

MAI AN NGUYỄN ANH TUẤN



BÓNG THIỀN

Trong khuôn viên một ngôi chùa nhỏ rêu phong và rợp bóng cổ thụ ở rất xa Kinh thành, Nhật Tôn ăn vận lối hành giả bước đi với dáng vẻ không giống ngài mọi ngày...

Chuông, mõ và tiếng tụng kinh chiều bắt đầu lan tỏa không gian tĩnh lặng thoảng hương ngâu, hương nhài. Nhật Tôn bắt giác chùng bước lại, hít một hơi thở sâu, rồi cũng chấp tay niệm theo. Cảnh vật này đã in đậm trong tâm khảm ngài từ hồi tóc để chỏm, sau những lần theo Thái thượng hoàng tới thăm thú các vùng Long Hưng, Tức Mặc, Vũ Lâm(1). Và cũng tại một chùa quê, ông nội ngài thốt lên những lời tưởng kỳ quặc: "Ta xem ngài vàng như chiếc giày rách, bỏ lúc nào cũng được", giờ đây ngài chợt như được nghe tiếng nói đó dội về từ một chốn sâu thẳm và ngộ được hết ẩn ý sâu xa của chúng.

Sau khi truyền ngôi cho thái tử Trần Thuyên, ngài bắt đầu thực tập xuất gia như hằng nguyện. Ngài vừa trải qua một thời gian khá dài sống ở Vũ Lâm giảng cứu Đại tạng kinh, tu tập mười hai hạnh Đầu đà(2). Giờ đây, ngài thỉnh thoảng tới các chùa quê văn cảnh, tham thiền và khảo cứu tinh thần Phật pháp trong dân gian như một nhu cầu nội tâm không cưỡng nổi mà ngài chưa tự lý giải được. Cũng có thể do ngài vốn không hề có cảm tình, thậm chí ác cảm với những ngôi chùa to rộng do các vương hầu, chúa đất đổ tiền của xây cất. Hồi còn là một hoàng tử thiếu niên, ngài đã nghe câu chuyện về một đại vương dựng phủ đệ lộng lẫy quá mức, thượng hoàng nghe tin sai người đến xem, ông ta hoảng sợ phải bày tượng Phật để thờ, sau phủ đệ ấy buộc biến thành chùa! Mấy năm qua, kể từ khi giặc Nguyên bại trận lần thứ ba tại Đại Việt, thiên hạ thái bình, thói hưởng thụ đầy thách thức "một người đội ơn vua, cả nhà ăn lộc trời" bắt đầu tác oai tác quái cùng với chùa to phủ lớn, lâu đài cung thất nguy nga đua nhau mọc lên... Hồi chiến sự căng thẳng là thế, nhưng giữa hành cung Vũ Lâm - tổng hành dinh cự giặc của triều đình, ngài vẫn có thể cảm nhận được "mây ướt giăng như mộng, tiếng chuông xa vắng lại" (Thấp vân như mộng viễn chung thanh)... Thế mà bây giờ, sao ngài lại cảm thấy một cái gì ngọt ngào, nặng nề?

Đây là lần thứ hai ngài tới ngôi chùa quê này. Và có lẽ ngài còn phải lui tới đôi ba lần nữa. Không chỉ vì cảnh vật thanh u hợp với tâm tính ngài. Cũng không chỉ vì hứng thú với cuộc chuyện trò cùng sư trụ trì khá thâm hậu trong các công án

Thiền và còn giữ nhiều nét dân dã. Càng không phải vì một ni cô xinh đẹp mới xuống tóc. Nhưng thực ra, cái nguyên cớ thật sự chính lại là ni cô kia...

Lần đầu tiên, lúc ni cô dâng khách hành hương bát nước nụ vối, Nhật Tôn thoáng gặp cái sầu thăm mênh mông vụt hiện trên vẻ thơ ngây thánh thiện của cô. Ngài choáng váng. Ở cô có gì hao hao với công chúa nhỏ Huyền Trân, đưa con gái yêu vẫn chơi đùa cùng thị nữ trong ngự uyển, thường theo ngài tới các chùa vùng Kinh Bắc, Sơn Nam, Hải Đông dự lễ chay đàn, nghe giảng kinh Phật. Cô gái kia, tuổi trăng tròn, lông lánh ngọc nữ, mọng mị sương thu lại khoác bộ nâu sòng, chít khăn thị giả và ẩn giấu nỗi buồn héo quặn cả cánh sen gố.

Ta vốn công danh chẳng trọng, phú quý chẳng màng, sống đạm bạc dứt trừ vọng niệm, ngồi trong nhân thế, chẳng quản sự đổi thay đã đành.

Nhưng còn con, giống như con gái ta, người mà mỗi bước đi bên hoa cũng khiến ta ứa lệ hân hoan.

Mỗi ánh chau mày của con khiến đức Phật trên đài cao cũng mỉm cười độ lượng. Vì sao con sớm lìa bỏ niềm vui thú nhân gian?

Nhật Tôn ngỏ lời với sư trụ trì xin được gặp ni cô. Ông thầy chùa nhìn vị hành giả thoáng dò hỏi, rồi gật đầu. Nhưng ni cô đang trong giờ tụng niệm. Ngài đành đứng ngoài chính điện chờ, làm rằm niệm theo.

Con ơi, Tuệ Trung Thượng sĩ thầy ta từng dạy: "Khi mê không biết ta là Phật - Khi ngộ thì ra Phật là ta".

Con hãy làm Phật trong cánh tay võ vè của người thân.

Bữa ăn dù chỉ dưa cháo năm thất bát, song thân tâm vui vẻ, giới-lòng còn quý hơn giới-tướng.

Con đâu cần rũ hết trần duyên để tìm giải thoát nơi khổ hạnh, bởi đó đâu phải là sứ mạng của con!

Muốn giới-tuệ(3) đâu cần bước vào cỗ xe lớn nhỏ của Phật-Pháp-Tăng?

Trong lúc chờ đợi, Nhật Tôn ngồi đàm đạo cùng sư trụ trì hồi lâu. Về giáo lý Thiền tông, Tịnh độ tông. Về phong thủy của chùa. Về chư tăng ni, Phật tử quanh vùng. Rồi đến nguyên cớ cô gái quy y Tam Bảo... Nhật Tôn hình dung ra cuộc trò chuyện sắp tới với ni cô.

- Thầy trụ trì đã kể về con ít nhiều. Nhưng ta muốn nghe trực tiếp từ miệng con.

- Thừa đại Đầu đà, gia cảnh con buồn lắm, ngài cần biết làm gì?

- Ai mà chẳng có nỗi sầu bi hờ con? Biết đâu chúng ta sẽ san sẻ được cho nhau để vợi bớt...

- Vâng, nếu vậy con xin kể... Cha con là lính cũ đánh giặc Thát Đát cả hai lần sau. Ông nội con thì ở đoàn dũng binh năm Nguyên Phong thứ bảy...

- À, đó là năm Thái thượng hoàng của ta rất vui trước niềm tự tin của Thái sư Trần Thủ Độ: "Đầu thần chưa rơi xuống đất, xin bệ hạ chớ lo gì".

- Cả ông nội và cha con đều là gia nô của vương hầu Quý Thịnh...

- À phải, họ có trang ấp cực lớn phía tây nam Kinh thành!

- Cha con sau bao trận mạc cùng chủ trở về, thấy chủ được triều đình cấp đất thưởng công hậu hĩ, còn mình lại hoàn nguyên thân phận cũ thì bất bình lắm.

- Nếu là ta, thì ta cũng bất bình chứ sao!- Nhật Tôn buột miệng.

Ni cô hơi ngỡ ngàng, thoáng nhìn vị khách lạ. Cô chỉ thấy một bức tượng đá.

- Nhưng rồi ông cũng an phận, hy vọng được ban chút lộc rơi để dựng lại nếp nhà nhỏ chỉ đợi sập và chăm lữ con ốm o đói rách...

Cô gái chột im bật.

- Sao nữa, con cứ nói chớ e ngại.

Cô gái mím môi giây lát rồi bật ra:

- Vâng, chờ đợi đến tuyệt vọng...

- Kỳ lạ thế? Ta được nghe kể: vợ chồng vương hầu đó là những người hào hoa, sùng Phật, sẵn sàng cúng hàng trăm mẫu ruộng cho chùa chiền, chi hàng trăm lạng bạc để mời một gánh hát về diễn vở "Bàn đào Vương Mẫu" và các điệu vũ Nghê thường hết đêm này qua đêm khác, rồi cùng bạn quý tộc bốn phương tới thưởng lãm thơ ca, trà đạo, quốc họa Trung Hoa cơ mà?

- Vâng ạ, họ còn lập hội chơi chim, hội chơi gà, hội tao đàn chuyên ngợi ca chiến tích và họa thơ của các hoàng đế, các bậc khai quốc công thần...

- Nhục nhã thay!

Nhật Tôn bắt giác thốt lên. Ni cô ngỡ vị hành giả mắng mình thì sợ hãi. Nhưng thấy mình nhầm, cô bèn mạnh dạn tiếp:

- Nhưng thưa ngài, không ít người dưới quyền họ phải trốn sang các trang trại của địa chủ mới để khỏi bị chết đói và thoát phận nô tỳ...

- Họ có thoát được không?- Nhật Tôn vẻ nóng ruột lo lắng

- Dạ, phần lớn bị bắt trở lại, bị hành hạ...

- Còn cha con và các nô tỳ khác?

- Cha con tụ tập mọi người tới gặp chủ nô, cắt phăng tay áo để lộ chữ "Sát Thát" nhất loạt giơ lên, kêu to: "Hãy chôn cất để cứu sống gia đình chúng tôi!" Trước đó, cha con có nhờ một nho sĩ không đồ đạc thảo đơn kêu cứu gửi quan phủ, nhưng tờ đơn được chuyển ngay về trang áp...

- Kết cục ra sao?

- Dạ, gia binh của vương hầu và lính quan phủ thả cửa đàn áp. Nông nô bị lột trần treo lên các xà nhà của trang áp, bị đánh bằng côn, gậy trúc, roi ngựa, roi cá đuối...

Ngài nhắm nghiền mắt lại, khế lắc đầu.

- Con đã quỳ lết dưới chân chủ nô van lạy...

Ngài mở bừng mắt ra:

- Con cứu được cha con chứ?

Cô gái lắc đầu, ứa nước mắt:

- Ông bị quy kết là chủ mưu phản nghịch, một tội tày đình mà "nếu không phải bị trừng trị ở trang trại thì đưa lên công đường sẽ không được chết toàn thân". Một quản gia an ủi thế... Mẹ con uất ức lâm bệnh chết. Lo xong mộ phần cha mẹ, con đưa mấy đứa em tới bà con xa gửi gắm, rồi tìm đến cửa Phật. Sư thầy đặt cho con pháp danh Diệu Hạnh...

Từ lâu nay, Nhật Tôn thường tâm niệm: "Muôn nghiệp lạng, an nhàn thể tính", vậy mà giờ đây ngài cảm thấy khó kìm giữ được nỗi căm giận thiêu cháy mọi sự tĩnh tâm thiền định hằng có. Vị thượng tọa nơi đồng nội hết ngạc nhiên này tới ngạc nhiên khác. Người khách lạ dáng vẻ uy nghi, trầm tĩnh, thần thái vương giả, trí huệ sáng láng, thông tuệ kinh điển Tam Tạng không kém một vị cao tăng, nhưng sao lại có khoảnh khắc chấn động tâm can dữ dội? Ánh mắt như sắp phóng lửa, đôi vai khắc khổ run lên trong tấm áo gôi nặng dầm sương của vị Đầu đà. Rồi cơn tâm chấn cũng mau chóng lặn vào trong. Lúc đó Nhật Tôn vội vã chào ra về, không muốn vô tình làm động chôn thiên môn.

Chỉ ngay chiều hôm sau, ngôi chùa nhỏ lại đón bước ngài. Câu chuyện về ni cô dường làm ngài già thêm cả chục tuổi! Lại còn chuyện: mấy hôm trước, Quan gia Anh Tông cấp báo cho ngài năm nay lại mất mùa lớn hơn mọi năm, đói rét hoành hành các làng mạc, đây đó người chết đói dọc đường. Trong dân, nhất là hàng ngũ gia nô các thái ấp điền trang này nhiều kẻ trộm cướp. Giữa khi có những vương hầu đánh bạc mỗi tiếng bạc đặt tới hàng chục, thậm chí hàng trăm quan, thì dân có người đã phải bán con làm nô tỳ để lấy một quan tiền chỉ mua được ba thăng gạo! Dù ngài đã hồi âm ngay cho Quan gia xuống chiếu phát thóc công chẩn cấp dân nghèo và miễn thuế nhân đinh, song đó chỉ là muối bỏ bể! Lòng người ly tán, nổi oán hận âm ỉ có cơ loang rộng tận thôn cùng ngõ vắng. Trong lúc đó, phía Bắc, lũ giặc cướp nhà nghề dù có tìm mọi cách thôn tính lẫn nhau nhưng đều ôm mộng làm bá chủ thiên hạ, vẫn đang ráo riết chuẩn bị và tiến hành những thủ đoạn thâm độc nhất để khi có dịp sẽ lập tức ăn tươi nuốt sống giang sơn của ngài.

Phất mạnh cánh tay áo như để dứt bỏ phiền não, sân hận, Nhật Tôn rảo bước quanh chùa, rồi vào chính điện, hy vọng tìm được ngay ni cô Diệu Hạnh. Ngài sẽ hỏi cô cho ra nhẽ. Chuyện cần được sáng tỏ và đi đến chung cục như mọi đại sự quốc gia ngài đã thực thi. Vương triều đang ở đỉnh cao quyền lực và tinh thần Phật pháp, lẽ nào cứ để ngang ngược chuyện vô đạo! Và cần trả lại công bằng cho cô gái. Cô đã buộc phải xuất gia chứ không hề tự nguyện. Cô cần được trả về sống giữa trần thế, với những gì thiên phú thiên bẩm, và như thế cô mới thực sự là Phật theo cái nghĩa tinh túy mà Đại tạng kinh ẩn chứa...

Nhật Tôn bắt gặp ni sư trẻ đang lúi húi sắp xếp hương hoa trong Phật điện gần gũi âm cúng, giữa ánh nến lay động. Ngài chợt dừng lại. Mọi ý định, mọi điều muốn nói bỗng tan loãng theo làn hương trầm... Đôi bàn tay tựa búp măng trắng ngà vuốt nhẹ từng cánh hoa. Nét mặt non tơ hồng hào của trẻ thơ. Cái miệng dù rất nghiêm trang mà sao cứ muốn cười, muốn hát. Một cánh hoa mai mang làn gió xuân lạc vào giấc mộng. Phật đâu xa. Cô gái đương hiển hiện là một Quán Âm Bồ Tát. Một sự hoàn hảo thuần khiết làm lộ lộ nhức nhối thêm những ô trọc nhân gian. Thực đáng đáng hiển máu xương trí lực để bảo vệ một vẻ đẹp diệu ảo đến vậy của trần thế. Đâu phải thanh sắc thông thường. Đó là hiện hữu giúp soi tỏ thêm lẽ huyền vi Phật pháp, cái mà bao thế lực hắc ám cùng âm binh trong và ngoài biên giới đương hoảng sợ tìm cách hủy diệt...

Chính lúc đó, một tin đồn đang rần rật khắp chốn lại hiện về thành lữ tử giang sơn sắc bỏ thẳng vào ngài. Trâu Tôn, một kẻ tự xưng là danh y kiêm đạo sĩ thần thông người Tàu có khả năng chữa bệnh liệt dương bằng phương thuốc: giết đứa bé trai moi lấy mật hòa uống với thuốc dương khởi thạch và thông dâm với phụ nữ là chị em ruột. Vậy mà hắn được không ít bạc thế gia, quý tộc tranh nhau mời đến phủ đệ coi như thượng khách. Hắn vốn là kẻ đi theo quân Nguyên vào nước ta rồi bị bắt cùng đám tù binh. Hắn ở lại Đại Việt lấy vợ sinh con, truyền nghề cho con trai nhỏ là Trâu Canh, chữa bệnh cho các vương hầu, được cấp ruộng và nô tỳ rồi trở nên giàu nứt đổ vỡ vách. Có ngôi chùa lớn, dưới sự bảo trợ của vương hầu còn mời hắn về dạy các pháp thuật phù thủy, bày cách luyện đan trường sinh bất lão. Triều đình đã có chỉ dụ truy bắt Trâu Tôn, dọa khép tội nặng những ai truyền bá về cách chữa bệnh khủng khiếp cùng những trò bịp bợm đó, song hắn đã là kẻ "bất khả xâm phạm" nhờ không ít nhân vật có "máu

mặt" trong-ngoài triều. Và tin đồn về thứ "thần dược" ghê sợ cùng những trò quái đản kia ngày càng len lỏi ăn rễ sâu vào những tâm hồn bạc nhược mà cơ thể lại sung mãn bởi yến tiệc đàn hát và lòng kiêu ngạo chiến thắng. Nhật Tôn hơi nhăn mặt lại đau đớn. Một cảm giác ghê tởm hóa thành những cô hồn, ngạ quỷ dẫm đạp trái tim Phật của ngài... Ngài đâu thể lường nổi: ngót nửa thế kỷ sau, hậu duệ của ngài là Dụ Tông hoàng đế sẽ mời con trai tên thầy thuốc vô đạo làm hầu cận thân tín, sẽ áp dụng chính phương thuốc kia và dung túng bao che cho Trâu Canh làm đủ chuyện ô nhục -điều đó sẽ được ghi lại trong chính sử như một vết nhơ không thể gột rửa được của triều Trần!...

Giờ đây, nếu đối diện ni cô, ngài sẽ phải nói gì? Làm sao khỏi chạm vết thương lòng đau nhất của người phải chứng kiến máu túa ướt đẫm nơi hiệu lệnh đồng tâm diệt giặc của cả dân tộc hằn sâu trên cánh tay cha mình? Ngài phải giải thích thế nào về cách ứng xử đốn mạt của kẻ đã từng là "phụ tử chi binh" với cha cô? Ngài phải nhận trách nhiệm như thế nào về mình? Nếu nghiệp của cô gái là phải trở thành Phật trong chùa quê, thì một hành động ép uổng nào đó biết đâu chẳng ném cô vào chốn tu hành khác chỉ diễn các trò phù phép nhằm trục lợi giờ bắt đầu len lỏi khắp Đại Việt?... Trên đầu cô gái như hiện ra ba quang sáng mà gần đây ngài thường thấy trong mộng, biểu tượng cho ba vòng tròn đồng tâm Việt tính - Nhân tính - Phật tính. Phải làm sao đây cho bách tính hiểu rõ: gốc Việt chỉ được vun đắp và tươi tốt khi lòng nhân sâu bền, và lòng nhân sâu bền chỉ có thể được duy trì chừng nào Phật pháp được chăm lo thực sự, đi con đường đúng đắn. Nhưng thế nào là đúng đắn? Nhật Tôn bỗng hoang mang. Phải chăng triều đại của ngài bắt đầu bước vào thời mạt chính, cũng có nghĩa là kéo theo thời mạt pháp? Chuông chùa thu không đã vang lên Bính... Boong... Bình... Boong... Âm điệu đó tựa lời than thở Hồng... rồi... Nguy... rồi... Nhưng với ngài trong khoảnh khắc ấy chẳng khác hồi trống ngũ liên báo động thời chiến trận.

Ni cô vẫn chăm chú công việc. Hết trong Phật điện lại vào tăng đường, rồi ra sân sau chùa, không hề biết có người quan sát mình. Kia, dáng cô quét dọn nơi thanh vắng còn có lúc như nhảy lò cò - một trò chơi mà xưa kia, có lần ngài thấy trẻ mục đồng ở Tức Mặc đã chơi. Nhật Tôn lúc nép mình vào lưng tượng Kim cương Hộ pháp, lúc vờ xem tượng Ananda hoặc gốc si sần sùi, trộm ngắm nhìn cô mê mãi...

Ni cô bất chợt đi tới gần, ngài vội giơ tay chấp: "A di đà Phật". Ni cô cúi đầu, chưa hết vẻ e thẹn trinh nữ trước đàn ông, dù đó là một hành giả. Cô chấp tay: "Mô Phật" tựa một hơi thở nhẹ rồi lẹ rảo bước. Ngài đã để tuột mất một cơ hội gặp gỡ trực tiếp. Và biết đâu, đó là cơ hội duy nhất. Trong thoáng chốc, ngài nảy ước muốn chạy theo, nhảy lên phía trước chặn đường để buộc cô trò chuyện, như một người còn ở tuổi tráng niên có thể làm; ni cô muốn nghĩ gì thì mặc, hơn nữa, ngài đâu có nét gì của kẻ ưa sắc dục hoặc lục lâm thảo khấu!

Nhưng ngài chỉ đứng nhìn theo dường hóa tượng.

Là một hoàng đế-thi sĩ, ngài đã chứng kiến và ca ngợi bao vẻ đẹp của thiên nhiên, đặc biệt là nơi thôn trang vùng Thiên Trường. Ngài cũng quá quen thuộc với những cung nữ son phấn, trang điểm từ gót tới đầu, học đi đứng khuê các... Song tận mắt ngài chưa bao giờ được thấy một vẻ đẹp thôn nữ đượm phù sa chân chất, không trâm cài, không vòng ngọc, không điệu dàng mà lại khiến thi

hứng dào dạt như bây giờ. Chỉ có điều, đó không phải là thi hứng của một thái tử đang thời kỳ yêu đương và nghiền ngẫm đạo lý, binh thư, hay của một ông vua trẻ khoác chiến bào xậm bụi khói.

Này con, người xưa đã không muốn dẫm lên vết chân đức Như Lai thì con hãy tránh dẫm lên vết chân của những kẻ giả tu hành, giả Phật, thậm chí họ còn không biết là giả nữa bởi món ăn của kẻ ngoại lai giàu tham vọng thường làm mê muội nhiều thế kỷ.

Họ mờ mịt như kẻ quay mặt vào tường, con đừng quan tâm đến họ.

Con hãy làm Phật trên mảnh đất cây cày phủ sương đêm, trong ruộng dâu tầm ngút ngát, nơi bến sông trắng đập vải, và cùng lắm hãy làm Phật dưới Tam Quan

Dù con có là ai thì non sông cấm tú này cũng thuộc về con, con hãy giữ lấy bằng mọi giá, kể cả cái chết.

Đó không chỉ là sự răn bảo của đấng cao xanh, đó còn là đòi hỏi của bản thể chân thực và thiêng liêng của con trong kiếp này- điều ấy sẽ tạo ra chính mệnh(4).

Như thế cũng có nghĩa là con sẽ thoát khỏi ma-giới mà bước vào Phật-giới.

Và có điều ta cần nói, coi như thay lời trăng trối xót xa của cha con:

Hãy làm mọi điều để hai chữ "Sát Thát" thích sâu trên cánh tay cha khỏi trở thành hư không và biến thành trò đùa cợt của những kẻ chỉ quý miếng ăn và địa vị của bản thân mình...

Khi cơn sóng thi hứng chưa lắng lại, cặp mắt của vị hoàng đế-thiền sư đã chợt nhòa lệ. Rất có thể đó là lần đầu tiên và cũng là lần cuối cùng ngài khóc ra nước mắt.

Người ghi lại câu chuyện này không rõ Thái thượng hoàng Trần Nhân Tông có trưng trị vương hầu vô đạo kia và tìm cách đưa cô gái trở về với đời thường hay không, nhưng đoán chắc một điều: cuộc gặp gỡ gần như "vô ngôn" với ni cô Diệu Hạnh trong một ngôi chùa quê đã là giọt nước làm tràn cốc nước, khiến ngài có một quyết định chấn động triều đình và thiên hạ. Ở tuổi ngoại tứ thập, sau khi đã "thận trọng trước sự răn bảo của trời, làm hết phận sự của người" như sử gia Ngô Sĩ Liên đời sau bình luận, ngài rời bỏ tất cả, thượng sơn tới một vùng cao ngất, hoang sơ và nguy hiểm phía Đông Bắc là núi Yên Tử để tiếp tục tu hành. Ngài thực hiện cái di nguyện của ông nội Thiền sư Trần Thái Tông. Cũng là ước nguyện của ngài tự thưở hoa niên... Ngài đã mở ra một dòng mới của đạo Phật, thâm sâu, thuần Việt - dòng Thiền nhập thế Trúc Lâm Yên Tử, và trở thành vị Vua-Bụt duy nhất của nước ta. Lý do sâu xa của hành trạng đó, dù đã có nhiều bậc trí giả xưa nay dày công nghiên cứu giải thích, nhưng cho đến bây giờ vẫn còn là một bí ẩn lớn.

Mai An Nguyễn Anh Tuấn

1. Long Hưng thuộc Thái Bình, Tức Mặc - Thiên Trường thuộc Nam Định, Vũ Lâm thuộc Ninh Bình.
2. Tu hạnh Đầu Đà là tu theo các công thức: ở nơi hoang vắng, ăn ít, ăn một bữa, mặc áo rộng, luôn ngồi chăng nằm...Và đặc biệt với Trần Nhân Tông là tu theo tư tưởng trọng đạo nghĩa, lánh thị phi, ghê thanh sắc, sống cuộc đời thanh đạm, nhàn tản vô vi...(Cư trần lạc đạo phú)
3. Giới (Biết điều răn cấm để không phạm lỗi lầm), Định (Không để tâm trí bị tán loạn), Tuệ (Trở nên sáng suốt) - theo Phật giáo, đó là tiến trình để đạt tới sự giác ngộ.
4. Tức lòng dạ ngay thẳng không lừa lọc. Là một trong những phép của Bát chính đạo (Đạo đế), thuộc Tứ diệu đế - lý thuyết cứu khổ của đạo Phật.