

Hãy Buông Ra !

(Phạm Đà Giang)



Tôi nghe buổi Thuyết Pháp tại chùa Thiên Môn. Xin thuật lại để quý vị cùng nghe.

Sau phần thuyết giảng, đến phần Pháp đàm. Thầy mời quý Phật tử đặt câu hỏi để cùng thảo luận.

Tận cuối hội trường, có một cụ già, đứng dậy chấp tay cung kính xin hỏi:

- Kính bạch thầy. Con hiện đang bị bệnh. Hết đau đầu đến đau khớp, đau thận, tiểu đường, cao huyết áp. Bây giờ lại bị bại một chân nữa ạ! Suốt đêm qua con trằn trọc mãi không sao ngủ được do bệnh nó hành hạ xác thân... Cúi xin thầy thương xót chỉ bảo cho con làm sao cho hết đau bệnh? Xin thầy cầu nguyện Đức Phật gia hộ cho con được hết bệnh, khỏe mạnh như xưa...

Thầy lên tiếng nhỏ nhẹ, thông thả nói:

- Thưa bác, thưa đạo hữu. Đức Phật đã dạy: Cõi thế gian tràn đầy đau khổ! Trong đó có định luật: SINH, LÃO, BỆNH, TỬ thì đau khổ vô cùng mà bác thì đang đi vào giai đoạn "Bệnh tật", tức giai đoạn "Hư hoại". Vạn vật là thế; tất cả đều bị luật "Vô Thường" chi phối. Chẳng hạn như cái áo bác đang mặc, khi mới mua về, vẻ đẹp dễ, mềm mại, óng mượt, tươi thắm... Nhưng nay bác mặc đã lâu rồi; màu đã bạc, gấu đã sờn, vai đã rách và vải đã mục. Nó đang ở tiến trình hư hoại! Không có gì có thể còn mãi được, vì bản chất tự nhiên là như vậy, mà thân xác bác cũng đang như vậy. Ngay khi bác mới sinh ra thì bác xinh đẹp, rồi bác lớn lên khỏe mạnh. Giờ đây bác đang già yếu và đang ở thời kỳ bệnh hoạn (Sanh, Trụ, Hoại, Diệt). Vậy bác phải chấp nhận điều đó, bác hãy thấu hiểu bản chất của nó, để

bác phải chấp nhận nó mà sống an lạc với nó, dù nó ở bất cứ giai đoạn nào.

Bây giờ thân thể của bác đang bắt đầu suy yếu, hư hoại theo tuổi đời chồng chất. Thì bác đừng cưỡng lại điều đó, vì đó là qui luật tự nhiên của thân xác. Chân lý không bao giờ thay đổi đó là: Sinh ra > Già cõi > Bệnh hoạn > Rồi chết đi! Không cách chi làm khác đi được. Thời gian vận hành của định luật đã chín mùi rồi đấy bác ạ!

Cụ già đó nói tiếp:

- Bẩm thầy, nhưng con chưa muốn chết vội, vì con và cháu của con chưa khôn lớn. Nhất là còn nhiều công việc con đang làm dở dang chưa hoàn tất, con cần giải quyết cho xong đã.

- Ô! Tất cả chỉ là vậy, bác chẳng làm gì khác hơn khiến bác phải lo lắng. Công việc của thế gian, bác hãy để mặc thế gian cho họ tự giải quyết lấy. Bác nên hiểu rằng: Giàu hay nghèo, già hay trẻ, đẹp hay xấu, người hay vật. Bất cứ ai, bất cứ vật gì, bất cứ ở đâu cũng không thể giữ mãi tình trạng nguyên thủy như lúc ban đầu được. Mọi người, mọi vật đều phải thay đổi khác đi theo một định luật: Sinh, Trụ, Hoại, Diệt mà không cách chi sửa đổi được. Điều mà bác có thể làm được là bác tự quán chiếu, soi rọi về thân xác và tâm thức của bác, để bác thấy tính: "Vô ngã" của vạn vật. Để không thấy có cái gì là "Tôi" hoặc là của "Của tôi", mà chỉ là giả có, tạm có mà thôi (*Phàm sở hữu tướng, giai thị hư vọng* = Cái gì có hình có tướng, đều là giả có, chứ không thật có). Ngay như nhà cửa, sự nghiệp, danh vọng, vợ, chồng, con cái của bác cũng chỉ là: "Của bác trên danh nghĩa, chúng không thực sự thuộc về bác. Chúng thuộc về tự nhiên!!! Như lời bác vừa cầu mong, chẳng những không đạt được. Thân bác vẫn đau đớn như thường và cách suy nghĩ sai lầm của bác còn đau khổ hơn nhiều nữa. Vì cầu mong mà không được là khổ (*Cầu bất đắc khổ*).

Bởi vậy, bác phải nhìn mọi thứ đúng theo bản chất của nó và đừng níu kéo nó, đừng tiếc thương nó: "HÃY BUÔNG NÓ RA". Bác hãy rũ sạch mọi thứ bên ngoài. Bác hãy "Buông ra!". Bác đừng bám víu vợ, chồng, con cái, quyền thuộc, tài sản, công danh... Vì nhưng thứ đó bác không thể mang theo được, hoặc bác không "buông", thì nó cũng phải "buông" bác mà thôi. Cho nên bác "Hãy Buông Ra!", bởi mọi thứ đều

Vô Ngã: "*Không tôi và Không của tôi*". Tất cả rồi sẽ biến mất; chẳng còn gì. Bác phải nhận biết cho bằng được điều này, và sau khi biết rồi thì bác hãy 'buông' tất cả. Đừng bận tâm về con cái, bây giờ chúng còn trẻ. Rồi mai này chúng cũng sẽ già cả. Y như bác ngày hôm nay. Không ai trên thế gian này có thể trốn thoát được định luật: sinh trụ hoại diệt... Nếu bác "*Buông ra*" được mọi thứ thì bác mới thấy được chân lý. Vậy bác đừng lo lắng và đừng ôm giữ bất cứ điều gì thì bác sẽ thanh thản trong mọi tình huống bác ạ!

Ông già hỏi nữa:

- Bẩm bạch thầy, nghe thầy dạy dễ quá, nhưng làm sao con '*buông ra*' cho được?

- Nếu bác '*buông ra*' không được thì bác sẽ vô cùng đau khổ. Vì không '*buông ra*' cũng chẳng được. Bởi mọi thứ nó không thuộc về của bác, kể cả chính xác thân bác nữa. Lúc này bác hãy tập trung tâm tưởng, để cho nó được an nhiên tự tại, còn mọi việc đã có người khác lo. Bác hãy tự nhủ lòng rằng: "*Chung sự*" (Tôi hết việc rồi!). Tư tưởng ham sống lâu sẽ làm bác đau khổ. Cho dù bác mong muốn thiết tha tới đâu cũng chẳng được. Muốn sự đều vô thường và luôn luôn không cố định... "Sau khi sinh ra > Nó biến hoại > Sau khi sinh ra > Nó diệt đi!". Đức Phật cũng thế, bác và cả bàn dân thiên hạ cũng đều như thế. Vậy mà bác muốn xác thân bác còn mãi sao được?

Bác hãy nhìn vào hơi thở thì biết. Nó đi vô rồi lại đi ra, bản chất của nó là vậy. Bác chẳng thể ngăn cản sự đi ra và đi vô của nó được. Bác thử nghĩ coi: "*Có thể nào bác thở ra mà không thở vào được chẳng?*". Tức là hơi thở nó đi vào, rồi nó lại đi ra. Khi nó ra rồi thì nó lại phải đi vào. Tự nhiên là như vậy, không cách chi làm khác được. Y chang sự quá trình bác sinh ra > rồi già nua > rồi bệnh tật > rồi chết đi! Đó là điều hoàn toàn tự nhiên và bình thường...

Nếu bác không sinh ra, thì lấy gì bây giờ bác bị đau bệnh! Và lấy gì để mai một bác chết! Bác có hiểu điều đó không?

- Kính bạch thầy, con ngộ được những gì thầy vừa dạy, nhưng con vẫn lo sợ quá chừng!

Thầy cầm ly nước uống nhấp giọng, đoạn thầy nói thêm:

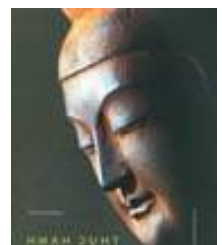
- Bác nên hiểu rằng: Vạn sự ở đời là như vậy, khi bác nhận thức được đúng đắn thì bác đừng do dự: "*Hãy buông ra tất cả, hãy dẹp bỏ tất cả*". Dù bác không buông nó ra thì mọi thứ nó cũng bắt đầu buông bác ra đó. Này nhé! Như những bộ phận trong cơ thể bác nó cũng đang muốn rời xa bác đấy. Vì những bộ phận ấy nó đã sống đủ thời hạn với bác rồi, nên nó sắp ra đi đó. Bản chất của nó là: "*Đã đến, thì phải ra đi*". Bởi thế gian là không có sự bình thường hay mãi mãi, dù bất cứ ở đâu, bất cứ thời nào, bất cứ thành phần giai cấp nào; người giàu có, kẻ nghèo khó, người lớn cũng như trẻ nhỏ, người có học cũng như người thất học...v.v Cũng thế có sự bình thường được. Ai ai cũng phải xoay vần theo luật "*Vô Thường*" chi phối. Quán triệt được điều đó, bác sẽ chẳng còn quyến luyến bất cứ sự gì. Bác hãy "*Buông ra*" chứ không còn nắm giữ được nữa, ví có giữ cũng chẳng đặng. Bác buông ra, thì tâm bác sẽ thành thơi; không buồn mà cũng chẳng vui, không khiếm sợ và cũng chẳng liêu linh. Lúc bấy giờ lòng bác sẽ an ổn với trí tuệ hiểu biết: "*Vạn vật không bao giờ có thể thường còn mãi mãi được*". **"ĐẶC TÍNH PHẢI ĐỔI THAY CỦA VẠN VẬT, KHÔNG BAO GIỜ THAY ĐỔI"**.

Nếu bác có nhiều thứ, bác sẽ phải bỏ lại nhiều thứ. Nếu bác có ít thứ, bác sẽ bỏ lại ít thứ; giàu có là giàu có, nổi danh là nổi danh, sống lâu là sống lâu... chẳng có gì khác biệt, mọi sự cũng thế thôi! Vậy bác hãy buông nó ra, buông cho đến khi nào tâm trí bác an lạc! Mọi sự bác không còn cảm thấy khổ đau hay sung sướng. Mọi thứ bác không còn thấy là của bác nữa; Sung sướng và khổ đau cũng đều Hoại, Diệt và Mất tiêu như nhau... Duy chỉ có một thứ là còn và còn vĩnh viễn là của bác. Đó là "*Phật tánh*" là vĩnh cửu của bác mà thôi.

- Kính bạch thầy, con đã ngộ!!!

- Vậy sao! Bác giải thích xem nào?

- Thưa thầy, chỉ có định luật: "*Vô Thường*" là bất biến, là vĩnh cửu, là thường còn. Ngoài ra, tất cả các Pháp; muôn vàn vạn sự ở đời này đều luôn luôn biến đổi không bao giờ ngừng. Chẳng hạn như:



* **THÂN VÔ THƯỜNG:** Nay khỏe mạnh, mai ốm đau. Nay đang sống, mai đã chết...

* **TÂM VÔ THƯỜNG:** Nay đang mến thương nhau, mai chuyển sang hận thù, ân oán nhau...

* **TÀI SẢN VÔ THƯỜNG:** Của cải nay còn, mai hết. Tức là tiện nghi vật chất không thể tồn tại mãi được... Vật thể này biến đổi chất liệu thành ra vật thể khác. Sự vật không bao giờ cố định cả.

Thầy cười hoan hỷ, đoạn thầy hỏi:

- Đúng, bác hiểu khá đầy, như vậy bác sẽ làm gì khi bác hiểu như vậy?

- Kính bạch thầy, con sẽ buông ra tất cả mà không bám víu vào bất cứ điều gì trên thế gian này. Để mọi sự chảy xuôi như dòng nước. Tính của nước luôn chảy xuống chỗ trũng (thủy lưu tại hạ), dù chỗ đó là đất hay cát, hoặc ruộng vườn. Bản chất của nước là như vậy, con cũng phải giữ tâm như vậy. Tại sao? Bẩm thưa thầy, bởi nước luôn chảy một cách tự nhiên xuống chỗ thấp mà không có cách nào cho nó chảy một cách tự nhiên lên trên cao được. Đó là định luật của càn khôn vũ trụ mà thầy vừa chỉ dạy cho con.

- Vâng! Bác hiểu được như thế, tức là bác đã thấp sáng ngọn đuốc trí tuệ của bác rồi đấy. Bây giờ chỉ còn một điều là bác đưa vào thực hành những gì bác vừa chứng ngộ là đạt quả Phật rồi đó.

Cụ già ngạc nhiên thưa:

- Kính thưa thầy, con ngộ là thành Phật khó lắm chứ! Đâu đơn giản như thầy vừa nói ?

- Phật đã có sẵn ngay trong bác rồi. Người đời thường mang ông Phật thật, đi tìm kiếm ông Phật ở ngoài, ở chốn xa xôi không sao thấy được, để cầu xin van vái... Trong lúc ông Phật ở ngay trong mình thì lại bỏ quên.

- Bạch thầy, con vốn ngu tối xin thầy khai thị cho con được rõ ràng hơn, chứ thầy nói như thế làm sao con hiểu được.

- Có khó gì đâu: "*Phật Tức Tâm*". Mọi người trong chúng ta đã có sẵn một ông Phật ở trong ta rồi. Nhưng vì u mê tăm tối, nên tham lam: Sắc, Tài, Danh một cách vô độ mà không hiểu rằng những thứ đó do nhân duyên giả hợp tạm

có. Hợp rồi tan, sinh rồi diệt! ngay như xác thân bác cũng tạm có đó. Rồi trở thành không đó có bao lâu! Tựa hồ như bóng phù du, như ảo ảnh, như khói sương... Nhưng vì si mê chạy theo níu kéo nó. Nên thành chúng sinh mà thôi. Bây giờ bác đã giác ngộ và bác buông ra những thứ mà trước đây bác bám víu vì ngỡ là thật... Vậy là bác đã thành Phật rồi. Bởi Phật và Chúng sinh chỉ khác nhau có một bước: "**MÊ LÀ CHÚNG SINH, GIÁC NGỘ LÀ PHẬT**".

Phật và chúng sinh, chỉ khác nhau có vậy. Ví dụ: Ông bà thân sinh ra bác, cho bác ăn học tới nơi tới chốn; là con người trí thức đàng hoàng... Nhưng vì u mê! Bác ham chơi, đàn đúm với chúng bạn, sa đà say sưa trác táng, hưởng thụ thú vui vật chất, dẫn đến sa đọa hư hỏng. Khi ấy, bác là kẻ tồi tệ, xấu xa... Nay gặp duyên may bác giác ngộ. Thấy được lẽ thật. Bác bỏ con đường hư thân mất nết, trở lại con người thật của mình... Với bằng cấp và kiến thức có sẵn của mình. Bác tận tụy làm ăn, liêm chính, giữ uy tín đạo đức... Là bác trở thành người cao sang, quý phái...

Như vậy, một con người của bác có hai giai đoạn:

a) Giai đoạn 1: Bác là kẻ xấu xa, cho dù bác có bằng cấp là người học thức.

b) Giai đoạn 2: Bác là người cao quý. Do bác giác ngộ được chân lý đạo Pháp...

Tức là trước thì bác là kẻ xấu xa do u mê! Sau bác thành người cao quý do bác giác ngộ. Nghĩa là xấu xa hay cao quý chỉ khác nhau có u mê hay giác ngộ mà thôi. Và Phật hay chúng sanh cũng chỉ khác nhau có vậy...

Đoạn thầy đọc bài kệ:

*Chiều nay lộng gió thu về
Lá vàng rơi tả tràn trề khắp nơi
Đời người như hạt sương rơi
Lung linh một thoáng mặt trời chiếu tan
Thân em như đóa hoa lan
Người đời yêu thích muôn vàn đắm say
Nhưng rồi chẳng được bao ngày
Cánh hoa tàn úa đổi thay hoàn toàn.*

