

ĐẠI ĐẠO TAM KỲ PHỔ ĐỘ
TÒA THÁNH TÂY NINH

SỰ SỐNG & GIẢI THOÁT
CHỈ TÌM ĐƯỢC TRONG
HIỆN TẠI

ĐÃ TRUNG TỬ

Sưu Tập

TƯ LIỆU TU HỌC-LƯU HÀNH NỘI BỘ
2008

Ebook được làm theo ẤN-BẢN phổ biến trên Website của **DAOCAODAI.INFO**. Mọi góp ý, đề nghị bổ túc, sửa đổi những sơ sót, có thể có, xin vui lòng gửi điện thư vào địa chỉ: *tamnguyen351@live.com*

Thành thật tri ơn **SOẠN GIẢ DẠ TRUNG TỬ, BAN PHỤ TRÁCH PHỔ BIẾN KINH SÁCH WEBSITE DAOCAODAI.INFO** đã bỏ nhiều tâm-huyết và công sức trong việc sưu tập, biên khảo, đánh máy, in ấn hay phổ biến trên Website ngỗ hầu **GIÁO-LÝ ĐẠI-ĐẠO** được phổ truyền rộng rãi, lưu lại di-sản tinh-thần vô-giá cho thế-hệ hiện tại và nhiều thế-hệ tiếp nối mai sau.

California, 15/03/2013

Tâm Nguyên

ĐẠO-LÝ THỰC-HÀNH

SỰ SỐNG & GIẢI THOÁT
CHỈ TÌM ĐƯỢC TRONG
HIỆN TẠI
DÃ TRUNG TỬ SƯU-TẬP
2008

TƯ LIỆU TU HỌC LƯU HÀNH NỘI BỘ

MỤC LỤC

❖ SỰ SỐNG & GIẢI THOÁT CHỈ TÌM ĐƯỢC TRONG HIỆN TẠI	9
▪ TIỂU DẪN	13
▪ HÃY SỐNG VỚI HIỆN TẠI	15
▪ CỤ THỂ HÓA NHỮNG HOẠT ĐỘNG TRONG SỰ SỐNG VỚI HIỆN TẠI	17
▪ HÃY TÌM SỰ GIẢI THOÁT TRONG HIỆN TẠI	21
▪ KẾT LUẬN	25



TÒA-THÁNH TÂY-NINH

SỰ SỐNG & GIẢI THOÁT CHỈ TÌM ĐƯỢC TRONG HIỆN TẠI

- **Tiểu Dẫn**
- **Hãy Sống Với Hiện Tại**
- **Cụ Thể Hoá Những Hoạt Động Trong Sự Sống Với Hiện Tại**
- **Hãy Tìm Sự Giải Thoát Trong Hiện Tại**
- **Kết Luận**

Lời Đức Chí-Tôn:

*“... Thầy tức là các Con,
Các Con tức là Thầy...”*

TNHT/ Q1/ Tr.8

TIỂU DẪN

TÂM LÝ con người ưa hồi tưởng về quá khứ, hay mơ màng đến tương lai, ít ai chịu sống với hiện tại. Nhiều người còn cho hiện tại chỉ là tấn bi kịch sống, nên luôn tìm cách né tránh và ẩn núp vào quá khứ hoặc vị lai...

Tuy nhiên, quá khứ đã qua rồi, còn tương lai thì chưa đến – và hy vọng ở tương lai cũng có thể chẳng bao giờ đến. Cả hai đều là ảo ảnh, là hư vô... Một cái đã thoát khỏi ta. Một cái ta mong đến, nhưng chưa chắc đã đến. Hầu hết chúng ta đều đặt cuộc sống trên hai chiếc phao nổi ấy – là hai bèo ảnh. Còn hiện tại lại để thoát khỏi tầm tay của mình, hoặc cố tình trốn tránh, vì nhiều người cho rằng “*nó quá phũ phàng...*”.

Một cuộc sống điều hòa ở nội tâm không thể đạt ở quá khứ và tương lai, mà chỉ có thể đạt được tại giao điểm của nó là “*hiện tại*”, tức là ở chỗ hiện giờ, ngay tại cái không gian và thời gian ta đang tiếp xúc với hít thở, ăn uống, hoạt động, tu học, đến nghỉ ngơi, vui chơi giải trí... là những sự kiện liên quan đến sự sống, nó chỉ xuất hiện trong hiện tại, nếu để nó qua đi thì không bao giờ tìm thấy được nữa. Nếu chúng được giao điểm “*hiện tại*” ấy, là không thấy có quá khứ và tương lai, sống và chết, thời gian và không gian. Chính tại cái hiện tại ấy chúng ta mới tìm được sự giải thoát, vì đau khổ chỉ diễn ra trong

hiện tại thì sự giải thoát đau khổ cũng phải tự tìm ra để giải quyết trong hiện tại.

HÃY SỐNG VỚI HIỆN TẠI

PHẬT NGÔN:

“Quá khứ đã qua, tương lai chưa tới, sự sống chỉ có thể được tiếp xúc trong giây phút hiện tại”

KINH BHADDEKAATTA

NGƯỜI ĐẠO muốn có một cuộc sống an lạc, thì hãy dành số thì giờ hiện tại cho sự sống, tu học và giải thoát. Muốn được vậy thì chúng ta chỉ cần tập trung tâm ý vào từng hoạt động trong hiện tại. Đức Phật cho rằng: *“Sự sống chỉ có mặt trong hiện tại, nên tâm ý con người phải luôn an trú trong giây phút hiện tại”*.

Điều này Chúa Jesus cũng khuyên rằng: *“Đừng lo lắng về ngày mai, ngày mai cứ để ngày mai lo. Ngày nào có cái khổ của ngày đó.”*

Không phải các Ngài khuyên chúng ta không lo nghĩ đến tương lai, vì kế hoạch hướng tới tương lai thì chúng ta cứ dự tính, nhưng đừng để tương lai chi phối hiện tại. Nếu tâm ý người tu không tập trung sống với hiện tại, thì số thì giờ thường nhật chỉ mới có trên lý thuyết, coi như ta chỉ tồn tại cái xác thân, chứ tâm ý không hiện hữu trong giây phút ta đang sống, coi như ta đang sống với quá khứ hoặc tương lai, tức là không lưu tâm gì đến hiện tại, do đó ta chưa hòa nhập được với Đạo.

CỤ THỂ HÓA NHỮNG HOẠT ĐỘNG TRONG SỰ SỐNG VỚI HIỆN TẠI

LỜI CHÚA JESUS:

“Đừng lo lắng về ngày mai, ngày mai cứ để ngày mai lo. Ngày nào có cái khổ của ngày ấy”.

(MAT.6: 34)

TRONG PHƯƠNG Luyện tập thân thể Đức Hộ Pháp Phạm Công Tắc có dạy: *“Phải tập suy nghĩ cho chơn chánh”*. Chơn chánh đây ngoài ý nghĩa không suy nghĩ đến việc vạ tà, mà còn có nghĩa làm việc gì cũng phải đem hết chánh tâm thành ý tập trung đến việc đó, đừng để tâm ý tản mát đến việc khác. Phật giáo gọi là *“Chánh niệm”*, làm như vậy là để chúng ta thực sự sống với hiện tại, tức là làm cho:

“Thân thể mình đây tùy tùng phù hợp với Đạo tâm”

(LỜI ĐỨC HỘ PHÁP – PHƯƠNG TU ĐẠI ĐẠO)

Nhiều triết gia đã khuyên chúng ta hãy trân trọng những gì chúng ta đã có trong hiện tại, bởi vì trong hiện tại chúng ta chỉ cần mở mắt, lắng tai là chúng ta nghe thấy, tiếp nhận tất cả sự nhiệm mầu của sự sống. Đó là thời gian ta làm chủ được ta, từ hít thở đến ăn uống, nghỉ ngơi, cho đến những công việc phục vụ cho đời sống. Nên cái gì hiện có trong tâm tay chúng ta là những cái quý giá nhất,

những người mà ta đang tiếp xúc là những nhân vật quan trọng nhất, vì họ có thể trực tiếp giúp ta, hay ta giúp họ, những việc làm của chúng ta trong hiện tại là những việc khẩn thiết nhất, kể cả những việc giúp người khác hiểu Đạo, để có được cuộc sống an vui và hạnh phúc thực sự, cũng là việc làm thiết thực nhất. Bởi vì để những cơ hội hiện tại qua đi, làm sao biết được ngày mai ta sẽ làm được việc gì, vì không ai có thể tiên lượng ngày mai sẽ ra sao, nếu chúng ta không quan tâm trọn vẹn vào những cơ hội đến với ta ngày hôm nay. Có nghĩa là những gì chúng ta có thể làm được ngày hôm nay thì không nên để đến ngày mai.

Chúng ta hãy làm như chiếc tàu thủy, cứ đóng chặt từng phòng cách biệt nhau, nhờ một phòng nào thủng ngập nước, cũng không bị chìm, làm hủy diệt cả sự sống của con tàu. Có nghĩa là giữa quá khứ, hiện tại và tương lai chúng ta hãy đóng chặt đờng cho tương thông với nhau. Như vậy hiện tại của chúng ta không hề bị ảnh hưởng, dù quá khứ có đen tối bao nhiêu đi nữa, cũng không phương hại gì đến hiện tại.

Sự “*tập trung tư tưởng vào từng sinh hoạt trong ngày hôm nay*”, ngôn ngữ nhà Phật gọi là “*thân tâm an trú trong hiện tại*”. Đức Thế Tôn còn giảng dạy thêm vấn đề này rằng:

“Đừng tìm về quá khứ, đừng tưởng tới tương lai.

Quá khứ đã không còn, tương lai thì chưa tới.

Hãy quán chiếu sự sống, trong giờ phút hiện tại.

Kẻ thức giả an trú, vững chãi và thanh thoi.

Phải tinh tiến hôm nay, kéo ngày mai không kịp.

Cái chết đến bất ngờ, không thể nào mặc cả.

*Người nào biết an trú, đêm ngày trong chánh niệm,
Thì Mâu ni gọi là: Người Biết Sống Một Mình”.*

*(BHADDEKARATTA SUTTA. MAJJHIMA NIKAYA –
KINH NGƯỜI BIẾT SỐNG MỘT MÌNH – BẢN DỊCH
CỦA THIỀN SƯ THÍCH NHẤT HẠNH).*

HÃY TÌM SỰ GIẢI THOÁT TRONG HIỆN TẠI

HÃY TÌM SỰ GIẢI THOÁT TRONG HIỆN TẠI

«Sự giải thoát không nằm ở ngày mai mà cũng không có ở ngày hôm qua. Tôi dám quyết rằng chỉ có hiện tại, hiện tại ngay bây giờ đây, mới chứa đựng tất cả sự vật.»

(KRISHNAMURTI)

HỒI NGƯỜI trong chúng ta đều quan niệm cuộc sống diễn ra trên một giòng thời gian gồm có quá khứ, hiện tại và vị lai. Ta đã sanh ra: đó là quá khứ. Ngày mai kể cả khi ta sẽ chết đi: đó là vị lai. Giữa hai giới hạn ấy là “hiện tại” nhiều người bi quan còn cho đó chỉ là tấn bi kịch sống...

Krishnamurti dạy rằng cuộc sống chẳng phải diễn ra liên lạc trong thời gian, mà diễn ra tròn đây, tuyệt đối trong hiện tại. Chỉ có hiện tại mới là thực tại: “*Sự giải thoát không nằm ở ngày mai mà cũng không có ở ngày qua. Tôi dám quyết rằng chỉ có hiện tại, hiện tại ngay bây giờ đây, mới chứa đựng tất cả sự vật*”.

Muốn giải thoát đừng trông cậy vào tương lai, vì tương lai thì kéo dài mãi không bao giờ cùng, còn hiện tại thì nằm ngay ở đây, nơi gặp nhau giữa quá khứ và tương lai, nghĩa là ở chỗ hiện giờ... Hiểu được vậy là vượt qua tất cả định luật, tất cả giới hạn, là thoát khỏi nghiệp báo và luân hồi. Những thứ ấy, dầu là sự kiện thật đi nữa, vẫn

mất hết giá trị, vì con người đã thường trụ rồi ở vĩnh cửu.

Muốn sống cái ngay hiện giờ ấy – cái chân cừu ấy – chúng ta phải xa lìa tất cả những gì thuộc ngày hôm qua và cả mai sau. Tất cả những thần tượng xa vời, những tín ngưỡng cực đoan, những lý thuyết quá khích... tất cả phải mất đi, và chúng ta phải sống – như đóa hoa tỏa khắp hương thơm cho thiên hạ – tập trung hẳn vào cái hiện giờ đây, nó không phải là ngày qua hoặc mai sau, nó không xa cũng không gần. Cái hiện giờ ấy bao dung cả lý và tình trong nhịp thái hòa. Do đó, con đường giải thoát là con đường ở trước mặt: không đuổi theo thời gian, mà ngưng đọng lại ở hiện tiền. Cái hiện tiền ấy tự nó là viên mãn, nếu thân chúng vào cuộc sống hiện tại, thì không đòi hỏi chút công khó nhọc nào, hoặc phải chờ đợi ở bất cứ thời gian nào.

Lại nữa để đạt đến sự giải thoát, thiên hạ đang trông chờ một Thượng Đế đang ngự trị trên Trời cao, nhưng Krishnamurti bảo:

“Không có Thượng Đế nào khác hơn con người hoàn thiện. Không có một thần uy nào ở ngoài sai khiến được con người. Không có thiên đường địa ngục nào khác hơn những cái do chính con người tạo ra. Cho nên con người chỉ có trách nhiệm đối với mình, khỏi phải trông chờ vào bất cứ ai khác”.

(THEO HIỆN TƯỢNG KRISHNAMURTI)

Thượng Đế ban cho con người một sự tự do vô biên, nên có quyền quyết định số phận của mình. Đức Hộ Pháp đã nói rằng:

“Thiên cơ lập ra có Địa ngục và Thiên đàng... đôi đường

*hiển hiện tự quyền lựa chọn, siêu đọa là tại nơi mình.
Các Đấng Thiêng liêng duy có thương mà nhắc nhở”*
(CHỮ GIẢI P.C.T.)

Vì thế con người có quyền được giải thoát, nhưng phải ở hiện tại, chứ không phải ở ngày mai, có nghĩa là hãy đoạn tuyệt với quá khứ đang ẩn tàng trong ký ức, bản ngã, và cũng đừng mơ màng tới một tương lai xa vời... Chính cái hiện tại ấy là cái thực tại, vì chỉ tại nơi đó mới hoàn thiện được cuộc sống.

KẾT LUẬN

MỘT CHƠN SƯ ĐÃ DẠY ĐỆ TỬ RẰNG:

“Dầu tay con làm việc nào cũng vậy, con cũng phải hết sức chú ý vào đó, và vui lòng mà làm, bởi vì làm đó cũng như làm cho Đức Thượng Đế, chớ không phải làm cho con người”

(DƯỚI CHÂN THẦY).

NHỮ VẬY SỰ “tập trung tư tưởng vào từng sinh hoạt trong hiện tại”, có một ý nghĩa quan trọng, không những chỉ đem lại lợi lạc cho chính bản thân người thực hiện, mà còn mang ý nghĩa phụng sự cho Thượng Đế, nên đây là một bí pháp nhiệm mầu, đem con người đến được sự giải thoát... vì khi con người đã tập trung tư tưởng cao độ, thì thân tâm sẽ đạt đến trạng thái đại định, Chơn thần sẽ hòa nhập với giòng thần lực vô biên của Thượng Đế, không những chỉ tạo cho người đó có một nội lực thâm hậu, dễ dàng gạt hái thành công trong mọi lãnh vực, nhất là trong nếp sống Đạo, mà người đó còn là một đường vận hà (canal) chuyển tải thần lực của Thượng Đế ban rải xuống trần gian. Lúc đó con người mới chứng đắc được lời Đức Chí Tôn nhận định:

“Các con là Thầy, Thầy là các con”

(THÁNH GIÁO NGÀY 22 - 07 - 1926 / 13 - 06
BÍNH DẪN / TNHT - Q1 - TR. 3).

Như vậy nếu chúng ta không tìm thấy sự giải thoát ngay trong những sinh hoạt hiện tại, thì không bao giờ chúng ta được giải thoát cả, vì Đạo thơ có câu:

“Sinh tiền bất tri thiên đường lộ, tử hậu nan ly địa ngục môn”

(Con người ngay khi còn sống – tức là hiện tại – mà không tìm ra con đường đi đến Thiên đường, thì sau khi chết khó rời được cửa địa ngục).

– Một cuộc sống điều hòa ở nội tâm không thể đạt ở quá khứ và tương lai, mà chỉ có thể đạt được tại giao điểm của nó là “*hiện tại*”, tức là ở chỗ hiện giờ, ngay tại cái không gian và thời gian ta đang tiếp xúc với hít thở, ăn uống, hoạt động, tu học, đến nghỉ ngơi, vui chơi giải trí... là những sự kiện liên quan đến sự sống, nó chỉ xuất hiện trong hiện tại, nếu để nó qua đi thì không bao giờ tìm thấy được nữa.

– Nếu chúng ta không tìm thấy sự giải thoát ngay trong những sinh hoạt hiện tại, thì không bao giờ chúng ta được giải thoát cả, vì Đạo thơ có câu: “*Sinh tiền bất tri thiên đường lộ, tử hậu nan ly địa ngục môn*” (khi còn sống mà không tìm ra con đường đi đến Thiên đường, thì sau khi chết khó rời được cửa địa ngục).

CHUNG

SỰ SỐNG & GIẢI THOÁT
CHỈ TÌM ĐƯỢC TRONG
HIỆN TẠI
SOẠN GIẢ: DÃ TRUNG TỬ