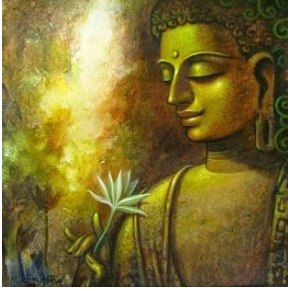


Tu là Gì?



Namo Sakya Muni Buddha

Chân Lý ở khắp mọi nơi và trí tuệ thì đã có sẵn trong Tánh Biết của mỗi người, chỉ cần trở về quan sát lại mình là thấy ra Sự Thật.

Tu chủ yếu là trở về quan sát lại chính mình trong khi tiếp xúc với hoàn cảnh để thấy ra hoạt động của thân (Niệm Thân) và qua đó phát hiện ra những cảm giác (Niệm Thọ), những phản ứng nội tâm (Niệm Tâm) và những diễn biến trong sự tương giao Căn-Trần-Cảnh (Niệm Pháp).
Sư Viên Minh

Lời Khen Chê



Có một chú tiểu rất thông minh đến gặp một vị Lạt Ma và nói:

- Trời ơi Ngài nổi tiếng lắm, đi đâu con cũng nghe danh ngài.

Được khen, vị Lạt Ma liền hướng vô bên trong và kêu:

- Này thị giả, hãy mang kẹo ra cho chú tiểu.

Chú tiểu nói tiếp:

- Ngài làm như vậy, sao mà giống như Phật dạy quá!

Vị Lạt Ma lại gọi:

- Thị giả, mang thức ăn ngon ra cho chú tiểu.

Chú tiểu khôn ngoan đó lại nói tiếp:

- Chính Ngài là Đức Phật tại thế.

Vị Lạt Ma lại gọi vào trong:

- Hãy mang thêm 3 đồng tiền vàng cho chú.

Chú tiểu nghĩ rằng như vậy là đủ rồi, và đứng chờ nhận quà. Chờ mãi mà không thấy ai ra, chú hỏi vị Lạt Ma sao thị giả của Ngài chưa đem kẹo, thức ăn và vàng ra. Vị Lạt Ma nói:

- Tại sao ta phải cho con kẹo, thức ăn, vàng thật? Con chỉ cho ta những lời nói trống rỗng. Ta cũng cho lại con những lời nói trống rỗng.

Nếu có ai khen lập tức quý vị cảm thấy vui sướng. Quý vị hay thường bị gạt gẫm bởi những lời nói vô nghĩa. Những lời nói đó đôi khi lừa gạt quý vị. Một hôm, khi tôi sắp rời thành phố này, có một Phật tử đã làm thơ tặng tôi, trong bài thơ đó cô ta viết: "*Nụ cười của Ngài làm tan hết phiền não của con.*" Tôi thấy thật buồn cười cho chính bản thân. Chính tôi tu hành mười mấy năm mà chưa tan hết phiền não của mình, thì làm sao nụ cười của tôi có thể làm tan đi phiền não của người khác?

Cho nên người tu khi được người khen cũng không lấy đó làm vui, và khi bị người chê cũng không lấy đó làm buồn.

Thích Tâm Đạo dịch