tôi. Những gì tôi đang nói về mức độ tỉnh thức không có gì để làm với hình dáng hay phong cách bên ngoài của người.

Tuy nhiên, nếu bạn có một ít niềm tin vào những gì tôi đã dạy bạn, nếu bạn không cho phép chính mình bị ý thức khởi lên từ

bên trong lừa, nếu bạn đưa hết những việc này tới chỗ mà nó từ đó đến, và nếu bạn có niềm tin chắc chắn rằng mọi sự sẽ được chăm sóc bởi nơi đó, thì không cần đến một ngày để giải quyết những vấn đề của gia đình bạn. Nhưng nhiều người đã không làm thế. Cho dù tôi đã nói điều này nhiều lần trong nhiều cách, họ vẫn không hiểu được. Tôi có thể làm gì được? Tôi có thể đi vệ sinh thay bạn không? Nếu tôi có thể ăn và nhờ đó bạn khỏi đói, tôi sẽ làm. Nếu tôi có thể cứu bạn khỏi chết bằng cái chết của chính mình, tôi sẽ làm vậy. Nhưng không thể được.

NGƯỜI HỎI 6: Ý thầy là những đứa trẻ đau khổ về những việc giống như cha mẹ chúng vì chúng đã tạo nghiệp tương tự như nghiệp của cha mẹ?

SU BÀ: Vâng, chúng đã tạo nghiệp tương tự. Cha mẹ và con cái có khuynh hướng tụ hợp với nhau vì họ có mức độ tĩnh thức và nghiệp giống nhau. Như thế bạn không thể đổ lỗi cho ai khác. Cha mẹ không thể khiển trách con cái, và con cái không thể đổ lỗi cho cha mẹ.

NGƯỜI HỎI 6: Cảm ơn Sư bà.

SU BÀ: Cho dù con cái không có thái độ giống như cha mẹ chúng, những vấn đề do nghiệp tương tự gây ra vẫn tồn tại. Tuy nhiên, nếu chỉ một người trong gia đình thực hành miên mật, họ có thể tiêu tan nghiệp đó. Nhưng nếu bạn là người duy nhất trong gia đình thực hành, bạn phải thực hành mãnh liệt gấp đôi người khác; bạn phải tiến thẳng, không cho phép chính mình buông lung. Bạn phải giao phó tất cả mọi sự mà bạn và gia đình gặp phải cho Chủ nhân Không. Và nếu mọi người trong gia đình bạn cùng thực hành như thế, thì có khả năng tất cả vấn đề của gia đình bạn tan biến.

Trong bất cứ trường hợp nào, tôi cũng cảm ơn vì nhiều bạn tụ họp ở đây để tu tâm. Ở thế giới phức tạp này, khi sống với gia đình và sự rắc rối của cuộc sống hằng ngày, và tất cả những thử thách của thân - thấy tất cả các bạn đã nỗ lực để tu tập như thế khiến tôi nghĩ rằng mỗi một bạn hầu như đã thành một vị Phật. Cảm ơn các bạn.

NGƯỜI HỎI 7: Tôi cảm thấy cả đạo Phật và đạo Thiên Chúa, người ta tin vào một đấng tuyệt đối dẫn dắt họ trở thành con

người chân thật. Do đó tôi không cảm thấy chống đối chút nào về Phật giáo. Tôi cảm thấy thoải mái khi đến đây, như thể tôi đang viếng thăm người láng giềng. Giống như người Tây phương thường thích ăn món ăn kiểu Tây hơn, và người Đại Hàn thường thích món ăn Đại Hàn, có người bị lôi cuốn đến Phật giáo thì theo Phật giáo, và những người khác bị lôi cuốn đến Thiên Chúa giáo thì theo Thiên Chúa giáo. Bất kể chúng ta theo đạo nào, tôi tin rằng mục đích của chúng ta là trở thành những con người chân thật và chia sẻ tình yêu với người khác. Câu hỏi của tôi thế này: Một người có thể được cứu độ chỉ bởi tin vào Phật giáo hay một người giống như tôi tin vào Thiên Chúa giáo cũng có thể được cứu độ? Tôi thực sự muốn biết về điều này.

SU BÀ: Đó là một câu hỏi hay. Khi tôi du lịch nước ngoài, tôi dự nhiều cuộc họp và thảo luận với người từ mọi tín ngưỡng: Hồi giáo, Thiên Chúa giáo, Tin Lành, và Phật giáo Tây Tạng, giữa những người khác. Dù như đối với tôi, tất cả họ cùng nói về một việc giống nhau.

Thí dụ, nhìn vào chữ Phật giáo của Đại Hàn: *Bulgyo*. Âm tiết đầu tiên, *Bul*, nói đến

cội nguồn của mỗi cuộc sống, gồm cả một cộng cỏ. Âm thứ hai, *gyo*, chỉ cho sự học hỏi lẫn nhau; chúng ta cộng thông với nhau qua lời nói, khái niệm và tâm, và qua sự cộng thông này, chúng ta có thể lắng nghe lẫn nhau và học hỏi lẫn nhau – đây là ý nghĩa của *gyo*. Vậy chữ “Phật giáo” cũng là sự giải thích của chính chân lý. Đó là một sự mô tả cách mà toàn thể vũ trụ vận hành. Như thế nó thực sự được áp dụng cho mọi người và mọi nơi. Bất kể tôn giáo nào, lời dạy cốt tủy là bản thể của mọi vật hiện hữu bên trong, không phải bên ngoài.

- Khi tôi đi hải ngoại và nói chuyện với những người Thiên Chúa giáo và Tin Lành, họ đã nói những việc giống chính xác với những điều tôi đang nói với bạn.

Không kể tôn giáo, tất cả những bậc hiền triết đều dạy giống nhau, “Nếu bạn đặt niềm tin vào người khác hay những vật ngoài mình, bạn sẽ rơi vào bẫy của ma quỷ”. Hãy biết về mình trước nhất. Bản thể ở bên trong bạn. Thân bạn là một con thuyền, thuyền trưởng sẽ chăm sóc mọi sinh vật trên đó. Vị thuyền trưởng đó là chân ngã của bạn. Điều quan trọng hơn tất cả những việc khác là

biết được nguồn chân này, người thực hiện chân thật này, bởi vì mọi vật trong vũ trụ được kết nối với nó. Mọi vật trong vũ trụ vận hành với nhau như một và được kết nối trực tiếp đến bản thể của bạn. Vì thế nếu bạn chỉ biết nguồn chân này, bạn có thể hiểu những việc làm của toàn vũ trụ. Tuy nhiên, nhiều người, cả Thiên Chúa giáo và Phật giáo, đang tìm bên ngoài chính họ, họ bảo, “Ôi, Chúa! Ôi, Phật, xin cho con điều này, xin cho con điều nọ”. Tôi không phê bình một tôn giáo đặc biệt nào. Tôi đơn giản đang nói rằng bạn cần biết bản thể chân thật của riêng bạn. Không kể tôn giáo của bạn, bạn phải biết chính bạn. Bất kể bạn cảm thấy không xứng đáng hay tự tin, chân lý là thế, bởi vì bạn được sanh đến thế giới này với một hình chất mà người khác hiện hữu và những tôn giáo khác hiện hữu. Không có bạn, không có gì hiện hữu. Bạn sẽ không nhận ra điều này chút nào nếu bạn không hiện hữu. Vì thế hãy biết chính bạn trước hết. Tôi mong rằng bạn sẽ nghĩ cẩn thận về điều này.

Có rất nhiều chúng sanh trong thân của bạn, với rất nhiều ý thức và hình thể khác nhau. Tuy nhiên, có ông chủ bên trong

chăm sóc tất cả những sinh vật này. Ông chủ này, người chỉ huy, là người có thể cân bằng cả hai mặt vật chất và tinh thần của những sinh vật trong thân bạn, chính vị chỉ huy này đưa vào và gửi ra mọi sự. Vị chỉ huy này cũng được gọi là Chúa hay Phật. Tuy nhiên, vấn đề là người ta đang tìm kiếm Chúa và Phật bên ngoài họ, dù cả hai đã sẵn có bên trong mỗi chúng ta. Đó là lý do tôi cứ nói hoài về điều này.

Tôi không phân biệt tôn giáo, nhưng người ta cư xử như thể chúng khác nhau. Chúa ở trong bạn. Tôn giáo có thể có nhiều tên khác nhau, nhưng bản thể của chúng như nhau. Jesus nói, “Hãy tin vào ta và theo ta”, nhưng ngài không phải nói người ta tin và theo thân thể bằng thịt của ngài. Trước tiên ngài dạy rằng mỗi người nên tin vào chủ nhân chân thật bên trong họ. Nhưng tôi nghĩ rằng có thể đã có một vấn đề điều chỉnh.

Dĩ nhiên, Phật giáo không phải ngoại lệ. Ngay cả tam tạng kinh được chép đầy những chân lý do Phật dạy – rằng bạn phải tìm bên trong chính mình – nhiều người đã hiểu lầm ý nghĩa của điều này và tìm kiếm bên ngoài

họ, hay thực hành với mục đích duy nhất để đạt được lợi dưỡng thế tục. Những loại vấn đề này đã gây họa cho mọi tôn giáo.

Ngay cả chùa chiền đã cố vũ cho lối hành xử này. Thí dụ, lúc triều đại Chosun sơ khởi bắt đầu ngược đãi Phật giáo vào khoảng 1.400 CN, nhiều tăng ni bị đẩy vào núi sâu. Để sống còn, họ phục vụ tụng kinh cầu nguyện lấy tiền, coi bói, và bán mọi thứ bùa chú ngăn ảnh hưởng xấu. Ngay bây giờ, một số chùa chiền vẫn còn làm những việc này. Những việc này trực tiếp hướng sự chú ý của người ra bên ngoài, xa rời bản thể bên trong của họ. Lối thực hành này nên phải được thay đổi trong thời đại phát triển, nhưng họ vẫn tiếp tục ở nhiều nơi.

NGƯỜI HỎI 8: Một số người nói rằng sự cứu rỗi xảy ra qua quyền năng của một đấng siêu việt, nhưng thầy lại đang dạy sự cứu rỗi được thực hiện bởi chân ngã, bên trong của mỗi người? Con cũng có một câu hỏi về nhân quả, và nghiệp. Được nghe rất nhiều người nói về sự đau khổ của họ, con vẫn cứ tự hỏi nếu thực là một ơn phước được sinh làm người. Con hiểu rằng để được sinh làm

người phải tích lũy một lô công đức. Con nghĩ đây là lý do được cho rằng con người có cách sống cao hơn thú vật. Nhưng thực ra, trong vài khía cạnh dường như thú vật cư xử tốt hơn một lô người. Thú vật không giết để tham lam tích chứa nhiều hơn chúng cần.

Người ta cũng nói rằng ai đó kinh nghiệm về đau khổ trong đời này là kết quả của những gì họ gây ra trong đời trước. Dường như đối với con, dù giàu và quyền lực, người ta phải có tích lũy một số nghiệp tốt để có thể sống tốt như thế, mà họ xem như lại chỉ làm phí nó bằng rất nhiều việc xấu. Điều này xem như một vòng luẩn quẩn: tích tập nghiệp tốt và hưởng một tái sinh tốt, chỉ để rơi trở lại cảnh giới đau đớn, và rồi lại đi qua vòng này mãi thế. Con biết rằng một số người giàu giống những đời sống đúng đắn, nhưng nói chung những người đó hầu hết là những người cư xử tồi tệ nhất. Dù sao đi nữa, người ta nói rằng được tái sinh làm người là một ơn phước, nhưng thật vậy không? Điều đó dường như khó tin.

Ngoài ra, từ quan điểm của một cư sĩ, tu sĩ có thể được xem là bất hạnh, vì cư sĩ chúng con có thể ăn và ngủ khi nào muốn,

nhưng tu sĩ phải sống khắc khổ, và phần lớn trường hợp không ngủ nhiều.

SU BÀ: Câu hỏi của bạn đã tóm kết rất hay những gì chúng ta đã thảo luận hôm nay. Trước hết, chỉ tin vào một tôn giáo nào đó không bảo đảm bạn sẽ được cứu độ. Thứ hai, tôn giáo của bạn không quan trọng, bạn phải biết rằng căn đế của bạn (chỉ vào ngực mình) là chủ nhân chân thật của riêng bạn, và vì thế hãy đặt niềm tin của bạn vào đó. Nếu bạn tin rằng mọi việc đã được làm bởi căn đế chân thật của bạn, không tìm kiếm Chúa hay Phật ở bên ngoài bạn, thì bạn sẽ được cứu độ bởi chính bạn. Bạn là người cứu chính mình.

Sự cứu độ không đến từ bất cứ nơi nào khác. Bạn là người thực hiện sự cứu độ và bạn là người cứu thân bạn. Chính là chủ nhân bên trong, bản thể của bạn, chăm sóc sự tụ họp của những sinh vật được gọi là một thân xác. Vì bản thể hướng dẫn và điều khiển những sinh mệnh tạo thành thân, chúng ta thường gọi thân là đầy tớ hay người giúp việc. Căn đế của riêng bạn là chủ nhân, vì thế có gì khác có thể ban sự cứu độ hay lấy nó đi? Bạn là người khiến chính mình được

cứu độ và bạn cũng là người khiến cho mình không được cứu.

Bạn nói rằng tu sĩ có vẻ như bất hạnh hơn cư sĩ phải không? Nhưng đó là một cái nhìn hạn chế về sự vật. Ngủ một giờ có thể thư giãn bằng một giấc ngủ trọn đêm, nếu bạn giao cho tư tưởng rằng nó nên như thế. Do đó bạn không phải cảm thấy tệ hại cho họ.

Bạn cũng nói rằng vòng sinh tử dường như là một vòng bất tận của đau khổ? Thật ra, nó không phải là một vòng luẩn quẩn, vô lý như thế.

Bạn cũng nói rằng thú vật dường như hành xử tốt hơn con người, và rằng người giàu dường như làm nhiều việc xấu hơn người thường phải không? Bạn chỉ thấy một phần của sự việc. Nếu bạn thấy toàn thể bức tranh, bạn sẽ không tạo ra những ức thuyết này. Mọi việc mà người ta đã làm trong quá khứ được ghi lại hoàn hảo trong bản thể của họ, và sẽ trở lại với họ đúng lúc. Không có ai khác xét đoán hành vi của bạn và quyết định bạn sẽ bị trừng phạt hay thưởng công. Mọi việc bạn đã làm được ghi lại bên trong bạn. Nếu bạn đã sống một cuộc sống tốt, những việc tốt sẽ trở lại với bạn, nếu bạn có lần đá

một người ăn mày, hay đối xử khinh miệt họ, bạn sẽ chịu vị đắng tương tự như bạn đã làm họ đau khổ.

Như thế, để giúp chúng ta thoát khỏi vòng tương tục này, đức Phật dạy chúng ta tự thoát khỏi hai bên của tất cả những đối ngẫu như tốt và xấu. Thí dụ khi người ta giúp người khác, họ thường nghĩ rằng họ đã làm việc tốt. Tuy nhiên, nếu họ giúp ai đó, họ sẽ nhận gì đó, và nếu bạn nhận gì đó, bạn sẽ phải cho gì đó. Điều này tự động xảy ra. Tuy nhiên nếu bạn bám vào ý tưởng như cho hay nhận, được hay mất, điều này sẽ dẫn đến một chuỗi dài của phân biệt, như thích, không thích, được, mất... Bạn phải buông bỏ tất cả những tư tưởng phân biệt này. Chỉ khi ấy sẽ có thể bạn vượt qua được cõi trung giới này.

Hãy lắng nghe, tôi không cố gắng thúc đẩy bất cứ ai làm việc này, nó không phải là việc mà tôi có thể thúc giục bạn làm dù tôi muốn. Lý do tôi cứ nói với bạn về tu tập và dựa trên bản tâm của bạn vì điều này là những gì bạn phải làm để tự thoát khỏi vòng sinh tử. Và khi bạn đau khổ, tôi cũng đau. Bạn có hiểu điều này có nghĩa gì không?

Mỗi đời sống đều tụ hợp và sống với người khác theo mức độ thức tỉnh, và tùy thuộc thời gian và không gian tốt nhất thích hợp với sự phát triển của nó. Tất cả chúng sinh sống như thế, ngay trên những hành tinh khác, họ đang sống như thế.

Khi bạn đi suốt cuộc đời, tốn nhiều nỗ lực để nhận ra chân ngã của bạn, vậy bạn có thì giờ để xét đoán và chỉ trích hành vi của người khác không? Nếu bạn biết và tin vào chân ngã của bạn, bạn sẽ đạt được khả năng chăm sóc mọi việc mà bạn đương đầu. Ngoài ra, bạn phải tiếp tục khai triển những điều bạn khám phá, đến khi bạn có thể chăm sóc mọi việc trong toàn vũ trụ, vậy làm sao bạn có thể có thì giờ để bận tâm về những gì người khác đang làm? Khi bạn hiểu rằng không có gì tách biệt khỏi bạn, không cần bận tâm hay theo đuổi những vật bên ngoài. Vậy đừng bận tâm về những gì người khác có lẽ đang làm.

Tuy nhiên, thỉnh thoảng có cư sĩ không ngừng kiểm tra tu sĩ đang làm tốt ra sao, và có cả một số tu sĩ tạo những sai biệt về mức độ tâm linh của cá nhân cư sĩ. Nhưng đừng làm thế. Phải là không điều kiện. Bạn phải

từ bỏ cả hai bên một cách vô điều kiện. Dù những việc làm sai lầm của ai đó có nghiêm trọng hay không, họ đã làm vì vô minh. Vậy hãy từ bỏ tất cả những tiên kiến của bạn về những việc sai lầm của họ. Khi bạn từ bỏ, phải hoàn toàn vô điều kiện. Nếu không, không phải là từ bỏ. Ngay trong số những người bạn nghĩ là giàu, có rất nhiều người khốn khổ và đáng thương. Bạn phàn nàn về những người giàu làm nhiều việc xấu, nhưng sớm hay muộn họ sẽ phải chịu hậu quả về những hành động của họ.

Nguyên tắc chung xử dụng để bố thí. Giả sử bạn cúng chùa một trăm đô-la. Bạn biết mình cúng bao nhiêu, phải không? Cũng thế, nếu có người cho tôi tiền, tôi biết ai cho tôi và cho bao nhiêu, phải không? Sự nhận biết về những sự kiện này không biến mất; nó tự động được ghi tất cả vào bên trong bản thể bạn. Vậy đừng nắm giữ những ý nghĩ như “Tôi đã bố thí tiền”, hay “Tôi đã giúp ai đó”. Tôi cũng không bao giờ nghĩ, “Địa vị của anh ta tiến triển nhờ tôi giúp đỡ.” Không có “tôi” làm những việc này. Tất cả xảy ra tự nhiên khi chúng ta dựa trên chân tánh của chúng ta.

Tuy nhiên, nếu tu sĩ phung phí những vật thí, nếu họ sử dụng những vật thí này một cách cầu thả vì họ không phải kiếm tiền qua sự đồ mồ hôi và cực nhọc của mình, hay nếu họ thu góp được số tiền lớn, sống trong xa xỉ, hay mua đất và nhà, tất cả những hành vi này sẽ được đưa vào bản thể của họ. Những loại tu sĩ này xấu hơn những người xấu.

Mỗi một hành vi được ghi chép lại bên trong bản thể chúng ta. Không ai có thể thoát khỏi điều này. Mọi việc được ghi lại chính xác. Như thế một đời sống xây dựng trên dối trá sẽ đến chỗ trắng tay. Người như thế không có ý tưởng về những hạt giống tai hại mà họ đang trồng, họ cũng không nhận ra được rằng chân lý và sự chân thành đã đang mất hoàn toàn khỏi đời họ.

Tuy nhiên, tu sĩ tu tập miên mật dựa trên bản tâm mình thì sống tự do, không bám víu vào bất cứ gì. Nếu người nào cảm thấy áy náy với những tu sĩ này và cúng họ tiền, dù tu sĩ nhận vật cúng dường, không có một thời điểm nhận hay dùng nó. Tại sao? Vì cho dù tu sĩ nhận vật gì, họ không trụ vào bất cứ tư tưởng nào về đã nhận vật gì, và dù họ cho vật gì, họ không trụ vào tư tưởng đã cho vật gì.

Cư sĩ cũng nên sống không dính mắc. Thí dụ, nếu một người bạn hay người thân đang ở trong tình trạng tuyệt vọng và xin bạn cho mượn một ít tiền. Nếu bạn thực sự có tiền, đưa ngay không điều kiện. Đưa ngay mà không bận tâm về việc người đó có trả lại bạn không. Tại sao? Vì nếu bạn đưa tiền mà mong đợi được trả lại, thì sau đó, nếu bạn không thể lấy lại tiền, tình bạn có thể bị tan rã và cuối cùng bạn có thể đổ bệnh và ngay cả chết. Một số người đã thử lợi dụng sự khó khăn của bạn bè hay người thân bằng cách đòi trả lãi suất cao. Những tư tưởng đại dột như thế gây cho người ta đau khổ từ kiếp này đến kiếp khác, và con cái họ cũng đau khổ bởi sự thiếu trí tuệ này. Vậy từ lúc bắt đầu, hãy đưa không điều kiện.

Hôm nay hãy ngừng ở đây.

Cảm ơn các bạn. □



Ảnh trên: Trên đồi, ngôi nhà Sư bà ở trong ba tháng cuối đời.
Ảnh dưới: Bãi cỏ nơi hỏa táng Sư bà.



Thầy Chonggo, đệ tử Sư bà và quý sư ở thiền viện Viên Chiếu trong chuyến đi Đại Hàn năm 2015.

MỤC LỤC

Lời giới thiệu	10
ĐỂ KHÁM PHÁ RA CHÂN NGÃ CỦA BẠN, ‘CÁI TÔI’ PHẢI CHẾT	17
LÒ NUNG Ở BÊN TRONG CHÍNH BẠN	
Bản thể của bạn được nối trực tiếp đến mọi vật	64
Những bài thuyết giảng của cư sĩ Buseol	71
Tu tâm giống như trèo lên một ngọn núi	74
Niềm tin không lay động	77
Câu chuyện của Phật Bảo Liên Hoa	104
Đặt mọi thứ vào lò nung bên trong bạn	110
BUÔNG BỎ VÀ QUAN SÁT	113
TÂM: KHO TÀNG CỦA HẠNH PHÚC	169
Mọi khả năng đã sẵn trong bạn...	170
Chính tâm giải thoát tâm	175
Trọng điểm của niềm tin	177
Bạn có thể biết thực sự chỉ qua ứng dụng	185
Phần chúng ta phải tự làm	189

HỘI LUẬT GIA VIỆT NAM
NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC

65 Tràng Thi - Quận Hoàn Kiếm - Hà Nội

Email: nhaxuatbanhongduc65@gmail.com;

nhaxuatbanhongduc@yahoo.com

Điện thoại: 04.3 9260024 Fax: 04.3 9260031

TÌNH THỨC VÀ CƯỜI

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Giám đốc **Bùi Việt Bắc**

Chịu trách nhiệm nội dung:

Tổng biên tập **Lý Bá Toàn**

Biên tập : **Phan Thị Ngọc Minh**

Trình bày : **Thiên viện Viên Chiêu**

Sửa bản in : **Hải Ấn**

Đối tác liên kết : **Thiên viện Viên Chiêu**

In 3.000 cuốn, khổ 13x21cm

Tại **CÔNG TY CỔ PHẦN IN KHUYẾN HỌC PHÍA NAM**

Lô B5-8, đường D4, khu công nghiệp Tân Phú Trung,

xã Tân Phú Trung, huyện Củ Chi, TP.HCM

Số XNĐKXB: 2172 - 2017/CXBIPH/72 - 33/HĐ

Số QĐXB: 0370/QĐ-NXBHĐ

ISBN: 978-604-89-0307-7

In xong và nộp lưu chiểu năm 2017