

Thảo thân mến!

Bài thiền trà em muốn đăng ư? Anh cứ ngỡ là em nói chơi cho vui thôi, vì bài ấy chưa đúng nghĩa của nó. Tại sao vậy? Anh giải thích vài nét chính để em có ý niệm về nó nhé.

Thiền trà là một phép thực tập về chánh niệm để ta có thể nhìn sâu vào lòng mọi sự vật trong đời sống hàng ngày... (tức là phép quán tưởng đó).

Lúc thiền trà, là lúc mình đối diện với chén trà. Thì em hãy dừng lại mọi suy nghĩ toan tính cho tương lai hay nhìn về quá khứ. Mà chỉ có giây phút trong hiện tại. Để em có thể tiếp xúc được với chính mình trong giây phút hiện tại và an trụ trong giây phút hiện tại. Như vậy là đời sống có mặt ngay trong lúc ấy, vì giây phút hiện tại là giây phút chân đây an lạc em ạ! Nếu chúng ta không sống với giây phút hiện tại thì không bao giờ chúng ta thực sự sống cả phải không nào?

Em viết là: ``*Nâng trà thơm, quán nhân duyên*``. Như vậy là em đã biết về thiền trà khá đầy. Chỉ có điều khi em nâng chén trà lên, lúc ấy mọi sự lo buồn, giận dữ hay sợ hãi trong tâm của em, em đã buông bỏ được hết chưa? Nếu còn phảng phất dù chỉ như làn gió thoảng ngoài song đi nữa, thì dù chén trà có thơm đến đâu, dù đã nâng chén lên ngang cằm thì chén trà có mặt cũng như không có mặt đối với em lúc đó, em hiểu không!

Khi em đã buông bỏ được tất cả mọi vọng niệm rồi, lúc ấy em đang có chánh niệm thực sự. Bây giờ em sẽ nhìn vào chén trà em sẽ thấy trong chén trà có đủ cả càn khôn vũ trụ. Dù cả mặt trời mặt trăng trong chén trà; em thấy biển cả mênh mông, núi rừng chùng chùng điệp điệp, em thấy khe suối sông ngòi, ruộng đồng bát ngát đều có mặt trong chén trà... Nếu không có mặt trăng và mặt trời thì cây trà làm sao lớn lên được, nếu không có đất cát của địa cầu thì làm sao cây trà mọc được, nếu không có nước để tưới cho cây trà thì không thể có cây trà... Và nếu không có cô sơn nữ đi hái trà và ủ trà cũng không thể có trà... Và nước cùng đã hấp thu năng lượng của mặt trăng, mặt trời từ biển cả đến mây, mưa, núi đồi sông rạch... Để cùng nhau tạo ra chén trà cho chúng ta. Quán như vậy để chúng ta thấy rằng: Những yếu tố không phải chén trà đã tạo ra chén trà. Sau khi đã quán chiếu, hai tay em nâng chén ngang cằm và hít hơi thở vào để thưởng thức hương thơm thoang thoang của trà đang tỏa khói của nước nóng pha trà từ lòng chén bốc lên. Rồi em hớp một chút vào miệng, ngậm miệng lại để lắng nghe dòng nước trà thấm dần vào cổ vào cơ bắp và ngũ tạng trong thân thể. Thì em sẽ cảm thấy sự liên hệ giữa chúng ta và đất trời đều có mặt để nuôi dưỡng chúng ta. Cho nên thiền trà để quán chiếu trước khi

uống sẽ mang lại cho chúng ta sự ý thức hiểu biết và chày đầy hạnh phúc em ạ!

Dó đó, bài thiền trà được phóng tác theo gợi ý của em chưa đầy đủ của nó. Vậy em đừng nên luyện tiếc nó để rồi phải đưa qua đây lại chỉ vì cái tên hảo giữa ông anh và cô em.

Tuy nhiên, bài sau đây anh viết theo nội dung trên, nhưng nghe vẫn không ra thơ, mà chỉ là câu về vớ vẩn gì đó:

*Hai tay nâng chén nước trà
Nhất tâm chánh niệm quán ta, quán đời (1)
Quán luôn cả đất, cả trời (2)
Để ngộ(3) sự vật hiện thời mà tu.*

Thảo Phạm

Vậy em sửa chữa và tiếp nối cho hoàn hảo hơn Thảo nhé!

(1) Nhân sinh quan (2) Vũ trụ quan
(3) Chữ Ngộ, thuộc văn trắc mà đứng ra phải văn bình cơ.

Thiền trà

*Chay tịnh Thiền sư nhấp chén ngà
Hương thơm ngào ngát át hương hoa
Trà ai tinh xảo, tay pha khéo
Ấm sứ kỳ xinh vật báu gia
Nhất ẩm hồn vương tượng vạn cảnh
Ngàn sâu ưu ái diệt buồn qua
Trà thơm giải tỏa phiền nhân thế
Thanh thủy lưu sinh Đạo lý hòa.
Nguyễn Khang (Hà nội trà xưa)*

Thiền trà

*Giao Thừa độc ẩm trà Xuân
Gió rung trúc động truyền tâm pháp về
Ngâm Trà Kinh thoát sinh nê
Khánh chung thiên cổ vọng về chiêm bao
Ngút ngàn rừng lá lao xao
Tiêu ca mục vịnh tiêu dao cõi bông
Đêm ngòi tụng niệm Trà Không
An bản lạc đạo học tông Chân Như
Lên non nghìn dặm hành tu
Đả cơn ngũ uẩn thiền sư mỉm cười
"Thuyền trà cạn chén hồng mai"*
Động trong đây cốc hình hài sát na
Hải Đà*