Thuyền Từ

Tháng 8
2022

Lá thư tu học của tăng thân Thuyền Từ ở vùng Hoa Thịnh Đốn 10413 Adel Road, Oakton, VA 22124

Điện thư: thuyentu@crpcv.org *Trang nhà http://crpcv.org/thuyentu/*

Giảng Kinh Rong Chơi Trời Phương Ngoại (phần 2) tiếp theo

(Đây là bài pháp thoại thiền sư giảng vào ngày 01 tháng 07, năm 2010, tại thiền đường Hội Ngàn Sao, xóm Hạ, Làng Mai.)

Bài kệ 7
Trong Đại Tạng Tân Tu:

Thỉ vô như bất 始無如不
Thỉ bất như vô 始不如無
Thị vi vô đắc 是為無得
Diệc vô hữu tư 亦無有思

Trong một bản in khác:
Thỉ vô thỉ phủ 始無始否
Như bất như vô 如不如無
Thị vi vô đắc 是為 無得
Diệc vô hữu tư 亦無 有思

Thấy được cái không trước, không sau
Không là, không không là
Cái đó là vô đắc
Cũng là cái không thể tư duy được.

Đây là một bản đàn chư Tổ đã đánh lên. Những nốt đàn đã nằm sẵn trong kinh, chư Tổ lấy ra dạo lên cho mình nghe để mình thấm được, hưởng được Niết bàn. Cũng như sư anh nói: Sư em ơi, ngoài kia trời đẹp lắm, đừng ngủ nữa! Sư anh nói hay quá, nên sư em tung mền đi ra, và hưởng được không khí trong lành của bữa khuya xóm Thượng. Ở đây, các Tổ đang làm sư anh, đang tìm cách giúp mình hưởng được hạnh phúc của Niết bàn mà các vị chân nhân đang được hưởng. Nó đã có đó, chúng ta khỏi phải đi tìm.
Bài kệ là một đoạn văn rất khó!

Thỉ vô như bất, ở đây người ta chép lộn chữ thỉ 始 thành ra chữ như 如. Trong một bản khác là:

Thỉ vô thỉ phủ: *Phủ* là phủ nhận. Không có cái bắt đầu, cũng không có cái không bắt đầu. (There is no beginning, there is no non-beginning.)

Nếu là một nhà thiên văn học và tin vào thuyết "big bang", quí vị phải đọc kinh này. Theo thuyết "big bang", thì có cái ban đầu, trước "big bang" không có gì hết. Không gian và thời gian biểu hiện sau cái "big bang". Hiện nay, có người hỏi: Trước "big bang" có cái gì? Ý niệm về *ban đầu* và *không ban đầu* chống đối nhau. "Có cái ban đầu" có thể sai, mà "không có cái ban đầu" cũng có thể sai, tại vì tất cả đều là ý niệm.

Trong Cơ đốc giáo, có ý niệm về *sáng thế,* tức sự tạo dựng của đất trời. Ban đầu, chưa có gì và Thượng đế tạo đựng ra, đó là ý niệm "thuở tạo thiên lập địa". Nhưng trước "thuở tạo thiên lập địa" thì có cái gì? Có thể từ cái không mà trở thành cái có hay không? Cái non-being tự nhiên trở thành being được không? Trước khi cái being hiện ra, thì có cái non-being không? Đó là một vấn đề lớn.

Đứng về phương diện Niết bàn, mình không thể suy nghĩ với phạm trù being và non-being. Nói Nirvana là being cũng trật, mà nói là non-being cũng trật, tại vì Niết bàn là sự vắng mặt của tất cả mọi ý niệm. Nếu đi sâu vào thần học, thì Thượng đế cũng vậy. Nói Thượng đế có cũng sai, mà nói Thượng đế không cũng sai. Có và không là những ý niệm của đầu mình, không áp dụng được vào trong thực tại tuyệt đối mầu nhiệm.

Đây là sự thực tập của sóng để trở về với nước. Khi sóng trở về với nước, nó rất hạnh phúc, rất an toàn. Nó nằm trong tầm tay của mình, của các bậc chân nhân, của người tu.

Thỉ bất như vô, ở đây người ta chép lộn chữ như 如 thành ra chữ thỉ 始 Trong bản khác là:

Như bất như vô: Chữ *như* dịch ra tiếng Anh là to be. To be and not to be, is not the question.

Không phải là vấn đề bắt đầu hay không bắt đầu. Không phải là vấn đề to be hay không to be. Niết bàn vượt thoát ý niệm "beginning or non-beginning" và ý niệm "to be or not to be".

Nếu dịch Đại Tạng Kinh, quí vị phải chú giải: Trong Đại Tạng Tân Tu chép như vậy, nhưng trong những bản khác chép như vậy.

Thị vi vô đắc: Đó gọi là vô đắc. *Vô đắc* là aprapti hay anupalabdha (bất khả đắc). Bất khả đắc là không nắm được.

Mình nắm bằng cái gì? Mùa Xuân có đó, mình cố gắng ghì mùa Xuân lại, hay nắm ngọn gió Xuân, được hay không? Mình có thể nhốt ngọn gió Xuân vào trong rương được không? Không được. Người yêu của mình, mình tưởng đã nắm được người đó rồi. Nhưng người yêu của mình cũng không nắm bắt được (ungraspable). Các nhà khoa học tìm cách nắm lượng tử, nắm bằng óc của họ. Nhưng họ không biết rằng bản chất của lượng tử là bất khả đắc. Tất cả đều là bất khả đắc.

Niết bàn hay Thượng đế, mà mình dùng phạm trù tư tưởng (mental categories) để nắm bắt, thì không thể nào; bởi vì Niết bàn cũng như Thượng đế là cái không thể nắm bắt được. Vô đắc là một đặc tính của Niết bàn. Mình chỉ có thể ca hát về Niết bàn và kinh "Rong chơi trời phương ngoại" là một bản nhạc giúp cho mình nhiều điều kiện để có thể tiếp cận với Niết bàn.

Thị vi vô đắc: Nó là cái mình không thể nắm bắt được. Vô đắc không có nghĩa là cái đó không có. Gió Xuân hay nắng mai có đó, nhưng mình nắm không được. Mình chỉ có năm ngón tay làm sao nắm được gió Xuân?

Diệc vô hữu tư: Và cũng không thể suy nghĩ được.

Tư có nghĩa là tư tưởng. *Vô hữu tư* là không thể tư lượng được. You can not conceive it with your mental categories. Nó là bất khả tư nghì, không tư duy, không nói năng được, không thể dùng tâm mà nắm bắt được. Tiếng Phạn là acintya.

Mình coi kinh như một bài hát, một bài thơ và mình đừng bị kẹt vào nó, kỵ nhất là bị kẹt vào những ý niệm. Nếu may mắn thì nhờ bài hát, bài thơ đó mình có thể tiếp cận được với Niết bàn có sẵn trong lòng mình. God is now or never.

Thấy được cái không trước không sau
Thấy được cái không là và cái không không là
Cái đó là cái vô đắc
Và chính cái đó cũng là cái không thể tư duy được.

Giảng Kinh Rong Chơi Trời Phương Ngoại (phần 3)

(Pháp thoại ngày 4.7.2010, tại thiền đường Trăng Rằm, chùa Từ Nghiêm, xóm Mới.)

Bài kệ 8

Tâm nan kiến tập khả đổ	心 難見習可覩
Giác dục giả nãi cụ kiến	覺 欲者乃具見
Vô sở lạc vi khổ tế	無 所樂為苦際
Tại ái dục vi tăng thống	在 愛欲為增痛

Tâm khó thấy, nhưng thói quen có thể nhận ra,
Kẻ nhận diện được dục ý thấy được đầy đủ rằng
Không tìm thú vui trong dục lạc thì tránh được mọi thứ khổ
Và ái dục luôn luôn làm tăng trưởng niềm đau.

Tâm nan kiến dục khả đổ: Tâm *nan kiến* là mình khó thấy được tâm mình. Tâm không có hình tướng nên khó nhận diện, khó nắm bắt được tâm. *Tập* là thói quen, là tập khí. *Tập khả đổ* có nghĩa là: thói quen thì có thể nhận diện được.

Mỗi chúng ta đều có thói quen, chính thói quen đó xúi đẩy chúng ta suy nghĩ, nói và làm. Nhiều khi chúng ta không muốn nói điều đó, nhưng nó đẩy chúng ta nói.

Chúng ta không muốn làm điều đó, nhưng nó đẩy chúng ta làm. Chúng ta không muốn nghĩ về chuyện đó, nhưng nó đẩy chúng ta nghĩ. Nó là thói quen. Thói quen có thể từ tổ tiên, cha mẹ truyền lại, hay là thói quen huân tập từ hồi mình còn thơ ấu. Ngựa theo lối cũ. Tập là vāsanā, tiếng Anh là habit energy.

Tâm của mình, mình không thấy được; nhưng tập khí của mình thì mình có thể nhận diện được. Mình nhận diện bằng chánh niệm của mình. Chánh niệm là khả năng biết những gì đang xảy ra, cái đang xảy ra là mình đang bị thói quen áp đảo, thúc đẩy. Có hai loại thói quen:

1. Thói quen về nghiệp, *nghiệp tập khí* (karma-vāsanā). Nghiệp là hành động (action), nghiệp có ba hình thức: tư duy, nói năng và hành động. Mình có thói quen nghĩ như vậy, mình có thói quen nói như vậy và mình có thói quen làm như vậy. Có thể là thói quen tốt hay có thể là thói quen xấu. Khi làm theo thói quen tốt thì mình biết mình đang làm theo thói quen tốt. Ví dụ như khi nghe tiếng chuông mình ngưng suy nghĩ, nói năng và bắt đầu thở vô nhẹ nhàng. Mỗi khi nghe tiếng chuông, không cần ai nhắc hay bắt buộc, mình tự động làm như vậy. Đó là một thói quen tốt.

Mình tập đi thiền hành đã quen, nên khi đi mình đi thảnh thơi, mỗi bước chân mình thưởng thức sự thanh thản. Đi như vậy thành một thói quen. Mỗi buổi sáng, buổi chiều mình ngồi thiền, mình thấy khỏe khoắn. Ngày nào không ngồi thiền, mình thấy thiếu cái gì đó. Ngồi thiền đã trở thành một thói quen, một thói quen tốt.

Nhưng cũng có những thói quen xấu. Khi nó ló đầu ra thì mình nhận diện được. Thói quen suy nghĩ như vậy, thói quen nói năng như vậy và thói quen hành xử như vậy.

Một anh chàng người Mỹ tới xóm Thượng tu một tháng. Anh tu rất giỏi, làm việc gì cũng thong thả, từ tốn, không gấp gáp. Các thầy, các sư chú dạy anh làm việc gì cũng nên làm thong thả, từ tốn. Xung quanh anh, người nào cũng làm như vậy nên anh được ôm ấp, bao vây bởi năng lượng từ tốn, thong thả. Trong ba tuần đầu tiên anh làm rất giỏi. Đến tuần thứ tư có lễ Thanksgiving (Lễ Tạ Ơn), anh được gửi đi chợ mua sắm để về nấu cỗ. Đây là lần đầu tiên anh đi một mình không có tăng thân. Trong khi đi chợ, tự nhiên thói quen hấp tấp trở lại. Anh ta hối hả muốn làm cho xong để về. Nhưng vì anh đã được thực tập ba tuần rồi nên anh có khả năng nhận diện được. Anh thấy mình đang hấp tấp, vụt chạc, muốn làm cho xong để về. Anh nhận diện được tập khí đó. Thói quen đó chắc chắn là do má của anh truyền lại. Má của anh luôn luôn hấp tấp và anh đã tiếp thu cái tập khí xấu đó từ má. Thấy được, anh nhận diện nó và mỉm cười: "Halo mother! I know you are there." Khi nhận diện được thì anh trở về với chánh niệm, anh từ tốn, thong thả đi chợ. Nương theo hơi thở, thì tập khí không lôi cuốn anh ta được.

Nhận diện là một phương pháp rất hay. Mình không đàn áp, không trách cứ; mình chỉ nhận diện thôi. Khi nhận diện thì tập khí không làm gì mình được, mình vẫn giữ được tự do của mình. Mỗi người chúng ta đều có nhiều tập khí, nhiều thói quen như vậy. Theo thói quen thì chúng ta làm đổ vỡ rất nhiều. Mình không muốn làm như vậy, mình không muốn nói như vậy, nhưng tập khí đẩy mình phải làm, phải nói như vậy. Người tu phải biết nhận diện tập khí.

Không thể thấy được tâm, nhưng có thể nhận diện được tập khí. Trước hết là tập khí về suy tư. Có thể mình quen suy tư một cách tiêu cực, một cách nghi ngờ. Mình phải nhận diện tập khí của mình để đừng bị nó kéo theo. Đó là karma-vāsanā.

2. Thói quen thứ hai là *nhị thủ tập khí.* Nhị thủ tập khí là thói quen cho rằng có một chủ thể độc lập ra ngoài đối tượng và có một đối tượng độc lập với chủ thể. Đó là karma, là bị kẹt vào, là thủ. Nhị thủ là bị kẹt một lần vào hai cái chủ thể và đối tượng.

Nhà khoa học bây giờ đang bị vướng vào nhị thủ, cho rằng tâm thức mình và thế giới của thực tại mình đang nghiên cứu là hai cái riêng biệt nhau. Tiếng Anh gọi là double grasping. Đó là một thói quen rất lớn. Mình cứ nghĩ rằng tâm thức của mình là một thực tại tồn tại độc lập ngoài đối tượng của tâm. Đó là một tập khí rất sâu dày của con người. Mình không đạt tới giác ngộ được là do tập khí nhị thủ.

Mình có thể nhận diện được hai loại tập khí đó và từ từ chuyển hóa.

Giác dục giả nãi cụ kiến: *Giả* là người (the one). Người có thể nhận diện dục ý của mình là người có khả năng thấy được rõ ràng. (The one who has the capacity to recognize his mind of desire will be able to see everything clearly.)

Mình có những mong cầu, những cái để theo đuổi, có những cái muốn nắm bắt. Đó là dục ý. Mình nghĩ mình

không có hạnh phúc, mình đang không có hạnh phúc. Mình đang chạy theo, đang trông cầu, đang theo đuổi, đang ham muốn một cái gì đó. Đó cũng là một tập khí làm cho mình không có khả năng sống hạnh phúc trong giây phút hiện tại. Trong giây phút hiện tại, có thể mình có đầy đủ điều kiện để có hạnh phúc liền, nhưng mình không có khả năng có hạnh phúc. (You do not have the capacity to be happy.) Tại vì mình có một dục ý, mình đang theo đuổi, đang muốn nắm bắt một cái gì đó. Mình tin rằng, nếu không nắm bắt được cái đó thì mình không có hạnh phúc. Vì vậy, người có khả năng nhận diện được dục ý mới có thể thấy được rõ ràng.

Vô sở lạc vi khổ tế: Chữ *lạc* có thể đọc là *nhạo.* Nhạo là muốn, *vô sở nhạo* là không muốn đeo đuổi gì nữa. Mình như thế là mầu nhiệm lắm rồi, mình không cần phải trở thành một người khác mới có hạnh phúc. (Be yourself, you don't need to become someone else.) Tại sao mình không còn mong muốn gì nữa? Tại vì hiện bây giờ những điều kiện hạnh phúc của mình đã quá nhiều. Có được hai lá phổi để thở không khí trong lành cũng đã hạnh phúc rồi. Trái tim của mình không bị nghẽn, hai mắt của mình còn sáng, mở ra có thể thấy được mùa xuân, mùa hè. Mình có rất nhiều điều kiện hạnh phúc; mình không cần đeo đuổi, chạy theo, nắm bắt gì nữa. Đó là vô sở nhạo, là aimlessness.

Nếu không đeo đuổi thì thoát ra được biên giới của khổ đau.

Tại ái dục vi tăng thống: Thấy rõ rằng, ái và dục, sự đam mê, đeo đuổi, luôn luôn làm tăng trưởng niềm đau của mình.

Không đam mê, không theo đuổi là nền tảng của hạnh phúc.

(Còn tiếp)

Sinh hoạt quán niệm tháng 8 năm 2022

- Vì dịch COVID-19, ngày quán niệm đầu tháng 8 năm 2022 của tăng thân Thuyền Từ tại MPCF rất tiếc đã bị hủy bỏ. Thay vào đó, quý vị có thể ghi danh tham dự nửa ngày quán niệm viễn liên bằng Anh ngữ. Xin vào trang **http://mpcf.org/workshops_online.html**

- Các ngày quán niệm với tăng thân MPCF do anh chị giáo thọ Chân Ý và Chân Trí hướng dẫn bằng Anh ngữ trong tháng 8 sẽ được thay thế bằng nửa ngày quán niệm viễn liên từ 9 giờ sáng tới 2 giờ chiều. Xin vào trang **http://mpcf.org/workshops_online.html** để ghi danh.

- Các thời thiền tập buổi sáng thứ Ba tới thứ Sáu 7-8:30AM và tối quán niệm thứ Năm từ 7-9PM tại MPCF đã được thay thế bằng viễn liên Zoom. Xin vào trang **http://mpcf.org/regular_sessions_online.html** để ghi danh.

Quỹ tu học:

Quỹ trước còn	$ 4897.34
Không có chi thu	$0.00
Quỹ còn	$ 4897.34

Thuyền Từ
10413 Adel Road
Oakton, VA 22124