



Thiết kế Tăng Thân

(Pháp thoại của Sư ông Làng Mai 3/1/2003)

Tự nuôi dưỡng mình là nuôi dưỡng tăng thân

Sáng nay, khi ngồi thiền, thầy đã quán tưởng về hình ảnh một tế bào trong tăng thân. Thầy thấy mình là một phần của tăng thân, mình chịu trách nhiệm về sự an toàn, sự hài hòa, hay sự bất an của tăng thân. Thầy thấy rất rõ rằng tự nuôi dưỡng mình cũng là đang nuôi dưỡng tăng thân. Giờ phút nào mà mình tự nuôi dưỡng được mình bằng bước chân, bằng hơi thở, bằng nụ cười, bằng sự vững chãi, bằng sự thanh thoi thì giờ phút đó mình đang nuôi dưỡng tăng thân. Và chừng nào mình không tự nuôi dưỡng mình được thì tăng thân cũng không được nuôi dưỡng, tăng thân bị bỏ đói.

Thầy cũng thấy rằng khi nào mình có tình thương, mình chăm sóc, mình nuôi dưỡng tăng thân thì tuy là mình không có ý muốn nuôi dưỡng mình mà kỳ thực lúc đó mình cũng đang được nuôi dưỡng. Chẳng hạn khi thấy một sư anh, sư chị hay sư em đang có vấn đề mà mình khởi lòng lân mẫn để tìm tòi, và bằng thân hoặc bằng lời, mình chăm sóc cho người đó, thì tuy rằng mình đang nuôi dưỡng tăng thân mà kỳ thực mình cũng đang nuôi dưỡng mình. Tự nuôi dưỡng mình tức là nuôi dưỡng tăng thân, và nếu mình đang

nuôi dưỡng tăng thân thì đồng thời mình cũng đang nuôi dưỡng chính mình. Giữa hai cái đó không có sự phân biệt, vì vậy mình có thể thấy được tính vô ngã một cách rất rõ ràng.

Thầy cũng thấy rằng khi mình không thật sự ở trong tăng thân, khi lòng mình không phải là lòng của tăng thân thì mình không phải là dòng sông mà chỉ là một giọt nước, và mình sẽ thấy bơ vơ, lạc lõng trong tăng thân. Tuy mình đang ở trong tăng thân nhưng kỳ thực mình không ở trong tăng thân. Mình đang nghĩ tới một tương lai riêng, một sự nghiệp riêng, không dính líu tới tương lai và sự nghiệp chung của tăng thân, vì vậy mình không nuôi dưỡng được mình và mình cũng không nuôi dưỡng được tăng thân. Trong trường hợp đó, sự có mặt của mình trong tăng thân chỉ có tính hình thức và không thể nào kéo dài được, thế nào mình cũng sẽ bị vắng ra. Mình không nhận được chất dinh dưỡng từ tăng thân và mình cũng không có khả năng nuôi dưỡng tăng thân. Sự có mặt của mình chỉ là một sự có mặt hình thức.

Tuệ giác tập thể - phép lạ của tăng thân

Khi nhìn vào một cơ thể, chúng ta thấy trong cơ thể có nhiều tế bào, và mỗi tế bào có thể là một cái ngã riêng. Tế bào này không phải là tế bào khác, tế bào não không phải là tế bào phổi, tế bào ruột không phải là tế

bào gan, tế bào gan không phải là tế bào tim, tế bào tim không phải là tế bào não. Thoạt nhìn, các tế bào có sự khác nhau, có sự phân biệt, có tên gọi riêng. Nhưng nhìn kỹ thì tất cả tế bào trong cơ thể có chung một trí tuệ: *Chúng làm việc hài hòa với nhau, nuôi dưỡng nhau và nuôi dưỡng cơ thể.* Khi có vi khuẩn đột nhập vào cơ thể thì không phải là bộ óc hay tư tưởng ra lệnh chống cự, mà trong cơ thể có một phản ứng rất tự nhiên. Khi đó, cơ thể tự động tạo ra những kháng thể (anti-body) và kéo tới bao quanh con vi khuẩn mới xâm nhập, không để cho nó sinh sôi nảy nở và đi vào cơ thể, cho đến khi con vi khuẩn đó không hoạt động gì được và biến thành chất protein nuôi cơ thể. Không ai ra lệnh cho cơ thể làm điều đó. Cơ thể tự động biết phải làm gì, rất là màu nhiệm.

Trong cơ thể không có một tế bào nào đóng vai trò chỉ huy để ra lệnh các tế bào khác. Không có một ông vua, một bà hoàng hay một tổng thống trong cơ thể. Ngay trong bộ não của mình cũng vậy, không có tế bào nào làm lãnh đạo, và sự hài hòa, thông thương giữa những tế bào tạo ra một loại trí tuệ. Nhờ trí tuệ đó mà cơ thể biết cần phải làm gì để đối phó với những bất trắc xảy ra.

Trong một tổ ong, chúng ta nói tới con ong chúa, và chúng ta có thể nghĩ một cách sai lầm rằng con ong chúa điều động hết tất cả mọi việc trong tổ ong. Điều đó không đúng. Ong chúa không làm gì hết, ong chúa chỉ đẻ mà thôi. Tất cả các con ong trong tổ ong sống một cách rất hòa hợp, giống như những tế bào trong cùng một cơ thể. Chúng nâng đỡ nhau, đưa đường chỉ lối cho nhau tìm tới những chỗ nào có nhiều hoa để lấy mật. Sự thật là trong thiên nhiên, mình cũng không thấy một vị chúa tể, một vị lãnh đạo.

Ngày xưa đức Thế Tôn đã thấy được điều đó. Ngài đã không đóng vai trò của một người lãnh đạo mà chỉ đóng vai trò một thành phần của tăng thân, một thành phần có tuệ giác, có thương yêu. Khi Ngài lớn tuổi, có nhiều thầy hỏi rằng sau khi đức Thế Tôn nhập diệt thì ai là người thay thế đức Thế Tôn. Đức Thế Tôn đã trả lời rằng Ngài chẳng cần ai thay thế, và Ngài chưa bao giờ chỉ định một người thay thế. Điều đó có nghĩa là tất cả chúng ta đều có nhiệm vụ như nhau, và chúng ta phải vận hành như một cơ thể.

Những phương pháp sinh hoạt theo giới luật đã phản chiếu được tinh thần đó. Tất cả các quyết định đều do pháp Tăng già yết ma tạo ra, và tất cả thành viên của tăng thân đều phải nương theo quyết định của pháp yết

ma ấy mà hành trì. Khi các thành phần của tăng thân ngồi lại, tăng thân có cơ hội truyền thông với nhau, và trong sự thực tập truyền thông đó, tuệ giác tập thể được phát sinh. Tuệ giác tập thể đó chính là yếu tố chỉ đạo chứ không phải là sự chỉ đạo của một người. Có thể trong tăng thân có những người thông minh hơn, có nhiều kinh nghiệm hơn những người khác, nhưng không phải vì vậy mà những người đó lãnh đạo những thành phần khác. Những người thông minh, có nhiều kinh nghiệm đó cũng là những thành phần của tăng thân và họ đóng góp trí thông minh cũng như kinh nghiệm của họ cho tăng thân. Những thành phần khác của tăng thân cũng có người thông minh và có kinh nghiệm. Sự góp lại của những thông minh và kinh nghiệm đó trở thành tuệ giác chung. Chính tuệ giác chung đóng vai trò lãnh đạo tăng thân, chứ không phải là cá nhân.

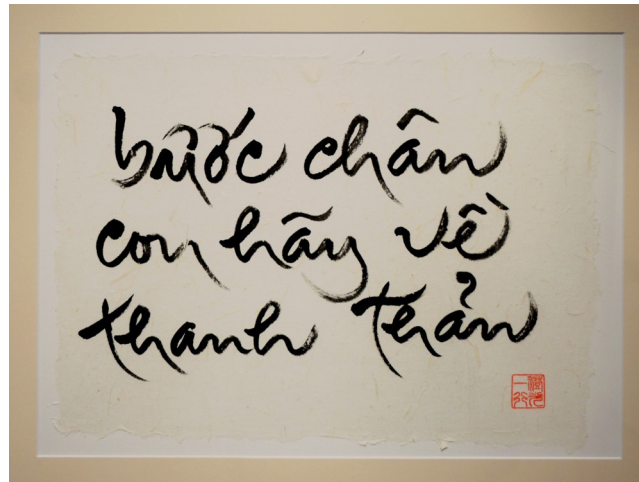
Khi tăng thân ngồi chung để cùng quán chiếu và khám phá ra tuệ giác cần thiết, đó không phải là sự cộng lại của những kinh nghiệm hay những cái thấy của từng người. Tuệ giác tập thể không phải là một phép tính cộng. Anh có hai phần tuệ giác, tôi có một phần tuệ giác, hai cái đó cộng lại thành ba, không phải như vậy. Mỗi người trong khi làm vườn, tưới rau... đều có những cái thấy mà tăng thân cần đến để xây dựng tăng thân. Nhưng khi chúng ta họp lại, không phải là chúng ta góp nhặt những cái thấy riêng để làm thành một cái thấy chung. Không phải như vậy! Không phải đem cộng cái này với cái khác để thành cái thấy chung. Tại vì nhiều khi có những cái thấy rất khác nhau, đứng về phương diện hình thức thì nó chống trái nhau, nếu cộng chung lại thì thành một mớ hỗn độn rất lộn xộn.

Khi tăng thân họp lại, với niệm và định, sẽ xảy ra rất nhiều điều bất ngờ. Tuệ giác tập thể sẽ sinh ra những cái thấy mà không cá nhân nào có được. Đó là tài ba của tăng thân. Khi một cá nhân đưa ra cái thấy của mình thì phải ý thức rằng những người khác trong tăng thân đều có cái thấy riêng của họ, cái thấy của mình sẽ tới với cái thấy của họ, và sự va chạm đó làm nứt rạn cái thấy của mọi người. Cái thấy của mọi người đi qua một quá trình gọi là hóa thân (métamorphose), được thoát xác và đi lên. Chính mình cũng vậy, sau khi đã nói ra cái thấy của mình, đã tạo ra sự rung động, nứt rạn trong cái thấy của người khác thì khi mình nghe một người khác nói ra cái thấy của họ, chính cái thấy của mình cũng bị va chạm, cũng bị nứt rạn. Khi ấy mình thoát ra được cái thấy của mình và đi tới một cái thấy cao hơn. Vì vậy trong buổi họp của tăng thân, điều màu nhiệm có thể xảy ra, nhưng đó không phải là sự góp nhặt của tất cả những cái thấy, mà đó là làm

cho một cái thấy siêu việt được thoát hình. Cái thấy đó thực sự là cái thấy của tầng thân, chứ không phải là cái thấy của từng người, hoặc gom góp tất cả cái thấy của mọi người. Cũng như trong vật lý nguyên tử, khi một chất điểm va chạm với một chất điểm khác sẽ tạo ra một chất điểm mới, cái đó gọi là sự va chạm giữa các chất điểm (*collision between particles*). Chỉ có trong những buổi gặp gỡ của tầng thân, với tinh thần mà trong truyền thống gọi là kiên hòa đồng giải, thì mới có thể xảy ra phép lạ đó mà thôi.

Tăng thân - một sáng tạo phẩm của tâm thức cộng đồng

Tăng thân là gì? Tăng thân là một sáng tạo phẩm của tâm ta, một sáng tạo phẩm chung của tất cả chúng ta.



Tăng thân đó hùng tráng hay không, hạnh phúc hay không là do chúng ta. Vì vậy chúng ta phải có bổn phận sáng tạo và thiết kế một tăng thân cho thật đẹp, thật hùng, thật sáng. Bổn phận thiết kế, sáng tạo đó là bổn phận của mỗi người trong tăng thân, dù người ấy đang còn rất trẻ. Thiết kế tăng thân là công việc của chúng ta! Đức Thế Tôn dạy: “Tâm là họa sư”, họa sư có thể họa ra được tất cả mọi cái mà người ấy muốn. Tăng thân là một tác phẩm mà tâm ta sáng tạo, thiết kế. Chúng ta đã có những phương pháp thiết kế được trao truyền từ truyền thống và chúng ta phải tiếp tục sáng tạo thêm.

Thầy đã tham dự những buổi họp của tăng thân để thiết kế các khóa tu. Thầy đã ngồi như vậy ở xóm Thượng, xóm Hạ, xóm Mới, xóm Vũng Chải... và thầy thấy tăng thân làm việc rất đẹp. Có một cái bảng rất lớn và một người phụ trách viết bảng, trong buổi họp, từng người trong tăng thân đưa ra cái thấy của mình. Những cái thấy đó được ghi lên bảng, rồi những cái thấy khác tới và làm thay đổi cái thấy ấy. Khi ấy,

những cái đã được viết trên bảng được xóa đi và được thay bằng những cái thấy mới. Nhưng không có nghĩa là cái thấy mới ấy sẽ đứng yên hoài cho tới cuối buổi họp, tại vì sau đó còn có thể có những cái thấy khác cao hơn, tốt hơn, sáng hơn. Rồi thì vị ghi bảng phải lấy khăn lau đi những cái đã viết lên bảng lần thứ ba, thứ tư ấy và từ từ như vậy, buổi họp đi tới một cái thấy chung của tăng thân và cái thấy đó giúp cho tăng thân thiết kế được khóa tu như là tăng thân thấy. Chúng ta đã làm như vậy, chúng ta đang làm như vậy và chúng ta sẽ tiếp tục làm như vậy. Càng ngày chúng ta sẽ càng làm hay hơn. Cho dù là một người thông minh, một người có kinh nghiệm, ta không thể nào tự mình thiết kế một khóa tu. Muốn thiết kế một khóa tu, ta phải nương vào tuệ giác của tăng thân.

Sống và thực tập như một cơ thể

Là những tế bào của cơ thể tăng thân, mỗi người trong chúng ta đều có một phận sự, đều có một niềm vui để đóng góp vào hạnh phúc, vào sự vững chãi của tăng thân, cũng như vào sự thành tựu ý nguyện của tăng thân. Sự thật là nếu chúng ta không sống được như một cơ thể tăng thân đích thực thì chúng ta không đi xa được trong sự nghiệp chuyển hóa tự thân, xây dựng tăng thân và phụng sự xã hội.

Tăng thân của chúng ta không phải là một trường đại học, nơi mà người ta tới ở một thời gian bốn năm, năm năm, sáu năm để được đào tạo, rồi sau đó mỗi người đi một phương để làm sự nghiệp riêng, để lo một tương lai riêng. Nếu chúng ta thiết kế một tăng thân như vậy thì chúng ta không đi xa được.

Chúng ta phải làm như thế nào để tăng thân trở thành một cơ thể, để chúng ta tiếp tục được nuôi dưỡng và ta

cũng nuôi dưỡng được những người anh, người chị, người em của chúng ta. Nếu chúng ta có thể làm nên lịch sử, có thể nối tiếp được sự nghiệp cao quý của đức Như Lai là do chúng ta có thể sống, có thể thực tập được như một cơ thể tăng thân. Sống và thực tập như vậy, chúng ta thực hiện được những điều mà đức Thế Tôn mong ước, đó là vượt thoát cái vô bản ngã. Thực chứng được vô ngã là đạt tới tuệ giác, là hạnh phúc lớn nhất của người tu.

Tập thấy, tập hiểu những khổ đau của sự anh, sự chị, sự em của mình và giúp chữa trị những vết thương ấy, giúp cho người đó cười lên được, vui lên được, đó không phải là chuyện độ đời, giúp người, mà là chuyện đem lại hạnh phúc cho chính mình, chuyển hóa chính mình. Mình làm được như vậy là vì mình đã thấy được tính vô ngã của mình và những thành phần khác của tăng thân. Chính nhờ xây dựng tăng thân mà ta diệt trừ được ngã chấp. Đứng trên cái ngã riêng để diệt trừ ngã chấp thì không bao giờ chúng ta diệt trừ được ngã chấp.

Nếu chúng ta có những buổi pháp đàm trong khóa tu, chúng ta nên đề cập tới đề tài: “*Thiết kế, nuôi dưỡng và làm mới tăng thân*”, nghĩa là làm thế nào để sống cuộc sống hàng ngày, để tu tập và xây dựng tăng thân, để làm thỏa mãn nhu cầu hiểu biết và thương yêu trong ta với tư cách một cơ thể và bằng tuệ giác của một cơ thể, của một dòng sông.

Thuyền Từ

10413 Adel Road
Oakton, VA 22124

Sinh hoạt quán niệm tháng 7 năm 2017

- Ngày quán niệm đầu tháng 7 năm 2017 của tăng thân Thuyền Từ sẽ được tổ chức vào thứ Bảy 1 tháng 7 từ 9 giờ sáng đến 4 giờ chiều tại UUCF, 2709 Hunter Mill Road, Oakton, VA 22124. Kính xin quý vị đem theo thức ăn chay để ăn trưa chung và mang y phục thoải mái để ngồi thiền. Xin vào trang nhà dưới đây để biết thêm chi tiết: <http://crpev.org/thuyentu/>
- Sinh hoạt quán niệm với tăng thân MPCF do anh chị giáo thọ Chân Ý và Chân Trí hướng dẫn bằng Anh ngữ sẽ được tổ chức tại UUCF, 2709 Hunter Mill Road, Oakton, VA 22124. Xin xem trang web: <http://www.mpcf.org/workshops.html>

* Trọn ngày quán niệm vào thứ Bảy 15 tháng 7 từ 8:45 giờ sáng tới 4 giờ chiều.

Quỹ tu học:

Quỹ trước còn	\$ 4362.34
Đóng góp tháng 6	\$130.00
Phước sương MPCF	-\$100.00
Phúng điệu bác Nguyễn Tu	-\$300.00
Quỹ còn	\$4092.34