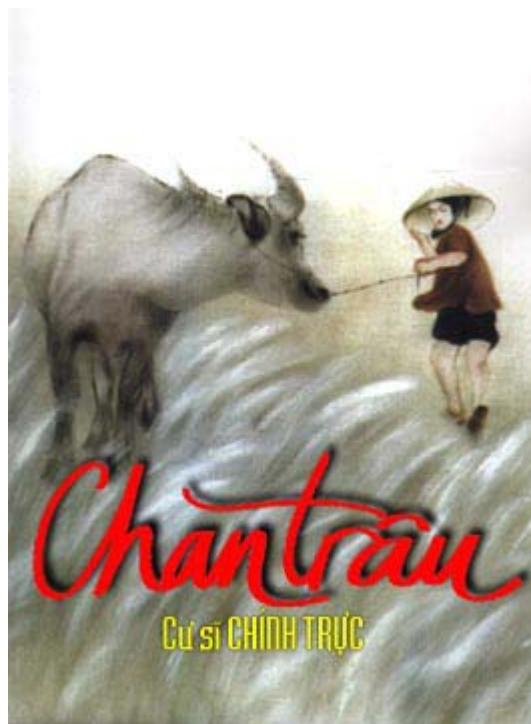




Trong một bài hát quen thuộc với mọi người chúng ta, có câu: "Ai bảo chăn trâu là khổ? Chăn trâu sướng lắm chứ!". Đó là lời mở đầu của một ca khúc nói về sinh hoạt của các mục đồng chăn trâu ở thôn quê. Trong Phật giáo, đặc biệt là thiền tông, chư vị Tổ Sư chỉ dạy một phương pháp tu hành gọi là "Pháp Môn Chăn Trâu". Pháp môn này áp dụng triệt để lời dạy của Đức Phật, trong cuộc sống hằng ngày của người Phật Tử, tại gia hay xuất gia. Khi hiểu được và hành được pháp môn này, người Phật Tử sẽ thấy được con đường vào đạo, tâm sẽ được nhập lưu, tức là nhập vào dòng thánh, khác với dòng đời, tuy thân vẫn sống ở đời, như bao nhiêu người khác, mà tâm không hề khổ đau lụy phiền. Dòng thánh gồm có bốn quả vị, gọi là Tứ Thánh Quả, bắt đầu gồm có Tu Đà Hoàn, đến Tư Đà Hàm, A Na Hàm và A La Hán. Khi hiểu được và hành được pháp môn này, trí tuệ sáng ra, cuộc đời thay đổi kể từ ngày này, người Phật Tử đối với Chánh Pháp, sẽ không còn thoái chuyển, phát tâm tu dưỡng, phát nguyện chăn trâu, việc ác ngưng làm, quyết làm việc thiện, không còn mặc cảm, tự tôn tự ti, chân trời an lạc và hạnh phúc bắt đầu lộ dạng. Khi hiểu được và hành được pháp môn này, người Phật Tử không còn đi vòng vòng bên ngoài, vừa vui chơi thích thú, cười nói há hê, cũng vừa kêu khổ, kêu khổ xong rồi, vừa cầu vừa nguyện, van xin cầu khẩn, vừa mê tín dị đoan, hết cầu an cầu siêu đến cầu đoàn tụ, cầu buôn may bán đắt, cầu trúng số độc đắc, nhưng tiền mất tật mang chứ có được gì đâu? Khi hiểu được và hành được pháp môn này, người Phật Tử tại gia không còn thấy chuyện tu tâm dưỡng tánh là chuyện của những người xuất gia vào ở trong chùa, mà tu tâm dưỡng tánh chính là chuyện của mọi người, chuyện của chính mình, chuyện của bất cứ ai muốn giảm bớt khổ đau, muốn xuất phiền não gia, muốn được an lạc và hạnh phúc ngay hiện tại, trên thế gian này, trong mọi hoàn cảnh, trong cuộc sống hằng ngày.

Trên thế gian này, hầu như mọi người, thầy đều nghĩ rằng, ai cũng cho rằng, mình là người thiện, không ai chịu nhận, mình là người ác. Nếu không phải là người lương thiện nhứt trên đời, thì mình cũng là người không làm gì nên tội, chắc là sau khi từ giả cõi đời này, sẽ được lên thiên đàng hay cực lạc, không việc gì phải lo cả. Muốn chắc ăn hơn, nhớ dặn thân nhơn, sau khi mình chết, thỉnh thiết nhiều sư, rước thiết nhiều cha, mời nhiều ông bà, về nhà cầu nguyện, đăng báo phân ưu, tụng kinh cầu siêu, cầu chúc tiêu diêu, nơi miền cực lạc, hoặc thăng nơi cõi, thiên đàng vĩnh viễn! Nếu có ai đó khuyên mình tu tâm dưỡng tánh, thì liền nghĩ rằng người đó khùng. Không khùng sao được, bởi vì chuyện tu hành là chuyện của quý sư trong chùa, chuyện của quý cha trong tu viện, không phải là chuyện của người đời đang sống ngoài thế gian, bận rộn với đủ thứ chuyện trần thế, còn thì giờ đâu mà nói chuyện tu với hành? Có người nghĩ rằng: tu học làm chi, biết nhiều thêm khổ, không biết khỏi tội, khỏi lợi qua sông, tốn công học hỏi, như vậy khỏe re!

Thực ra, chuyện đời cũng như chuyện đạo, đâu ai có thể lý luận một cách quá đơn giản như vậy! Con người vì vô minh che lấp chơn tánh, từ nhiều đời nhiều kiếp, cho nên lăn lộn trong sanh tử luân hồi, sống trong cơn mê, sống trong mộng tưởng, sống trong điên đảo, mà không hề hay biết. Tại sao vậy? Bởi vì sống trong cơn mê, cho nên con người, vô tình hoặc cố ý, gây tạo quá nhiều tội nghiệp, từ trước đến nay. Chẳng hạn như khi lái xe phạm luật, rồi cho là không biết luật giao thông, thì được miễn tội chăng? Chẳng hạn như mình khai gian trong giấy tờ, rồi cho là không biết ngoại ngữ, thì xong chuyện chăng? Chẳng hạn như mình gây tù tội, tạo phiền não, đem khổ đau đến cho người khác, và gia đình của họ, dù cho là họ đáng tội, đáng bị trừng phạt, thì mình yên tâm được chăng, tâm như vậy là tâm gì? Bởi vì sống trong mộng tưởng, cho nên con người luôn luôn mơ ước cảnh giới thiên đàng cực lạc, mà không biết mình đang sống trong hiện tại, không biết mình đang sống một cuộc đời hết sức vô nghĩa, chẳng làm gì ích lợi cho ai, chỉ biết ăn ngủ hưởng thụ, đấu tranh giành giựt, hơn thua phải quấy, rồi chờ ngày chết! Bởi vì sống trong điên đảo, cho nên con người nhận lầm cái giả tưởng là thực, cái khổ lại cho là vui. Chẳng hạn như ai cũng biết chuyện cờ bạc thua lỗ là khổ, vẫn có nhiều người tham gia. Mình thắng người khổ, mình thua mình lỗ, tự mình chuốc khổ, chớ có than van. Chẳng hạn như nhiều người cứ tưởng cái xác thân này là "mình" và sẽ mang cái xác đó lên thiên đàng hưởng phước, hoặc đem cái xác đó lên cực lạc cho sướng tấm thân! Đâu chẳng biết rằng, sau khi hết thở, cái xác này chỉ còn là cái thân ma, không ai dám đến gần. Cát bụi sẽ trở về cát bụi. Chỉ có nghiệp báo thiện ác theo "mình", như hình với bóng, không bao giờ rời, qua bao nhiêu kiếp sau nữa.

Còn "mình" thực ra là ai, thì lại chẳng biết! "Con Người Chân Thật" đã bị vô minh che lấp từ lâu lắm rồi, mà chúng ta vẫn không chịu thức tỉnh để nhận ra! Con người thức tỉnh biết "dừng nghiệp và chuyển nghiệp" thì trí tuệ bừng sáng. Khi đó, con người sẽ tự tại bước ra khỏi màn vô minh, thoát ra khỏi sanh tử luân hồi, không còn phiền não và khổ đau, sống trong an lạc và hạnh phúc, cũng ví như khi nào mây đen tan hết, bầu trời lại trong sáng, mọi cảnh vật hiện rõ ràng trước mắt, nhìn thấy muôn sự mọi việc "đúng như thực", không còn mơ hồ, không còn điên đảo, mình sẽ nhận biết rõ ràng "mình là ai", không còn nghi ngờ gì nữa cả. Nhưng làm sao để thức tỉnh, làm sao để trí tuệ bừng sáng? Đó chính là mục đích, là kết quả của "Pháp Môn Chấn Trâu".

Từ lúc còn nhỏ, con người đã tạo nghiệp lành, đồng thời, tạo nghiệp chẳng lành. Có người từ nhỏ đã biết làm việc tốt, giúp đỡ những người chung quanh, từ trong gia đình, ra đến học đường, và ngoài xã hội. Đồng thời, cũng có những đứa trẻ nghịch ngợm, nghinh nghinh ngang ngang, phá phách xóm làng, văng tục chửi thề, hỗn hào xác xược, gạt gẫm người già, trộm gà bắt vịt, nghịch phá nhà người, chặt cây trộm trái, hái hoa bứt lá, chọc chó đá mèo, leo trèo khắp chốn. Lúc còn trẻ tạo tội nghiệp như vậy, nhưng nếu biết dừng nghiệp và chuyển nghiệp kịp thời, thì có thể trở nên người tốt, có ích lợi bản thân, cho gia đình và cho xã hội. Đời nay, ở các xứ tây phương, văn minh tiên tiến, vật chất dư thừa, có những đứa trẻ biết kêu cảnh sát đến bắt giam cha mẹ, chỉ vì răn dạy chúng bằng roi vọt, còn có những đứa trẻ dùng dao đâm chết người, mang súng vào trường, giết người hàng loạt! Thực là khủng khiếp!

Đến khi lớn lên, bước chân ra đời, cuộc sống khó khăn, con người bon chen, tranh đấu sống còn, cho nên bất chấp, mọi thứ thủ đoạn, miễn sao có lợi, cho mình thì thôi, người khác ra sao, đau khổ thế nào, sống chết mặc kệ! Con người sẵn sàng, thượng đội hạ đạp, để được tiến thân, để giành quyền lợi, để đợi thời cơ, để mơ địa vị. Con người sẵn sàng, đá giào lái bạn, đâm lung chiến sĩ, thừa gửi kiện tụng, đụng độ đồng nghiệp, hạ nhục đồng môn, đem chôn đồng bào, cào nhà đồng đội, dội nước đồng hương, chẳng thương đồng đạo, giả tạo đồng minh, tất cả cũng vì, đồng tiền mà thôi! Con người sẵn sàng, phao truyền tin đồn, mặc kệ đúng sai, phổ biến thư roi, bôi lọ kẻ thù, nói xấu sau lưng, đặt điều thêm bớt, vu oan giá họa, chỉ vì ganh tị, đố kỵ mà thôi. Người khác thua mình, khinh khi biếm nhẽ, nhìn nửa con mắt. Người khác hơn mình, tức giận gièm pha, phá cho tan nhà, nát cửa chữa thôi.

Tất cả những việc làm, những lời nói trên đây, đều được chỉ huy bởi tư tưởng, ý nghĩ của con người. Nói một cách khác: Tư tưởng làm chủ, chỉ huy, phát xuất ra hành động và lời nói. Con người có tư tưởng hay tâm ý thiện, thì hành động và lời nói thiện. Con người có tư tưởng hay tâm ý ác, thì hành động và lời nói ác. Như vậy tâm ý của con người, có lúc thiện, có lúc ác, cho nên hành động và lời nói, lăn lộn thiện và ác. Tâm ý của con người luôn luôn lăng xăng lộn xộn hằng ngày như vậy. Trong kinh sách, tâm ý của con người thường được ví như con vượn chuyền cây, như con ngựa chạy rong, nên gọi là "tâm viên ý mã".

Con ngựa chạy rong, tung tăng khắp chốn, khó mà điều khiển, thuận phục dễ dàng. Con vượn chuyền từ nhánh cây này sang nhánh khác, cũng như tâm ý của con người nghĩ ngợi lung tung linh tinh lang tang, hết chuyện đông đến chuyện tây, hết chuyện ta đến chuyện tàu, hết chuyện người này đến chuyện người khác, hết chuyện gia đình đến chuyện làng xóm, hết chuyện năm châu thế giới đến chuyện hang cùng ngõ hẻm, hết chuyện khoa học kỹ thuật đến chuyện chính trị tôn giáo, hết chuyện quốc gia đại sự đến chuyện phụ nữ nhi đồng.

Trong thiên tông, tâm ý của con người thường được ví như con trâu. Con trâu không được chăn giữ thường hay xâm phạm, giẫm đạp lúa mạ của người khác, gây nhiều tổn thất hoa màu, mùa màng của những người láng giềng lân cận chung quanh. Con trâu được chăn dắt cẩn thận, chăm nom kỹ lưỡng, canh chừng thường xuyên, đem lại ích lợi lớn lao cho nông gia và cho xã hội. Điều quan trọng là: "Con người hãy chăn dắt con trâu, chớ để con trâu dẫn dắt con người!". Nếu để con trâu dẫn dắt, không biết con người sẽ đi về đâu? Cho nên mới có pháp tu gọi là "Pháp Môn Chăn Trâu", chính là nghĩa đó vậy. Bây giờ chúng ta thử bắt đầu tìm hiểu pháp môn này.

1) Thoạt đầu không ai biết con trâu của mình đang ở đâu, đang làm gì? Tức là con người thường không nhận ra tâm ý của mình đang ở ngõ ngách nào? Chẳng hạn như mình đang nghĩ gì, muốn gì, âm mưu gì, tính toán gì, thiện hay ác, tốt hay xấu, lành hay dữ, hiền lương hay bất lương? Con người sống theo dòng đời, thường bị cuốn trôi theo ngũ dục, thường bị "con trâu tâm ý" của mình dẫn dắt, làm những chuyện bất nhân thất đức, nói những lời độc ác lợi mình hại người. Hành động và lời nói thường bị tâm tham lôi cuốn, tâm sân thúc đẩy, tâm si điều khiển, con người tạo không biết bao nhiêu tội nghiệp, mà không hề hay biết đó thôi, hoặc biết mà vẫn cố phạm! Thí dụ như là, tâm tham lôi cuốn, thấy lợi thì ham, chẳng muốn đi làm, chỉ muốn hưởng nhàn, lại có tiền xài, tức ham phát tài, nên không ngần ngại, kiếm chuyện vu oan, giá họa người khác, nộp đơn kiện tụng, bày chuyện thiệt hơn, đòi phải bồi thường, ba bốn triệu bạc! Thí dụ có người, đã từng giúp mình, được rất nhiều chuyện, nhưng khi chỉ có, một chuyện không được, hải lòng vừa ý, tâm sân thúc đẩy, mình liền cảm thấy, tức giận khó nguôi. Ở nghĩa trước đây, sâu dày thế mấy, cũng đều phải sạch, không thêm nhớ tới, nhắc tới làm chi. Thậm chí người đó, là cha mẹ ruột, sanh thành nuôi dưỡng, từ nhỏ đến nay, bây giờ khôn lớn, có vợ có chồng, nếu như cha mẹ, lời thôi khó chịu, do tâm si khiến, mình liền từ ngay! Bạn bè thân thiết, trải qua tháng năm, quen biết rất nhiều, hy sinh giúp đỡ, thế nào chẳng nữa, thì cũng mặc kệ, vì tham danh lợi, nhứt là vì tiền, mình vẫn trở mặt, bán đứng như thường! Con trâu thực là đen, mà lại lẫn trong bóng đêm mờ tối của chuyện thị phi thế gian, cho nên con người không nhận ra nó đang ở đâu và đang làm gì.

Người phát tâm muốn tu tập, nhờ học hỏi và thâm nhập giáo lý, mới tin nơi mình có tâm thể chân thật, bất sanh bất diệt, ngoài cái xác thân tứ đại giả tạm này ra, nhưng chưa hề sống được với chân tâm đó, bởi vì chưa biết cách chăn trâu. Học trong kinh sách, như Kinh Hoa Nghiêm, chúng ta được biết, Đức Phật dạy rằng: "Nhứt thiết chúng sanh giai hữu Phật tánh", tức là: "Tất cả mọi người đều có tánh giác". Cho nên chúng ta muốn tìm, muốn hiểu muốn biết, nhưng không biết tìm kiếm "Tánh Giác" ở đâu? Người phát tâm cầu học Chánh Pháp, tìm đến các chùa, các đạo tràng, các pháp hội, để học hỏi, để tìm tòi. Càng đi tìm, càng cầu học, càng phí sức nhọc công, càng xa lìa tánh giác. Chẳng gặp Chánh Pháp, lại gặp quá nhiều những hình thức mê tín dị đoan lẫn lộn trong Phật giáo, những hình thức cúng kiến nghi lễ bày vẽ quá rườm rà, không có ghi trong kinh sách nào cả. Hoặc khi gặp phải những người không chân tu thực học, trốn tránh trần thế, mượn áo tu sĩ, nói quàng nói xiên, đem đời vào đạo, cơm gạo qua ngày, bày thi văn học, văn nghệ văn gừng, tung bùng ca hát, náo động thiền môn, đại ngôn thi sĩ, văn sĩ kiêm luôn, thầy bà địa lý, thầy tụng đám tang, thầy bùa thầy bói, coi ngày tốt xấu, cưới gả ma chay, thật thảm thương thay, những người như vậy! Nhìn lại chỉ thấy, sinh hoạt thường nhật, của ngày tháng qua, chẳng gì mới lạ! Tại sao như vậy?

Bởi vì trong cuộc sống hằng ngày, chúng ta quen chạy theo trần cảnh bên ngoài, khởi vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm liên miên, khiến cho tánh giác bị che khuất. Tánh giác chính ở ngay nơi "mình". Khởi công tìm kiếm, là khởi vọng niệm, xa lìa tánh giác. Cũng như nhiều mây đen che khuất ánh sáng mặt trời, hay mặt trăng. Chẳng hạn như khi, mắt thấy hình sắc, xinh tươi tốt đẹp, hấp nhân vừa lòng, khởi tâm ham muốn, mua sắm về nhà, chiếm đoạt sở hữu. Chẳng hạn như khi, tai nghe âm thanh, ca tụng tán dương, vừa tai hấp ý, say mê thích thú, khởi tâm đắm nhiễm, muốn được nghe tiếp. Chẳng hạn như

khi, tiếp xúc với ai, ngọt ngào tử tế, có lợi cho mình, liền khởi tâm thương, cho là người tốt, không vừa ý ai, thì khởi tâm bực, cho là người xấu.

Đây là giai đoạn, của một người tu, tại gia xuất gia, chưa biết chần trâu, tức là chưa biết, giữ gìn kèm chế, tâm niệm của mình, để tâm buông lung, nghĩ ngợi lung tung, linh tinh lang tang, chạy theo cảnh đời, tạo tội tạo nghiệp, rồi bị nghiệp dắt, vào trong lục đạo, sanh tử luân hồi, xa lìa tánh giác. Thương ghét, phải quấy, đẹp xấu, đúng sai, hơn thua, chính là vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm. Đó chính thực là con trâu, mà người tu theo Phật phải chần phải dắt, phải kèm phải chế, phải điều phải khiển, phải thuần phải phục, thúc liễm luôn luôn. Chần trâu thành công thì tánh giác hiển lộ.

2) Đến khi nghe người khác bàn chuyện "chần trâu", mình mới bắt đầu thấy dấu chân con trâu của mình, nhưng vẫn chưa thấy được nguyên hình con trâu. Tức là con người thỉnh thoảng có cảm giác mình làm việc thiện, thỉnh thoảng có cảm giác mình làm việc bất thiện, nhưng vẫn chưa phân biệt được việc nào thiện, việc nào bất thiện, vì chưa hiểu biết Chánh Pháp. Trong giai đoạn này, mình nhận biết được tâm ý của mình thay đổi liên miên, lăng xăng lộn xộn, lúc thích thế này, lúc thích thế kia. Lúc muốn giúp đỡ, người này người kia, khi muốn hãm hại, người này người khác. Lúc phát từ tâm, làm việc phước thiện, bố thí cúng dường, muốn làm người tốt, tạo được phước báu. Khi muốn sang đoạt, của cải tiền bạc, vốn liếng phần hồn, tác quyền người khác, trở thành kẻ xấu, tạo tội tạo nghiệp! Lúc muốn hùn phước, ẩn tống kinh sách, đi chùa lạy Phật, góp quỹ từ thiện, cứu trợ nạn nhân, thiên tai bão lụt, muốn làm người tốt, tạo được phước báu. Khi tính mưu kế, vu khống kiện người, đòi hỏi bồi thường, hơn ba bốn triệu, trở thành kẻ xấu, tạo tội tạo nghiệp! Lắm lúc nhiều khi, làm ăn bất chánh, gặp thời trúng mánh, giựt hui quit nợ, lường gạt sang đoạt, giả tạo thương tích, tròng tréo giấy tờ, khai gian hoàn cảnh, cờ gian bạc lận, dụ dỗ kẻ khờ, làm việc bất lương, vô được một vỏ, tiền của khá lớn. Con người sợ sệt, mang tội một mình, chắc dọa địa ngục, chịu nhiều khổ đau, bèn đem chút ít, tiền lễ cúng chùa, trút hết tội lỗi, cho các nhà sư, gánh vác thay mình, hoa quả nhang đèn, hồi lộ tượng Phật, để được tạm thời, an tâm chút chút!

Người phát tâm tu theo Phật, nương theo Chánh Pháp, hiểu biết mình có tánh giác, nhưng chỉ biết suông, chưa biết rõ ràng, một cách tường tận. Chẳng hạn như là, mới chỉ biết được, các đồ trang sức, dù là vòng xuyên, hoa tai dây chuyền, nhẫn trơn nhẫn cưới, tuy có khác nhau, về mặt hình thức, nhưng mà tất cả, đều cùng bản chất, đó là chất vàng. Cũng ý như vậy, tất cả mọi người, tuy không giống nhau, về các màu da, cũng không đồng nhau, về mặt kiến thức, cũng không hợp nhau, về các sở thích, cũng không cùng nhau, về các hình tướng, nam phụ lão ấu, nhưng mà tất cả, đều cùng bản chất, điều đó chính là: "Bản Tâm Thanh Tịnh", người nào cũng có. Chẳng hạn như, nếu không có thù oán trước đây, không có cạnh tranh nghề nghiệp, không có ganh tị đố kỵ, không có đụng chạm tự ái, không có va chạm quyền lợi, chắc chắn con người đem bản tâm thanh tịnh của mình đối xử với nhau, rất là cởi mở, rất là tốt đẹp, rất là nhân đạo. Hay nói cách khác: Bản tâm thanh tịnh của tất cả mọi người đều giống nhau, không khác, đều đồng như thể. Chỉ vì con người tạo nghiệp khác nhau, cho nên hình tướng khác nhau.

Có nhiều người trong chúng ta thường phát biểu: "Không ai chọc ghẹo, tôi hiền lắm đó!". Điều này chứng tỏ, mọi người đều thực sự hiền lành, đều sống với bản tâm thanh tịnh, với điều kiện đừng có gặp nghịch duyên, đừng có gặp việc gì trái ý. "Bản Tâm Thanh Tịnh" đó, không có hình tướng, không phải là một vật, trong kinh sách, thường được gọi là Tánh Giác, là Chơn Như, là Chơn Tâm, là Phật Tánh, là Pháp Vô Sanh, là Pháp Bất Diệt, là Pháp Bất Tử, là Pháp Tối Thượng, là Viên Giác Tánh, là Pháp Thân Huệ Mạng, là Trí Tuệ Bát Nhã, là Bản Lai Diện Mục, là Bản Tánh Sáng Suốt, là Bản Thể Chân Thật, là Bản Nguyên Chân Thật, là Con Người Chân Thật, là Con Người Bất Tử, là Kim Cang Bất Hoại, là Tịch Diệt Hiện Tiền, là Vô Sanh Pháp Nhân. Tùy theo kinh sách, tên gọi có khác nhau, nhưng đều chỉ cùng không phải là một vật, từ xưa đến giờ, từ trước đến nay. Trong Kinh Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng có dạy: "Bản Lai Vô Nhất Vật", chính là nghĩa đó vậy.

3) Sau một thời gian học hiểu Chánh Pháp nhiều hơn, đem những lời dạy của Đức Phật quán chiếu, soi xét những hành động, những lời nói, những ý nghĩ của mình, lúc đó mới hay, mình tạo quá nhiều nghiệp xấu ác, còn nghiệp thiện lành, hình như chẳng có chút nào đáng kể! Trong bóng tối của cuộc đời, nơi cuối con đường hầm, có dạng chút ánh sáng le lói, đủ soi thấy bóng dáng của con trâu. Con trâu tâm ý của mình lúc đó mới hiện nguyên hình. Đó là con trâu, đen thui đen thui, từ đầu tới đuôi. Con trâu đen thui, tượng trưng

cho những, ý nghĩ tư tưởng, ác nhơn thất đức, xấu xa độc địa, cúp điện tối đen, hắc ám mịt mờ, ti tiện nhỏ nhen, giả nhơn giả nghĩa, gian xảo điêu ngoa, đầy trong tâm địa, tất cả mọi người, ngày cũng như đêm, quanh năm suốt tháng.

Con người nhận thấy, con trâu của mình, đen thui đen thui, quá sức to lớn, cảm thấy sợ hãi, bắt đầu vùng vẫy, cố gắng giẫy giụa, tức là ra sức, biện bạch bào chữa, cho những lỗi lầm. Đôi khi lắm lúc, con người tỏ ra, ăn năn hối cải. Ví như sau khi, đọc Kinh Thủy Sám, Đức Phật chỉ dạy, một cách rành rẽ, những việc làm nào, những lời nói nào, những ý nghĩ nào, tạo tội tạo nghiệp, chúng ta mới biết, giựt mình tỉnh thức, cảm thấy tội lỗi, chất cao như núi. Cũng giống như là, "tắm gương chiếu yêu", soi thấy tâm địa, yêu ma quỷ quái, ẩn tàng bên trong, hình dáng con người, nhờ "Gương Chiếu Trâu", chúng ta nhận thấy, một cách rõ ràng, từ trước đến giờ, mình luôn luôn nghĩ, tự kỷ ám thị, thấy chuyện mình tốt, che dấu tội lỗi, đã và đang làm, bằng những chiêu bài, bằng những danh nghĩa, bằng những bình phong, bằng những mỹ từ, đao to búa lớn.

Chẳng hạn như muốn, hãm hại người nào, chỉ vì ganh tị, bèn khoác bên ngoài, các thứ chiêu bài, trừ gian diệt bạo, thể thiên hành đạo. Chẳng hạn như muốn, tiêu diệt đối thủ, cạnh tranh nghề nghiệp, bèn khoác bình phong, đấu tranh chính nghĩa, bảo vệ lẽ phải, bênh vực công lý. Chẳng hạn như vì, tham tiền tham vàng, tham lợi tham danh, sẵn sàng đấu tranh, hơn thua giành giựt, ngay cả với anh, với chị em ruột, ở trong gia đình, bất kể mẹ cha, mình cũng chẳng tha, biện bạch lý do, vì chuyện nhân nghĩa, vì vợ vì chồng, vì con vì cháu, mới làm như vậy! Đâu chẳng biết rằng, vợ chồng con cháu, sung sướng thụ hưởng, của cải giàu sang, do mình tranh giành, đoạt được đem về, còn mình thì sao, lãnh đủ nghiệp báo, đời này kiếp khác. Chúng ta nên biết: "Có vay phải trả", "Mình làm mình chịu", không ai thay được, dù là cha mẹ, dù là vợ chồng, hay là con cháu, không ai cứu được, dù có van xin, Phật Trời cứu giúp, cũng chỉ vậy thôi. Đó mới thực là, công bằng tuyệt đối.

Điều quan trọng hơn hết là chúng ta phải biết cách chần trâu. Nghĩa là chúng ta phải biết cách dùng các vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm. Đó chính là công phu tu tập theo đạo Phật, để cải thiện cuộc đời mình, để chuyển hóa những ưu tư phiền muộn, trở thành vô tư tự tại. Chẳng hạn như khi, tâm tham nổi lên, lợi mình hại người, muốn được bạc triệu, xài chơi cho sướng, nghĩ cách hại người, bất chấp thủ đoạn, chúng ta liền biết, lập tức dừng ngay, không nên tiếp tục, theo đuổi vọng tâm, vọng tưởng vọng thức, vọng niệm đó vậy, tức là chúng ta, đã dùng được nghiệp, và chuyển được nghiệp. Chẳng hạn như khi, tâm sân khởi lên, muốn hại người khác, cho đã cơn tức, cho được thỏa lòng, tự ái cao độ, muốn cho kẻ thù, chết phứt cho rồi, hoặc ít ra cũng, khốn khổ khốn kiếp, tù tội te tua, tả tơi xơ xác, tan tành hoa lá, hết đường sinh sống, bức bách khổ não, thân tàn ma dại, sự nghiệp tiêu tan, tán gia bại sản, mất hết việc làm, đói rách nghèo nàn, mới thiệt hã giận, chúng ta liền biết, lập tức dừng ngay, không nên tiếp tục, theo đuổi vọng tâm, vọng tưởng vọng thức, vọng niệm đó vậy, tức là chúng ta, đã dùng được nghiệp, và chuyển được nghiệp.

Trong giai đoạn này, người phát tâm chuyển hóa cuộc đời mình, muốn biến phiền não khổ đau thành an lạc hạnh phúc, phải biết cách chần trâu. Người không biết cách chần trâu sẽ đuổi theo vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm đó, đem ra thực hiện, tức là tiếp tục, tạo thêm nghiệp mới! Người tu tâm dưỡng tánh, biết cách chần trâu, sẽ lập tức tự quở trách: "Lại tạo nghiệp nữa rồi! Muốn đọa địa ngục sao? Hãy dừng ngay lập tức!". Chuyện này khó khăn, không phải dễ dàng, cần nhiều thời gian, mới có thể được. Khi mình cưỡng lại, sức kéo con trâu, thực là điều đứng, vất vả nhọc nhằn. Lúc gặp phải, hoàn cảnh trái ngang, kẻ chửi người mắng, hoặc khi gặp chuyện, bất bình trái ý, hãy tự nhủ thầm: Một nhin chín lành, cho nên phải nhin, nhin nhin và nhin, mới là phải đạo, mới là người hiền, mới là người tu. Lập tức vọng tâm, vọng tưởng vọng thức, vọng niệm của mình, nổi lên chống lại, xui khiến xúi giục: Tại sao phải nhin? Nhin thì nhục cự thì đục, nhin ở đằng chân, chúng lân đằng đầu, nhin hoài thì chúng, được nước làm tới, nhin hoài chúng khi, ngu ngơ khờ dại, làm tới không ngưng, chúng biết tay ông, chúng ngán tay bà, cả nhà chúng sợ!

Ồi thôi! Tâm niệm đó chính thực là con trâu, ngang tàng hoang dã, thực đã lâu đời, nông cuồng ngược xuôi, rất khó chần giữ. Ngọn hòa diệm sơn, tức là tâm sân, trong lòng mỗi người, thực là dễ sợ! Cần phải

tìm được, cây quạt ba tiêu, mới mong dập tắt, lửa sân hận ấy. Cây quạt "Ba Tiêu" là cái gì vậy? Đó chính thực là, ba điều cần diệt, theo lời phát nguyện, như trong kinh sách:

Nguyện tiêu tam chương trừ phiền não.

Nguyện đắc trí tuệ chơn minh liễu.

Phổ nguyện tội chương tất tiêu trừ.

Thế thế thường hành bồ tát đạo.

Nghĩa là muốn dứt hết khổ đau phiền não, muốn đạt được trí tuệ sáng suốt, để đời đời tu theo hạnh của chư vị bồ tát, đem lại ích lợi cho chúng sanh, chúng ta phải tiêu trừ ba chương nạn lớn của cuộc đời, đó là: Tội Chương, Nghiệp Chương và Sở Tri Chương. Do tâm tham lam sân hận si mê, chúng ta tạo không biết bao nhiêu tội lỗi, mà không hề hay biết, hoặc biết mà vẫn cố phạm. Do thói quen hằng ngày, trong mọi hành động, lời nói hay tư tưởng, chúng ta tạo nghiệp không biết bao nhiêu, mà không hề hay biết, hoặc biết mà vẫn cố phạm. Do sự hiểu biết, kiến thức ngoài đời, từ những bằng cấp địa vị, hay những hiểu biết trong đạo, người đời gặp không biết bao nhiêu là chương ngại, khó có thể thấy được đạo, càng ngày càng bị con trâu của mình dẫn dắt đi quá xa quê hương, muốn trở về cũng không còn biết lối nào nữa cả!

Người nào có duyên, thiện căn nhiều đời, được gặp Chánh Pháp, nên khi thấy được, nguyên hình con trâu, liền nhận biết mình, tạo tội tày trời, từ trước đến giờ, chắc chắn sẽ phải, đền trả nay mai, không thể chạy đâu, cho thoát nghiệp báo, giựt mình tỉnh thức, lập tức ngưng ngay, hành động bất thiện, liền chừa bỏ ngay, lời nói độc ác, liền dẹp bỏ ngay, tư tưởng lợi mình, ý nghĩ hại người! Đó là giai đoạn, chặn giữ con trâu. Chặn trâu nghĩa là: áp dụng Chánh Pháp, vào trong cuộc sống, của mình hằng ngày, dẹp trừ vọng tâm, vọng tưởng vọng thức, vọng niệm liên miên, chuyển hóa ba nghiệp, thân khẩu ý mình, bất lương bất thiện, thành ra ba nghiệp, hoàn toàn thanh tịnh. Kinh sách có câu: "Tam nghiệp hằng thanh tịnh. Đồng Phật vắng tây phương". Nghĩa là khi nào ba nghiệp thân khẩu ý thường thanh tịnh, tức là con trâu đã được chặn thuần thực, đã biến mất tiêu, chúng ta sẽ sống được trong cảnh giới tịnh độ như chư Phật mười phương.

4) Khi con trâu đã hiện nguyên hình, nếu không hạ quyết tâm chặn trâu, không chịu ra công thuần phục con trâu tâm ý của mình, người đời sẽ dễ dàng bị cám dỗ, dễ bị sa ngã, dễ bị lôi kéo đi vào con đường gian tà, ác đạo. Chuyện gì cũng dám làm, lời nói nào cũng phun ra được, ý nghĩ nào cũng dẫn tới chỗ lợi mình hại người, bất chấp thủ đoạn. Cuộc đời đau khổ, vẫn hoàn khổ đau, không sao tránh được. Trong giai đoạn này, người chặn còn yếu, con trâu còn mạnh, phải rất nhọc nhằn, lôi cổ nó lại, nhưng nó chống cự, trì chân ghì kéo, trở lại đường cũ. Tức là vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm, vẫn theo duyên trần đầy khởi đều đều. Con người cứ sống theo thói quen hằng ngày, rất khó điều phục, cho nên phải thực sự quyết tâm trì chí, không được lơ lửng, dù trong giây phút.

Chúng ta hãy chiêm nghiệm câu chuyện sau đây: Trên một chuyến xe lửa, người lái ngủ say sưa, hầu hết các hành khách, đều vui chơi ca hát, nhảy nhót múa may, quay cuồng thỏa thích, cười nói huyền thiên, khoe của khoe tài, khoe giàu khoe sang, khoe nhà khoe xe, khoe con khoe cháu, nói xấu xóm làng, châm chích chọc chọc, khoái tì tì ti, lo ăn ngủ khi, nhìn trời ngắm mây, chẳng hay biết gì. Không ai biết là, chẳng bao lâu nữa, vì không người lái, chuyến xe lửa đó, tốc độ sẵn có, sẽ trật đường rầy, lao xuống hố sâu, không còn dừng được, tất cả hành khách, mạng vong thảm tử, không sót một ai. Trong lúc hưởng thụ, mọi người sẵn sàng, tranh chấp cãi vã, tranh giành phần phải, phần hơn phần tốt, phần lợi phần thắng, về phía của mình, bà con phe nhóm, ngày này ngày khác! Đợi cho đến lúc, toa đầu xe lửa, lao xuống vực sâu, mọi người giựt mình, hoảng hồn la hét, mặt mày tái mét, lằng xằng lộn xộn, chộn rộn ngược xuôi, cầu kinh lần chuỗi, kêu Trời niệm Phật, cầu cứu thánh thần, nhưng mà tất cả, đều quá muộn màng!

Cũng vậy, tất cả mọi người chúng ta đều ở trên chuyến xe lửa định mạng của cuộc đời. Trạm cuối cùng của chuyến xe lửa định mạng, ai ai cũng biết, đó là nghĩa địa hay là lò thiêu! Thế là xong một đời! Vậy mà khi còn hít thở không khí, còn khả năng làm việc, còn nói năng và suy nghĩ, người đời không ngừng tạo

tội tạo nghiệp, vì miếng cơm manh áo, vì tự ái hơn thua, vì ganh tị đố kỵ, vì tức giận người khác, vì tâm tánh luôn luôn thích thú nhìn thấy người khác phiền não khổ đau. Tại sao vậy? Bởi vì con người thường nghĩ: Đời của mình còn dài lắm mà! Đó là những lúc, mình làm việc thiện, lẫn lộn việc ác, chuyện gì cũng dám, tạo phước cũng làm, tạo nghiệp chẳng từ! Thực ra, cuộc đời là vô thường, danh lợi là vô thường, tâm ý cũng vô thường. Vô thường nghĩa là nay còn mai mất, không tồn tại vĩnh viễn. Nhưng tâm tạo tội tạo nghiệp sẽ dẫn dắt con người vào vòng sanh tử luân hồi. Tuy nhiên, tội nghiệp cũng vô thường. Có ý chí mạnh mẽ con người có thể dừng nghiệp và chuyển nghiệp! Biết dừng nghiệp và chuyển nghiệp, chúng ta sẽ tránh được bao nhiêu hậu quả khó lường, sẽ khỏi được bao nhiêu khổ đau phiền não!

Khi thấy được con trâu, tức là chúng ta đã thấy được bao nhiêu ngày tháng trôi qua của cuộc đời mình, thực là phí phạm, tạo tội tạo nghiệp, đã quá nhiều rồi. Có rất nhiều người, bề ngoài chơn chất, có vẻ hiền lành, nhu mì nhỏ nhẹ, nói năng tử tốn, chưa hề hại ai, nhưng mà bên trong, tư tưởng nảy sanh, bao nhiêu ý nghĩ, đen tối bậy bạ, đó chính thực là con trâu cần phải chăn giữ. Người tu tâm dưỡng tánh thực sự phải biết cách chăn trâu. Có người rất ân hận, ăn năn sám hối về những đau khổ, do vô tình hoặc cố ý, mình đã gây tạo cho người khác, chỉ vì tâm tham lam, sân hận và si mê. Có người quá quần trí với mặc cảm tội lỗi, muốn kết thúc cuộc đời mình, để đền trả quả, vẫn cảm thấy cũng còn chưa đủ. Tuy nhiên, những người có chút ánh sáng trí tuệ từ Chánh Pháp, bắt đầu dành nhiều thời gian, để lo tu tâm dưỡng tánh, tìm gặp thiện hữu tri thức, thầy lành bạn tốt trong đạo, cố gắng học hỏi cách nào, để làm lợi mình lợi người, hầu trả bớt nghiệp báo đã vay, đã tạo đã gây, từ bao lâu nay. Người tu tâm dưỡng tánh bắt đầu tìm cho mình một nơi nương tựa, để mong rằng, những bước trên quãng đường đời sau này, không còn tai nạn rủi ro, không còn hồ sâu vực thẳm, hiểm trở chông gai, để chuộc lại những lỗi lầm đã tạo tác. Tâm sám hối mạnh mẽ thúc đẩy nhiều người phát tâm hành thiện, cứu người giúp đời.

Ngày xưa có người, vô minh lâu đời, che lấp chơn tánh, không được sáng suốt, cho nên lúc nào, cũng tìm mọi cách, phỉ báng đạo Phật, chê bai Chánh Pháp. Cho đến một ngày, hoát nhiên tỉnh ngộ, vì quá ân hận, bèn định cắt lưỡi, từ lâu đã nói, những lời xằng bậy, gây nên không biết, bao nhiêu tội nghiệp. May nhờ gặp lại, một vị thiền sư, vốn là anh em, tu hành lâu năm, hết lời khuyên bảo, nên dùng cái lưỡi, xưa nay phạm tội, để mà tuyên xưng, giảng giải Chánh Pháp, giúp cho nhiều người, liễu ngộ chánh đạo, hiểu biết rõ ràng, tu tâm dưỡng tánh. Như vậy mới là, phương cách tốt nhất, thực tâm sám hối, để tạo phước báu, để trả nghiệp báo, đền ơn chư Phật, ích lợi cho mình, cho muôn người khác. Thời gian về sau, người đó trở thành, một vị thiền sư, chơn tu đắc đạo, nổi tiếng khắp nơi. Trong Kinh Vị Tăng Hữu, Đức Phật có dạy: "Tâm trước nghĩ ác, như mây đen che khuất mặt trời. Tâm sau ăn năn nghĩ thiện, như đuốc sáng tiêu trừ hắc ám", chính là nghĩa đó vậy.

Tuy đã nhận được, mình thực sự có, bản tâm thanh tịnh, nhưng mà những khi, nghe nói trái tai, thấy điều gai mắt, gặp chuyện bất trắc, trong tâm liền khởi, bực tức giận hờn. Đó chính là lúc, con trâu của mình, lên cơn hung hăng. Chăn trâu nghĩa là: phải biết kềm giữ, xỏ mũi kéo lại, đừng để con trâu, dẫn mình đi đâu, tạo tội tạo nghiệp. Chúng ta luôn luôn, muốn làm người tốt, trở nên người thiện. Nhưng nếu có người, bày mưu mách nước, chỉ cách kiếm tiền, để làm giàu nhanh, kiếm được vài triệu, bất chấp thủ đoạn, lợi mình hại người, do dự giây lâu, mình liền nghe theo. Tức là chúng ta, bị con trâu lôi, tạo tội nghiệp mới, chứ còn gì nữa! Chăn trâu nghĩa là: không theo sức mạnh, sức kéo sức lôi, của tánh tham lam, sân hận si mê.

5) Trong giai đoạn này, con người đã biết cách chăn trâu, nhưng nhiều khi vẫn bị sức mạnh của con trâu kéo lôi ngược lại, có khi té lăn cù bò càng. Sau một thời gian, cố gắng nỗ lực, tu tập tinh tấn, tâm không còn điên đảo mộng tưởng nữa. Vọng tâm vọng tưởng, vọng thức vọng niệm, khởi lên liền biết, nên tự lắng xuống, thường xuyên tỉnh giác. Song vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm, cứ dấy lên đều đều. Nghĩa là con người vì lẫn lộn trong cuộc đời, bị vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm lôi cuốn, che lấp bản tâm thanh tịnh, quên mất con người chân thật của chính mình, quanh năm suốt tháng cả ngày, trong kinh sách gọi là "nghiệp thức che đậy", lúc làm người tốt, khi làm kẻ xấu, sanh tử tử sanh mãi mãi, không biết đến bao giờ mới chịu dừng nghiệp và chuyển nghiệp.

Lúc nào mình làm chủ được con trâu của mình, tức là làm chủ được thân và tâm mình. Còn khi nào công phu chưa được thuần thực lắm, chúng ta nên tránh bớt các cơ hội tiếp xúc với trần đời, gan dạ cắt đứt các duyên liên hệ bên ngoài, để tâm ý bớt giao động, để con trâu của mình không có cơ duyên nổi cơn hung

hăng dữ tợn. Trong lúc tu tập, chúng ta thường thấy, hành giả chiêm ngưỡng, ba bức tượng gỗ, hình ba con khỉ: một con bịt mắt, một con bịt tai, một con bịt miệng, chính là nghĩa đó vậy. Thấy cũng như không thấy, nghe cũng như không nghe, nói cũng như không nói. Khi tiếp xúc với cảnh trần, nhưng không ý kiến, không lập tri, không khởi tâm phân biệt, tức là không dấy khởi vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm, cũng như lúc không tiếp xúc với trần duyên vậy.

Trong Kinh Thủ Lăng Nghiêm, Đức Phật có dạy: "Tri kiến lập tri tức vô minh bốn. Tri kiến vô kiến tư tức niết bàn". Nghĩa là khi sống ở đời, chúng ta hiểu biết tất cả mọi việc, nếu dấy khởi vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm thì gặp phiền não khổ đau, đó là gốc của vô minh. Nhưng nếu không dấy khởi vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm, thì chúng ta sống được trong cảnh giới niết bàn. Nói cách khác đơn giản hơn, sống ở đời hiểu biết mọi việc, người nào nhiều chuyện, người đó tự chuốc khổ, khổ thân và khổ tâm đó vậy. Cái hạnh phúc ở chung quanh, nằm trong tầm tay, có sẵn từ lâu, nhưng mình quên lãng, không nhận thức được, chỉ vì không sống trong chánh niệm, đến nay hạnh phúc đó hiện hữu trở lại trong vòng tay, mình phải biết trân quý và giữ gìn, làm con thuyền đưa ta thoát khỏi biển sanh tử luân hồi.

Thời Đức Phật còn tại thế, có một người theo ngoại đạo, mê tín dị đoan, tìm giết cho đủ một trăm người, dâng cúng thần linh, để được thần thông, được lên thiên đàng. Anh ta đã giết chín mươi chín người, cho nên mọi người sợ hãi chạy trốn hết trơn. Túng cùng, trên đường về nhà, định giết mẹ già của mình, cho đủ số qui định, anh ta gặp Đức Phật đang đi, bèn chạy theo định giết. Anh ta hô to lên: Này sa môn kia, hãy dừng lại đi! Đức Phật vẫn thản nhiên bước đi. Anh ta đuổi theo và hô to lên thêm hai lần nữa. Đức Phật từ tốn nói: "Nhu Lai đã dừng từ lâu, chỉ có ông chưa chịu dừng mà thôi. Nhu Lai đã dừng tạo nghiệp từ lâu, cho nên được tự tại an lạc. Nếu chịu dừng lại như vậy, ông cũng sẽ được cảnh giới niết bàn không khác". Do tâm lòng đại từ đại bi, đại hỷ đại xả, Đức Phật đã cảm hóa được người ngoại đạo mê tín kia, quay về chánh đạo, tu tập tinh tấn, đắc đạo giải thoát. Đó là đại đức Angulimala.

Có người suy nghĩ, mình đã "lỡ" tạo, quá nhiều tội nghiệp, ăn năn sám hối, cũng chỉ bằng thừa, cũng chỉ vậy thôi, chỉ bằng tiếp tục, làm ác như vậy, đến ngày tàn đời. Có người thường nghĩ: Chiếc áo trắng tinh, dính một vết dơ, ai ai cũng thấy. Chiếc áo quá dơ, dính thêm một vết, cũng chẳng khác gì! Họ thường nghĩ rằng: "Chết đi là hết", không ai biết được, mình đã làm gì, tại sao không chịu, hưởng thụ cho sướng, cả cuộc đời này? Họ không biết rằng, sau khi chết đi, họ chỉ bỏ lại, cái thân tứ đại, còn các nghiệp báo, lành dữ đã tạo, không thể bỏ lại, sẽ đi theo họ, như hình với bóng. Dù muôn kiếp sau, họ vẫn phải trả, nặng nề hơn nhiều.

Thí dụ như những, người mãn tù ra, vẫn còn tiếp tục, gây tội tạo nghiệp, bằng cách trả thù, người đã hại mình, thưa gửi kiện tụng. Thí dụ như những, người có thân nhân, tới lúc phải trả, nghiệp báo đã vay, từ nhiều kiếp trước, hưởng hết phước báo, mạng vong thâm tử, trong các tai nạn, người đời chẳng biết, thức tỉnh ăn năn, sám hối nghiệp chướng, làm thiện tạo phước, để ngừa nạn sau, lại đi dựng chuyện, lòng tham sai khiến, kiện người đòi tiền, gây thêm tội nghiệp, làm khổ chúng sanh! Như vậy tức là, người đời đang mê, chưa chịu thức tỉnh, chưa chịu chấn trau, chưa chịu kèm chế, vọng tâm vọng tưởng, vọng thức vọng niệm.

Nói một cách khác: người đời đang bị, con trâu lôi kéo, đi trên con đường, u mê tà vạy, xa lìa chánh đạo, đem lại khổ đau, nhiều đời nhiều kiếp. Nếu người đời có, thân nhân thâm tử, theo Kinh Địa Tạng, và Kinh Dược Sư, chúng ta nên vì họ, làm nhiều điều phước thiện, cứu người và giúp đời, đem tài sản của họ, bố thí và cúng dường, để hồi hướng cho họ, chứ không nên tạo tội tạo nghiệp thêm cho họ, và cho chính mình.

6) Bắt đầu giai đoạn này chúng ta cảm thấy được phần nào kết quả của việc chấn trau. Con trâu được trắng trẻo đôi phần. Tức là con người đã biết hướng về việc thiện nhiều hơn, biết quên mình vì người nhiều hơn, tâm tham lam ích kỷ, tật đố sân hận, si mê mờ tối, giảm bớt đi nhiều. Con người làm chủ được hành động, làm chủ được lời nói, làm chủ được ý nghĩ, tức là con người làm chủ được con trâu của mình, đã chấn dất con trâu theo đúng con đường mình mong muốn. Trong kinh sách, con đường đó được gọi là "Bát Chánh Đạo", người đó được gọi là "Hành Giả", tức là người đang đi trên đường tu tập hành trì. Đó là người thực sự biết tu tâm dưỡng tánh.

Trên bước đường tu tâm dưỡng tánh, việc trước hết là xả bỏ tâm tham danh tham lợi, tránh làm các việc ác, các điều bất lương bất thiện. Những sự tương bên ngoài như đi chùa, tụng kinh, niệm Phật, bố thí, cúng dường, ấn tống kinh sách, trích huyết tả kinh, giúp đỡ người già, kiếm nhà cho trẻ, giới thiệu việc làm, là những điều hết sức cần thiết, trên bước đường tu tập, để tạo phước báu, nhưng như vậy thôi thì chưa đủ. Tại sao vậy? Bởi vì người đời thường làm những việc trên với tâm niệm muốn được phước báu, muốn được khen thưởng, muốn người biết đến, muốn được trả ơn, muốn lên thiên đàng, muốn về cực lạc. Những tâm niệm như vậy chính là vọng tâm tạp niệm, chính là con trâu đen thui đen thui vậy. Tu theo đạo Phật là phải giác ngộ và giải thoát, tức là chuyển hóa con trâu đen thành con trâu trắng. Còn có chữ "muốn" là còn bị trói buộc, dù là muốn về cực lạc, muốn lên thiên đàng! Khi còn muốn như vậy, chúng ta dễ bị dụ dỗ, dễ bị gạt gẫm, dễ bị mù quáng, dễ đi sai đường, lầm đường lạc nẻo, lạc vào ngoại đạo, rơi vào tà giáo, lúc nào không hay.

Hành giả tu tập, tận tâm tận tình, tận sức tận lực, mới mong nhận được, bản tâm thanh tịnh. Tuy nhận ra rồi, nhưng mà vẫn còn, chợt hiện chợt ẩn. Hành giả quyết tâm, ngưng việc làm tạo tội, làm việc thiện tạo phước. Cho nên lúc này, con trâu của mình, chỗ đen chỗ trắng. Mặt trời trí tuệ, lúc sáng lúc mờ, vì vẫn còn bị mây đen che khuất. Con thuyền bát nhã, còn phải vượt qua, nhiều con sóng gió, bát phong của đời, chưa đến bến bờ, một cách bình yên. Tâm của chúng ta, cũng vậy chẳng khác, vừa mới an ổn, vui tươi thoải mái, bỗng dưng có người, đến nói khó nghe, hoặc cũng như là, con cái cãi lộn, không biết nghe lời, chỉ dạy của mình, hay là vợ chồng, bất đồng ý kiến, về một vấn đề, vọng tâm vọng tưởng, vọng thức vọng niệm, liền dậy khởi lên. Con trâu của mình, lại nổi cơn lên, phải thực khéo lắm, mới điều phục được. Kéo dài lâu lắm, tâm của chúng ta, mới dịu trở lại. Nhưng chẳng bao lâu, chuyện khác xảy đến, con trâu của mình, lại lồng lộn lên.

Bởi vậy cho nên, chúng ta mới thấy: "Ai bảo chăn trâu không khó? Chăn trâu chẳng sướng lắm đâu!" . Trong giai đoạn này, theo trâu thì dễ, chăn trâu khó lắm, khó lắm khó lắm, thiên nan vạn nan. Tuy nhiên, chúng ta nên biết, trong sách có câu: "Vô ma khảo bất thành đại đạo" hoặc "Nhân bất phong sương vị lão tài". Nghĩa là trên bước đường tu tập, hành giả cần gặp những ma chướng, những nghịch duyên, những thử thách, những bát phong, những sương gió, mới chứng tỏ ý chí mạnh mẽ, kiên tâm trì chí, bỏ đề tâm kiên cố, mới trở thành người tài ba lão luyện, mới đạt được đạo cả chí thượng. Bàn về chuyện dễ hay khó, Thiền sư Linh Chiếu, con gái của Ngài Cư Sĩ Bàng Long Uẩn, có dạy: "Dã bất nan, dã bất dị, cơ lai khiết phạm, khốn lai thù". Nghĩa là: Chẳng có khó, cũng chẳng dễ, đói đến ăn cơm, mệt ngủ khò. Thực là đơn giản! Vậy mà ít người chú tâm chú ý thực hành! Tu tập tinh tấn đạt được kết quả hay không, đa phần do mình có quyết tâm mạnh mẽ hay không, một phần cũng do có phước duyên, gặp được minh sư chỉ dạy, gặp thiện hữu tri thức hướng dẫn.

7) Chúng ta còn sống trên đời, khi sáu căn tiếp xúc với sáu trần, vọng tâm vọng tưởng, vọng thức vọng niệm, vẫn còn khởi lên. Ý nghĩ này vừa dậy lên, tạp niệm khác liền tiếp theo. Tuy nhiên, chúng ta đã biết cách chăn trâu, nghĩa là luôn luôn sống trong tỉnh giác tỉnh thức, sống trong chánh niệm. Nhờ công phu tu tập lâu ngày, con trâu tạm thuần, mỗi khi niệm khởi lên, chúng ta liền nhận biết ngay, không theo. Trong Kinh Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng có dạy: "Đừng sợ niệm khởi. Chỉ sợ giác chậm", chính là nghĩa đó vậy. Vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm, do đó sẽ lặng đi. Đó là công phu tu tập đã sâu, sức mạnh của con trâu đã giảm, tức là sức cuồng loạn của tâm ý không còn.

Đây mới chính là ý nghĩa thiết yếu của việc tu tâm dưỡng tánh theo đạo Phật: Trong tâm khởi niệm, nếu giác kịp thời, liền biết không theo, đó là chơn tâm. Trong tâm khởi niệm, nếu còn mê muội, không giác kịp thời, liền theo niệm đó, trở thành vọng tâm. Cũng ví như là: Khi có gió thổi, mặt biển nổi sóng, gọi là biển động. Khi có gió thổi, mặt biển vẫn bình yên, đó là biển thái bình, hay bản tâm thanh tịnh. Tu theo đạo Phật, không phải chỉ có, cúng kiến lễ lạy, van xin cầu nguyện, không còn gì khác.

Sau khi hành giả chăn dắt một thời gian, con trâu thuần phục được tới đâu, hành giả khỏe tới đó. Tu tập dụng công tới đây đã được nhẹ nhàng, bớt phần nhọc nhằn. Con trâu không còn đi húc càn, dẫm đạp lúa mạ của người. Con trâu của mình đã ngoan ngoãn. Đến đây, hành giả không còn bị con trâu dẫn dắt, lôi kéo, nên đã dừng nghiệp và chuyển nghiệp, không còn tạo nghiệp mới nữa. Thí dụ như trong gia đình, có chuyện bất bình, tâm ý không còn khởi niệm, bực tức giận hờn, một cách dễ dàng như trước. Thí dụ như

khi đang làm việc, hoặc khi đang chạy xe trên đường phố, gặp chuyện bất như ý, gặp cảnh bức bối, tâm ý vẫn không khởi niệm nào, dù là khởi ý niệm tốt, như là tự nhủ rằng, thi ân bất cầu báo, chẳng hạn. "Không khởi niệm nghĩ thiện, không khởi niệm nghĩ ác, bản lai diện mục hiện tiền". Đó chính là lời dạy của Lục Tổ Huệ Năng, giúp Thượng Tọa Huệ Minh khai ngộ, nhận được Chơn Tâm Phật Tánh, được ghi trong Kinh Pháp Bảo Đàn.

Lợi ích thiết thực trước mắt của pháp môn chăn trâu, là chúng ta ngày ăn được ngon, tối ngủ được yên, không còn thấy ác mộng. Tại sao vậy? Bởi vì con trâu đã ngoan ngoãn, theo sự chăn dắt của mình, nên cũng ngủ yên rồi! Ban ngày tâm trí loạn động, ban đêm nhứt định có ác mộng. Ban ngày tâm trí bình tĩnh thân nhiên tự tại, ban đêm nhứt định có giấc ngủ an lành. Những người nào đã, chăn được con trâu, tánh tình trở nên, vui vẻ cởi mở, hiền hòa tươi tắn, dễ thương dễ chịu, hòa hợp với mọi người, thích ứng với mọi cảnh, nhẫn chịu với mọi thời, hài lòng với mọi việc, không hay khiêu nại, không thích nhiều chuyện, không muốn tranh đua, không chịu hơn thua, không tranh cãi vã. Do đó cuộc sống đương nhiên an lạc và hạnh phúc. Trong kinh sách, Chư Tổ có dạy: "Nội cần khắc niệm chi công. Ngoại hoằng bất tranh chi đức". Nghĩa là bên trong khắc chế tâm niệm lăng xăng lộn xộn, tức là luôn luôn chăn trâu, gọi là công phu tu tập, bên ngoài hành trì đức độ của người không tranh cãi. Đó là những việc phải làm của người chân tu thực học.

Những chuyện cũ từ năm xưa năm xưa, nếu có hiện trở lại trong tâm trí, mà chúng ta không theo, đừng lại kịp thời, không tiếp tục nhớ nghĩ đến nữa, thì nó sẽ lặn đi, lâu ngày cũng sẽ quên luôn! Kho tàng tâm thức sẽ dần dần vơi đi, cho đến khi hoàn toàn trống trơn. Tâm trí sẽ dần dần nhẹ nhàng, khinh an. Cái gì mình còn nhớ, lập đi lập lại nhiều lần, thì sẽ nhớ dai, nhớ kỹ nhớ rõ, nhớ từng chi tiết. Thí dụ như một bản nhạc quen thuộc hiện lên trong tâm trí, nếu mình ư ử ca theo, mình sẽ nhớ dai suốt đời. Chẳng hạn như có người bụng bảo dạ rằng: "Thù người truyền kiếp, năm mươi năm sau, trả thù không muộn. Sống để dạ chết mang theo". Thực là dễ sợ! Con người như vậy sẽ bị con trâu của mình lôi kéo tạo tội tạo nghiệp, từ chết tới bị thương mà thôi.

Đến giai đoạn này, do công phu tu tập đem lại nhiều ích lợi cho thế gian, hành giả được xưng tụng tán thán, có thể khởi tâm ngã mạn, gặp ngay chướng ngại trên đường tu. Hành giả tự cảm thấy công phu tu tập của mình khá quá, ít người đạt được như mình, khởi tâm thích làm thầy thiên hạ, tự xưng sơn tăng, tự xưng trang chủ, bắt đầu kệt danh lợi trên đường tu. Trường hợp của Ngài Ngộ Đạt Quốc Sư ngày trước là một thí dụ điển hình. Trong Kinh Di Giáo, Đức Phật có dạy: "Chứng chủng hý luận kỳ tâm tắc loạn. Nhược đắc định giả tâm tắc bất tán". Nghĩa là người nào chứa chấp quá nhiều chuyện thị phi, tranh đua hơn thua, tâm ý của người đó tức nhiên loạn động. Còn người nào chăn dắt được con trâu của mình, tức là khắc chế được tâm niệm của mình, người đó đạt được cảnh giới thiền định, dù là sơ thiền, nhị thiền tam thiền, hay được tứ thiền, tâm ý không còn tán loạn nữa.

8) Sau một thời gian lâu hay mau, dài hay ngắn, tùy theo căn cơ, trình độ, hoàn cảnh, khả năng của mỗi người, hành giả quyết tâm chăn trâu, quyết chí tu dưỡng, tận tâm tận tình, tận sức tận lực, chuyển hóa tâm tánh của chính mình, nhứt định thuần phục được con trâu tâm ý của mình. Lúc đó hành giả, hoàn toàn tự tại, giải thoát phiền não, khổ đau cuộc đời, không còn hay bị, cảnh trần kích động, lôi cuốn quyến rũ, chi phối tác động. Hành giả luôn luôn, hướng về những việc, ích lợi mọi người, lời nói đạo đức, êm dịu hòa nhã, ý nghĩ hiền hậu, tư tưởng hòa vui, từ bi hỷ xả, thêm bạn bớt thù, có đủ khả năng, đem đạo vào đời, làm sáng thêm đạo, tạo đời an vui, xoa dịu nỗi khổ, làm cho mát lòng, của nhiều người khác, ví như cam lồ, của Đức Quán Âm, rưới khắp thế gian, tắm mát tâm hồn, đang bị nhiệt nã. Đó là những bậc, chân tu thực học, thiện hữu tri thức, có thể giúp đỡ, những người hữu duyên, trên đường tu tập, hoặc chuyển hóa được, tâm niệm những người, sống ở chung quanh, bất luận người thân, hay là kẻ thù.

Tu tập đến đây, lúc nào cần suy nghĩ thì suy nghĩ, lúc nào cần làm việc thì làm việc, mọi lúc khác thì trống không lặng lẽ, vô tâm vô niệm. Tu tập càng tiến, tâm trí càng thanh thoi nhẹ nhàng, thấy người nào cũng có điểm tốt để mình noi theo, thấy cảnh vật nào chung quanh cũng vui tươi đẹp đẽ hơn. Người chưa tu hay mới bắt đầu phát tâm tu, tâm trí còn cuồng loạn, vì chứa chấp quá nhiều chuyện tranh chấp, có chấp chấp chặt, chấp nê phiền não, cho nên cảm thấy cảnh vật nào chung quanh cũng buồn bã chán chường, cảm thấy người nào cũng xấu xa đê tiện, phiền toái bức mình, đâm ra cau có, quạu quọ nhăn nhó. Nhưng khéo biết

điều phục, biết cách chần trâu, một thời gian sau, tâm trí an lạc, cảm nhận hạnh phúc, cảm thấy mọi người, dễ mến dễ thương, cảnh vật tươi sáng, không gian đẹp đẽ. Do đó, chúng ta nên biết tu tâm dưỡng tánh chính là chuyển đổi tâm tánh trở nên thanh tịnh tốt đẹp, chứ không phải chuyển đổi cảnh vật bên ngoài. Bởi vậy cho nên, trong sách có câu:

Tâm buồn cảnh được vui sao.

Tâm an dù cảnh ngộ nào cũng an.

Giai đoạn này là lúc hành giả đã biết dừng nghiệp và chuyển nghiệp. Mắt trông thấy sắc rồi thôi, không còn lưu giữ bất cứ hình sắc nào trong kho tàng tâm thức, dù đẹp dù xấu, dù dễ thương dù thấy ghét. Tai nghe thấy tiếng, nghe rồi thì không, không giận không hờn, không yêu không hận. Trong lòng, trong tâm thức, không khởi lên bất cứ một niệm nào, khởi lên là liền biết, không theo, niệm đó sẽ lặn đi. Không theo có nghĩa là: không để cho con trâu dẫn dắt mình đi tạo nghiệp! Đến đây, hành giả nhận ra rằng, hạnh phúc của mọi người trên thế gian cũng là hạnh phúc của mình. Tâm địa bỏ tất, tấm lòng vị tha, vì người quên mình, của hành giả tăng trưởng. Hành giả mang đạo vào đời, làm sáng đẹp cho đời, mà không bị đời làm ô nhiễm. Hành giả thanh thản, thanh thoi, thoi thới, nhẹ nhàng bước ra khỏi cảnh trầm luân, sanh tử luân hồi. Trong kinh sách, có bài kệ như sau:

Mắt trông thấy sắc rồi thôi

Tai nghe thấy tiếng nghe rồi thì không

Tơ tơ lẳng lẳng cõi lòng

Nhẹ nhàng ta bước khỏi vòng trầm luân.

Tánh giác của con người hiển lộ nơi sáu căn, đó là: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Khi sáu căn tiếp xúc với sáu trần: sắc, thanh, hương, vị, xúc và pháp, mà không sanh khởi vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm gì cả, là lúc con người sống được với bản tâm thanh tịnh của mình. Chẳng hạn như có người đến chửi mắng nhục mạ, tức là lỗ tai tiếp xúc với tiếng chửi mắng, mà mình vẫn bình tĩnh thản nhiên, tức là âm thanh khó nghe đó không làm cho mình nổi sân, không làm cho mình phát khởi vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm gì cả. Nói một cách khác: Dù gặp bát phong, dù gió thổi đến, mặt biển bản tâm thanh tịnh không hề gợn sóng, dù nhỏ dù lớn. Lúc đó công phu tu tập thuần thục lắm rồi.

9) Khi tâm địa, hay tâm thức của hành giả, hoàn toàn không tịch, trống rỗng lẳng lẽ, lẳng lẳng thanh tịnh, không còn chứa chấp những vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm nào cả, thì trí tuệ bát nhã tự bùng sáng. Tâm được thanh tịnh thì cảnh vật cũng thanh tịnh, chúng sanh chung quanh cũng được bình yên. Trong Kinh Tịnh Danh và Kinh Tâm Địa Quán, Đức Phật có dạy: "Tâm tịnh thì độ tịnh" và "Tâm địa bình thì thế giới bình", chính là nghĩa đó vậy. Những vọng tâm vọng tưởng, vọng thức vọng niệm, đều đã dứt sạch. Không còn tham, không còn sân, không còn si. Tu tập đến đây, hành giả đạt được "cảnh giới bất nhị", tức là không còn kẹt hai bên, không còn thị phi, không còn phải quấy, không còn tranh chấp, không còn hơn thua, không còn tạo tội, không còn tạo nghiệp, không còn cố chấp. Trong kinh sách còn gọi đó là cảnh giới "vô tâm vô niệm". Như Đức Phật đã dạy trong Bát Nhã Tâm Kinh, lúc đó hành giả sống được an lạc tự tại, vô quái ngại, vô hữu khủng bố, viễn ly điên đảo mộng tưởng, đạt được cứu kính niết bàn. Tổ sư Thiền Phái Trúc Lâm, Ngài Điều Ngự Giác Hoàng, tức là Hoàng Đế Trần Nhân Tông, có dạy: "Đối cảnh vô tâm mặc vận thiền". Nghĩa là: Đối trước mọi cảnh trần, không khởi bất cứ tâm niệm gì, gọi là vô tâm, tức là hành giả đang sống trong cảnh giới thiền định, không cần hỏi, khởi cần nghĩ.

Một căn phòng tối tối ngàn đời, nhưng chỉ cần bật điện một cái, hay đem vào một ngọn đèn, thì liền sáng tỏ ngay, đâu cần đợi ngàn năm sau nữa, mới chịu sáng lại. Cũng vậy, khi hành giả chịu mỗi ngọn đuốc trí tuệ của mình với ngọn đuốc Chánh Pháp của chư Phật, thì ngọn đuốc trí tuệ của mình cũng bùng sáng lên ngay. Giây phút bùng sáng đó, trong thiền tông, gọi là ngộ đạo. Cũng như mây đen tan biến hết, tức là

phiền não tan biến hết, tâm thức trống rỗng lặng lẽ, thì mặt trời trí tuệ bát nhã tự chiếu sáng. Thiền sư Bá Trượng Hoài Hải có dạy: "Tâm địa nhược không, tuệ nhật tự chiếu", chính là nghĩa đó vậy.

Trong Kinh Di Giáo, Đức Phật có dạy: "Chế tâm nhưt xứ, vô sự bất biện". Nghĩa là khi cột giữ được con trâu ở một chỗ, bằng cách tụng kinh, niệm Phật, thiền quán, qua sự hiểu biết Chánh Pháp, tâm trí hành giả bình tĩnh thân nhiên, không còn chuyện gì để cãi vã nữa, để tranh chấp nữa, cho nên không có sự việc gì hành giả không biện luận một cách thông suốt. Điều này giải thích cho chúng ta biết rằng, không có vị Phật nào không biết thuyết pháp độ sanh. Trong Kinh Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng có dạy: "Tâm thông thì thuyết thông", chính là nghĩa đó vậy. Hành giả nào thực tâm tu học, tâm trí thông suốt, đạt được đến đâu, thuyết giảng đến đó, làm lợi chúng sanh. Ví như trước có học hành, sau đó mới có thể làm thầy chỉ dạy người khác.

Hành giả đạt đến giai đoạn này, tâm địa mở rộng đồng nhưt bản thể với vạn pháp, thấy mình và mọi loài chúng sanh không khác, trí tuệ bát nhã càng phát triển, thế giới Phật càng mở rộng, đó là thế giới của yêu thương, hòa hợp, cảm thông, an vui, lợi lạc, giác ngộ và giải thoát. Hành giả cảm thông được nỗi khổ của chúng sanh. Hành giả cảm thông được tâm bệnh của chúng sanh. Cho nên lúc nào tâm từ tâm bi của hành giả cũng hướng về khắp chúng sanh mọi loài sống chung quanh. Tu tập đến đây, bất cứ hành động nào, bất cứ lời nói nào, bất cứ ý nghĩ nào của hành giả, cũng phát xuất từ bản tâm thanh tịnh, bản tánh sáng suốt, cho nên đem lại thực nhiều ích lợi cho thế gian, được mọi người chung quanh ngưỡng mộ, kính phục, quý y, nương tựa, bởi vì cảm thấy mát dịu khi gần gũi, cảm thấy yên tâm khi quan hệ, cảm thấy ích lợi khi câu học.

10) Khi đạt được cảnh giới trên, hành giả đã thực sự bước đến gần quả vị Phật, nghĩa là tâm của hành giả cũng gần như là tâm Phật. Hành giả đã thanh thoi lắm rồi, nhưng còn một công rào cuối cùng mới xong việc. Có sách thiền gọi đó là mặt hạ lao quan. Tại sao vậy? Bởi vì tới đây, hành giả chưa quên được công phu tu tập của mình. Nghĩa là con trâu đã biến mất, nhưng người chăn vẫn còn. Hành giả đã mặc được áo nhẵn nhụi của Như Lai, hành giả đã vào được nhà từ bi của Như Lai, nhưng chưa hoàn toàn an vị trên tòa pháp không của Như Lai, như Đức Phật đã dạy trong Kinh Diệu Pháp Liên Hoa. Trong truyện Tây Du Ký, tác giả diễn tả giai đoạn này bằng hình ảnh của Ngải Pháp Sư Tam Tạng có thể bỏ hết của cải vật chất, địa vị trên thế gian, cái gì cũng bỏ hết, để ra đi tìm đạo. Nhưng khi đến được đất Phật rồi, Ngải vẫn không chịu đưa cho vị giữ tàng kinh các, cái áo cà sa và bình bát bằng vàng, do nhà vua ban thưởng, tượng trưng cho công phu tu tập từ trước đến nay, cho nên cũng chẳng thỉnh được kinh sách giá trị, chưa đọc được kinh vô tự, ví như vẫn chưa được quả vị Phật.

Trong thiền tông, giai đoạn này được ví như con trâu trắng đã chui lọt qua lỗ kim, nhưng vẫn còn kẹt lại sợi lông đuôi, chính là nghĩa đó vậy. Hành giả đạt được cảnh giới này, tâm không vướng bụi trần, an nhiên tự tại trước mọi bất phong, bình tĩnh thân nhiên trước sóng gió của cuộc đời, đứng vững trước những thăng trầm của thế sự. Tâm lượng đại từ, đại bi, đại hỷ, đại xả đã ba-la-mật. Nếu hành giả vượt qua được đầu sào trăm trọng, hay vượt qua được vùng nước chết, trong sách thiền gọi đó là vùng tử thủy, khi ấy mới được gọi là VIÊN GIÁC, tức là giác ngộ một cách viên mãn, một cách hoàn toàn, một cách trọn vẹn đó vậy. Đến lúc này, trâu đã mất từ lâu và bây giờ người chăn cũng không còn. Cảnh giới này được diễn tả bằng một vòng tròn trống rỗng, không thêm một chữ, không nói một lời. Trong kinh sách có câu: "Đạo bản vô ngôn thuyết" hoặc "Ngữ ngôn đạo đoạn". Nghĩa là nguồn gốc của đạo vốn không có lời nào có thể diễn đạt được, tâm được thanh tịnh tức khắc khai ngộ, mở lời nói năng thì không còn thấy đạo nữa rồi, tất cả chỉ là phương tiện, hoặc là hý luận mà thôi!

Lý đạo đạt được chỗ ngã pháp đều không, hoàn toàn thanh tịnh, hoàn toàn không tịch, hoàn toàn sáng suốt. Trước đây, khi phát tâm bồ đề, hành giả đọc tụng và phát nguyện: "Chúng sanh vô biên thế nguyên độ". Đến đây, sau một thời gian dài tu tâm dưỡng tánh, hành giả đạt được cảnh giới: "Chúng sanh vô biên đều độ xong". Nghĩa là trong tâm thức không còn chứa chấp bất cứ một chúng sanh nào, tức là không còn khởi lên bất cứ một niệm nào nữa cả, mỗi niệm có bóng dáng của chúng sanh. Trong lịch sử Đức Phật Thích Ca, ngay đêm trước khi Ngài chứng đạo, tất cả những niệm từ kho tàng tâm thức của Ngài hiện lên đầy đủ, từ công chúa Gia Du Đà La cho đến thiên ma ba tuần, quỷ vương ba cõi, tất cả đều được Ngài độ hết, xong Ngài thành đạo vô thượng chánh đẳng chánh giác.

Pháp môn chẵn trâu thường được minh họa thành nhiều bộ tranh khác nhau tùy theo tông phái, mỗi bộ gồm 10 bức, nên được gọi là "Thập Mục Ngưu Đồ", tức là 10 bức tranh chẵn trâu. Cũng giống như chuyện, người xưa khuyên bảo, nên làm mỗi đêm, trước khi đi ngủ, kiểm điểm việc làm, lời nói ý nghĩ, của mình trong ngày, bằng cách dùng cái hủ, bỏ vào một hột đậu trắng, tượng trưng cho một hành động tốt, một lời nói khéo, hay một ý nghĩ thiện, và bỏ vào một hột đậu đen, tượng trưng cho một hành động xấu, một lời nói thô, hay một ý nghĩ bất thiện. Thoạt đầu, thường ai cũng thấy trong cái hủ của mình, có nhiều đậu đen hơn đậu trắng. Nếu khởi công tu sửa, phát nguyện tu tâm dưỡng tánh, một thời gian sau, trong hủ có nhiều đậu trắng hơn đậu đen. Cho đến lúc không còn có đậu đen trong hủ, cũng là lúc khởi căn đậu đen hay đậu trắng nữa.

Chính đó là lúc "Tâm Cảnh Nhất Như", con người trở nên toàn chân toàn thiện toàn mỹ, nghĩa là người trâu đều mất, dứt hết cả hai. Tu đến chỗ rốt ráo, các bức tranh chẵn trâu cũng không cần. Ví như sau khi đã qua sông, đả bỏ bè, lên được bến bờ bên kia, tức là bờ giác ngộ, hành giả buông lái bỏ thuyền. Không ai lên bờ rồi, còn vác theo chiếc thuyền hay chiếc bè trên vai làm chi cho nhọc nhằn. Cũng như hết bệnh thì ngưng thuốc, thuốc chỉ cần khi chữa bệnh mà thôi. Sau khi giặt sạch chiếc áo rồi, cũng phải xả bỏ hết xà bông, dính trên chiếc áo đó. Trong Kinh Kim Cang, Đức Phật có dạy: "Pháp thượng ưng xả hà huống phi pháp!", chính là nghĩa đó vậy. Khi đã đạt được bản tâm thanh tịnh, bản tánh sáng suốt, hành giả đâu còn chấp chặt cái công phu tu tập làm chi nữa.

Trong Kinh Di Giáo, Đức Phật có dạy: "Sau khi Như Lai nhập diệt, người nào sống chuyên cần, tinh tấn, tinh giác, chánh niệm, từ khước mọi tham ái thế gian, luôn luôn phát triển thiền định, xem chính mình như hải đảo của mình, là chỗ nương tựa của mình, không tìm nơi nương tựa ở đâu khác, bên ngoài chính mình, người ấy sẽ bước ra khỏi con đường phiêu bạt vô định của đời sống và chấm dứt sự phiền não khổ đau". Nghĩa là con người phải luôn luôn giữ gìn tâm niệm, phát triển thiền định, tức là phải chẵn trâu, không cho xâm phạm lúa mạ của người, phải tự mình cố gắng thoát ra khỏi sanh tử luân hồi, bằng công phu tu tập của mình, chứ cầu nguyện van xin, hay lệ thuộc vào người khác tu giúp mình, thì không có hiệu quả gì cả, làm sao giác ngộ và giải thoát được?

Tụng kinh, niệm Phật, ngồi thiền, chính là những phương tiện giúp chúng ta chẵn trâu tốt nhất, bởi vì khi đó thân thanh tịnh do ngồi ngay ngắn yên một chỗ, khẩu thanh tịnh do im lặng hoặc nhờ tụng lời Phật, nhớ nghĩ Chư Phật, ý cũng thanh tịnh do tập trung vào kinh kệ, không tạp niệm. Tuy nhiên, pháp môn chẵn trâu không cần thời khắc biểu, cũng không cần tràng hạt, không cần chuông mõ, không cần tọa cụ, không cần tại gia hay tại chùa. Bất cứ lúc nào, bất cứ nơi nào, bất cứ hoàn cảnh nào, chúng ta đều có thể áp dụng pháp môn chẵn trâu, để tự tạo dựng cho mình và cho những người chung quanh, một cuộc sống an lạc và hạnh phúc, một cách tích cực, không van xin cầu khẩn. Nếu chúng ta không biết cách chẵn trâu, cứ để con trâu của mình đi húc càn, từ làng trên đến xóm dưới, sẽ gây tai họa, gây thương tích cho không biết bao nhiêu người quen biết chung quanh. Chẳng hạn như trong một buổi họp mặt, người nào không biết cách chẵn trâu, sẽ phê phán bình phẩm, chê trách chỉ trích, phỉ báng chế nhạo, từ người thân cho đến kẻ thù, từ người quen biết nhiều đến kẻ chưa hề quen biết, từ vị nguyên thủ chí đến thứ dân, từ quan quyền trường giả cho đến bần dân thiên hạ! Ôi thôi, một con trâu đen chạy húc lung tung, còn đáng sợ thay, nếu cả một bầy trâu đen điên cuồng tụ tập, thì không biết hậu quả sẽ như thế nào?

Chẳng hạn như khi rảnh rỗi ngồi không, chẳng có làm việc gì, người không biết cách chẵn trâu, sẽ để tâm trí nghĩ ngợi lung tung linh tinh lang tang, có khi chợt nhớ lại chuyện xưa tự thuở nào, đâm ra bực tức bất an, thực là tai hại vô cùng. Tai hại hơn nữa nếu chúng ta cứ tiếp tục theo đuổi dòng tư tưởng đó, tức là con trâu sẽ dẫn dắt chúng ta đến chỗ tạo tội tạo nghiệp. Thử nghĩ với tâm ý lăng xăng lộn xộn như vậy, với vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm, tạp nham như vậy, chúng ta có thể sống trong cảnh giới niết bàn, cảnh giới cực lạc, với các bậc thượng thiện như được chăng? Chúng ta thường có tập khí nghĩ xấu về người khác, chưa bao giờ biết đến cảnh giới niết bàn, cho nên thường nằm mơ thấy toàn ác mộng. Khi không có duyên trần, thì tâm trí bình yên. Khi gặp trần duyên, thì tâm trí loạn động. Việc huân tu như vậy chưa gọi là thuần thực.

Tâm ý của con người ví như tượng Phật bằng vàng ròng, vô cùng trong sạch, vô cùng quý báu, nhưng vì chôn dấu lâu năm, cho nên bị bao phủ bởi quá nhiều lớp cát bụi dơ bẩn cứng nhắc. Chúng ta phải ra công cạo gọt, mài giũa, sửa chữa, tu bổ, bồi đắp, một cách tận tâm tận tình, tận sức tận lực. Cạo được phần nào bụi đất, tượng Phật hiển lộ phần sáng đẹp tương ứng. Cũng như dẹp được bớt phần nào phiền não, con người tìm thấy phần an lạc tương ứng, trong cuộc sống hằng ngày. Một thời gian sau, cho đến một ngày, tượng Phật bằng vàng ròng trở lại nguyên trạng, sáng chói rực rỡ. Trong Kinh Thủ Lăng Nghiêm, Đức Phật có dạy: "Sanh diệt ký diệt, tịch diệt hiện tiền". Nghĩa là khi phiền não hoàn toàn dứt sạch, các pháp sanh diệt lặn hết, thì Phật tánh tịch diệt hiển lộ toàn vẹn. Đó là lúc con người đạt được mục đích cứu kính của đạo Phật, sống trong an lạc và hạnh phúc, bởi vì đã giác ngộ và giải thoát.

* * *

Tóm lại, Pháp Môn Chấn Trâu giúp người tu tâm dưỡng tánh tiến từ thấp lên cao, thấy rõ khả năng và bước tiến của mình, không bị lầm lạc. Và biết rõ ràng rằng: tu tập là trước khổ sau vui, còn ham vui không chịu tu tập là trước vui sau khổ, cho nên nỗ lực khắc phục những khó khăn bước đầu, để tiến đến chỗ thành tựu viên mãn. Chúng ta hãy cùng nhau hát lên: "Ai bảo chấn trâu là khổ? Chấn trâu sướng lắm chứ!". Chúng ta đã hiểu biết pháp môn chấn trâu và quyết tâm chấn dắt con trâu của mình trong từng giây phút hằng ngày, không lơ là, không giải đãi, không lười biếng, không tự ti, không tự tôn, không sợ sệt, không ngã mạn.

Trong Kinh Di Giáo, Đức Phật có dạy: "Tu hành ví như chấn trâu, cầm roi canh chừng, luôn luôn kiểm soát, không cho nó xâm phạm lúa mạ của người". Chúng ta là những người Phật Tử, hay không phải là Phật Tử, đều muốn có một cuộc sống an lạc và hạnh phúc, ngay trên thế gian này, cho nên phải biết áp dụng pháp môn chấn trâu. Bất cứ ai cũng có thể áp dụng pháp môn chấn trâu một cách tích cực, trong mọi hoàn cảnh, trong mọi tình huống, trong cuộc sống hằng ngày. Chẳng hạn như khi đang làm việc, đang học hành, hay đang ăn uống, chúng ta chỉ nên biết tập trung tư tưởng vào việc làm, vào việc học, hay ăn uống, không nghĩ ngợi mong lung, không nhớ nghĩ lung tung, không lăng xăng lộn xộn.

Ngoài ra, bất cứ khi nào, tư tưởng bắt đầu nghĩ quanh nghĩ quẩn, chúng ta biết ngay là con trâu đang xông chạy, bèn chấn giữ ngay, không chạy theo nó, bị nó lôi kéo, dẫn mình đi rong, có khi đến chỗ, tạo tội tạo nghiệp. Tức là chúng ta tích cực chấn trâu trong mọi hoàn cảnh, nhứt là trong những lúc rảnh rỗi nghỉ ngơi, không có lúc nào lơ là, lơ hổng, lơ lửng, không có lúc nào phí phạm thời gian. Do đó cuộc sống có ý nghĩa hơn, tận dụng mọi thì giờ để chấn trâu, không còn phải tìm cách giết thì giờ trống trải dư thừa, bằng những cuộc vui giả tạm của thế gian. Tập trung được tư tưởng, không lo ra, không nghĩ bậy, tức nhiên năng suất làm việc cao hơn, kết quả tốt hơn.

Chẳng hạn như khi đang ngồi nghỉ ngơi, không nghĩ ngợi, hay đang nằm dưỡng sức, trước khi làm việc, hãy để tâm trí bình yên, trống rỗng, lặng lẽ, tịch tịnh, không vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm. Chỉ cần thiền định như vậy trong vài mươi phút, chúng ta sẽ thấy thân và tâm đều được thoải mái, khinh an, nhẹ nhàng, khỏe khoắn, tức nhiên năng suất làm việc chắc chắn sẽ cao hơn, kết quả tốt hơn. Chẳng hạn như khi bị kẹt xe trên đường phố, hay đang ngồi chờ đợi ai, chờ đợi việc gì, đừng phí thì giờ một cách vô ích, chúng ta cũng có thể áp dụng pháp môn chấn trâu, để giữ tâm trí được bình tĩnh thản nhiên, an vui tự tại, không bồn chồn lo lắng, không nóng nảy giận hờn, không thấp thỏm phấp phồng, không lo âu sợ sệt, không ưu tư lo nghĩ, không hơn thua phải quấy, không nhơn ngã thị phi. Lúc đi ngoài đường, có khởi niệm bất thiện hay niệm ác nào, lập tức chặn ngay, đừng dẫn con trâu điên đó về đến nhà mình. Được như vậy, gia đạo chúng ta bình yên, không ai trong gia đình bị trâu điên, từ bên ngoài vào, húc càn bừa bãi. Chúng ta nên biết, sở dĩ Đức Phật luôn luôn giữ trên khuôn mặt nụ cười siêu thoát, bởi vì thân tâm của Ngài đều thực sự giải thoát. Do đó, những người dù có tâm địa ác độc, đến với Đức Phật, cũng trở thành hiền thiện.

Trong Kinh A Di Đà, Đức Phật có dạy: "Người nào lúc sanh thời đạt được nhứt tâm bất loạn, khi lâm chung tâm không điên đảo, tức thời được chư Phật cùng chư thánh chúng rước về tây phương cực lạc quốc". Nhứt tâm bất loạn hay tâm không điên đảo có nghĩa là tâm trí không còn lăng xăng lộn xộn. Vọng tâm, vọng tưởng, vọng thức, vọng niệm không còn nữa. Lúc ấy tâm thể người đó đồng với tâm thể chư Phật mười phương, nên kinh sách gọi là được vãng sanh tây phương cực lạc quốc đó vậy. Trong kinh sách

có câu: "Năng lễ sở lễ tánh không tịch", tức là: "Phật và chúng sanh tánh thường rỗng lặng", chính là nghĩa đó vậy.

Chúng ta thử tìm hiểu câu chuyện sau đây: Có người đến hỏi Thiền sư Tùng Thâm Triệu Châu: Con chó có Phật tánh không? Ngài đáp: KHÔNG! Người đó hỏi lại: Đức Phật dạy trong kinh sách, mọi chúng sanh đều có Phật tánh, tại sao con chó lại không có? Ngài đáp: Bởi vì "Nghiệp Thức Che Đậy!". Có người khác đến hỏi: Con chó có Phật tánh không? Lần này Ngài đáp: CÓ! Người đó hỏi lại: Phật tánh là tánh giác sáng suốt, tại sao không chọn nơi sung sướng tốt đẹp đầu thai, lại chọn cái đầy da lông lá lù xù, chui vào đó để làm con chó? Ngài đáp: Bởi vì "Biết Mà Cố Phạm!". Trong Kinh Tịnh Danh, Đức Phật có dạy: "Mặt trời mặt trăng vẫn thường sáng tỏ, tại sao người mù lại chẳng thấy? Cũng vậy, chúng sanh vì nghiệp thức che đậy, biết mà cố phạm, cho nên chẳng thấy thế giới Như Lai thanh tịnh trang nghiêm, chẳng nhận ra bản tâm thanh tịnh thường hằng!" chính là nghĩa đó vậy.

Vậy từ bây giờ trở đi, chúng ta xin phát nguyện, mỗi khi nhận thấy con trâu của mình, bắt đầu chạy lung tung, dẫn dắt mình tạo tội tạo nghiệp, hãy tự nhắc nhở: "Thôi, chăn trâu đi!". Và nên nhớ đừng bao giờ hỏi người khác: "Chăn trâu đến đâu rồi?". Tại sao vậy? Bởi vì khi đó, biết đâu con trâu của người đã trắng trẻo mịn màng, hoặc đã biến mất từ lâu lắm rồi, chỉ còn con trâu của mình sắp sửa húc người khác rồi đó vậy! "Thôi! Chăn trâu đi! Nhiều chuyện mà chi!"

Cư-sĩ Chính-Trực (Toronto-Canada)