

Thinh lặng

Giữa tâm dịch Covid – 19 đang hoành hành mấy tuần qua tại Sài Gòn, con người dường như “cảnh giác” với nhau hơn, cũng có thể nói là “tạo khoảng cách” để được sống còn.

Thinh lặng – là điều mà ta cần lúc này, nghĩa đen lẫn nghĩa bóng...

Heo hút của vực thăm là hố sâu không thể tính đếm được khoảng cách.

Người bị rơi xuống vực rồi, đứng dậy vươn lên có lẽ khó lắm!

Để không phải trèo lên từ đáy vực, tốt nhất đừng để bị rơi xuống!

Chúng ta không ít lần cũng bị rơi xuống những vực thăm như thế do chính bản thân tạo ra. Có người... mặc kệ nó... nằm đó chờ thời và thời chẳng bao giờ tới.

“Dù tại bãi chiến trường

Thẳng nghìn nghìn quân giặc

Tự thẳng mình, tốt hơn

Thật chiến thẳng tối thượng”. (Pháp cú 103)

Chỉ cần ta sử dụng đúng chức năng của tinh tấn – chánh niệm – tỉnh giác thì tự khắc mọi việc sẽ ổn.

Chỉ cần ta sử dụng đúng chức năng của tinh tấn – chánh niệm – tỉnh giác thì tự khắc mọi việc sẽ ổn.

Vui trong tĩnh lặng

Buông xuôi cũng là một phần của buông lung. Tức là đã buông tay với thế giới của thực tại. Thực tại – có cha mẹ, anh em, bạn bè và cả người thương. Chúng ta từ chối trách nhiệm và bổn phận của mình với chính cuộc đời mình. Có vẻ thật đáng ngại khi nhắc đến “trách nhiệm” và “bổn phận”! Vì từ lâu, chúng ta đã “hồng hóa” cuộc đời mình bằng những hình ảnh đẹp đẽ, những viễn cảnh xinh tươi ở đâu ở đâu. Nói thẳng ra, vì ta đã bỏ rơi thực tại; nên khi thực tại “hiện tiền”, ta tìm phương cách là... trốn chạy.

Có nghĩa gì đâu những khái niệm, tư tưởng, quan điểm nếu không được kiểm chứng qua thực tại của chính bản thân.

“Dù nói trăm câu kệ

Nhưng không gì lợi ích

Tốt hơn, một câu pháp

Nghe xong được tịnh lạc”. (Pháp cú 102)

Này bạn! Xin đừng đồng hóa bản thân với bất kì ai hay với tượng đài vĩ đại nào, vì “ta có là ta, ta mới đẹp” (Sư ông Làng Mai).

Nhắc lại về tỉnh lặng ở đầu bài viết, nó mang ý nghĩa về sự “không dao động” ở bên ngoài lẫn bên trong của một người. Bạn cho suy nghĩ của bạn phải tỉnh lặng, và đó là bên trong ư? Thật thế không? Ý căn tiếp xúc pháp trần (suy nghĩ) thì ý căn là chủ thể và pháp trần là đối tượng được chủ thể nhận thức, thì nó phải là cái nằm bên ngoài chứ. Vậy thì, trong – ngoài cũng chỉ là những khái niệm tương đối trong muôn vàn hoàn cảnh cũng tương đối mà thôi.

Người ta cố gắng thiền định để có được sự tỉnh lặng tuyệt đối (tĩnh lặng). Đó là một ý tưởng hay. Nếu thực hiện thành công thì càng tuyệt vời nữa!

Buông xuôi cũng là một phần của buông lung.

Buông xuôi cũng là một phần của buông lung.

Tâm tĩnh lặng thì lòng an yên

Nhưng thay vì thận trọng – chú tâm – quan sát, người ta lại trấn áp – đè nén – hủy diệt những gì cho là xấu, ác, bất thiện.

“Người hiền bỏ tất cả

Người lành không bàn dục

Dầu cảm thọ lạc – khổ

Bậc trí không vui buồn.” (Pháp cú 83)

Kinh Viên Giác dạy rằng: Tri huyển tức ly. Ly huyển tức giác hay Lục tổ Huệ Năng cũng dạy: Bất phạ niệm khởi, chỉ phạ giác trì. Một khi có khởi lên tâm bất mãn với những pháp ta cho là xấu – ác – bất thiện, thì ta liền rơi vào trạng thái sân hay ưu (domanassam) rồi. Và cầu cho pháp thiện, pháp tốt xuất hiện thì đó là trạng thái tâm tham (abhijjhā) chứ có gì lạ đâu.

Do đó, chỉ cần ta sử dụng đúng chức năng của tinh tấn – chánh niệm – tỉnh giác thì tự khắc mọi việc sẽ ổn, đâu vào đó cả như câu kinh mà đức Phật đã dạy trong Kinh Niệm xứ:

“ātāpī sampajāno satimā, vineyya loke abhijjhādomanassam

Tinh tấn chánh niệm tỉnh giác nhiếp phục mọi tham ưu ở đời”.

Kết quả của việc thực tập đó sẽ là Ngoài không nhiễm cảnh là thiền, trong không rối loạn là định (Lục tổ Huệ Năng); định này có cả giới và tuệ, tự tại, thong dong không cần đè nén bất cứ thứ gì. Tịch mà vẫn chiếu, phẳng lặng mà sáng suốt. Nếu có chướng chướng “phong tỏa”, “cách ly” những ác bất thiện pháp thì đó cũng chỉ là hệ quả của công năng tất yếu từ việc hành trì thực tập như thế; không phải đến từ việc cố gắng gồng hết sức mình để làm những việc ấy...

Và...

Thình lạng thật sự là thế đó bạn à!
Tâm Cung