

THIÊN LÀ GÌ ?

Chúng ta là người tu thiền, trước tiên phải hiểu thiền là gì một cách căn bản, sau đó ứng dụng công phu mới không bị sai lệch.

Giả sử hôm nọ khí trời oi bức căng thẳng, người không được khỏe, trong nhà có việc xích mích không vui, ra đường gặp toàn những việc vớ vẩn không đâu, lên công sở, ra chợ bị đồng nghiệp bạn bè hiểu nhầm hoặc quấy phá..., khi ấy, nếu mình phải xem một tập tài liệu gì đó, hoặc phải đọc một cuốn sách hay phải xem một tờ báo, Quý vị thấy có dễ hiểu hay không?

Đọc thì đọc chữ thôi chứ ý này nó đá ý kia rất khó tiếp thu một cách trọn vẹn. Qua đó cho chúng ta thấy, nếu để những thứ lằng xằng lộn xộn trong đời nó chi phối trong đầu mình thì nó sẽ làm cho trí tuệ chúng ta bị mờ tối và con người chúng ta không được ổn định.

Một hôm khác thức dậy với một sức sống tràn trề, mọi chuyện trong nhà ổn định, vui vẻ, khí trời mát mẻ dễ chịu, ra đường yên ả, mọi việc tại công sở đều được trôi tròn, đồng nghiệp thân thiện đáng quý, nhân khi rảnh rỗi, Quý vị cầm một tờ báo hay một quyển sách mình thích lên đọc thì có dễ hiểu hay không?

Không những dễ hiểu mà chúng ta còn hiểu sâu, phát minh ra những điều mới lạ, thâm gọn hết ý bài văn muốn nói gì nữa là khác.

Vậy thì khi tâm mình ổn định, lóng lạng, chính là lúc trí tuệ mình được phát huy cao.

Và ngay khi tâm lóng lạng, tinh thần tươi sáng, người mình ổn định, trí tuệ phát huy, ngay đó, quý Thầy tạm đặt cho nó cái tên gọi là Thiền.

Hoặc là trong cuộc sống bận rộn hằng ngày, nhiều lúc chúng ta bỏ quên một thứ gì đó, cố nghĩ xem để nó ở đâu, nhưng những công việc trong ngày bao nhiêu thứ lại tới tấp đến mà chúng ta phải giải quyết, khi đó, càng cố nghĩ để tìm thì càng căng đầu, càng mệt.

Cho đến cuối ngày, lúc xong xuôi hết mọi việc, thanh thoi thì tự nhiên lại nhớ ra đồ mình để quên. Từ đó suy ra, những công việc hằng ngày làm cho tâm mình bị xáo trộn, khuấy động nên mình không sáng.

Khi chúng ta lắng lại tất cả những tư tưởng lằng xằng trong đầu để tâm được an định, sáng suốt thì ngay trạng thái đó là Thiền.

Ví dụ như có một lu nước đang bị đục, chúng ta có đổ thêm nước trong vào thì nó vẫn đục. Muốn nước trong, không có cách gì hơn là để yên cái lu đó cho những cặn đục lắng xuống dưới thì nó sẽ tự trong.

Như vậy, trong cái đục vốn đã có cái trong, tại vì chúng ta lắc động nên nó đục vậy thôi.

Tâm của chúng ta cũng vậy, tự tâm của mỗi người vốn sáng, nhưng vì theo trần cảnh, không biết cách lắng lại nên đục đi, từ đó làm cho mình bức bối, mệt mỏi, tối tăm, rối ren, lằng xằng, lộn xộn, gặp việc gì cũng khổ đau, đó là chúng ta sống với tâm phàm phu tầm thường của chúng sanh.

Nếu chúng ta lắng lại tất cả thì trạng thái tâm thể LẶNG MÀ SÁNG hiện tiền, ngay đó là THIỀN.

Nói thẳng đến Thiền tông, ngài Tông Mật nói:

“Thiền là không định, không loạn”.

Hằng ngày chúng ta loạn động quá nên tu tập muốn dừng cái loạn động để trở về sự an định. Vậy thì Thiền không phải là loạn động thì đúng rồi, nhưng tại sao ngài Tông Mật lại nói không phải là định nữa?

Bởi vì nếu nói thiền là định thì tâm mình sẽ tự nó lập nên một cái gọi là định để gìn giữ. Nhưng nếu còn có chỗ để gìn giữ là có chỗ bám nên tình thức sanh khởi, không phải là thiền định chính thống.

Vì thấy có một tâm an định để gìn giữ, có ngăn trước ngừa sau nên chỉ là sự an định do dồn tâm mà được, là sự an định có giới hạn, không phải là tính chất định rốt ráo sẵn đủ nơi tự tánh chúng ta.

Khi nghe nói: Thiền là không phải định cũng không phải loạn, vậy có chỗ nào cho chúng ta bám vào làm cơ sở để hiểu được không?

Khi rời cả hai bên định và loạn, không có chỗ cho tình thức bám hiểu, ngay khi không hiểu thì cái gì đang sáng biết không động đang hiện bày sờ sờ ra đó?

Ngay đó nhận thẳng, mới hay ra, THIỀN đang bàng bạc khắp cả mọi lúc mọi nơi chưa từng thiếu vắng bao giờ.

TT. Thích Tâm Hạnh .

Trích trong : THỪA HỎI THIỀN