AN ĐỊNH NỘI TÂM

HP Đạt Thật

Với tốc độ phát triển về mọi mặt hiện nay của xã hội khiến cho con người bị cuốn theo dòng chảy của thời gian, lăn mình theo thời cuộc, thời lượng hai mươi bốn giờ trong một ngày hầu như không đủ để giải quyết khối lượng công việc quá tải, dẫn đến tình trạng không ít người bị căng thẳng, mất thăng bằng do bị tác động của nhiều vấn đề trong cuộc sống.

Thấu hiểu hoàn cảnh của một kiếp làm người với nhiều thăng trầm dâu bể, Đức Đại Tiên Lê Văn Duyệt, với nhiều trải nghiệm khi còn tại thế, đã để lời ân cần khuyên bảo động viên chư tín đồ Đại Đạo:

*“Lão khuyên chư hiền đệ hiền muội ráng lo tu học và an định nội tâm, dầu hoàn cảnh sanh sống có bận rộn cũng nên để chút thì giờ hành đạo lập công hoặc tham thiền tịnh dưỡng để tìm thấy ánh sáng của ngọn nhiên đăng trong lòng người và tự khêu thắp cho tỏ rạng mà đi. Đừng lười biếng hững hờ mê theo lợi nhỏ mà quên cái hại to để nước đến trôn nhảy sao cho kịp. Cũng đừng ỷ sự hộ trì của Thiêng Liêng khi lòng mình chưa chơn chánh.”[[1]](#footnote-1)*

Thật vậy, phản tỉnh nội cầu hay quay về với chính mình là để thắp sáng lại ngọn tâm đăng đã bị vật dục phủ mờ theo thời gian. Trải qua bao năm tháng, nghiệp lực chất chồng kéo lôi trì níu con người, thoáng chốc tóc đã điểm sương, báo hiệu quỹ thời gian không cho phép chúng ta dụ dự trì hoãn. Hãy tăng tốc trong việc tu công luyện kỷ cho nội lực được tinh toàn hầu vững vàng vượt qua bao cám dỗ của danh lợi thường tình. Không thể chủ quan dựa vào tha lực, mà phải tự lực tự cường, tự tu tự tiến.

Nội tâm an định tự khắc nội tình sẽ ổn định. Muốn đạt được điều thiết yếu đó, hành giả phải ngày đêm kiên trì hạ thủ công phu theo lời dạy của Đức Như Ý Đạo Thoàn Chơn Nhơn:

*“Thiền là tâm vô niệm. Định là dừng lại tất cả. Chỗ công phu này đòi hỏi hành giả phải ngày ngày tu tập để đến khi cần hòa hợp cùng vận khí cơ thiên, mới có đủ tinh thần mà phóng phát điển lực trong cuộc điều hành vận chuyển, từ nhơn thân đến vũ trụ.” [[2]](#footnote-2)*

Lời dạy trên ví như kim chỉ nam, soi đường dẫn lối cho tất cả chúng ta. Sự an định của nội tâm là bửu pháp vi diệu giúp chúng ta vượt qua mọi chướng ngại của tình đời thế đạo, để làm tròn bổn phận vi nhân đối với nhơn quần xã hội, đồng thời thực hành trọn vẹn sứ mạng đại thừa đối với tiền đồ Đại Đạo.

Thật thế, cuộc sống mưu sinh trong tình hình xã hội phát triển cao độ như hiện nay, đã khiến cho con người phải đương đầu với nhiều vấn đề và chịu nhiều áp lực. Vì vậy, từ tinh thần đến thể xác đều phải làm việc với tốc độ chóng mặt mới theo kịp thời đại. Thế thì còn thì giờ đâu để nghỉ ngơi, để an dưỡng, để tu tập…

Các Đấng vì thương người giác ngộ biết tìm về cửa Đạo, mới dạy bảo nhủ khuyên, chỉ dẫn cho chúng ta phương tu giải thoát, hầu nương tựa vào lời Tiên tiếng Phật, để tâm hồn được tĩnh lặng, thể xác được nghỉ ngơi.

Đại tượng truyện quẻ Tùy có đoạn: “Quân tử dĩ hướng hối nhập yến tức.”

- Hướng: hướng về; Hối: ban đêm, buổi tối; Yến: nghỉ ngơi; Tức: ngưng lại.

Đức Cái Thiên Cổ Phật giải nghĩa:

*“Quân tử là người biết thời, biết lẽ. Người quân tử biết lúc nào động thì động, lúc tịnh thì tịnh. Lúc ngày thì làm, lúc ban đêm thì nghỉ. Nghỉ không phải không làm, nghỉ xác thịt để bồi bổ cho tinh thần. Cốt là biết thời mà hướng hối yến tức.”[[3]](#footnote-3)*

**LỢI ÍCH THIẾT THỰC CỦA THIỀN ĐỊNH**

Đức Quan Thánh Đế Quân dạy:

*“Trong hàng đạo hữu thường khi nghe nói đến lãnh vực thiền định công phu tu luyện thì đã nghĩ ngay đến vấn đề tạo Phật tác Tiên, thoát thai thần hóa. Nghĩ như vậy cũng đúng, nhưng chỉ mới đúng có phân nửa mà thôi, còn phân nửa kia phải hiểu rằng đó là yếu tố căn bản để giúp cho hành giả một phương pháp dưỡng sinh tuyệt diệu nhưng rẻ tiền, chỉ dụng nhiệt tâm trì chí là đạt thành tu chứng. Thứ nữa là nhờ pháp môn ấy để làm phương tiện chuyển hóa tâm hồn được thuần thành khả ái do không chấp, không câu, không nê, không lự. Hễ lòng người không chấp, câu, nê, lự sẽ được phóng khoáng thuần thành thơ thới vui tươi, khoan dung từ ái, ôn hòa, phúc hậu. Đó là diện mạo của Thánh nhơn tại tiền.”*[[4]](#footnote-4)

Theo lời dạy của Đức Quan Thánh, công phu thiền định là yếu tố căn bản giúp cho hành giả một phương pháp dưỡng sinh tuyệt diệu không tốn kém, lại có được một tinh thần phá chấp, một tâm hồn cao thượng, thuần thành khả ái, nhờ thế lúc nào cũng cảm thấy thư thái vui tươi, ôn hòa phúc hậu, những yếu tố tích cực đó sẽ tạo nên diện mạo của bậc Thánh nhân tại tiền. Sống được như thế con người sẽ ít bịnh, lâu già, có điều kiện và thời gian phụng sự nhân sanh, cống hiến cho nhân loại, xứng đáng đứng trong tam tài đồng đẳng.

Đức Như Ý Đạo Thoàn Chơn Nhơn dạy:

*“Thế nên cần đến các thời cầu nguyện hay tịnh tập thể để các dòng tư tưởng trọn lành phát xuất tự tâm linh của mỗi tịnh viên hướng lên để cảm hóa cùng Thiên địa, ứng hiệp với các Đấng Thiêng Liêng như linh quang, như vân võ để biến tỏa thành trận mưa ban phát rưới chan mát mẻ khi con người đang sống trong bầu lửa dục của trần gian.”[[5]](#footnote-5)*

Lời dạy trên của Đức Chơn Nhơn cho thấy sự mầu nhiệm của các thời cúng cầu nguyện hay tịnh tập thể. Nguyện lực của chúng ta khế hợp cùng thiên điển của các Đấng Thiêng Liêng, dệt thành một tấm lưới thiêng, tạo nên những cơn mưa điển lành chan hòa cho càn khôn vũ trụ được ổn định, và chan rưới cho bầu lửa dục trần gian được mát mẻ, lòng người được lắng dịu. Những diệu dụng nêu trên của thiền định, đúng với ý nghĩa câu kệ hồi hướng *“Công đức tọa thiền lớn biết bao”.*

Như vậy, kết quả của công phu, ấn chứng của thiền định là tiên đơn, là diệu dược chữa được bịnh trần, cứu an nhân loại, giúp cho thế giới ổn định, càn khôn an tịnh.

Tầm quan trọng của thiền thật lớn lao, công đức thiền trải rộng khắp muôn phương: *“Phước lành hồi hướng khắp nơi nao”.* Chính vì lẽ huyền vi mầu nhiệm của thiền định như thế, Đức Lý Giáo Tông đã để lời gởi gắm đến các bậc tu hành chơn chánh: *“Nhắc khách chơn tu một chữ thiền***”**[[6]](#footnote-6)

Thiền là một phương pháp hữu hiệu, một công năng hữu ích giúp cho hành giả được an định nội tâm. Nội tâm đã an định, hành giả an nhiên làm chủ lấy mình, biết chế ngự lục dục kịp thời, dừng lại thất tình đúng lúc và ngăn ngừa tam độc đúng nơi.

Thiền là công đức vô lượng, năng lực vô biên hóa giải ân oán của người trần tục, làm vơi nhẹ nỗi đau của nhân thế, giảm lần cộng nghiệp của chúng sanh. Như thế, hành giả đã góp một phần công đức khiêm tốn vào công cuộc cứu độ chung cho toàn cả nhân loại.

Được dự phần vào sứ mạng tận độ Kỳ Ba là niềm vui vô tận của người tu, là phần thưởng vô giá của thiền nhân. Hành giả quyết tâm cầu tu giải thoát, phải gác bỏ danh lợi, đoạn dứt trần duyên, chặt đứt não phiền, thẳng một đường theo các Đấng Thiêng Liêng, cảm nhận ân Thiên để tu, để học, để hành cho rốt ráo tân pháp Cao Đài, để giúp đời độ chúng, để chứng quả vô sanh nơi non Bồng nước Nhược. Đức Lý Giáo Tông dạy:

*“Chỉ có đại nhân mới làm nên đại sự, chỉ có vĩ nhân mới có vĩ nghiệp, chỉ có hàng tu chứng mới có thể cứu độ toàn nhân sanh. (…)*

*Hiện tình nhân loại ngày nay vẫn còn trong cơ sàng sảy tận diệt. Con người đang hoảng sợ trước sự biến động của thế giới mà không nghĩ rằng đó là lý tự nhiên của vòng tuần hoàn, từ sinh ra, phát triển, suy tàn của con người và vạn vật đều tuân theo những quy luật của tạo hóa, con người không thể cưỡng lại được. Điều quan trọng là giữ tâm bình và giúp mọi người được bình tâm trước những biến động xảy ra.”[[7]](#footnote-7)*

LỜI KẾT

Mỗi người chọn cho mình một phương tu phù hợp với điều kiện, với hoàn cảnh của chính mình, không nhất thiết là rập khuôn một kiểu, miễn làm sao tu đạt được kết quả khả quan, tạo được nhiều công đức. Và chúng ta hãy cùng nhau khắc cốt ghi tâm lời giáo huấn của Đức Như Ý Đạo Thoàn Chơn Nhơn:

*“Nếu đường tu hành mà chư hiền Thiên mạng không đủ công đức thì làm sao trở về ngôi xưa vị cũ.”[[8]](#footnote-8)*

Thời gian gần đây Đức Quảng Đức Chơn Tiên xác tín rằng:

“*Bao nhiêu thành quả độ đời,*

*Bấy nhiêu công đức ơn Trời dành cho.”[[9]](#footnote-9)*

Như vậy, muốn vượt vũ môn cho cá hóa rồng, muốn về non Thần động Thánh hay cõi Tiên bang, khi còn ở chốn phong trần phải giữ phong độ, phong thái, phong cách của người tu. Và muốn được: *“Linh Tiêu Điện, bảng danh nêu”*, phải tự trui rèn, phanh luyện cho mình một ý chí kiên định, một lập trường vững chắc, một tâm chí thành bất tức…Đó là tường đồng vách sắt, bảo vệ an toàn cho chúng ta trong suốt quãng đường dặm dài thiên lý, thực thi sứ mạng phổ độ nhân sanh, hội hiệp cùng Thầy nơi Bạch Ngọc Kinh.

Đức Như Ý Đạo Thoàn Chơn Nhơn dạy:

*“Đấng Chí Tôn luôn luôn ngự trong tâm thanh tịnh của chư đệ muội. Phật Tiên Thánh luôn luôn hộ trì, chỉ cần chư đệ muội công phu tu tập cho thật dũng mãnh sáng suốt, dầu đạo pháp ở cấp bực nào cũng có thể tu chứng được.”[[10]](#footnote-10)*

Đức Đông Phương Lão Tổ để lời dạy:

*“Chư hiền đệ hiền muội rất có thiện chí để thuận hành đạo pháp vượt khổ hải trùng dương là một điều đáng ngợi khen, nhưng phải bền chí nhẫn nại tìm cho được cái mấu chốt duy nhứt để điều động guồng máy cho thông suốt, khả dĩ tự hoan lạc tâm trung và phát hiện ra diện mạo hiền hòa thư thái. Sự chứng ngộ đó sẽ có ảnh hưởng rất to tát cho cơ tận độ ngày nay.”[[11]](#footnote-11)*

Đức Quan Âm Bồ Tát nhắn nhủ:

*Cõi trược bao vây lấy khách trần,*

*Dưỡng sanh si dục với tham sân,*

*Lòng phàm an định trong thanh tịnh,*

*Phật tánh chơn như phát hiện lần.[[12]](#footnote-12)*

1. Vĩnh Nguyên Tự, 01-6 Giáp Dần (19-7-1974). [↑](#footnote-ref-1)
2. Cơ Quan Phổ Thông Giáo Lý Đại Đạo, 11-11 Kỷ Mùi (28-12-1979). [↑](#footnote-ref-2)
3. Minh Lý Thánh Hội, *Châu Dịch Huyền Nghĩa*, quyển 2, 2016, tr. 160. [↑](#footnote-ref-3)
4. Cơ Quan Phổ Thông Giáo Lý Đại Đạo, 15-12 Giáp Dần (26-01-1975). [↑](#footnote-ref-4)
5. Vĩnh Nguyên Tự, 15-3 Ất Mão (26-4-1975). [↑](#footnote-ref-5)
6. Cơ Quan Phổ Thông Giáo Lý Đại Đạo, 18-10 Nhâm Thìn (31-12-2012). [↑](#footnote-ref-6)
7. Cơ Quan Phổ Thông Giáo Lý Đại Đạo, 18-10 Nhâm Thìn (31-12-2012). [↑](#footnote-ref-7)
8. Huờn Cung Đàn, 14-3 Tân Sửu (28-4-1961). [↑](#footnote-ref-8)
9. Cơ Quan Phổ Thông Giáo Lý Đại Đạo, 18-7 Đinh Dậu (07-9-2017). [↑](#footnote-ref-9)
10. Cơ Quan Phổ Thông Giáo Lý Đại Đạo, 29-8 Quý Hợi (05-10-1983). [↑](#footnote-ref-10)
11. Minh Lý Thánh Hội, 06-12 Quý Sửu (29-12-1973). [↑](#footnote-ref-11)
12. Thiên Lý Đàn, 23-6 Canh Tuất (25-7-1970). [↑](#footnote-ref-12)