

DIỆU QUANG – DIỆU THANH

GIÁO TRÌNH
TU TẬP
ĐƯỜNG LỐI ĐẠO PHẬT

(Được thu ngắn gọn)

LỜI GIỚI THIỆU

Chúng tôi được đọc bản tóm lược các pháp hành theo đường lối tu tập xả tâm của pháp môn Tứ Thánh Định do kinh nghiệm tu tập của cô Diệu Thanh; cô Diệu Thanh ghi lại những lời dạy của thầy, đồng thời viết ra theo kinh nghiệm tu hành của mình, để trình lên chúng tôi xem xét, và để xin lời phê chuẩn sự tu tập của cô có đúng hay là sai.

Sau khi đọc xong, chúng tôi thấy bản tóm lược các pháp hành ở giai đoạn một (Sơ Thiên) rất cụ thể và rõ ràng, có kinh nghiệm trong sự thực hành tu tập ly dục ly ác pháp thật sự hằng ngày của cô.

Bản tóm lược ngắn gọn này có thể làm lợi ích cho mọi người khi mới bước chân vào Đạo Phật và không còn bỡ ngỡ với các pháp thiên của Phật giáo Nguyên Thủy.

Chúng tôi xin giới thiệu cùng các bạn, đây là một phương pháp “ngăn ác diệt ác pháp” tuyệt vời mà mọi người cần phải trang bị cho mình một sự hiểu biết sâu rộng về các pháp hành này, để xây dựng cho mình một nền tảng đạo đức nhân bản làm người; để xây dựng cho mình một cuộc sống không làm

khổ mình khổ người; để giữ gìn thân tâm mình thanh thản, an lạc và vô sự; để biến cảnh giới thế gian thành cảnh giới Thiên Đàng, Cực Lạc; để giúp chúng ta thoát ra khỏi bản chất của loài thú vật; để giúp chúng ta không còn vô tình trở thành những ác quỷ La Sát.

Thấy bản tóm lược này có lợi ích thiết thực như vậy, nên chúng tôi không thể chỉ trả lời riêng cho cô Diệu Thanh. Mà, muốn bản tóm lược này được đến tận tay quý bạn, nên chúng tôi cho in toàn bản tóm lược kinh nghiệm tu hành này, để giúp cho những ai muốn tìm đường thoát ra bốn sự đau khổ của kiếp làm người (sanh, già, bệnh, chết).

Bản tóm lược này chỉ là giai đoạn tu tập thứ nhất của pháp môn Tam Vô Lậu Học: “Giới, Định, Tuệ”, nhưng nó là pháp môn căn bản nhất trong Phật giáo.

Nếu trong bản tóm lược này có những điều gì chưa thông suốt, xin quý vị vui lòng thưa hỏi, chúng tôi sẽ sẵn sàng trả lời. Trả lời giúp cho mọi người sống không làm khổ mình khổ người; sống an vui hạnh phúc là chúng tôi đã mãn nguyện lắm rồi.

*Kính ghi
Tu Viện Chơn Như*

VẤN ĐẠO

Ngày 20 tháng 8 năm 2001

Kính bạch Thầy và cô Diệu Quang:

Con Diệu Thanh kính trình lên Thầy bản tóm lược sự tu tập. Có những điều con tu tập chưa biết đúng, sai, nhờ mong Thầy và Cô Diệu Quang xem xét chỗ nào đúng, chỗ nào sai mà chỉ dạy thêm cho con.

TU TẬP ĐÚNG PHÁP

1) Hỏi: Bạch Thầy: Theo như Cô Út dạy, hằng ngày con tập trung làm chủ ý, con luôn để tâm thanh thản, khi có niệm khởi thì con tác ý buông xả xuống.

Trong trạng thái thanh thản thì con nhận thấy rất rõ những việc con đang làm, làm từng cử chỉ nhỏ nhất con cũng đều biết. Thỉnh thoảng con dùng pháp hướng để xả tham, sân, si, và khi có chướng ngại pháp trong thân, thọ, tâm, pháp thì con mới dùng Định vô lậu để đẩy lui những chướng ngại pháp ra ngoài.

Con thấy tâm con được nhiều an vui phấn khởi. Con tu như vậy có được không thưa Thầy? Kính xin Thầy từ bi chỉ dạy.

Đáp: Con tu như vậy là con tu tập đúng pháp của Phật mà Thầy và Cô Diệu Quang đã dạy.

THỌ GIỚI CỤ TÚC

2) Hỏi: Bạch Thầy! Với chiếc áo của người cư sĩ, chúng con chưa thọ 348 giới của người xuất gia; chỉ giữ ba đức, ba hạnh, ăn, ngủ, độc cư, nhẫn nhục, tùy thuận và bằng lòng. Quyết diệt ngã xả tâm, ly dục ly ác pháp, và nguyện thực hành thiền định và trí tuệ thì chúng con có thể tiến đến mục tiêu giải thoát được không thưa Thầy? Kính xin Thầy chỉ dạy.

Đáp: Đối với chiếc áo người cư sĩ, con tu tập như vậy, thì con sẽ đạt được mục đích giải thoát của Đạo Phật, mà không cần phải xuất gia. Vì tu tập như vậy ý thức con rất thanh tịnh, nên không còn phạm giới, người phạm giới là người ý thức không thanh tịnh.

Bởi vì, tâm ly dục, ly ác pháp thì người cư sĩ cũng như người tu sĩ đều giống nhau, có nghĩa là không còn phạm giới. Mà không còn phạm giới thì đều là những bậc Thánh

Tăng, Thánh Ni. Ngược lại, người tu sĩ tuy thọ 348 giới mà không tu tập ly dục ly ác pháp thì thân, miệng, ý đều phạm giới. Như vậy thọ 348 giới chỉ là một hình thức sông. Hình thức sông ấy chỉ để nuôi ngã, do nuôi ngã nên các tu sĩ này xem thường những người phật tử chưa xuất gia. Họ cho những người cư sĩ chưa xuất gia là phải cúng dường và phục vụ cho họ. để cầu phước báo.

Cho nên đừng nghĩ rằng thọ giới cụ túc tu tập mới giải thoát, còn không thọ giới cụ túc thì tu tập không giải thoát. Có biết bao nhiêu tu sĩ đã thọ giới cụ túc, suốt đời ở chùa mà có giải thoát đâu!

HƠI THỞ BỐN THÌ

3) *Hỏi: Thưa Thầy! Tu về hơi thở, thì ngoài 5 hơi thở bình thường mà Thầy đã dạy con có thể áp dụng hơi thở của phương pháp thể dục thêm vào được không thưa Thầy? Những lúc làm việc mệt nhọc, về thất con ngồi yên lặng thở vào một hơi thở dài để không khí tràn đầy buồng phổi, rồi thở ra bằng miệng để tống hết những khí độc trong người ra ngoài, đó là hơi thở 4 thì của phương pháp thể dục. Áp dụng phương pháp này trong 5 hơi thở, con thấy người con khỏe trở lại. Như vậy con có nên giữ hơi thở này,*

và áp dụng thêm vào đầu giờ ngồi thiền có thể được không thưa Thầy?

Đáp: Về tu tập xả tâm ly dục ly ác pháp, con áp dụng thêm hơi thở 4 thì của phương pháp thể dục thì rất tốt cho sức khỏe, không có gì trở ngại cho sự tu tập của con.

AN LẠC CỦA ĐỊNH TƯỚNG VÀ HỖ LẠC CỦA SƠ THIỀN

4) Hỏi: Bạch Thầy: Thầy dạy khi ngồi thiền mà thấy sự an lạc rồi đắm chìm trong sự an lạc đó là sẽ rơi vào định tướng. Bạch Thầy! Kính xin Thầy giảng cho con được rõ sự khác biệt giữa an lạc của định tướng và sự hỷ lạc của ly dục ly ác pháp khác nhau như thế nào?

Và khi có sự hỷ lạc của ly dục, ly ác pháp thì có cần lưu giữ hay không? Hay phải làm như thế nào? Kính xin Thầy từ bi chỉ dạy.

1- Đáp: Sự an lạc của định tướng là có sự ưa thích. Còn hỷ lạc của Sơ Thiền thì không có sự ưa thích, nó chỉ là một sự an ổn, thanh thản của thân và tâm.

Khi có hỷ lạc của Sơ Thiền thì con không cần giữ nó, mà chỉ cần phải đẩy lui các chướng ngại pháp trên thân, thọ, tâm và các

pháp (thân Tứ niệm xứ), thì sự hỷ lạc không cần giữ mà nó vẫn có.

Vì thế, sự hỷ lạc của Sơ Thiên do ly dục sanh thì không cần giữ, mà chỉ cần khéo tác ý, giúp cho thân, tâm con thanh thản, an lạc và vô sự là đủ.

TỪ TRƯỜNG ÁC THIỆN MIÊN VIỄN

5) Hỏi: Bạch Thầy: Thầy dạy con người khi khởi những ý niệm thiện hay ác là đã gieo vào không gian những từ trường thiện ác, khi người đó chết đi, những từ trường kia vẫn còn tồn tại, nên khi người có năng lực của tướng thức giao cảm được với những từ trường đó mà thấy biết những sự việc đúng như thật, như việc các nhà ngoại cảm tìm được hài cốt của liệt sĩ.

Bạch Thầy! Như vậy những từ trường thiện, ác gieo vào không gian miên viễn, không tan hoại theo thời gian sao thưa Thầy?

Đáp: Đúng vậy, những từ trường này đều miên viễn, nó không bao giờ tan hoại, vì nó là hình ảnh, âm thanh do hành động thiện, ác của con người phóng ra, nó mãi mãi lưu giữ trong không gian. Còn nguồn gốc đi tái

sanh không phải là những từ trường đó, mà là nghiệp lực thiện, ác (tập khí).

Còn nghiệp lực toàn thiện do sự tu tập ngăn ác diệt ác thì cũng miên viễn, không bao giờ hoại diệt, tức là Niết Bàn của chư Phật.

NGƯỜI LÀM CHỦ Ý THỨC

KHÔNG THẤY MA

Hỏi: Và người tu hành lúc nào cũng điều khiển ý thức, làm chủ ý thức, không để cho tưởng thức lấn lướt, nên không bao giờ thấy ma. Có phải vậy không thưa Thầy? Kính mong Thầy hoan hỉ chỉ dạy cho con.

Đáp: Đúng vậy, người làm chủ ý thức là không bao giờ thấy ma. Nếu chưa làm chủ ý thức, tưởng thức sẽ hoạt động thì có năm loại ma sẽ xuất hiện...

BẢN TÓM LƯỢC

Ngày 7-7-2001

THẦY GIẢNG

Các con quỳ lại đánh lễ Thầy, Thầy thấy đau xót làm sao ấy. Có gì đâu, Thầy chỉ là người đi trước hướng dẫn người đi sau mà thôi. Những gì Thầy biết được Thầy dạy lại mấy con chỉ có vậy thôi.

Phật dạy cho người tu tập đầu tiên là phải tu tập Tứ Chánh Cần trên Tứ Niệm Xứ để ngăn ác, diệt ác pháp trên bốn chỗ thân, thọ, tâm, pháp nên không còn thấy phải trái, hơn thua mà chỉ thấy có thiện và có ác. Vì thấy phải trái hơn thua thì con đau khổ. Mà đau khổ là ác pháp, ác pháp làm khổ mình, khổ người. Vì vậy phải luôn ngăn ác diệt ác để tâm luôn sống trong thiện pháp là luôn được, an vui, thanh thản.

Quán Tứ Niệm Xứ trên Tứ Niệm Xứ, là dùng pháp Tứ Niệm Xứ quán Tứ Niệm Xứ trong thân của mình tức là thân, thọ, tâm, pháp.

Quán Tứ Bất Hoại Tịnh, không phải quán theo tứ niệm mà quán theo hạnh sống

của Đức Phật như thế nào thì ta phải sống như thế ấy. Và pháp của Phật dạy như thế nào thì ta phải thực hành như vậy. Ta tin Tăng là người đại diện cho chánh pháp của Đức Phật, dạy ta cách sống, cách tu tập như Phật. Ta phải nương theo đó cố gắng tu. Và giới luật của Phật đặt ra để ngăn chặn những điều ác thì người tu tập phải ráng giữ cho đúng, thực hành cho đúng.

Thầy giảng Kinh Nguyên Thủy, nhưng Thầy lại mặc chiếc áo của Đại Thừa, là vì Thầy xuất thân từ Đại Thừa nên Thầy muốn hoán chuyển Đại Thừa, chứ không phải có ý gì khác.

Người tu hành theo Phật giáo khi ăn một món ăn với tâm từ bi là phải quán xét 10 phương, đây không phải là mười phương bên ngoài, mà là 10 phương trong bát thực phẩm ấy. Quán xét xem trong bát thực phẩm có thịt chúng sanh hay không? Có nghe tiếng kêu la đau khổ của chúng sanh hay không? Và có nghi ngờ là bát thực phẩm ấy có thể có thịt chúng sanh không? Nếu có, nhất định là không dùng. Chỉ nên dùng thực phẩm chay tịnh mà thôi.

Vì sự sống mà chúng ta phải ăn, những rau cải, cỏ cây là chúng ta đã giết chết sự

sống của loài thực vật. Vì vậy người tu hành mặc dù là dùng thực phẩm chay tịnh, của loài thực vật cũng không được phí phạm. Ngày xưa Đức Phật còn không đi trên cỏ, vì sợ hủy diệt mầm sống của cỏ cây để nuôi sống thân này, để tu hành thì không thể nào phí phạm thực phẩm được.

Tu tập giữ hạnh độc cư cho trọn vẹn thì không được nói chuyện. Trong một ngày, mình giữ không nói chuyện, nhưng đến cuối ngày thì nói, như vậy là trong ngày đó mất hết.

Trong một ngày tu tập, nỗ lực, hết sức, cố giữ gìn im lặng không nói chuyện, để tránh các duyên; để hộ trì các căn; để tỉnh thức ngăn ác diệt ác pháp; để tỉnh thức đẩy lui các chướng ngại pháp trên thân, thọ, tâm, pháp của mình, để tâm không phóng dật; để thân tâm được thanh thản, an lạc và vô sự. Thế mà, một phút phá hạnh độc cư thì sự tu tập ấy chỉ hoài công vô ích.

Vì vậy tu hành thì phải cương quyết giữ hạnh độc cư cho trọn vẹn.

Tịnh chỉ ngôn ngữ mới nhập được Sơ Thiên. Các con hãy nhớ như vậy.

Thầy mong rằng, với chiếc áo của người cư sĩ mà các con tu tập và sống đúng một đời sống của người xuất gia, quyết tâm tu đến giải thoát, làm sáng tỏ Phật giáo với nền đạo đức nhân bản, nhân quả. Đem lợi ích đến cho loài người trên hành tinh này để mọi người được sống trong sự thanh bình, an vui và hạnh phúc.

Chơn Như Ngày 4-7-2001.

NHỮNG LỜI CÔ ĐIỀU QUANG DẠY:

1. Người xưa dạy trước khi nói phải uốn lưỡi bảy lần, có ý nghĩa là trước khi muốn nói một điều gì, phải suy xét kỹ càng, xem lời nói đó là thiện hay là ác, lời nói có làm buồn khổ ai không? Lời nói có lợi ích cho người hay không lợi ích?

Nếu lời nói thiện không làm buồn khổ cho ai thì nên nói. Còn lời nói ác làm khổ cho người hoặc lời nói không có lợi ích cho ai thì đừng lại không nên nói.

2. Sống độc cư không nói chuyện để tâm luôn luôn tỉnh thức, làm chủ cái ý. Sống trong cảnh động, làm việc chung với nhau mà không nói chuyện mới thấy rõ tâm mình có giữ được hạnh độc cư hay không?

Tiếp xúc với nhau trong công việc hằng ngày, nơi nhà bếp, Khi muốn nói một chuyện gì thì ta tác ý “Ta đang tu, đang giữ hạnh độc cư thì không được nói chuyện” Do tác ý như vậy nên tâm không duyên theo cảnh mà khởi động, đó là làm chủ được cái ý.

Nếu không làm chủ được ý thì lén lút nói chuyện, Như vậy là ức chế tâm trong hạnh độc cư.

Còn ngồi yên trong thất, thì không gặp cảnh nên không rõ được tâm mình trong hạnh độc cư.

3-) Hằng ngày ta luyện tập làm chủ cái ý lâu dần sẽ thuần thục đến khi lâm chung, mọi chuyện trong quá khứ, tùy theo nhân quả thiện ác của ta diễn biến trong tâm thức như chiếu lại “cuộn phim” của chính ta. Nhờ luyện tập ngăn ác, diệt ác pháp hằng ngày mà tâm ý được chủ động, không duyên theo cuốn phim ấy, không khởi tâm ham muốn, tâm tình cảm... thì lúc đó tâm ta đã thuần thục trong việc làm chủ ý, nên ta điều khiển ý không đi thọ sanh nữa, có nghĩa là chấm dứt tái sanh luân hồi.

4-) Cô Út hay la rầy mấy em, không phải là rầy về nấu ăn, mà la rầy vì không dừng được ý, thiếu tỉnh thức trong việc làm. Vì vậy người tu phải rèn luyện cho mình một ý chí, cương quyết làm sao dừng cái ý cho được mới làm chủ được sanh tử luân hồi.

Muốn dừng được ý trước tiên là không được nói chuyện. Không nói chuyện là mình dừng được ý cho mình mà dừng được ý cho

người. Có lợi chung với nhau. Có lợi ích cho mình cho người thì nên làm.

5-) Trong ba hạnh ăn, ngủ, độc cư thì hạnh độc cư là khó nhất. Khi có người hỏi chuyện, khởi chuyện cho mình nói, mình nhất quyết làm chủ ý nên không nói, không tham gia vào câu chuyện đó, mình không thể tùy thuận làm vừa lòng người trong trường hợp này được. Nếu tùy thuận làm vừa lòng người thì mình không thể nào làm chủ ý mình được.

Nói chuyện thì tâm xao động theo ngoại cảnh làm ta mất tỉnh thức.

Do vậy người tu tập không nên nói chuyện.

6-) Khi ngồi thiền, người tu phải quán xét mình đang ở trong trạng thái nào thì biết rõ trạng thái đó. Tâm đang khởi niệm tham, hay sân hay si, hoặc khởi tâm dục hay an lạc đều phải xả hết. Nếu có sự an lạc mà đắm chìm trong an lạc, đó là sẽ rơi vào định tưởng, mà rơi vào định tưởng là mất tỉnh thức, dễ bị tẩu hỏa nhập ma.

Người tu thiền cần phải rõ và cảnh giác về định tưởng này.

7-) Người tu hành đừng quá quan trọng về kinh sách và băng giảng. Đọc để hiểu rồi bước thẳng vào thực hành, nếu chấp chặt vào kinh sách rồi suy luận theo lời giảng, thì sẽ thành kiến giải vay mượn chứ không còn cái thực hành hiểu biết của riêng mình.

Sự tu của mình được như thế nào chỉ mình biết được mình hơn ai hết không thể diễn đạt bằng ngôn ngữ. Kinh điển “bất lập văn tự” là ngay chỗ này- biết mà không biết, nói mà không nói.

Đời sống thoải mái, tâm thể rộng rang, không dính mắc vào chỗ nào là sự đạt được của người tu vậy.

8-) Người thế gian hay nhìn hình tướng bề ngoài mà đánh giá con người nên dễ bị sai lầm .

Người tu hành do có rèn luyện nên không thể có cái nhìn như người thế gian được. Nhìn hình tướng bên ngoài mà đánh giá con người qua chiếc áo tu sĩ hay cư sĩ thì lại càng sai lầm hơn nữa và bản ngã càng to lớn khi nghĩ rằng ta là người xuất gia bao giờ cũng hơn người cư sĩ. Người cư sĩ có bốn phận phải phục vụ cho người xuất gia. Do đó khó diệt được bản ngã.

Vì vậy người tu tập phải có một cái nhìn sắc bén thấu suốt ý của người khác. Nhìn và đánh giá con người bằng cái Tâm chứ không bằng hình tướng thì sự đánh giá mới chính xác được

Muốn có cái nhìn thấu suốt ý của người khác, thì phải luôn tỉnh thức trong chánh niệm mới nhận định đúng sự việc được.

9-) Trong tu viện, việc thực hành đúng đường lối của đạo Phật là sống thiểu dục tri túc, nên không chấp nhận cuộc sống xa hoa, phung phí, đòi hỏi phải có đủ tiện nghi, khiến cho tâm người tu chỉ mong muốn hưởng thụ, mà không diệt được tâm dục.

Những cám dỗ của thế gian như ti-vi, tủ lạnh, bếp ga đều không được dùng. Con người sanh ra từ nguyên thủy không có gì, thì phải trở về cái nguyên thủy của nó, mới thấy được cội nguồn phải sống. Có sống trong cái khổ mới thấy được Thiên Đàng, chứ sống trong dục lạc thì làm sao thấy Thiên Đàng cho được, chỉ là Thiên Đàng giả tạo ảo tưởng mà thôi.

Vì vậy người tu sĩ cũng như người cư sĩ chấp nhận vào sống trong tu viện là chấp nhận cuộc sống đạm bạc, mới đúng hạnh sống của người tu giải thoát.

10-)Ái kiết sử: Sợ dây vô hình trói buộc người tu rất mãnh liệt. Người tu nếu không trang bị cho mình một ý chí quyết liệt, dứt khoát, thì khó mà vượt qua được.

Mình cứ nghĩ rằng đi tu là tự mình giải thoát cho mình, chứ ngoài ra không ai giải thoát cho mình được.

Những người thân của mình, cha mẹ, anh em, vợ chồng, con cái chỉ là hợp duyên nợ nần nhân quả, vay trả trong một kiếp sống của mình mà thôi. Khi đã xong nợ, thì đường ai nấy đi, có gì mà nhớ mong; có gì mà thương tiếc. Nhớ mong, thương tiếc quá ràng buộc, thì ảnh hưởng không tốt trên bước đường tu của mình. Có thể do sự nhớ thương gia đình, con cái mà đến lúc lâm chung ta không thể làm chủ được ý, để phải chịu tái sanh luân hồi, thì uổng cho một đời tu.

Do đó, khi có một niệm nhớ thương đến gia đình, con cái thì người tu phải cương quyết tác ý “không được nhớ nghĩ, tiếc thương nữa, mình đang tu có thương nhớ cũng không giải quyết được gì, hãy lo tu đi không được nhớ nghĩ đến nữa” Tác ý lâu ngày thì sự thương nhớ cũng phai dần rồi hết hẳn.

11-) Người tu hành do có trau luyện nên có cái nhìn khác người thế gian nhìn trong hiện tại, mà thấu suốt đến tương lai - nhìn một cảnh đẹp, một bông hoa đẹp là đã thấu suốt được cảnh đẹp đó, bông hoa đẹp đó sẽ bị phai tàn theo thời gian năm tháng.

Do đó, người tu hành không để cảnh đẹp nào dính mắc vào tâm mình, thấy đó, biết đó rồi quên.

Nhìn một cảnh đẹp thấy biết đẹp, xấu, nhưng không vì đẹp xấu mà khởi tâm ưa thích. Khởi tâm ưa thích đẹp, xấu, là có tâm dính mắc trong đó rồi. Nhìn để mà nhìn nhân quả, biết để mà biết nhân quả, đẹp cũng như xấu đều là nhân quả khổ đau cả.

12-) Khi gặp những khó khăn, những trở ngại thì người tu tập phải biết quán tuyệt đỉnh để mà quyết chí vượt qua những khó khăn, những trở ngại đó.

Quán tuyệt đỉnh của khổ đau, để không còn thấy đau khổ nữa.

Quán tuyệt đỉnh của cái nóng bức, để không còn thấy nóng bức.

Quán tuyệt đỉnh của cái lạnh, để không còn thấy lạnh.

Quán tuyệt đỉnh của oan ức, để không còn thấy oan bức.

Quán tuyệt đỉnh của thân đau nhức, để không còn thấy đau nhức.

Khi ta quán tuyệt đỉnh những sự việc trên đang ở một cường độ cao nhất, là ta vượt qua được những trở ngại đó không mấy khó khăn.

Nếu không quán xét để vượt qua, là ta cứ triền miên trong cái đau, cái nóng, cái lạnh và bị lệ thuộc về ngoại cảnh mà không làm chủ được ý mình.

Vì vậy, người tu tập phải biết cách vượt qua những trở ngại, để tự tạo cho mình luôn có một tâm hồn thanh thản, an lạc trước mọi sự diễn biến của cuộc đời.

13-) Người tu gặp những nghịch cảnh, những khổ đau, đầu tiên là cũng có những cảm nhận của một con người, cũng biết buồn, biết đau nhưng ngay đó liền tác ý, làm chủ ý, để buông xả, để hoán chuyển những nỗi buồn, những khổ đau kia không còn đau khổ nữa, thì tâm mới như đất được. Biết mà không biết là như thế nào?

Biết cảm nhận, rồi tự điều khiển để tâm luôn luôn ở trong trạng thái thanh thản, an lạc và vô sự.

Nếu khi đối diện với những nghịch cảnh, những khổ đau mà tâm không biết gì, không có sự cảm nhận, thì hóa ra là vô tri như cục đá, như khúc cây thì có lợi ích gì cho sự tu hành.

14-) Phải nhàm chán những dục lạc thế gian, là bước đầu tiên của người muốn tu giải thoát, có nhàm chán thì tâm không còn ham thích một điều gì. Dục lạc thế gian chỉ là tạm bợ, vui đó rồi buồn đó. Người quyết chí tu thì xa lánh những dục lạc này rất dễ dàng. Ta nhớ câu “Xả thân cầu đạo, xả phú cầu bần” thì thân tâm mới an ổn.

Không còn kể thân này là của ta nữa. Thân này làm được việc gì, có lợi cho người thì làm. Không còn kể thân này mập hay ốm, đẹp hay xấu nữa; không còn nghĩ đến sự giàu sang, sung sướng cho riêng mình; không còn muốn ăn ngon, mặc đẹp gì nữa. Cuộc sống giản dị, thanh bần, ăn ngày một gạo là đủ lắm rồi. Tâm chỉ mong cầu một đạo giải thoát mà thôi, luôn quán xét xả tâm, ly dục, ly ác pháp, để tâm luôn luôn được sống trong thiện pháp.

15-) Khi ý vừa khởi niệm “mình làm việc cực quá mà sao có nhiều người sướng quá” hoặc” phần ăn của người sao đầy đủ, còn phần mình sao lại ít hơn người” “Người thì ăn cơm ngon, cơm nóng sao mình lại ăn cơm cháy, cơm nguội” Khi ý vừa khởi như vậy, là phải nhận ra liền: Đó là tâm ganh tỵ, là tâm tham ăn, thì ta phải điều động ý buông xả xuống, đó là những tâm ác không nên để dính mắc một chút xíu nào trong tâm ta được.

Nên nhớ rằng, thực phẩm dư thừa cũng không được phí phạm. Ở khâu nhà bếp là phải chịu thôi, phải bình thản trước mọi việc. Ai cho gì ăn nấy, không đòi hỏi phải có đủ món này, món kia, ăn thì không khen, không chê. Ăn để mà sống, sống để mà tu là như vậy.

Cuộc đời tu là khó lắm, muốn thấy được đạo phải đổi lại bằng bao nhiêu sức lực, bằng máu và nước mắt thì mới thấy được, chứ không phải đơn giản.

16-) Vào sống trong tu viện thì mọi sự việc đều phải tùy thuận vào Thầy và cô Út không được tự mình quyết định làm một điều gì theo ý mình.

Người tu tập phải biết khắc phục tâm mình trong hạnh nhẫn nhục.

Phải an nhiên trước sự nóng, lạnh và thiếu thốn tiện nghi của các pháp thế gian là khắc phục tâm mình trước pháp kham nhẫn.

Và bình tĩnh tự tại trước những lời mắng nhiếc la rầy của Cô Út là đã khắc phục tâm mình trước sự sanh nhẫn.

Hai hạnh nhẫn nhục trên nếu người tu tập tự điều phục được thì con đường tu sẽ mở rộng thênh thang cho ta tiến bước.

17-) Trong bữa ăn hàng ngày của Tu Viện thường có rau cải. Trong các rau cải, có tất cả mùi vị đắng, cay, ngọt, chát, mấy ai ăn mà đã ý thức được đó là những mùi vị đắng cay của cuộc đời, mà đã sanh ra là con người thì phải nếm đủ hết những mùi vị đó thì mới hiểu được đời sống con người là khổ, là thật khổ để rồi nhàm chán, thì mới bước vào con đường tu được.

Mùi vị đắng cay của một gia đình không hạnh phúc, cha thì có vợ khác, mẹ thì theo chồng khác, con cái phải bơ vơ, đó là cái khổ nhất của con người.

Đắng cay vì sự khắc nghiệt của một ông chồng, lúc nào cũng tự cho mình là chủ một gia đình, người vợ thì phải phục tùng theo sự sai khiến của ông chồng, đó cũng là cái khổ của con người.

Đắng cay của đôi vợ chồng, không có sự nhường nhịn nhau, lời qua, tiếng lại, mắng chửi nhau, đánh đập nhau, đó là nỗi khổ của con người.

Đắng cay trong gia đình khi anh em, chị em không thương nhau, ai cũng nghĩ đến cái lợi riêng của mình, tranh hơn, tranh thua, cũng là một cái khổ của con người.

Người tu tập thấy biết sự cay đắng của cuộc đời như vậy đó, để rồi nhàm chán mà xa lánh thế gian thì mới mong tu có tiến bộ được.

18-) Thầy và Út đã từng dạy. Nơi đâu có đạo đức là nơi đó có sự công bằng và công lý.

Vào sống trong tu viện, người tu sĩ cũng như người cư sĩ nên tự khắc phục tâm mình, để được thích nghi với cuộc sống nơi đây, nên hòa đồng với mọi người, đừng nên vì mình mà phải phiền hà đến nhiều người khác.

Như việc ai vào Tu viện thấy người khác có bình thủy nước nóng, rồi bắt chước cũng đòi hỏi Út cho bình thủy nước nóng. Có lúc số lượng người trong tu viện và luôn cả khách đến tu học gần 50 người.

Công việc nơi nhà bếp tất bật, không hở tay, mọi người cứ nghĩ rằng nơi nhà bếp là nơi phục vụ. Thử nấu nước nóng cho 50 bình thủy thì còn thời gian đâu nữa mà nấu cơm?

Nơi đây không có nhận người vào làm công quả, chỉ nhận người vào tu học mà thôi. Họ thấy Út cực nên họ tình nguyện vào phụ bếp, với Út, chứ không phải làm công quả, vì vậy nên để họ có thời gian tu tập.

Việc đòi hỏi có bình thủy nước nóng chỉ dành riêng cho người già yếu, bệnh đau mà thôi.

Vào sống trong Tu viện là phải biết khắc phục tâm mình trước những khó khăn. Đừng đòi hỏi những gì quá đáng thậm chí pin đồng hồ là vật dụng cá nhân cũng đòi hỏi mà khi đó Út đang phải quay cuồng với công việc. Tu hành thì phải biết khắc phục tâm mình chứ.

19-) Có những người cư sĩ về đây tu học xin thọ giới Bát Quan Trai và xin được xả giới Bát Quan Trai.

Thọ giới và xả giới chỉ là một nghi thức cho sự tu tập một cuộc sống giống như Đức Phật, tập một ngày hay nhiều ngày khép mình trong giới luật của những hạnh ăn, ngủ, độc cư, nhẫn nhục, tùy thuận và bằng lòng.

Người tu tập đừng quá quan trọng về những nghi thức trên, là những hình tướng bên ngoài mà nên quay vào trong để giữ giới cho được trọn vẹn.

Giới thì nên giữ, chứ sao lại xả. Xả là mất hết thiện pháp thì làm sao tâm thanh thản, an lạc được...

Giới luật giữ được hay không được là do tâm, chứ nào phải do hình tướng thọ hay không thọ. Có những người thọ giới mà vẫn phạm giới đó thì sao? Vì vậy người tu tập nên sống một đời sống thoải mái, không làm khổ mình, khổ người, luôn luôn sống trong thiện pháp là đã bắt đầu một đời sống giới luật rồi vậy.

20-) Người tu hành khi gặp những cảnh hàm oan, thì tốt nhất là nên im lặng, không

cần phải phân bày, vì phân bày thì nào có ai biết cho, mà chỉ nên bình tĩnh tác ý để điều phục tâm được an ổn, không xao động. Hơn nữa, những sự việc bên ngoài đều sẽ tùy theo nhân quả thiện, ác của người mà hiện bày rõ ràng. Người gây nghiệp ác sẽ nhận chịu hậu quả của nghiệp ác. Ta cứ bình thản không nói một lời, cố giữ tâm mình, để ác pháp không tác động vào tâm ta được, tức là ta đã chuyển được nhân quả. Từ ác chuyển thiện; từ khổ chuyển vui. Do đó ta đã thành công trên đường giải thoát của Đạo Phật

Vì ta có phân bày thế này, thế kia với họ là ta đã tự gánh nghiệp cho mình. Tốt nhất là nên điều phục tâm mình trước những nghịch cảnh để vượt qua, để tâm luôn luôn được an vui, thanh thản, luôn được sống trong thiện pháp. Tự tin nơi mình là tốt nhất.

21-) Người tu tập, điều tốt nhất là luôn tỉnh thức trong chánh niệm, vì có tỉnh thức trong chánh niệm thì mới có nhẫn nhục, có nhẫn nhục thì mới tùy thuận được, có tùy thuận thì mới bằng lòng theo ý của mọi người.

Nếu không có tỉnh thức trong chánh niệm thì con người khó mà nhẫn nhục. Ba

hạnh trên liên kết với nhau, không có nhấn nhục thì làm sao có được tùy thuận và bằng lòng.

Vì vậy, người tu hành luôn luôn phải tỉnh thức trong chánh niệm trước mọi sự việc, phải nhạy bén trước mọi tình huống để điều phục tâm, muốn được tỉnh thức trong chánh niệm thì phải thường xuyên làm chủ cái ý.

22-) Đối với việc sống chết, người tu hành nên xem đó là một, chứ không phải là hai. Lúc nào cũng nghĩ là mình đã chết rồi thì còn gì để mà ham muốn, còn gì để mà sợ hãi, còn gì để mà hơn thua, tranh luận.

Sống thì trong sự thoải mái an vui, không lo nghĩ tính toán một điều gì.

Chết thì cũng trong cái an vui, không lo âu sợ hãi.

Sống cũng vậy mà chết cũng vậy, có gì mà phải bận tâm.

Người tu hành phải biết như vậy và thực hành như vậy, thì mới xả được tâm dục và các ác pháp, tu tập mới tiến bộ được.

23-) Trên bước đường tu hành, đầy những gian nan và thử thách. Còn những chặng đường đầy chông gai hiểm trở, người

tu hành phải từng bước, từng bước tháo gỡ những khó khăn. Phải có một ý chí kiên cường, dũng mãnh, quyết chiến đấu không ngừng với nội tâm, thì mới có thể vượt qua được.

Sống trong cảnh động mà tâm thấy lặng thì đó là giải thoát.

Còn chấp trong cảnh lặng thì tâm mới lặng được là còn dính mắc. Cái lặng đó sẽ rơi vào định tướng. Do đó, Út phải tạo cảnh la đuổi chó mèo giữa đêm khuya là để mọi người được tỉnh thức trong lúc thiền.

Mọi cảnh bên ngoài là động, muốn cho tâm lặng không còn trạo hối thì phải dùng cái ý. Ý khởi lên muốn đi nơi này, nơi kia để tâm được yên, nơi đây mà không dừng được cái ý thì đi nơi nào cũng không dừng được. Ngay chỗ gút mắc này, người tu hành phải quyết chiến đấu để tháo gỡ những khó khăn, để vượt qua. Quyết có tiến chứ không lùi bước.

Do nhiệt tâm quyết chiến như vậy, tất nhiên là sẽ chiến thắng, “thắng được tâm mình là chiến công oanh liệt”. Đó là lời Phật đã dạy.

24-) Trong lúc thân bệnh đau nhiều, người tu tập nên tác ý, với sự nhiệt tâm để điều phục tâm, để giảm bớt sự đau đớn. Đừng vì thân đau bệnh mà nản chí, khiến cho tâm bi quan rồi nhịn ăn, để thân mau hoại diệt.

Nên để thân ra đi trong sự bình thường. Vì ép chế thân nhịn ăn để mau chết là ức chế thân và tâm, ra đi trong sự đau đớn, đói khát. Như vậy làm sao có sự thanh thản giải thoát được?

Nên để cơ thể bình thường với sự bình thường của nó, vẫn ăn uống đầy đủ, đến khi nào hết duyên thì tự nó hoại diệt ra đi trong sự an nhiên, như vậy mới gọi là sự giải thoát.

Ý DIỆU THANH HIỂU NHỮNG LỜI DẠY CỦA CÔ DIỆU QUANG

1/ Diệu Thanh tự nghĩ, muốn học tu thiền, đầu tiên là nên tu về đạo đức làm người trước. Vì có đạo đức thì con người mới trọn vẹn là con người, mới mong tiến lên làm Thánh được.

Có đạo đức thì tâm con người mới thấy bao la rộng rãi, nhìn nơi đâu cũng thấy thương, chứ không còn ghét nữa. Không dám

nói một lời nói nào làm buồn lòng người khác, luôn mong muốn lời mình nói ra, có lợi cho người, làm vui lòng người thì mới dám nói. Lời nói mong muốn mọi người hòa hợp, chứ không bao giờ nói lời chia rẽ người. Không dám nghi ngờ một điều gì cho ai. Vì nghi ngờ người, nếu không đúng, là tự mình đã gieo một nghiệp quả nặng nề cho chính mình...

Và khi làm một việc gì, cũng luôn cân nhắc kỹ càng việc mình làm, có làm buồn, làm hại đến ai không?

Do tình thương đối với mọi người đều như vậy, thì cái tâm đâu còn sân giận, đâu còn buồn phiền, nên dễ tha thứ những gì lỗi lầm của người khác. Do đó, khi bước vào tu thiền thì xả tâm được dễ dàng.

Nếu không rèn luyện cho mình một đạo đức làm người trước, thì khi bước thẳng vào tu thiền, khó mà ta xả tâm được. Khi gặp nghịch cảnh thì dễ sân, dễ giận, và hay sanh tâm ganh tỵ, khi thấy người hơn mình. Khi tu được một điều gì thì bản ngã càng lớn. Còn tu không được thì tâm dễ thoái chuyển, có khi bỏ cuộc nửa chừng. Đó là do đạo đức làm người chưa rèn luyện vững vàng vậy.

2-) Người ta bảo rằng “cô Út khó tánh, mỗi chuyện là cô mỗi la rầy, nhưng người hay nói chuyện là cô đập phá thẳng tay, không vị nể một ai và nhất là những người ở dưới bếp, là những người liên tiếp chịu nhiều trận đòn nhất”.

Nơi đây, ví như một lò luyện thép tinh vi, trui luyện làm sao mà tâm phải bất động trước các pháp. Những lời mắng chửi chỉ thoáng qua thôi, không để dính mắc một chút nào trong tâm, thì may ra sự tu mới có được một phần nào kết quả.

Phải công tâm mà nói, chúng con là những người thường xuyên ở dưới bếp, vì sợ cô la rầy nên chúng con lúc nào cũng sẵn sàng ở trong tư thế chuẩn bị đề cao cảnh giác cao độ. Mà cảnh giác cao độ là thường xuyên tỉnh thức rồi.

Cô đã huấn luyện cho chúng con có sự tỉnh thức thực tế ngay trong công việc làm, chắc hẳn, có nhiều lợi ích hơn sự tỉnh thức kèm thúc theo phương cách ngồi thiền từ xưa đến nay.

3-) Có lần Diệu Thanh hỏi Cô Út: “Út ơi! Út muốn cho người xả tâm, nên la rầy mắng chửi. Những người xả tâm chưa được nên

sanh buồn khổ, như vậy là Út có tạo nghiệp không hồi Út”.

Cô Út trả lời: “Không! Út muốn cho người luôn tỉnh thức để xả tâm cho bằng được, nên Út la rầy mắng chửi. Do tâm thiện Út mới làm vậy, chứ nào có ghét bỏ ai đâu? Nên không thể gọi là tạo nghiệp. Họ không xả tâm được là tại họ. Họ xả tâm được thì họ thấy Niết Bàn, còn xả không được thì tự họ tạo cảnh địa ngục cho họ mà thôi. Út chỉ trợ duyên cho họ, chứ không phải tự tạo nghiệp cho mình.

KÍNH TRÌNH THẦY VÀ CÔ DIỆU QUANG

Những điều Cô dạy con hiểu và cố gắng khắc phục tâm con để thực hành đúng như lời dạy.

Những lời dạy của Cô đối với con quý giá vô cùng, vì trong thực hành, con nhận thấy tâm con được nhiều an vui và phấn khởi trong tu tập. Con mong rằng các bạn cư sĩ cùng hiểu và cùng thực hành như vậy để có sự an vui cho chính mình.

Con kính mong lời phê bình của Thầy và của Cô để cho con biết đúng hay sai trong tu tập.

Con thành tâm kính ghi và nhớ ơn của Thầy và Cô.

Kính ghi.

Con của Thầy và Cô Út

Diệu Thanh

LỜI PHÊ CỦA THẦY

Ngày 20 - 8 - 2001

Kính gửi: Diệu Thanh

1-/ Các con quỳ đánh lễ Thầy là tỏ lòng cung kính, nhưng với đôi mắt của Thầy, thì các con với Thầy đều bình đẳng như nhau. Chỉ có sự cung kính cao quý nhất của các con, là các con sống toàn thiện, sống không làm khổ mình khổ người, chính sự sống ấy là sự cung kính tôn trọng Thầy. Còn các con đánh lễ Thầy mà không sống được như vậy thì chẳng khác nào các con sống theo kiểu cách phong kiến.

Còn nếu không quỳ đánh lễ, để tỏ lòng cung kính thì các con sanh ra tâm ngã mạn, nhưng là người tu đúng pháp của Phật thì sống toàn Thiện. Toàn thiện thì ngã mạn cũng phải triệt tiêu, cho nên sự cung kính đánh lễ chỉ là vấn đề phụ. Biết cung kính, biết tôn trọng Thầy là phải biết xả tâm ly dục ly ác pháp. Chính xả tâm ly dục ly ác pháp là tôn trọng, là tôn kính, là đánh lễ Phật đánh lễ Thầy như Thầy đã dạy ở trên.

Vì Phật đã dạy: “Hãy dâng lên cúng dường chư Phật bằng năm loại hương: Giới

hương, định hương, huệ hương, giải thoát hương, giải thoát tri kiến hương”.

Đọc suốt 27 đoạn, con ghi chép lại trong quá trình tu tập tại Chân Như, nó trở thành một giáo trình tu tập ngắn gọn đầy đủ ý nghĩa: “Ngăn ác diệt ác pháp”, khiến cho người tu tập làm chủ được tâm mình, hay nói cách khác là làm chủ được cuộc sống, tâm bất động trước các pháp và các cảm thọ.

Chúc con tu tập xả tâm tốt.

Kính thư

Thầy của con .

CẦN GHI NHỚ BẢN TÓM LƯỢC NÀY

BẢN TÓM LƯỢC

GIÁO TRÌNH TU TẬP NGẮN GỌN NHẤT CHO MỘT NGƯỜI QUYẾT CHÍ TÌM TU GIẢI THOÁT SANH TỬ, LUÂN HỒI.

Hằng ngày sống giao tiếp với mọi người, mọi việc thì nên tu tập pháp “Ngăn ác, diệt ác pháp” và kết hợp với pháp hướng tâm “như lý tác ý” thì cuộc sống đầy đủ trọn vẹn đạo đức làm người “không làm khổ mình khổ người.

Hằng ngày sống không giao tiếp với ngoại cảnh, thì nên tu tập pháp “đẩy lui các chướng ngại pháp” trên bốn chỗ: thân, thọ, tâm, pháp và kết hợp với pháp hướng tâm “như lý tác ý” thì thân, tâm sẽ bất động trước các ác pháp và các cảm thọ, tức là nhập vào “Bất Động Tâm Định”.

DIỆU QUANG HỎI ĐẠO

(Ngày 30 tháng 8 năm 2001)

TỨ NIỆM XỨ KHÔNG PHẢI LÀ NIỆM LỰC

Hỏi: Sau khi tập sách “Giáo Trình Tu Tập Đường Lối Đạo Phật” ra đời, thì con được đọc một bức thư của một nhà sư học giả (xin dấu tên).

Nhà sư bảo rằng: “Tứ Niệm Xứ không phải là Niệm Lực”. Và còn cho một thí dụ để xác định cho câu nói trên: “Như có người thấy con chó nhảy từ đồng rác ra, rồi nói rằng: “Đồng rác là sức mạnh của con chó”. dĩ nhiên là sai rồi, vì đồng rác chỉ là chỗ con chó dùng làm nơi xuất phát, làm điểm tựa, còn sức mạnh (tức sức lực) của con chó là ở chỗ nơi cơ bắp của nó, chứ không phải chỗ nơi đồng rác.

Cũng như vậy, Tứ niệm xứ là bốn chỗ nghĩ, nhớ, quán, niệm. Hành giả nương tựa nơi bốn chỗ ấy mà dùng sức mạnh (lực) tinh tấn để nhảy lên bậc thang của đạo, chứ không phải chỗ ấy là lực. Như vậy, xin Thầy giảng cho chúng con hiểu chỗ đúng chỗ sai trong chỗ kiến giải này.

Đáp: Thứ nhất nhà sư học giả này dùng lời lẽ phỉ báng Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Vì chính Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã dạy trong kinh Ngũ lực “Niệm Lực là Tứ Niệm Xứ” hay nói cách khác: “Tứ Niệm Xứ là Niệm Lực”. Nếu ai nói khác lời dạy này là phỉ báng Đức Phật, là phỉ báng Pháp Phật.

Có bao nhiêu ví dụ, thế mà nhà sư này lại cho một ví dụ so sánh pháp Tứ Niệm Xứ của Phật như một đồng rác. Đó là lời phỉ báng Phật Pháp không có lời phỉ báng nào hơn.

Ai cũng biết lực từ cơ bắp, nhưng cơ bắp không luyện tập đúng pháp (Tứ Niệm Xứ) thì cơ bắp không có sức mạnh. Nhưng ở đây, chúng ta nên hiểu sức mạnh của Tứ Niệm Xứ là sức mạnh của tinh thần chứ không phải sức mạnh của cơ bắp. Nhà sư nêu ra cơ bắp tức là nhà sư không hiểu pháp môn Tứ Niệm Xứ .

Ví dụ: Về cơ bắp, nếu không dùng môn võ học tập luyện thì cơ bắp không có một sức lực đánh như gió.

Tứ Niệm Xứ là một pháp môn tu tập mà Đức Phật đã xác định thời gian nhất định của nó là 7 ngày, 7 tháng, tối đa là 7 năm chứng đạo. Như vậy pháp môn này quý báu,

vô giá. Thế mà, có nhà sư đánh giá quá rẻ mạt, như đồng rác.

Nhờ có pháp môn này tu tập, nên chúng ta mới có đủ tâm lực (niệm lực) nhập vào các loại thiền định khác như: Sơ Thiền, Nhị Thiền, Tam Thiền, Tứ Thiền và Tam Minh.

Ngoài Tứ Niệm Xứ ra thì không có pháp môn nào tu tập có niệm lực. Lời của Đức Phật dạy rất đúng: “Niệm Lực là Tứ Niệm Xứ”. Những nhà sư học giả chưa thông suốt kinh Phật, tu tập chưa tới đâu, không có kinh nghiệm chỉ học suông trên chữ nghĩa, giẫm lại lối mòn của người xưa, nên bảo rằng lực là ở nơi cơ bắp, cơ bắp chỉ là một miếng thịt bất tịnh, ứ trọc, hôi thối, vô thường, hoại diệt. Nó không làm được việc lớn, như vấn đề sanh tử luân hồi.

CHÁNH NIỆM LÀ TỨ NIỆM XỨ

Hỏi: Kính bạch Thầy, nhà sư ấy còn nói: “Nếu cho Tứ Niệm Xứ là Niệm Lực chân chánh thì hóa ra các môn niệm khác mà Đức Phật Thích Ca đã dạy như: Niệm Phật, Niệm Pháp, Niệm Tăng, Niệm Giới, Niệm Thí, Niệm Thiên v.v.....đều là niệm không chân chánh hay sao?” Xin Thầy chỉ dạy cho chúng con được rõ.

Đáp: Trong kinh Ngũ Lục, Đức Phật đã xác định: “Niệm Phật, Niệm Pháp, Niệm Tăng và Niệm Giới là pháp môn Tứ Bất Hoại Tịch, chứ không có dạy là Chánh Niệm (chân niệm).

Trong kinh Bát Chánh Đạo, Đức Phật đã xác định: “Chánh Niệm là Tứ Niệm Xứ”, chứ không có dạy Chánh Niệm là Lục Niệm: “Niệm Phật, Niệm Pháp, Niệm Tăng, Niệm Giới, Niệm Thí , Niệm Thiên v.v....

Nhà sư này thiếu nghiên cứu kinh sách Phật, nên không rõ lời Đức Phật dạy, đã lầm lạc, cứ luận theo tưởng giải của mình mà cho rằng đúng, vô tình thành ra phỉ báng Phật, đim Phật Pháp mà không biết. Đó là lỗi do không tu tập, tâm còn chứa đầy pháp thế gian hơn thua.

Đức Phật dạy Niệm Lục hay Chánh Niệm, là để chỉ cho pháp môn Tứ Niệm Xứ. Còn các pháp môn khác Đức Phật dùng chữ niệm không có nghĩa như Chánh Niệm, hay Tứ Niệm Xứ. Nhưng vì các nhà sư học giả, không có kinh nghiệm tu hành, nên giải thích theo danh từ suông, thành ra lệch ý Phật, biến Phật Giáo thành ngoại đạo.

Từ xưa, các Tổ đã dùng những lý giải này, làm mất con đường chân chánh của Đạo

Phật. Đến nay lại có một số nhà sư học giả, mang đầy kiến chấp giãm lại lối mòn của người xưa vô tình hoặc cố ý đi chệch con đường Phật pháp. Một lần nữa, chúng tôi giải thích rõ, đâu là Phật dạy, đâu là Phật không dạy, giúp hàng cư sĩ và tu sĩ hiện giờ chưa tu đến nơi đến chốn hiểu rõ những lý giải của những tướng giải tà kiến ngoại đạo này.

Khi muốn luận một điều gì về Phật Pháp, thì phải tu đến nơi đến chốn, chưa tu tới nơi tới chốn, mà vội luận kinh Phật, thì chúng tôi e rằng: quý sư không những giết mình, giết mọi người mà còn giết hại nhiều thế hệ mai sau.

Một bằng chứng hiện giờ, có biết bao nhiêu người vì tu theo mà không đúng Đạo Phật đã bị bệnh tật không phương trị (thần kinh). Tu hành giải thoát đâu không thấy. Khổ lại chồng thêm khổ, mình khổ, những người thân của mình khổ. Không ai chịu thay sự khổ đau này cho mình. Và cũng không thấy có một nhà sư, một vị thầy nào chịu thay sự đau khổ này cho ai cả, thế mà cứ cả gan dạy người theo tướng giải, để rồi gây biết bao hậu họa. Hãy hỏi rằng: lương tâm đâu? Trách nhiệm con người đâu?

KHÔNG PHẢI NHẬP SƠ THIÊN LÀ ĐỂ QUÉT SẠCH VÔ MINH

Hỏi: Kính bạch Thầy, nhà sư này còn nói: “Nhập Sơ Thiên là để quét sạch vô minh, còn nếu có kẻ nói ngược lại: “Hãy quét sạch vô minh để nhập Sơ Thiên, thì rõ ràng là không đúng. Vì quét sạch vô minh thì cần chi phải nhập Sơ Thiên nữa? Xin Thầy chỉ dạy cho chúng con rõ chỗ này.

Đáp: Những nhà sư học giả họ nhiều lời, muốn luận sao thì luận họ chẳng cần biết đến kinh sách của Đức Phật, mà Ngài đã chỉ dạy rõ ràng: “Trí tuệ ở đâu là giới luật ở đó; giới luật ở đâu là trí tuệ ở đó”. Vậy trí tuệ và giới luật là gì?

Trí tuệ và giới luật không phải là “MINH” sao?

Còn vô minh là gì?

Không trí tuệ, không giới luật không phải là VÔ MINH sao?

Và tại sao Đức Phật dạy trí tuệ phải kèm theo giới luật mới gọi là MINH? Còn trí tuệ không kèm theo giới luật thì gọi là VÔ MINH?

Như vậy chúng ta thấy rất rõ, trí tuệ kèm theo giới luật là ly dục ly ác pháp; ly dục ly ác pháp là giải thoát, là không còn làm khổ mình, khổ người, tức là MINH.

Người có trí tuệ mà không có giới luật thì không có ly dục ly ác pháp; không ly dục ly ác pháp là người làm khổ mình khổ người, tức là VÔ MINH.

Như vậy người có trí tuệ, có giới luật là người MINH; mà MINH ở đâu thì VÔ MINH không có; VÔ MINH chẳng có thì có phải là quét sạch VÔ MINH không?

Quét sạch VÔ MINH có phải là ly dục ly ác pháp không? Mà ly dục ly ác pháp có phải là nhập Sơ Thiên không?

Như vậy quét sạch VÔ MINH để nhập SƠ THIÊN là đúng, tại sao lại là sai?

Như vậy Đức Phật đã dạy đúng: “Tu tập từ giới luật đi vào định”, có nghĩa là từ MINH để quét sạch Vô Minh, mà nhập định (SƠ THIÊN).

Còn về nhà sư này lý giải không theo kinh sách Phật, tự mình đặt ra pháp mới “Nhập SƠ THIÊN là để quét sạch VÔ MINH”. Xét cho cùng thì nhà sư này không có lỗi mà có lỗi là của các bậc sư Tổ của họ

tu hành chưa làm chủ sanh, già, bệnh, chết, cho nên chỉ giẫm lại lối mòn của các nhà học giả xưa nữa, cứ theo lối mòn “Nhập Sơ, để tiến lên nhập Nhị Thiên, Tam Thiên, Tứ Thiên, Tứ Không rồi hướng đến Tam Minh, chứng lậu tận trí, để đoạn tận lậu hoặc, quét sạch vô minh, chứng quả giải thoát, chấm dứt luân hồi sanh tử. Đây là những ngôn từ suông mà từ xưa các Tổ đã dạy cho hàng đệ tử, chứ chưa bao giờ có ai tu được như vậy cả.

Nhà sư này còn không rõ Tứ Chánh Cần, Tứ Niệm Xứ...là GIỚI HÀNH của Phật. Vì không hiểu giới hành nên không biết pháp tu để nhập Sơ Thiên, vì thế chỉ dựa theo kiến giải của các Tổ, vô tình bài bác Phật.

TÂM TỨ CÒN

VẤN BỊ VÔ MINH CHI PHỐI

Hỏi: Kính bạch Thầy, nhà sư dạy: “Trong Sơ Thiên tuy đã ly dục ly ác pháp, nhưng tâm tứ chưa diệt,... nên vẫn còn bị vô minh chi phối”. Như vậy có đúng không? Xin Thầy chỉ dạy cho chúng con được rõ.

Đáp: Nhà sư dạy câu này chứng tỏ nhà sư chưa từng nếm mùi vị của Sơ Thiên. Bởi vì tâm tứ trong Sơ Thiên là tâm tứ toàn thiện không còn tâm tứ ác thì làm sao bị vô

minh chi phối được. Nơi đâu có vô minh là nơi đó có ác pháp.

Nhà sư không hiểu Sơ Thiên, mà luận Sơ Thiên thì luận sai cả, khiến cho người không biết Sơ Thiên, tin vào lời nói của nhà sư, chính là nhà sư đã giết người, khiến cho họ không biết đường tu rất đáng thương.

Khi nhập Sơ Thiên do ly dục ly ác pháp nên tâm bất động, nói tâm bất động tức là nói tâm tứ bất động trước các dục và các ác pháp. Như vậy làm sao gọi là Vô Minh chi phối tâm tứ trong Sơ Thiên được. Mà tâm bất động trước các ác pháp và các dục, thì Đức Phật đã xác định: “Bất Động Tâm Định”.

Nếu nói nhập Sơ Thiên mà tâm (tâm tứ) còn bị vô minh chi phối, tức là còn bị các ác pháp lôi cuốn, thì làm sao gọi là ly dục ly ác pháp được? Như vậy chứng tỏ nhà sư không hiểu Sơ Thiên.

Như trên Đức Phật đã nói: “Minh là trí tuệ và giới luật”. Minh ở đâu thì không có vô minh ở đó, do đó tâm mới bất động. Điều này người có kinh nghiệm nhập Sơ Thiên đều biết rõ.

Khi tâm bất động trước các ác pháp thì mới nhập Sơ Thiên. Vì thế Đức Phật dạy: “Giới sanh định”. Còn ngược lại nhập Sơ Thiên để tiến tới quét sạch vô minh, tức là lấy thiền định mà phát triển giới luật, như vậy đi ngược lại đường lối tu tập của Phật Giáo . Cho nên quý sư đều phạm giới, sống phi phạm hạnh, thường lấy sự học thức Phật Pháp sưng, nuôi lớn ngã, không chịu hạ mình cầu pháp, tu hành giải thoát. Chỉ uổng cho một đời tu sĩ, chẳng ích lợi gì cho mình. Đời chẳng ra đời đạo chẳng ra đạo.

QUÉT SẠCH VÔ MINH

MỚI NHẬP ĐƯỢC SƠ THIÊN

Hỏi: Kính bạch Thầy, nhà sư dạy: ‘Quét sạch thất kiết sử là hành giả đã quét sạch vô minh . Đã quét sạch vô minh thì nhập Sơ Thiên làm chi nữa?’. Xin Thầy dạy cho chúng con rõ.

Đáp: Như Thầy đã dạy ở trên: “Nhập Sơ Thiên là do ly dục ly ác pháp”. Vậy nhập Sơ Thiên, thất kiết sử còn có hay không?

Nếu còn sao lại gọi là ly dục ly ác pháp được?

Ví dụ: Một người ngời tu Sơ Thiên mà tâm còn nhớ con cái, cha mẹ, những người

thân.....thì thử hỏi người ấy có nhập được Sơ Thiền không?

Như vậy muốn nhập được Sơ Thiền thì phải quét sạch thất kiết sử, mà muốn quét sạch thất kiết sử thì phải có MINH. Ở đâu có MINH thì ở đó không có VÔ MINH.

Cho nên, nhập Sơ Thiền là phải quét sạch vô minh. Quét sạch vô minh là phải bằng giới luật, vì từ giới mà có MINH. Do đó, Đức Phật dạy: “Ta nói giới luật là nói ly dục ly ác pháp”, tức là nói Sơ Thiền. Nói Sơ Thiền là nói tầm tứ thiện; nói tầm tứ thiện là nói Minh.

Như vậy nhà sư này dạy có đúng hay không? Quét sạch VÔ MINH để nhập Sơ Thiền, vì Sơ Thiền là tên để chỉ cho quả của giới luật, chứ không phải Sơ Thiền là pháp tu, nhà sư học giả này đã lầm.

Đường Về Xứ Phật ra đời là chỉnh lại những kiến giải của các nhà học giả xưa và nay, đã làm mất đường lối chân chánh của Đạo Phật.

Đường Về Xứ Phật chỉ thẳng, nói thẳng, nếu ai dụng đến nó là dụng đến Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Vì *Đường Về Xứ Phật* là những lời dạy của Đức Phật Thích Ca Mâu

Ni không chịu ảnh hưởng kiến giải của các nhà học giả, do công phu tu tập bằng máu và nước mắt của một hành giả. Viết ra theo sự yêu cầu thưa hỏi của Phật tử, chứ thâm tâm hành giả chỉ muốn ẩn bóng cho hết những ngày còn lại của chiếc thân nhân quả mà thôi.

Những lời dạy của nhà sư trên đây, là có ý bảo thủ, muốn duy trì những kiến giải xưa cũ trong Phật Giáo. Nhưng những kiến giải ấy đã chứng minh cho chúng ta biết, trong một thời gian quá dài, hàng bao nhiêu thế kỷ, mà không có một vị sư nào tu hành chứng đắc, làm chủ sanh, già, bệnh, chết.

MỤC LỤC

1- Lời giới thiệu	3
2- Vấn đạo	5
3- Bản tóm lược.....	11
4- Những lời cô Diệu Quang dạy	15
5- Ý Diệu Thanh hiểu... ..	32
6- Kính trình Thầy và cô Diệu Quang	36
7- Lời phê của Thầy.....	37
8- Cần ghi nhớ	39
9- Diệu Quang hỏi đạo.....	40
10- Tứ Niệm Xứ không phải là Niệm Lực .	40
11- Niệm Phật...không phải là	42
12- Nhập Sơ Thiền... ..	45
13- Tâm tứ còn...vẫn bị vô minh... ..	47
14- Quét sạch vô minh... ..	47
15-Mục lục.....	52

MỜI QUÝ BẠN TÌM ĐỌC

NHỮNG BỘ SÁCH CỦA TU VIỆN CHƠN NHƯ

- 1- Mười tập Đường Về Xứ Phật (Bộ mới).**
- 2- Giới Đức Làm Người tập I và II.
- 3- Diễn Đàn Chơn Như (tức Giáo Án Tu Tập Cho Người Cư Sĩ Vì Chánh Phật Pháp) 7 tập.
- 4- Cẩm Nang Tu Phật I, II.
- 5- Thiền Căn Bản tập I.
- 6- Thọ Bát Quan Trai.
- 7- Những lời Phật Dạy tập I, II và III (Bộ mới).
- 8- Hành Thập Thiện.
- 9- Thời Khóa tu Tập Trong Thời Đức Phật.
- 10- Vườn Thơ Nguyên Thủy (tập 1 -18).
- 11- Cẩm Nang Hành Thiện.
- 12- Mười Giới Đức Thánh Sa Di tập I và tập II.
- 13- Đạo Đức Làm Người tập I, tập II.
- 14 – Giáo án rèn nhân cách – Đức ly tham

15- Giáo án rèn nhân cách – Đạo đức hiếu sinh

16- Giáo án rèn nhân cách – Đạo đức gia đình

Hoặc nghiên cứu và tham khảo kinh sách của Tu viện Chơn Như trên mạng ở địa chỉ

www.nguyenthuychonhu.net



*Địa chỉ: Tu viện Chơn Như
Ấp Gia Lâm- Xã Gia Lộc –
Huyện Trảng Bàng – Tây Ninh
ĐT: 066.3880178 – 01685535957*