

Thiền

TRẦN ĐẠO TỬ (CA)

Anh Diệp muốn tôi viết một bài về "THIÊN". Xin, quý Ai-hữu cũng hiểu "Thiền-Định" của đạo Phật rất khó hiểu cũng như đạo Phật rất cao siêu, nếu muốn hiểu theo cách đọc sách thì cả một rừng sách, vào rồi không biết ngả ra.

Thầy Lê-Si-Ngạc đã lập ở Virginia một Thiền đường. Vậy xin tóm lược vài trang để hiểu sơ sơ những phần chính yếu là thực tập, công phu đều đặn mỗi hiểu một phần nào, tuy theo căn cơ của đường-sử.

Muốn hiểu "Thiền" bắt đầu ở đâu. Xin nhắc đến sử của Phật-Giáo, từ Đức Thích-Ca cũng chưa đủ, phải nhớ đến Ấn-Độ Giáo có trước Đức Phật. Đức Phật lúc còn tại thế cũng dựa vào một phần của Ấn-Độ Giáo để giảng dạy. Theo Ấn-Độ Giáo nói, nguyên thủy của loài người là người Aryens, bộ lạc đã sống chung, biết tổ-chức, nên theo tôi hiểu, có thể họ cũng để lại nhiều bia khắc. Khi Đức Phật ngồi 40 ngày ở gốc cây bồ-đề, đó là "Thiền", mới thuyết pháp được "TỨ-DIỆU-ĐẾ" và "BÁT-CHANH-ĐẠO".

Tứ-Diệu-Đế là Khổ, Tập, Diệt, Đạo. Trong "Tập", có Bát-Chanh-Đạo (Thầy biết, Lời nói, Sinh nhai, Ý-dinh, Tư-tưởng, Hành-động, Cố gắng và Sang suốt; tất cả 8 con đường chánh).

- Cố gắng chân chính là cố gắng để chiến thắng những tập quán xấu xa hiện có và tránh đừng tập những nét xấu mới, để khuếch trưởng và gieo lành sự an lành trong Tâm và Trí.
- Ý-Dinh chân chính là chú ý hay nhớ nghĩ những sự thật ở đời, tức là tính cách vô thường, khổ, không, của tất cả trạng thái sinh tồn. Đó là giai đoạn giữ Tâm minh-mẫn luôn luôn, để chế ngự tất cả hành động, ngôn-ngữ và tư-tưởng.
- Sang suốt hay Tuệ là định tâm vào hướng Đạo Đức để giữ cho tư-tưởng, cố gắng và sự chú ý được luôn luôn được chọn chánh.

Theo Pháp lý, ba cái chánh Cố gắng, Chú ý và Định tâm thuộc phần "Thiền-Định".

Xin nhắc lại cho rõ là tư-tưởng chân chánh nghĩa là tâm trạng trong sạch, hoàn toàn không có tham, sân, si (tham-lam, thù oán và ác độc) để hướng về neo thoát-ly thế-tục, Tử-bi và Hy-xá (Tủ vô lương tâm).

Theo giáo-ly Phật pháp, đời sống thật sự chỉ là một dòng điện tiến của những hiện-tượng vật-chất (sắc) và tinh-thần (Tâm), vô-tận. Năm Uẩn là Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức. Không thể nào là một cái "Ngã" chân thật được và không cái "Ngã" nào ngoài năm uẩn. Vậy cái "Ngã" không khác hơn là một huyền-tượng.

Ai cũng biết những tế-bào của "Ngã" hay là Ta, nó chết để những chỗ cho những tế-bào khác sanh, cho nên toàn thể con người hoàn toàn đổi mới, từ đứa trẻ sơ-sinh đến một thanh niên rồi đến một thân thể của người già. Đó là một vật luôn luôn thay đổi, tiến hóa về mặt vật chất, tư-tưởng, lo nghĩ hay hiểu biết. Ở giây phút này, xảy ra một cảm giác sung sướng, ở giây phút khác lại sanh ra một cảm giác đau khổ. Vậy chúng sanh là một "nhân-vật", tự nó không có gì là chân thật thường còn và độc-lập. Bởi vậy trên nghĩa tuyệt đối, không có chúng sanh nào hết, mà chỉ có những phối hợp luôn thay đổi của những vật chất và tinh thần.

Giống điện tiến thay đổi tạo ra một sanh diệt liên miên, vô cùng, vô tận. Đó là cảnh sanh tử luân hồi của thế-giới.

Không thể hiểu "Thiền" nếu không hiểu biết trọn vẹn của "vô ngã", cái "vô tướng" của mọi tồn tại hữu-yi.

Theo sử chép Đức Phật thuyết pháp có đến gần 50 năm, nhưng không có ai chép liên, đến sau 300 năm khi Đức Phật tịch mới có vua A-Dục mới hội tất cả Sử, có lối 3000 vị để chép lại lời dạy của Ngài.

Sau vài trăm năm có một vua nữa (tôi quên mất) mới hội lần thứ hai cũng lối 3000 vị sử để sắp xếp lời dạy của Đức Phật thành kinh, luật và vi dụ.

Những lúc ấy đã có hai phái: Đại-Thừa và Tiểu-Thừa.

Tiểu-Thừa thì đi tu theo lối gò bó, chỉ biết tu theo lối Phật dạy; còn Đại-Thừa thì tu cởi mở hơn, cho phép cái cách, nhân-cử-si tại gia, cho nên phái Đại-Thừa có vi Ty-Ni Dalu khi qua bên Trung Quốc để giảng dạy đạo Phật. Sau này tu phái Đại-Thừa bên Tàu gọi vị sư Huệ Năng qua miền Bắc Việt để giảng dạy, rồi truyền lân đến Quang Nam, Tuy-Hòa (tích chùa Một Cột).

Theo tôi hiểu thì chắc cái địa-thể của Việt-Nam nằm trên đường đi của tàu buôn từ Ấn-Đô qua Trung-Quốc nên dân người Lạc-Việt phải có một tánh tình đặc biệt, như nghi kỵ lẫn nhau, nội xuyên-ta lẫn nhau v... v... nên chỉ có Ngải Huệ Năng hiểu các tánh ấy của người Lạc-Việt nên không thể giảng dạy Phật Pháp như bên Trung-Quốc. Tổ Huệ Năng chỉ dạy về giáo-lý, chỗ không dạy về thân thông hay phần thâu như bên Tàu theo phái Mật Pháp, nên bên Việt-Nam không chấp nhận Mật Pháp nhưng có nhận về Tổ Bồ-Đề Đạt Ma; vì vậy trước khi tịch muốn về lại Ấn-Đô, đã đi như bay, trên cây gậy chỉ còn mọc một chiếc đep và nhiều sự tích khác của Ngải.

Những vị tu-sĩ lúc bấy giờ chỉ lo tu-hành và thuyết pháp, không bàn về chánh trị, chỉ khi nào có vua, hay chúa nào muốn hỏi ý kiến thì vị tu-sĩ chỉ dùng lời tư-bí để giảng giải.

Theo lời thuyết pháp thì cũng lấy một đoạn kinh, đọc rồi giảng rộng ra, như các mục-sù bên Mỹ hiện nay, chỗ không phải như trình một luận-án ở đại-học; khi trình luận-án phải có đề tài được vị giáo-sù đó dấu chấp thuận rồi trình bày có dân chúng đến giải đáp phải mạch lạc, không được ra ngoài đề, Bên thuyết pháp, khi có ai muốn hỏi điều gì thì tùy theo căn-cỏ hay hiểu biết của người ấy để trả lời, có khi phải giảng rộng ra để người ấy mới hiểu được.

Đức Như Lai cũng có giảng đến 60000 môn phái sẽ được đặt ra sau này, Ngải tịch. Vậy nói môn phái Thiên-Định cũng đã được nhiều quốc-gia, như Ấn-Đô có các ông YOGI, Trung-Quốc có các ông Thiên-Sù, Nhật có các ông ZEN, bên Âu Mỹ có môn Meditation. Tuy rằng có vài điều khác nhau giữa môn phái, nhưng chung qui cũng cùng một đường tu luyện để đi đến giải thoát, khỏi phải luân hồi. Vậy "Thiền" là cách tu luyện theo đường tắt, như lên núi, lên thẳng không đi quanh co, vòng tròn để lên đỉnh núi. Và khi truyền tử cá nhân này qua cá nhân khác, chỉ giảng trực-giác Tâm qua Tâm.

Chính tôi đây cũng tu học hỏi về thực hành "Thiền" theo trực giác Tâm qua Tâm. Ông truyền cho tôi, ông chỉ nói ông là người đi trước, không nhận là thầy, chỉ dạy tôi cách niệm Phật.

Nam là lửa, Mô là không khí, A là nước, Di là phát triển, Đa là màu vàng và Phật là linh cảm (3 lần).

Nam Mô tây phương cực lạc quan thế Âm Bồ Tát.

Nam Mô tông Hoa giáo-chủ Di-Lạc chứng minh cho đề-tử là tu hành đặc đạo (hai câu liên tục, 2 lần).

Phép soi hồn :

Để tâm cho được yên tĩnh, vì lúc cần tiếp xúc với lục trần, khiến cho ngũ uẩn : sắc, thọ, tưởng, hành, thức chuyển động, nên phải rỗng rang, luồn cò lên, hai tai bít lại, mắt nhắm lại để hình sắc khỏi về bản thể.

Pháp luận thượng chuyển :

Sự hô-hấp rất quan trọng cho bản-thể, nhưng khi biết cách tập luyện thì chẳng những để dưỡng khí thanh lọc máu, mà cả bộ phận tim, gan, ruột, phổi, mật được nhồi đều hòa, thì lục giác sẽ được phát triển.

Xin các bạn hãy đọc đoạn này :

"Này Ty-Khưu ! Khi đi vào rừng, hãy cúi dưới bóng cây lớn, hay vào một căn nhà êm lặng, ngồi xếp bằng, thân mình thẳng thắn, mắt ngo thẳng, hít hời và thở ra chậm chậm, Trì theo dõi " ta hít vào chậm chậm, đẩy bụng tung lên bộ đầu; rồi thở ra chậm chậm, Trì cũng theo dõi " ta thở ra chậm chậm " ". Đó là lời Phật Như Lai dạy.

Phấn Định Thân :

Là tập trung tứ tưởng nơi mô ác. Xa đuổi những ý nghĩ vẩn vơ trong đầu. Tứ tưởng để trống không. Nếu hành giả cố gắng thì vài ba tuần sẽ thành công.

Những Phật Như Lai dạy : "Thiền-Định sẽ đem Ty-Khưu đến đó vô ngã, Tri Tuệ sáng suốt, biết tận cùng tất cả mọi việc, kể cả Niết Bàn, nhưng không nên lấy đó làm sự thành công của giải-thoát." Vậy phải cố gắng thực hành 5 Đạo, còn lại là sinh nhai, hành động, tứ-tưởng và lời nói phải chân chánh mới có thể đi đến giải thoát, khỏi luân hồi.

Cách xa Thiền, các vị cũng hiểu, chỉ xoa hai bàn tay và vuốt từ dưới lên trên ở mắt, tay chân để huyết-mạch chạy lại cho điều.

Pháp vô-vi Phật Pháp của tôi theo học thực hành từ năm 1970 đến nay, đều đặn, khởi đầu từ 11 giờ tối, tức giờ Tý, mắt quay về phía Nam. Tất cả bốn đoạn tư niệm

Phật, soi hồn, pháp luân và Định, tức là Công Phu trong vòng từ 30 phút đến 1 giờ đồng hồ. Đến nay, như Đức Phật Như Lai đã dạy, tôi đã hiểu biết vô ngã, Tri tuệ được sáng suốt, từ cái sợ hãi, vui buồn được giải để dạng hơn người thường, không dám nói là từ tại.

Muôn nơi đến nghiên cứu theo cách khoa học thì ở gần San Francisco có viện nghiên cứu Palo Alto và viện Long Beach L.A; trong phòng thí nghiệm, họ đã và đang chứng tỏ rằng trong óc của con người là một lỗ nguyên-tử, theo tôi hiểu khi xem trên truyền hình ngày 19 tháng 3 năm 1980, đài số 11 tại Los Ang. (có kèm theo chương trình). Các nhà khoa học cũng xác nhận rằng "Trời" là Đại-Linh-Thể có 2 phần: Tĩnh và Động (Âm, Dương). Phần "Tĩnh" là ung dung, từ tại, bất biến; phần "Động", thì thúc đẩy sự tiến-hóa của vũ-trụ. Các vật thể, tinh thần của con người là sự phát huy của "Động", nhưng con người có tri-tuệ để có thể tự tìm đường để trở về phần "Tĩnh" để thoát cảnh luân hồi: con người cùng chung một gốc vũ-trụ; định mệnh của con người đều tự mình làm ra. Khi đầu thai, tinh lực các tính từ đưa nhập hồn (Tĩnh) nhập vào gia-định nào có nhiều động tĩnh.

Bên Sô-Viêt, họ đã chụp hình được linh-hồn của các sinh vật khi lia xạ chết. Họ lấy infra-rouge, theo cách lúc quân-đội Mỹ, khi tìm kiếm V.C. trong rừng lúc ban đêm, máy nhòm gắn trên M.16, hay theo những máy infra-rouge hiện nay dùng để chụp hình ban đêm, không dùng flash, chói mắt.

Nghiên cứu chỉ một phần hiểu biết để trợ giúp cho "Thiên". Hiểu biết chỉ một trong Bát-Chánh-Đạo.

Tôi theo học với Ông đã truyền Pháp cho tôi, người Tàu lại, sau thời cuộc 75, nên bị tống xuất khỏi Viet-Nam, hiện nay ở Canada, địa-chỉ: Ông Lương-Si-Hang, 2565 Nantel Street, #6. Brossard P.Q. G 4 Y1R 8; Canada.

Nếu quý vị thắc mắc điều gì, xin hỏi Ông ấy.

Có Ông Hồ-Văn-Em chép lại những lời dạy của Ông trong cuốn "Tối tâm đạo". Chỉ Ông-Si-Khiêm có thể còn vài ba cuốn.

Những danh từ, ngôn ngữ trên đây chỉ để diễn tả cách tu Thiên, khi qua vô-vi thì những lời nói, tiếng động, màu sắc không còn, chỉ còn ý nghĩ là đủ rồi.

Viết dài dài, xin ngưng bút nói đây và chúc quý ai-hữu cho tôi tin tức về phần tu-hành trong vài ba tháng.

Xin chào toàn-thể quý ai-hữu.

LTAHCC TÀU

Một ban gởi đến chúng tôi LTAHCC "TÀU". Xin sở-lược hình thức và nội dung LT này như sau:

TÊN: Chinese Engineers & Scientists Association of Southern California.

Newsletter February 1980

(A non political & scientific society registered in the state of California)

HÌNH THỨC: Có 30 trang, đánh máy thừa rình rảnh, 20 trang Anh văn, 10 trang chữ Tàu.

NỘI DUNG:

- Là chủ của Ông Chu-tịch: báo là năm 1979 là năm rất là thành công với các dinner meeting với các Kỹ-sư Trung-cộng và Đại-loan.
- Mỗi họp hằng năm với số có mặt của một giáo-sư vật-lý; có nhạc và nhảy xẩm (\$15.00 một người).
- Liệt kê các technical dinners từ April 1979 đến 1980 về:

- Solar energy
- The four modernisation of China
- Second trip to China
- Recent development on aeronautic and astronautic in China (Không biết nội dung ra sao)

- Liệt kê thay đổi địa chỉ: 20 người (theo tỷ lệ của Ai-hữu CCVN thì cứ 3 tháng có 10% anh em đổi địa chỉ, thì số hội-viên chắc cũng lên đến trên 200 người).
- Chương trình đi du ngoạn Hồng-kông, Trung-cộng, về máy bay ăn ở.....
- Một chuyên về Trung-cộng (Hết).