

**BỘ PHÁP BẢO: NHỮNG CHẶNG ĐƯỜNG BÊN THẦY CHÚNG
CON HỌC ĐẠO – ĐƯỢC TRÍCH LỤC TỪ KINH SÁCH TU VIỆN
CHỜN NHƯ, DIỄN ĐÀN, TRÊN MẠNG, ĐẶC SAN & TÂM KÝ**



NHỮNG CHẶNG ĐƯỜNG
Bên Thầy Chúng Con Học Đạo
(TẬP MƯỜI HAI)



(Đức Trưởng Lão Viết Phái Quy Y Cho Phật Tử Khánh Hòa)

Thành Kính Tri Ân

Đức Trưởng Lão Thích Thông Lạc
– Người Đã Cho Phật Tử Chúng
Con Cái Nhìn Chánh Kiến...

***Lưu Ý: Kinh Sách Pháp Bảo Nền Ấn Tống Truyền Bá
Lưu Hành, Để Xây Dựng Đạo Đức Nhân Bản Giải Khổ
Quần Sinh – Nếu Thủ Giữ Hoặc Làm Rách Hư Là Tự
Đoạn Mất Hạt Giống Đạo Đức Giải Thoát Trong Những
Kiếp Vị Lai!***

NỘI DUNG TRÍCH LỤC TẬP MƯỜI HAI *Trang*

	<i>Lời nói đầu</i>	5
	<i>Thập nhị nhân duyên</i>	8
	<i>Thường kiến và đoạn kiến</i>	10
	<i>Duyên vô minh sinh</i>	12
	<i>Diệt duyên vô minh</i>	15
	<i>Diệt duyên lục nhập</i>	17
	<i>Diệt duyên cảm thọ</i>	20
	<i>Diệt duyên ái</i>	21
	<i>Diệt duyên sinh</i>	26
	<i>Duyên sinh pháp</i>	27
	<i>Bốn cửa vào đạo</i>	30
	<i>Sống hạ liệt không thề chứng đạt cái cao thượng</i>	32
	<i>Sống cao thượng mới chứng đạt cái cao thượng</i>	33
	<i>Những căn bản của trí</i>	53
	<i>Năm sợ hãi và hận thù</i>	54
	<i>Bốn dự lưu chi</i>	62
	<i>Các hành lấy vô minh làm nhân</i>	66
	<i>Không có dự tính</i>	68
	<i>Cảm giác lạc thọ</i>	71
	<i>Các pháp cần phải liễu tri</i>	73
	<i>Tùy pháp</i>	75
	<i>So sánh phật và A la Hán</i>	75
	<i>Thấy ta là thấy Pháp, thấy pháp là thấy ta</i>	78
	<i>Sống một mình</i>	80
	<i>Ăn uống theo Phật giáo</i>	81
	<i>Chú Tâm tỉnh giác</i>	83
	<i>Sa Môn</i>	85
	<i>Nguyên do nào có sanh tử</i>	87
	<i>Nguyên do nào không có lão tử</i>	88
	<i>Pháp chân chánh</i>	89

<i>Có 7 pháp làm cho chánh pháp được tăng trưởng</i>	91
<i>Thế nào là tỳ kheo tự thu nhiếp tâm mình</i>	93
<i>Oai nghi tế hạnh</i>	95
<i>Có năm thứ báu khó được</i>	96
<i>Định không tưởng</i>	102
<i>Người đệ tử chân chánh</i>	103
<i>Mọi vật đều vô thường</i>	104
<i>Chẳng nên tin vào tà giáo</i>	106
<i>Tứ quả Sa Môn</i>	107
<i>Chớ nên phóng dật</i>	108
<i>Không có Phật quá khứ</i>	109
<i>Hãy tự thấp đuốc lên mà đi</i>	110
<i>Thưa hỏi chánh pháp</i>	111
<i>Sống độc cư</i>	113
<i>Lời khuyên răn</i>	114
<i>Tâm Thư Thầy gửi Phật Tử ngày 07/10/2009</i>	116
TRÍCH LỤC BẢNG TÓM LƯỢC 37 PHẨM TRỢ ĐẠO	117



(Thầy lưu niệm Hình với Phật Tử ở Tịnh Thất Minh Tâm)

12 CỬA VÀO ĐẠO

LỜI NÓI ĐẦU

Đạo Phật đã xác định rõ ràng, phàm làm một vị Thầy dạy người tu hành là tự thân mình phải tu hành chứng đạo. Chứng đạo của Phật giáo không có gì khó khăn, chỉ có tâm mình Vô Lậu, nếu tâm chưa Vô Lậu thì không nên dạy người tu tập, nhất là những vị thầy Thuyết Giảng (giảng sư).

Căn cứ vào 12 cửa vào đạo Đức Phật còn dạy tiếp: “Nếu một vị thầy không thông suốt 12 cửa vào đạo thì không xứng đáng làm thầy Thuyết Giảng.” Như vậy 12 cửa vào đạo rất quan trọng nên đức Phật mới dạy như vậy. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật giải thích của 12 cửa vào đạo: “Muốn làm một giảng sư phải Thuyết Pháp về sự yếm ly, ly tham, đoạn diệt, sanh, hữu, thủ, ái, thọ, xúc, sáu xứ, danh sắc, thức, hành, vô minh, như vậy là đủ để làm một giảng sư Thuyết Pháp.

Một người tu theo Phật giáo muốn tu tập tâm Vô Lậu mà không thông suốt 12 cửa vào đạo thì không thể nào tu hành tâm Vô Lậu được. Vì thế đức Phật dạy: “Nếu Tỳ kheo Thực Hành về sự yếm ly, ly tham, đoạn diệt, sanh, hữu ... vô minh. Như vậy là đủ để được gọi là Tỳ kheo Thực Hành.”

Một người nào tu theo Phật giáo muốn tu tập tâm Giải thoát mà không phá 12 cửa vào đạo thì không thể tu hành tâm Giải thoát được. Theo như lời đức Phật dạy: “Nếu tỳ kheo Giải Thoát không có chấp thủ mọi yếm ly, ly tham, đoạn diệt, sanh, hữu, thủ ... vô minh. Như vậy đủ được gọi là Tỳ kheo đã được Niết Bàn ngay trong đời sống hiện tại.” (38 Tương Ưng tập 2)

Những lời dạy trên đây của đức Phật rất quan trọng trong việc tu hành.

Ví dụ chúng ta học giới luật đức hạnh nhằm triển khai tri kiến giải thoát tức là đập phá cửa Vô Minh xông vào cửa Minh.

Như vậy chúng ta ai cũng biết từ bỏ cửa Vô Minh tức là chúng ta xông vào mở toan cửa Minh bằng tri kiến giải thoát đập phá đẩy lui các chướng ngại pháp. Nếu chúng ta không rõ 12 cửa vào đạo thì chúng ta không biết mình phải xông vào cửa nào để đập phá vỡ 12 cửa nhân duyên. Mười hai cửa nhân duyên là một trần đồ Thập Nhị Môn Đồ Trận. Thập Nhị Môn Đồ Trận là một trần đồ rất là rối rắm. Tuy 12 cửa nhân duyên nhưng khi nó chịu đi vào hoạt động thì thiên biến vạn hóa nhân duyên nên cứ duyên này có thì có duyên khác, trùng trùng duyên khởi vô cùng vô tận.

Cho nên hằng phút giây 12 cửa nhân duyên đang tập hợp theo duyên tan hay hợp trùng trùng duyên khởi, diệt. Vì thế những khổ đau của con người cũng liên tục không bao giờ dứt trong vô số kiếp.

Bởi vậy người tu theo Phật giáo cần phải thông suốt 12 cửa vào đạo thì sự tu hành mới mong chứng đạo,

vì có thông suốt mới biết mình đang xông vào cửa nào để phá Thập Nhị Môn Đồ Trận.

Trong đồ trận có 12 cửa vào đạo. Vậy một người muốn xông vào phá tan trận đồ 12 cửa nhân duyên thì phải biết xông vào cửa nào mới phá được và cửa nào không thể phá được. Trong 12 cửa nhân duyên có bốn cửa vào phá được:

1- Cửa Vô Minh

2- Cửa Lục Nhập

3- Cửa Thọ

4- Cửa Sinh

- Vào cửa Vô Minh thì phải học giới luật đức hạnh, lý nhân quả, lý các pháp vô thường, đó là triển khai Tri Kiến Giải Thoát

- Vào cửa Lục Nhập thì phải phòng hộ sáu căn, sống Độc Cư

- Vào cửa Thọ thì phải tu tập Định Niệm Hơi Thở tu tập 19 đề mục.

- Vào cửa Sinh thì phải xuất gia, buông xả hết chi còn sống ba y một bát Thiếu Dục Tri Túc.

Khi tu tập chúng ta nên lưu ý 12 cửa nhân duyên này, lúc xông vào cửa này xong thì lại tấn công vào cửa khác, nhiều khi phải tấn công luôn cả bốn cửa cùng một lượt.

Đây là những điều cần hiểu rõ 12 cửa nhân duyên để khi tu tập biết rõ đang phá vỡ 12 cửa nhân duyên để chúng không còn tập khởi mọi sự đau khổ.

Đến đây chúng tôi cảm thấy tạm đủ để quý vị hiểu biết tu tập 12 cửa nhân duyên mà không sai đường lạc lối. Chúc quý vị tu tập thành công tốt đẹp.

Kính ghi
Trưởng Lão Thích Thông Lạc
THẬP NHỊ NHÂN DUYÊN

Muốn hiểu rõ 12 nhân duyên, bắt đầu chúng ta tìm hiểu nguyên nhân nào sinh ra ưu bi, sầu khổ, bệnh tử của con người. Ở đây nói nguyên nhân tức là nói duyên nào sinh ra sự đau khổ của con người. Con người đau khổ không phải tự nhiên mà có đau khổ.

Cho nên đức Phật đã thấy rõ điều này nên Ngài mới dạy cho chúng ta bài pháp 12 nhân duyên để chúng ta hiểu cuộc đời này không có cái gì xảy ra mà tự nhiên. Mọi sự xảy ra đều có duyên cả. Hễ có duyên này thì trước đó phải có một duyên khác. Ví dụ: Hiện giờ thân đang bệnh khổ thì chúng ta biết ngay trước khi bệnh khổ là do chúng ta có đời sống nhà cửa của cải tài sản ăn uống và chung sống với mọi người. Như vậy là do duyên SINH mà có ƯU BI SẦU KHỔ và BỆNH CHẾT.

Muốn hiểu rõ điều này chúng ta hãy lắng nghe đức Phật trả lời những câu hỏi của tu sĩ ngoại đạo PASSAPA.

“KASSAPA hỏi:

- Thưa Tôn giả GOTAMA, có phải khổ do tự mình làm ra không?

Đức Phật trả lời:

- Không phải vậy.

- Thưa Tôn giả GOTAMA, có phải khổ do người khác làm ra không?

Đức Phật trả lời:

- Không phải vậy.

- Thưa Tôn giả GOTAMA, có phải khổ do mình, do người khác làm ra không?

Đức Phật trả lời:

- Không phải vậy.

- Thưa Tôn giả GOTAMA, có phải khổ do tự nhiên sanh sinh ra không?

Đức Phật trả lời:

- Không phải vậy.

- Thưa Tôn giả GOTAMA, có phải khổ không có không?

Đức Phật trả lời:

- Không phải khổ không có, khổ có PASSAPA ạ!

- Như vậy, Tôn giả GOTAMA không biết, không thấy khổ.

Đức Phật trả lời:

- Không phải Ta không biết khổ, không thấy khổ, Ta biết khổ, Ta thấy khổ”. (42 Tương Ứng tập 2)

Thông thường ai cũng hiểu rằng: Người ta đau khổ là do tự mình làm cho mình đau khổ hoặc do người khác. Thế mà ở đây đức Phật không chấp nhận KHỔ do mình do người khác làm. Vậy khổ này do cái gì làm ra đây?

Chúng ta hãy bình tĩnh lắng nghe đức Phật sẽ lần lượt chỉ dạy tường tận một thế giới quan tập khởi KHỔ

của loài người. Nếu không học Phật thì không thể nào chúng ta biết. Nhờ có giáo lý đức Phật nên chúng ta mới hiểu khổ từ đâu mà có, không phải do chúng ta hay do người khác làm khổ. Vậy khổ do đâu mà có, chúng ta hãy kiên nhẫn chờ đợi rồi lần lược sẽ hiểu những gì đức Phật sẽ dạy rất rõ ràng và cụ thể.

THƯỜNG KIẾN VÀ ĐOẠN KIẾN

Khi PASSAPA hỏi bất cứ chỗ nào về “KHỔ” đức Phật cũng phủ nhận: “Không phải vậy”. Vậy như thế nào đây?

Nên PASSAPA không thể chờ lâu hơn nữa, nên liền hỏi Phật:

“ Bạch Thế Tôn, Thế Tôn hãy nói cho con hiểu về KHỔ.”

- Nay PASSAPA, một người tự làm KHỔ mình là “THƯỜNG KIẾN”

- Nay PASSAPA một người làm KHỔ người khác là “ĐOẠN KIẾN”. Và tất cả những câu hỏi của Người đều là THƯỜNG KIẾN và ĐOẠN KIẾN”. (42 Tương Ưng tập 2)

Thông thường ai cũng hiểu khổ do mình làm ra hay người khác làm thế mà ở đây đức Phật phá vỡ kiến chấp THƯỜNG KIẾN và ĐOẠN KIẾN này, vì những kiến chấp này sai không đúng. Ngoài kiến chấp ĐOẠN KIẾN và THƯỜNG KIẾN khổ thì còn có cái hiểu biết KHỔ nào khác hơn.

Đoạn kinh trên đây đã xác định cho chúng ta thấy sự hiểu biết của con người thường bị rơi vào vào hai CỤC ĐOẠN: THƯỜNG KIẾN và ĐOẠN KIẾN. THƯỜNG KIẾN là bị

dính mắc vào chấp CÓ; ĐOẠN KIẾN thường bị dính mắc vào chấp KHÔNG.

Vì vậy, trên đời này, nếu cái này CÓ thì cái này không thể KHÔNG, nếu cái kia KHÔNG thì không thể cái kia CÓ. Cho nên không có một vật nào vừa CÓ, vừa KHÔNG được. CÓ là CÓ, mà KHÔNG là KHÔNG. Đó là cái hiểu biết thông thường của con người, cái hiểu biết của họ không vượt ra khỏi hai CỰC ĐOẠN này. Vì cái hiểu biết như vậy nên con người phải chịu khổ muôn đời, muôn kiếp. Thật đáng thương!

Sự giải thoát của Phật cũng lấy từ sự hiểu biết của con người. Từ xưa đến nay, vì sự truyền thừa sự hiểu biết sống trong ái dục nên sự hiểu biết ấy toàn là đau khổ. Khi đạo Phật ra đời đức Phật dạy chúng ta hiểu biết lìa xa tâm ái dục. Lìa xa tâm ái dục là lìa xa hai cực đoạn thường kiến (CÓ) và đoạn kiến (KHÔNG), vì vậy sự hiểu biết này hoàn toàn đi đến giải thoát.

Bởi vậy, sự hiểu biết của con người rất quan trọng, do sự hiểu biết mà đời đời, kiếp kiếp phải chịu trong đau khổ. Cái hiểu biết của loài người hiện nay là cái hiểu biết theo truyền thống từ ngàn xưa do thủy tổ của loài người để lại chỉ biết hiểu như vậy. Mãi đến khi đức Phật ra đời, Ngài tu hành chứng quả Vô Lậu thấy biết vạn pháp trên thế gian này như thật nên Ngài đồng dạy tuyên bố: *“Còn có cái hiểu biết khác, cái hiểu biết không nằm trong hai cực đoạn CÓ và KHÔNG, cái hiểu biết vượt ra ngoài vòng khổ đau. Đó là cái hiểu biết THẬP NHỊ NHÂN DUYÊN.”*

Như chúng ta đã biết tất cả những câu hỏi của PASSAPA đều nằm trong hai cực đoan “*CÓ và KHÔNG.*” Vì thế đức Phật trả lời: “*KHÔNG PHẢI VẬY.*” Đó là đức Phật trả lời đúng, vì con người điên đảo nên không thấy 12 nhân duyên tập khởi KHỔ mà cho rằng: MÌNH TỰ LÀM VÀ NGƯỜI KHÁC LÀM KHỔ.

DUYÊN VÔ MINH SINH

Chúng tôi xin lập lại câu trên, khi nghe đức Phật trả lời không phải vậy. Lúc bấy giờ ngoại đạo PASSAPA lấy làm ngạc nhiên nên mới thỉnh cầu đức Phật chỉ dạy, đức Phật bảo: “*Từ bỏ hai cực đoan ấy, Như Lai thuyết pháp theo con đường TRUNG ĐẠO.*” (42 Tương Ưng tập 2) Vậy con đường TRUNG ĐẠO như thế nào?

Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật giảng dạy để tri kiến chúng ta có sự hiểu biết không còn bị rơi vào hai cực đoan CÓ và KHÔNG. Chính nhờ sự hiểu biết mới mẻ này có thể giúp chúng ta thoát mọi sự khổ đau. Vậy quý vị cùng chúng tôi hãy chú ý lời đức Phật dạy:

“- Nay PASSAPA, “Con đường TRUNG ĐẠO là con đường vượt ra khỏi hai cực đoan, gồm có 12 nhân duyên:

Từ duyên VÔ MINH khởi nên duyên HÀNH khởi.

Từ duyên HÀNH khởi nên duyên THỨC khởi.

Từ duyên THỨC khởi nên duyên DANH SẮC khởi.

Từ duyên DANH SẮC khởi nên duyên LỤC NHẬP

khởi.

Từ duyên LỤC NHẬP khởi nên duyên XÚC khởi.

Từ duyên XÚC khởi nên duyên THO khởi.

Từ duyên THỌ khởi nên duyên ÁI khởi.

Từ duyên ÁI khởi nên duyên HỮU khởi.

Từ duyên HỮU khởi nên duyên THỦ khởi.

Từ duyên THỦ khởi nên duyên ƯU BI, SÂU KHỔ khởi.

Từ duyên ƯU BI, SÂU KHỔ khởi nên duyên BỆNH TỬ khởi.

Từ duyên BỆNH TỬ khởi nên duyên VÔ MINH khởi.

(Trang 42 Kinh Tương Ưng tập 2)

Như vậy trên đây là toàn bộ khổ uẩn này theo 12 duyên tập khởi... “Do từ duyên VÔ MINH mà 12 nhân duyên này mới tập khởi được.” Và vì vậy: SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT mới có. Chính SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT là nguồn gốc do duyên VÔ MINH, chứ không phải tự mình hoặc người khác làm ra SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT. Bây giờ quý vị đã hiểu rõ chưa?

Có hiểu như vậy mới biết nguyên nhân qui luật nhân quả theo 12 nhân duyên này mà qui định phước hay tội của loài người không sai một hào li nào cả. Vì vậy nhân nào quả nấy, làm ác thì phải chịu khổ đau chứ không có mình và người khác làm khổ mà chính nhân quả. Vì con người không thông hiểu nhân quả, xem thường nhân quả nên làm theo sự ham muốn (ái dục) vì thế tạo ra biết bao nhiêu là ác pháp. Do tạo ra nhiều ác pháp nên phải gánh chịu sự khổ đau, nhưng lại không hiểu nên đổ thừa người này người khác làm khổ mình, hay hoặc than trời trách đất sao không ban cho mình một cuộc sống bình an.

Cho nên mọi sự đau khổ của đời người chỉ vì con người VÔ MINH mà tạo ra sự đau khổ đó.

Muốn cho thoát khổ con người phải diệt sạch VÔ MINH. Vậy diệt sạch VÔ MINH bằng cách nào?

Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: “DUYÊN VÔ MINH DIỆT”

Muốn sinh, già, bệnh, chết chấm dứt thì phải đoạn diệt hoàn toàn VÔ MINH. Muốn đoạn diệt VÔ MINH chúng ta phải diệt cái gì trước? Vậy chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy:

“Từ VÔ MINH diệt nên các HÀNH diệt.

Từ HÀNH diệt nên THỨC diệt

Từ THỨC diệt DANH SẮC diệt

Từ DANH SẮC diệt LỤC NHẬP diệt

Từ LỤC NHẬP diệt XÚC diệt

Từ XÚC diệt THỌ diệt

Từ THỌ diệt ÁI diệt

Từ ÁI diệt HỮU diệt

Từ HỮU diệt THỦ diệt

Từ THỦ diệt SINH diệt

Từ SINH diệt thì ƯU BI, SẼU KHỔ BỆNH TỬ diệt

Từ ƯU BI, SẼU KHỔ, BỆNH TỬ diệt là VÔ MINH diệt

Như vậy toàn bộ khổ uẩn 12 nhân duyên này đoạn diệt. Thì tất cả các khổ của con người đều bị diệt. (42 Tương Ứng tập 2)

Theo như lời đức Phật dạy ở trên người không hiểu 12 nhân duyên là người KHÔNG SÁNG SUỐT (người mù mờ) nên luôn luôn bị VÔ MINH che đậy, từ đó mới bị THAM ÁI trói buộc. Vì thế thân tâm luôn luôn chạy theo 12 nhân duyên sinh khởi chịu mọi khổ đau sinh, già, bệnh, chết. Và chính không đoạn diệt 12 nhân duyên

nên khi thân hoại mạng chung phải tiếp tục tái sinh luân hồi và chịu muôn vàn sự khổ đau không bao giờ dứt. Trong Kinh Tương Ưng đức Phật dạy: *“Này các thầy tỳ kheo, các thầy bị VÔ MINH che đậy nên mới bị THAM ÁI hệ phược, thân này của người ngu được sanh khởi. Vô minh ấy, người ngu không đoạn tận. Tham ái ấy, người ngu không tận trừ. Vì sao?”*

Này các tỳ kheo, người ngu sống phạm hạnh không phải vì chân chính đoạn trừ khổ đau. Do vậy người ngu, khi thân hoại mạng chung, đi đến một thân khác. Do đi đến một thân khác, người ấy không thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não, Ta nói rằng: “Người ấy không thoát khỏi đau khổ.” (50 Tương Ưng tập 2)

Một người Hiền trí thông suốt 12 nhân duyên, nên họ biết 12 nhân duyên này đều là một chuỗi vòng tròn không có lối thoát ra chỉ có đoạn trừ VÔ MINH, nhưng khi đoạn trừ VÔ MINH nên tâm trí sáng suốt vô cùng, nhờ tâm trí sáng suốt nên họ chấp nhận sống đời sống phạm hạnh để tận trừ 12 nhân duyên nên mới thoát ra khỏi sinh, già, bệnh, chết, ưu bi, sầu khổ.....

Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Và này các Tỳ kheo, bị VÔ MINH che đậy, nên mới bị THAM ÁI hệ phược, thân người Hiền trí được sinh khởi. VÔ MINH ấy, người Hiền trí đoạn tận. THAM ÁI ấy, người Hiền trí tận trừ. Vì sao?”*

Này các Tỳ kheo, người Hiền trí sống Phạm hạnh, vì chân chánh đoạn trừ khổ đau. Do vậy người Hiền trí, khi thân hoại mạng chung, không đi đến một thân khác

(tái sinh). Do không đi tái sinh, vị ấy thoát khỏi sinh, già, bệnh, chết, sầu, bi, ưu, khổ, não... Ta nói rằng: “Vị ấy thoát khỏi đau khổ.” (50 Tương Ưng tập 2)

DIỆT DUYÊN VÔ MINH

Những lời dạy của đức Phật trên đây là chỉ thẳng cho chúng ta hiểu biết 12 nhân duyên theo lý duyên khởi bắt đầu từ VÔ MINH. Do VÔ MINH mà HÀNH khởi do HÀNH khởi mà THỨC khởi... và như vậy tất cả 12 duyên khởi đầy đủ. Mười hai duyên khởi đầy đủ tức là khổ tập khởi. Do đó, muốn đoạn trừ khổ đau thì phải đoạn trừ VÔ MINH. Muốn đoạn trừ VÔ MINH thì phải triển khai tri kiến. Vậy triển khai tri kiến bằng cách nào? Phải học GIỚI LUẬT ĐỨC HẠNH và NHÂN QUẢ, nhờ học giới luật đức hạnh và nhân quả thông suốt nên VÔ MINH bị đoạn trừ. Nhưng trong 12 nhân duyên dạy diệt VÔ MINH bằng ngưng các HÀNH. HÀNH diệt thì VÔ MINH diệt. Vậy diệt CÁC HÀNH như thế nào? Diệt CÁC HÀNH là chúng ta phải giữ gìn tâm BẤT ĐỘNG. Giữ gìn tâm BẤT ĐỘNG bằng pháp NHƯ LÝ TÁC Ý.

Bây giờ quý vị đã rõ diệt VÔ MINH.

Trên đây là lý duyên khởi VÔ MINH, khi VÔ MINH diệt thì 12 nhân duyên đều bị diệt. Mười hai nhân duyên diệt thì khổ đau diệt.

GIỚI LUẬT ĐỨC HẠNH gồm có:

- 1- Năm giới (NGŨ GIỚI) căn bản của người cư sĩ
- 2- Mười giới sa di (THẬP GIỚI SA DI) của người xuất gia.

3- Hai trăm năm mươi giới tỳ kheo tăng (250 GIỚI TỖ KHEO TĂNG) của tu sĩ nam.

4- Ba trăm bốn mươi tám giới tỳ kheo ni (348 GIỚI TỖ KHEO NI) của tu sĩ nữ.

Khi muốn diệt trừ VÔ MINH thì phải thông suốt những oai nghi giới luật đức hạnh trên đây. Cho *“Những gì thông suốt cần thông suốt.”* nên đức Phật dạy: Điều mà đức Phật dạy ở đây cần thông suốt là thông suốt GIỚI LUẬT ĐỨC HẠNH.

Muốn diệt 12 nhân duyên tập khởi này thì bắt đầu phải diệt duyên VÔ MINH. Diệt trừ duyên VÔ MINH thì chỉ có học tập GIỚI LUẬT ĐỨC HẠNH như trên đã nói.

Học tập GIỚI LUẬT ĐỨC HẠNH xong thì VÔ MINH tự diệt trừ. VÔ MINH tự diệt trừ, đó là triển khai sự hiểu biết của đạo Phật, nhất là về NHÂN QUẢ. Có thông suốt NHÂN QUẢ thì VÔ MINH sẽ diệt. Chúng ta cũng nên nhớ khi thông suốt NHÂN QUẢ thì các HÀNH ÁC bị diệt Cho nên không ai hiểu NHÂN QUẢ mà còn HÀNH ÁC, có đúng như vậy không quý vị?

Cho nên đức Phật dạy: *“HÀNH DIỆT THÌ VÔ MINH DIỆT.”* Người mà CÁC HÀNH ÁC diệt là người thông suốt GIỚI LUẬT ĐỨC HẠNH.

Chúng ta là những người tu hành đang tìm cầu sự giải thoát thì nên nhớ những lời dạy này. Đó là GIỚI LUẬT ĐỨC HẠNH trong pháp tu hành của Phật giáo từ thấp đến cao phải theo sự phân chia pháp môn tu tập từ thấp đến cao mà đức Phật đã tuyên bố: *“GIỚI, ĐỊNH, TUỆ.”*

Căn cứ vào GIỚI, ĐÌNH, TUÊ chúng ta tu tập không còn sợ sai đường lạc lối, vì đó là ba cấp tu học của Phật giáo không ai dám sửa theo kiến giải của mình được. Mong rằng quý vị nên căn cứ vào chỗ này mà tu tập đến nơi đến chốn để làm sáng tỏ Phật giáo trong 12 nhân duyên.

DIỆT DUYÊN LỤC NHẬP

LỤC NHẬP là sáu cửa ra vào của thân và sáu trần. Sáu cửa ra vào của thân là: MẮT, TAI, MŨI, MIỆNG, THÂN, Ý và Sáu trần là: SẮC, THINH, HƯƠNG, VỊ, XÚC, PHÁP. Vì thế muốn diệt duyên LỤC NHẬP thì phải biết cách phòng hộ MẮT, TAI, MŨI, MIỆNG, THÂN, Ý và ngăn chặn sáu trần: SẮC, THINH, HƯƠNG, VỊ, XÚC, PHÁP.

Muốn giữ gìn sáu căn, sáu trần trước tiên phải phòng hộ và sau đó mới ngăn chặn. Phòng hộ thì có HẠNH ĐỘC CƯ là đệ nhất pháp, còn ngăn chặn thì có pháp NHƯ LÝ TÁC Ý.

Nhờ hai phương pháp này thì duyên LỤC NHẬP bị diệt.

Từ Duyên LỤC NHẬP diệt thì duyên XÚC diệt.

Từ Duyên XÚC diệt thì THỌ diệt

Từ Duyên THỌ diệt thì duyên ÁI diệt.

Từ Duyên ÁI diệt thì duyên HỮU diệt

Từ Duyên HỮU diệt thì duyên THỦ diệt.

Từ Duyên THỦ diệt thì duyên SINH diệt.

Từ Duyên SINH diệt thì duyên Già, Bệnh, Chết diệt.

Từ Duyên Già, Bệnh, Chết diệt thì duyên Vô Minh diệt.

Từ Duyên Vô Minh diệt thì duyên Hành diệt.

Từ Duyên Hành diệt thì duyên Thức diệt

Từ Duyên Thức diệt thì duyên Danh Sắc diệt.

Từ Duyên Danh Sắc diệt thì duyên Lục Nhập diệt.

Trên đây là bắt đầu diệt Duyên LỤC NHẬP. Duyên LỤC NHẬP diệt thì tất cả 11 nhân duyên khác đều bị diệt theo và như vậy một thế giới đau khổ bị diệt, loài người thoát khổ. Cho nên loài người muốn thoát khổ thì phải vào cửa LỤC NHẬP. Chính vào cửa LỤC NHẬP là mới phá toan mọi sự khổ đau của con người.

Muốn diệt duyên LỤC NHẬP thì phải diệt duyên XÚC, nhưng duyên XÚC diệt bằng cách nào?

Bằng cách phòng hộ sáu căn. Vậy phòng hộ sáu căn như thế nào? Trước tiên là chúng ta tìm cách tránh sáu trần bằng phương pháp sống ĐỘC CƯ một mình.

Thầy thường hay kêu gọi quý vị tu hành nên sống ĐỘC CƯ, kế tiếp quý vị dùng pháp môn NHƯ LÝ TÁC Ý, để giữ gìn và bảo vệ mắt, tai, mũi, miệng, thân hay ý không cho chúng tiếp sáu trần. Khi chúng phóng ra tiếp xúc sáu trần thì mau mau TÁC Ý cho nó quay vào trong thân. Câu tác ý rất đơn giản như sau:

1- MẮT phải quay vào thấy sự BẤT ĐỘNG trong thân, không được nhìn nó ra ngoài.

2- TAI phải quay vào nghe sự BẤT ĐỘNG trong thân, không được nghe ra ngoài.

3- MŨI phải quay vào ngửi trong thân BẤT ĐỘNG không được ngửi những mùi hương bên ngoài.

4- THÂN phải cảm giác sự BẤT ĐỘNG trong thân không nên cảm giác nóng lạnh đau nhức bên ngoài

5- MIỆNG phải quay vào cảm nhận sự BẤT ĐỘNG trong thân mình, không được cảm nhận nếm nếm những mùi vị bên ngoài.

6- Ý phải quay vào trong thân cảm nhận sự BẤT ĐỘNG của thân tâm không được cảm nhận vọng tưởng lăng xăng hay bất cứ một pháp trần nào tác động vào.

Tất cả những phương pháp tu tập trên đây đều là pháp PHÒNG HỘ SÁU CĂN. Có phòng hộ sáu căn mới diệt được duyên XÚC. Do XÚC diệt thì CẢM THỌ diệt.

Bởi vậy khi thân đang đau bệnh nhức nhối khó chịu thì lúc bấy giờ chúng ta cắt đứt XÚC không cho thân và ý thức XÚC CHẠM nhau thì ngay đó cơn đau nhức nơi thân sẽ chấm dứt. Muốn cho thân và ý thức không XÚC CHẠM nhau thì phải tu tập tâm luôn luôn ở trong trạng thái tâm BẤT ĐỘNG có tu tập được như vậy chúng ta mới làm chủ được bệnh.

Phật pháp vốn là một phương pháp làm lợi ích cho con người, vì thế con người phải biết mà lo tu tập để cứu mình ra biển khổ. Tâm BẤT ĐỘNG không phải là khó tu tập, chỉ cần chúng ta phá hết hôn trầm thù miên và loạn tưởng thì tâm BẤT ĐỘNG ngay tại đó.

Muốn phá hôn trầm thù miên và loạn tưởng thì chỉ có tu tập pháp THÂN HÀNH NIỆM. Pháp môn THÂN HÀNH NIỆM là một pháp môn tuyệt trần chuyên môn phá hôn trầm thù miên và loạn tưởng. Nhờ có tu tập pháp môn này thì ngời lại chúng ta mới thấy tâm BẤT ĐỘNG.

DIỆT DUYÊN CẢM THỌ

Diệt duyên CẢM THỌ có hai phương pháp:

1- Tâm BẤT ĐỘNG

2- An trú tâm trong HƠI THỞ.

Pháp tu tập tâm BẤT ĐỘNG đã dạy ở trên, còn dưới đây là phương pháp AN TRÚ TÂM TRONG HƠI THỞ.

Muốn thoát ra mọi sự khổ đau của cuộc đời thì phải đoạn trừ DUYÊN THỌ, Đoạn trừ DUYÊN THỌ thì phải tập AN TRÚ TÂM TRONG HƠI THỞ, theo phương pháp Định Niệm Hơi Thở: *“An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra.”* Cứ tu đề mục này trong nửa tháng hoặc một tháng để thân an trú được trong hơi thở thì lúc bấy giờ thân có cảm thọ khổ là liền dùng phương pháp này đối trị đẩy lui cảm thọ ra khỏi thân ngay tức khắc. Đó là chúng ta diệt DUYÊN THỌ. Quý vị nên nhớ phương pháp HƠI THỞ này mà tu tập để cứu mình ra khỏi mọi sự đau khổ của cuộc đời. Hơi thở là một phương pháp mà chính Đức LA HẬU LA đã tu chứng quả A LA HÁN.

DIỆT DUYÊN ÁI

Từ Duyên THỌ diệt thì duyên ÁI diệt. Trên bước đường tu tập chúng ta đã biết cách làm chủ bệnh tật, tức là diệt duyên CẢM THỌ. Diệt duyên CẢM THỌ bằng ĐỊNH NIỆM HƠI THỞ hay pháp THÂN HÀNH NIỆM hoặc bằng Tâm BẤT ĐỘNG. Trong những pháp môn này pháp nào hợp với đặc tướng của mình thì quý vị tu tập sẽ có kết tốt đẹp.

Khi CẢM THỌ diệt thì ÁI diệt. Tại sao vậy?

Vì CẢM THỌ có ba:

1- CẢM THỌ lạc

2- CẢM THỌ khổ

3- CẢM THỌ bất lạc, bất khổ.

- CẢM THỌ LẠC thì tâm ưa thích nên gọi là ÁI LẠC

- CẢM THỌ KHỔ thì tâm không ưa thích nên gọi là ÁI KHỔ (sợ khổ)

- CẢM THỌ BẤT LẠC, BẤT KHỔ thì người tu theo Phật giáo không chấp nhận, vì đó là một trạng thái của một người bình thường, chớ không phải là một người tu sĩ nên trạng thái này không được kéo dài thời gian.

Chúng ta ai cũng biết vì có CẢM THỌ thì mới có ÁI

Do các CẢM THỌ có mà ÁI mới có. Chúng ta phân biệt và cảm nhận được ÁI có hai:

1- ÁI lạc có nghĩa là ưa thích, ham muốn, thương mến, dính mắc, chấp trước, luôn luôn chạy theo tìm cầu những dục lạc, khoái lạc, sung sướng đó v.v....

2- ÁI khổ có nghĩa là không ưa thích, sợ hãi, ghét bỏ, lo lắng, buồn phiền, khổ sở, tránh xa, không chấp nhận, không ham thích v.v....

Cho nên khi diệt CẢM THỌ là diệt cả hai ÁI. Khi duyên ÁI bị diệt thì tâm ham muốn ưa thích cũng không còn. Do đó nhà cửa, của cải, tài sản, tiền bạc, danh vọng đều buông bỏ cả. Những vật chất quanh chúng ta đều buông xuống hết, nên trong kinh THẬP NHỊ NHÂN DUYÊN dạy: *“Duyên Ái diệt thì duyên Hữu diệt.”*

HỮU có nghĩa là CÓ. Do CÓ mà chúng ta sinh ra ưa thích nên cố giữ lại. Cố giữ lại nên mới có duyên THỦ. Khi tâm chúng ta không ưa thích (ÁI) thì chúng ta không

có (HỮU) vật gì cả. Cho nên AI diệt thì HỮU diệt, đó là một qui luật đúng không bao giờ sai.

Đã sống trong cuộc đời mà không có gì cả như đức Phật sống chỉ còn ba y một bát thì còn có những vật gì mà cất giữ nữa Phải không quý vị?

Cho nên kinh Thập Nhị Nhân Duyên dạy:
“Duyên Hữu diệt thì duyên Thủ diệt.”

Sống trong cuộc đời mà không cất giữ một vật gì cả thì đời sống đâu còn có gì nữa, một cuộc sống chỉ còn ba y một bát như đức Phật hằng ngày đi xin ăn để nuôi sống thân n mạng.

Đời sống như vậy là một đời sống tu sĩ của Phật giáo, nếu quý vị sống được như vậy mới gọi là tu sĩ Phật giáo và sống được như vậy mới thấy sự giải thoát của đạo Phật thật sự. Từ đời sống này chúng ta mới tu tập chứng đạo. Còn có của cải vật chất làm sao tu tập chứng đạo được quý vị?

Cho nên kinh Thập Nhị Nhân Duyên dạy:
“Duyên Thủ diệt thì duyên Sinh diệt.”

Đó là một điều cơ bản nhất của đạo Phật, nếu ai muốn tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết thì phải sống như đời sống của đức Phật, còn không thể sống như vậy được thì xin quý vị hãy trở về đời sống của người cư sĩ luôn luôn sống trong nền đạo đức nhân bản nhân quả cũng xả được tâm và cuộc sống cũng được an vui hạnh phúc. Sức của mình tu tập được bấy nhiêu đó thì cũng tốt.

Còn những người quyết tâm tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết thì hãy đi cho trọn con đường của đạo

Phật. Đi cho trọn con đường của đạo Phật thì phải sống cho đúng hạnh của Phật mà hễ sống đúng hạnh của Phật thì làm chủ bệnh chết dễ dàng không có khó khăn và mệt nhọc.

Kinh Thập Nhị Nhân Duyên dạy rất rõ: *“Duyên Sinh diệt thì duyên Già, Bệnh, Chết diệt.”*

Chúng ta là con người thì không ai thoát khỏi GIÀ, BỆNH, CHẾT cho nên đức Phật xác định: *“Muốn làm chủ GIÀ, BỆNH, CHẾT thì duyên SINH phải diệt.”* Vậy duyên SINH phải diệt như thế nào?

Muốn diệt duyên SINH thì phải buông xả sạch tất cả vật chất chung quanh ta, chỉ còn sống một đời sống như đức Phật ngày xưa, Đó là buông xả thứ nhất, nếu ai muốn tu tập như Phật để làm chủ SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT mà không sống như Phật thì khó có thể làm chủ bốn sự đau khổ này. Khi buông xả được như vậy kế tiếp chúng ta phải chọn lấy một chỗ thanh vắng yên tịnh như: một gốc cây có bóng mát, một đồng rơm, một mái nhà tranh, một bụi tre v.v...

Rồi ở đó một mình, khi đi, khi đứng, khi ngồi hoặc khi nằm đều tập TỈNH GIÁC, đi thì biết bước đi, còn nằm, ngồi hay đứng đều biết hơi thở ra hơi thở vô. Khi tập TỈNH GIÁC như vậy tâm không còn hôn trầm, thù miên, vô ký, ngoan không và vọng niệm thì đây là giai đoạn thứ hai.

Khi tu tập TỈNH GIÁC được như vậy thì chúng ta tiếp tục tu tập trong bốn oai nghi: Đi, đứng, nằm, ngồi dùng sức TỈNH GIÁC xả từng tâm niệm và các ác pháp bên ngoài khi chúng tấn công vào thân tâm chúng ta.

Đây là giai đoạn xả rớt ráo cho nên phải dùng pháp môn NHƯ LÝ TÁC Ý, lúc nào cũng phải nhớ TÁC Ý. Xin quý vị nhớ lời Phật dạy: *“Ý làm chủ, ý tạo tác, ý dẫn đầu các pháp.”* Cho nên TÁC Ý là ý thức không bị diệt. Khi chúng ta tu chứng đạo thì ý vẫn còn hoạt động như thường, nhưng sự hoạt động của nó hiện giờ là điều dụng của tâm thanh tịnh. Người chưa có tâm thanh tịnh thì không thể bảo rằng ý thức là điều dụng được, chỉ có người tu chứng đạo, tâm thanh tịnh thì ý thức bây giờ là điều dụng khi người tu chứng đạo điều khiển nó.

Cho nên pháp môn nào tu tập mà làm cho ý thức đình chỉ thì pháp môn đó không phải của Phật giáo mà của tà giáo.

Như quý vị đều biết pháp môn niệm Phật nhất tâm; tham công án, tham thoại đầu, biết vọng liền buông v.v... là những pháp ức chế tâm chịu ảnh hưởng tư tưởng vô vi của Lão Trang thuộc văn hóa Trung Hoa. Những phương pháp này tu hành chẳng làm chủ sinh, già, bệnh, chết mà chỉ lọt vào KHÔNG TƯỚNG của thiền Đông Độ gọi là Phật Tánh (Tánh Không.)

MƯỜI HAI NHÂN DUYÊN tu tập đến đây chúng ta đã làm chủ SINH, GIÀ BỆNH, CHẾT. Giảng đến đây chắc quý vị đều biết khi muốn làm chủ SINH, GIÀ BỆNH, CHẾT đều biết vào cửa nào mà làm chủ được sự SỐNG CHẾT.

Nhưng chúng ta cũng cần nghiên cứu thêm để hiểu biết 12 nhân duyên vào cửa nào cũng được song vào được mà ra không được. Cho nên chúng ta chỉ nghiên cứu cho biết, chớ không thể tu tập được xin quý vị lưu ý. Dưới đây là những duyên mà trong kinh Mười Hai Nhân

Duyên chỉ dạy cho chúng ta thấy duyên khởi trùng trùng, hễ có duyên này thì có duyên kia, như trong kinh dạy:

“Từ Duyên Già, Bệnh, Chết diệt thì duyên Vô Minh diệt.

Từ Duyên Vô Minh diệt thì duyên Hành diệt.

Từ Duyên Hành diệt thì duyên Thức diệt

Từ Duyên Thức diệt thì duyên Danh Sắc diệt.

Từ Duyên Danh Sắc diệt thì duyên Lục Nhập diệt.

Từ Duyên Lục Nhập diệt thì duyên Xúc diệt

Từ Duyên Xúc diệt thì duyên Thọ diệt.”.

Trên đây là bắt đầu diệt duyên GIÀ, BỆNH, CHẾT. Diệt duyên GIÀ, BỆNH, CHẾT tức là diệt duyên CẢM THỌ. Duyên Cảm Thọ diệt thì tất cả 11 nhân duyên khác đều bị diệt theo và như vậy một thế giới đau khổ bị diệt, loài người thoát khổ. Nhưng muốn vậy cũng không phải dễ, vì muốn diệt duyên CẢM THỌ chúng ta là người phải có đầy đủ ý chí và nghị lực, nếu không đủ ý chí và nghị lực thì đừng vào cửa CẢM THỌ, nếu chúng ta không đủ sức chịu đựng những cơn đau xé ruột xé gan thì nên vào các cửa khác, xin quý vị lưu ý. Duyên CẢM THỌ chỉ có người có ý chí dũng mãnh kiên cường chẳng hề nao núng trước cái chết, cái cảm thọ đau đớn.

DIỆT DUYÊN SINH

Nếu chúng ta vào cửa duyên SINH thì phải buông xả hết như đức Phật. Bởi vì SINH là đời sống, do có đời sống nên con người phải trăm cay ngàn đắng khổ đau.

Mười hai nhân duyên chúng ta bắt đầu chọn vào DUYÊN SINH để đoạn trừ mọi sự khổ đau.

Như chúng tôi đã nói ở trên ngày xưa đức Phật đã chọn DUYÊN SINH, vì thế Ngài từ bỏ ngai vàng, cha, mẹ, vợ, con và thân bằng, quyến thuộc, chỉ sống ba y một bát đi xin ăn hằng ngày, nhờ diệt duyên SINH này mà Ngài mới đoạn tận mọi sự khổ đau. Vậy thế nào là lý DUYÊN SINH khởi?

Chúng ta hãy dựa vào lời dạy của Phật mà tham khảo MƯỜI HAI NHÂN DUYÊN khi duyên này khởi thì duyên kia khởi:

- 1- Từ duyên SINH khởi GIÀ CHẾT khởi
- 2- Từ duyên GIÀ CHẾT khởi duyên VÔ MINH khởi
- 3- Từ duyên VÔ MINH khởi các HÀNH khởi
- 4- Do các duyên HÀNH khởi nên THỨC khởi
- 5- Do duyên THỨC khởi DANH SẮC khởi
- 6- Do duyên DANH SẮC khởi LỤC NHẬP khởi
- 7- Do duyên LỤC NHẬP khởi XÚC khởi
- 8- Do duyên XÚC khởi THỌ khởi
- 9- Do duyên THỌ khởi ÁI khởi
- 10- Do duyên ÁI khởi HỮU khởi
- 11- Do duyên HỮU khởi THỦ khởi
- 12- Do duyên THỦ khởi SINH khởi

Trên đây là lý DUYÊN SINH khởi, nó tập hợp mọi sự đau khổ của kiếp làm người. Thật khổ thay!

DUYÊN SINH PHÁP

Thế nào là lý DUYÊN SINH PHÁP? Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Già chết là pháp hữu vi, là vô*

thường, duyên sanh biến hoại tánh, biến diệt tánh, ly tham tánh, đoạn diệt tánh”. Và tất cả 12 nhân duyên đều là như vậy.

Này các tỳ kheo, vị Thánh đệ tử thấy như chơn với chánh trí tuệ lý duyên khởi này và các pháp duyên sinh này nên chắc các vị ấy không có những câu hỏi về quá khứ, Ta có mặt trong quá khứ? Ta không có mặt trong quá khứ? Ta có mặt như thế nào trong quá khứ? Ta là gì trong quá khứ? Ta có mặt như thế nào trong quá khứ? Trước ta là gì? Và nay trong quá khứ ta làm gì?

Về tương lai cũng vậy, không có những câu hỏi, ta có mặt trong tương lai? Ta không có mặt trong tương lai? Ta sẽ làm gì trong tương lai? Ta có mặt như thế nào trong tương lai? Hay trước trong tương lai ta là gì, và nay trong tương lai ta sẽ làm gì?

Hay nay các vị ấy sẽ khởi lên những nghi ngờ về tự mình trong hiện tại như sau: *“Ta hiện có mặt? Ta hiện không có mặt? Ta hiện là gì? Ta hiện có mặt như thế nào? Sự kiện như vậy không xảy ra? Vì sao? Vì rằng vị thánh đệ tử, này các tỳ kheo đã khéo thấy như chơn với chánh trí tuệ, định lý duyên khởi này với các pháp DUYÊN SINH này thì không bao giờ có những câu hỏi ngớ ngẩn như trên, không bao giờ có những câu hỏi điên đảo như trên.”* (53 Tương Ứng tập 2)

Khi đã hiểu lý DUYÊN KHỞI với các pháp DUYÊN SINH thì chúng ta không còn nghi ngờ đặt ra những câu hỏi ngớ ngẩn mà từ xưa đến nay người ta đã đặt ra

những câu hỏi mà không có câu trả lời: *“Con người từ đâu sinh ra? Chết đi về đâu?”*

Câu hỏi được đặt ra với những người thông suốt 12 NHÂN DUYÊN đều biết ngay họ là những người đang sống trong VÔ MINH.

Bởi con người có mặt trong cuộc sống hôm nay là do 12 nhân duyên hợp khởi, chứ không có kiếp người trong quá cho nên nếu chúng ta hỏi: *“Ta có mặt trong quá khứ? Ta không có mặt trong quá khứ? Ta có mặt như thế nào trong quá khứ? Ta là gì trong quá khứ? Ta có mặt như thế nào trong quá khứ? Trước ta là gì? Và nay trong quá khứ ta là gì?”* Vì hỏi như vậy tức là không hiểu 12 nhân duyên.

Khi hiểu 12 nhân duyên thì trong quá khứ chúng ta chẳng có gì cả tức là không có đời trước. Cho nên nói có đời trước là người không hiểu 12 nhân duyên. Đời trước tôi là Khổng Minh Gia Các Lượng, đời sau tôi là Trương Lương. Đó là những người sống trong TƯỚNG TRI chứ không phải sống trong LIỄU TRI.

Khi ngộ được 12 nhân duyên thì không có kiếp trước mà chỉ có kiếp hiện tại mà thôi.

Khi ngộ 12 nhân duyên thì chúng ta không có những câu hỏi: *“Ta có mặt trong tương lai? Ta không có mặt trong tương lai? Ta sẽ làm gì trong tương lai? Ta có mặt như thế nào trong tương lai? Hay trước trong tương lai ta là gì, và nay trong tương lai ta sẽ là gì?”* Có những câu hỏi như vậy là chúng ta trở thành những người ngớ ngẩn chưa hiểu 12 nhân duyên. Vì 12 nhân duyên xác định con người chỉ do 12 nhân duyên hợp lại mà thành

trong kiếp hiện tại. Cho nên trong tương lai chúng ta chẳng có gì cả.

Trong hiện tại chúng ta có mặt, có cuộc sống như thế này mà 12 nhân duyên hỏi rằng: *“Ta hiện có mặt? Ta hiện không có mặt? Ta hiện là gì? Ta hiện có mặt như thế nào?”* Hỏi như vậy là những người chưa am tường 12 nhân duyên. Vì 12 nhân duyên đã xác định chúng ta mặt trong hiện tại là do các duyên hợp lại mà thành chớ có cái gì là chúng ta cả. Cho nên nếu không có 12 nhân duyên hợp lại thì không có con người trên hành tinh này. Như vậy con người có mặt trên hành tinh này chỉ là con người duyên hợp, chớ con người thật là con người thì không bao giờ có. Đó là đôi mắt nhìn của đức Phật qua 12 nhân duyên. Còn chúng ta nhìn với đôi mắt VÔ MINH nên có con người thật trong hiện tại, quá khứ và vị lai.

BỐN CỬA VÀO ĐẠO

Có bốn cửa vào để phá vòng tròn MƯỜI HAI NHÂN DUYÊN. Phá vòng tròn 12 nhân duyên tức là diệt thế giới quan đau khổ của con người. Vì thế mọi người phải tùy theo đặc tướng và hoàn cảnh của mình để chọn lấy một cửa trong 12 cửa vào để cứu mình ra khỏi sinh, già, bệnh, chết và chấm dứt tái sinh luân hồi.

Cũng vì lẽ đó mà đức Phật giảng dạy MƯỜI HAI NHÂN DUYÊN xong, Ngài kêu gọi mọi người hãy tinh tấn dũng mãnh tu tập để chứng đạt chân lý giải thoát: *“Này*

các tỳ kheo! Với pháp được Ta khéo thuyết, hiện thị, hiện lộ các bước ràng được cắt đoạn. Chắc chắn dù chỉ còn lại da, gân và xương trên thân; dù thịt máu trở thành khô cạn, mong rằng tinh tấn lực sẽ được kiên trì để chứng đắc những gì chưa chứng đắc, nhờ trượng phu lực, nhờ trượng phu tinh tấn, nhờ trượng phu cần dũng. Và như vậy toàn bộ khổ uẩn này bị đoạn diệt.” Đúng vậy, nếu khi hiểu biết 12 nhân duyên thì phải đem hết sức lực ra tu hành dừng nên biếng trễ vì cuộc sống của con người cũng chẳng có gì chỉ là một chuỗi nhân duyên tạo ra muôn thứ khổ đau mà không mình làm hay người khác làm. Tại có duyên này thì có duyên kia, có duyên này có duyên kia hợp thành con người khổ.

Nếu không bẻ gãy 12 nhân duyên này thì không làm sao thoát khổ. Bẻ gãy 12 nhân duyên tức làm cho chúng không còn hợp lại được nữa. Làm cho chúng không còn hợp lại được nữa thì có đầy đủ ý chí dũng mãnh kiên cường bằng cách giữ gìn tâm BẤT ĐỘNG trước các ác và từng tâm niệm của mình từng phút giây đang khởi lên liên tục.

Một lần nữa chúng tôi xin nhắc lại quý vị nhớ lời dạy trên đây của đức Phật: “*Này các tỳ kheo! Với pháp được Ta khéo thuyết, hiện thị, hiện lộ các bước ràng được cắt đoạn. Chắc chắn dù chỉ còn lại da, gân và xương trên thân; dù thịt máu trở thành khô cạn, mong rằng tinh tấn lực sẽ được kiên trì để chứng đắc những gì chưa chứng đắc, nhờ trượng phu lực, nhờ trượng phu tinh tấn, nhờ trượng phu cần dũng. Và như vậy toàn bộ khổ uẩn này bị đoạn diệt.*”

Loài người trên hành tinh này chịu nhiều khổ đau là vì không siêng năng luôn luôn sống trong ác pháp và các dục. Đui mù không thấy SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT là bốn sự khổ đau lớn của con người, vì thế mà để cho thời gian trôi qua mà không hề có chút tiếc rẻ. Trong khi đức Phật thường dạy:

“Tắc bóng thời gian, một tắc vàng

Tắc vàng tìm được không gì khó,

Tắc bóng thời gian khó hỏi han!”

Đức Phật thường trách những người lười biếng không chịu tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết:

“Khổ thay! Nay các Tỳ kheo là người sống biếng nhác, dính đầy các ác pháp bất thiện và mục đích lớn làm chủ sinh, già, bệnh, chết bị suy giảm nên con người phải chịu nhiều đau khổ. Thật thương thay!”

Và thường ca ngợi những ai siêng năng tu hành:

“An lạc thay! Nay các Tỳ kheo, là những người sống tinh cần, tinh tấn, viễn ly các ác bất thiện pháp, và mục đích lớn làm chủ sinh, già, bệnh, chết được viên mãn!” (57 tương ứng tập 2)

Nếu thông suốt 12 nhân duyên mà không siêng năng tu tập viễn ly các ác bất thiện pháp thì làm sao gọi là người thông suốt 12 nhân duyên. Thông suốt 12 nhân duyên không phải là đi thuyết giảng, để đối gạt người, mà thông suốt 12 nhân duyên là siêng năng cần mẫn ngăn ác diệt các ác bất thiện pháp để chứng đạt tâm vô LẬU hoàn toàn.

SỐNG TRONG HẠ LIỆT

KHÔNG THỂ CHỨNG ĐẠT CÁI CAO THƯỢNG

Trong con đường tu tập theo Phật giáo điều quan trọng nhất là phải sống đúng giới luật, vì giới luật là đời sống cao thượng. Người tu sĩ sống phạm giới luật là người tu sĩ không có đời sống cao thượng do đó họ không bao giờ tu chứng đạo. Vì chứng đạo là tâm phải **BẤT ĐỘNG**. Tâm **BẤT ĐỘNG** là tâm không phạm giới. Đức Phật thường nhắc nhở chúng ta tu tập phải sống đúng giới luật: *“Này các thầy tỳ kheo! Không phải với cái hạ liệt có thể đạt cái cao thượng.”*

Đúng vậy đức Phật đã xác định rõ ràng: Một người sống trong hạ liệt mà muốn chứng trong cái cao thượng thì không thể nào chứng đạt được. Vậy sống trong hạ liệt là sống như thế nào?

Sống hạ liệt là sống chạy theo dục lạc thế gian, tâm còn đầy tham, sân, si, mạn, nghi; tâm chưa sống ly dục ly ác pháp mỗi chút mỗi phần nào giận hờn khổ đau; tâm còn ham muốn cái này cái kia. Hằng ngày tâm còn phóng dật thấy cái này cái kia đều muốn nhìn ngó lưu ý thì làm sao chứng đạt được cái cao thượng được.

Cho nên quý thầy, quý cô tu tập thì tốt, nhưng không chứng đạo là hay nhìn ngó ra ngoài. Tại sao quý thầy, quý cô không nhìn ngó vào thân tâm của mình mà lại nhìn ngó ra ngoài. Nhìn ngó ra ngoài có ích lợi gì?

Khi quyết tâm tu tập để làm chủ sinh, già, bệnh, chết thì hãy nhìn vào thân tâm của mình để làm chủ nó, nếu nó làm sai hay làm đúng thì chúng ta đều biết liền. Biết sai thì ngăn chặn lại không làm theo; biết đúng thì tăng trưởng và làm theo cho thân tâm mỗi ngày một tốt

hơn. Nhờ chúng ta biết tập sống như vậy nên từ chỗ sống hạ liệt trở thành thanh cao, còn nếu không biết sống như vậy thì từ sống từ cái hạ liệt sẽ mãi mãi sống trong cái hạ liệt. Cho nên đức Phật mới dạy như vậy: “SỐNG TRONG HẠ LIỆT KHÔNG THỂ CHỨNG ĐẠT CÁI CAO THƯỢNG.” Dù chúng ta muốn tu chứng đạt giải thoát mà cứ sống trong hạ liệt thì tu vô lượng kiếp cũng chẳng đi đến đâu.

SỐNG TRONG CAO THƯỢNG MỚI CHỨNG ĐẠT CÁI CAO THƯỢNG

Như chúng ta đã từng biết giới luật đức hạnh là pháp môn tu tập hàng đầu trong Phật giáo, người sống giới luật đức hạnh là người sống trong cao thượng. Có sống trong cao thượng thì chúng ta mới giữ gìn tâm BẤT ĐỘNG dễ dàng, còn sống phạm giới thì không bao giờ giữ gìn tâm BẤT ĐỘNG được. Do tâm BẤT ĐỘNG mới làm chủ SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT.

Cho nên đức Phật đã dạy rõ ràng: *“Này các thầy Tỳ kheo! Phải sống với cái cao thượng mới đạt được cái cao thượng.”* Đúng vậy, sống trong cao thượng mới chứng cái cao thượng.

Sống trong cao thượng là sống đúng phạm hạnh của Phật giáo tức là sống “*thiểu dục tri túc*” chỉ còn ba y một bát tất cả đều buông xả sạch, không còn để tâm thương hay ghét, không còn ái kiết sử trói buộc, không còn người thân kẻ sơ, không còn tài sản lớn tài sản nhỏ, không còn tiền để dự phòng trong cuộc sống hay đau ốm, không còn đất đai ruộng vườn, không còn nhà cửa

lớn nhỏ. Phải sống như đức Phật chỉ còn ba y một bát đi xin ăn hằng ngày mà thôi.

Người sống được như vậy mới gọi là cao thượng, như đức Phật đã từng ca ngợi và tán thán phạm hạnh này: *“Đáng được tán thán, nầy các thầy Tỳ kheo! Là phạm hạnh với sự có mặt của bậc Đạo Sư, do vậy nầy các thầy Tỳ kheo, hãy tinh tấn lên để chứng đạt những gì chưa chứng đạt, để chứng đắc những gì chưa chứng đắc, để chứng ngộ những gì chưa chứng ngộ.”* (57 tương ứng tập 2)

Quý vị có nghe lời đức Phật dạy trên đây không? Đó là những lời dạy về lối sống cao thượng. Sống cao thượng đức Phật đã xác định rõ ràng: *“Là phạm hạnh với sự có mặt của bậc Đạo Sư.”* Có phải chăng lời dạy này là chỉ cho sự “THÂN CẬN THIỆN HỮU TRI THỨC.” Nhờ thân cận thiện hữu tri thức để thấy được những cái gì? Không phải là để nhìn thấy những hành động Phạm hạnh sống của bậc thiện hữu tri thức sao?

Phạm hạnh của đức Phật như thế nào?

- Ăn không phi thời.
- Ngũ không phi thời.
- Sống độc cư, phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý của mình.
- Đi đứng nhẹ nhàng, lời nói ôn tồn nhã nhặn tức là những oai nghi chánh hạnh

Người giữ gìn bốn hạnh này là người sống cao thượng. NGƯỜI SỐNG CAO THƯỢNG MỚI CHỨNG ĐẠT PHÁP CAO THƯỢNG. Pháp cao thượng của Phật giáo không có

gì cao thượng cả mà rất cao thượng chỉ vì con người sống trong thế gian không làm được.

1- Điều thứ nhất: Con người thế gian ham ăn, ăn ngày ba bữa còn ăn đêm. Ngược lại người sống trong pháp cao thượng của Phật giáo thì không tham ăn, ăn ngày một bữa.

2- Điều thứ hai: Con người thế gian ham ngủ, lúc nào ngủ cũng được. Ngược lại người sống trong pháp cao thượng của Phật giáo thì không tham ngủ, thường tu tập tỉnh thức sống trong tâm bất động.

3- Điều thứ ba: Con người thế gian ham tiền bạc nhiều, ham nhà cửa cao sang đẹp đẽ, ham xe cộ này xe cộ khác. Ngược lại người sống trong pháp cao thượng của Phật giáo thì không ham tiền bạc, nhà cửa, xe cộ thường buông xả hết chỉ còn sống ba y một bát hằng ngày đi xin cơm một bữa để sống tu tập

4- Điều thứ tư: Con người thế gian ham uy, quyền, lúc nào cũng muốn ra oai la lối nạt nộ chửi mắng người khác. Vả lại còn muốn ăn trên ngồi trước không ai hơn mình. Ngược lại người sống trong pháp cao thượng của Phật giáo thì không tham uy, quyền mà chỉ muốn làm một người thấp nhất trong xã hội (người ăn mày).

5- Điều thứ năm: Con người thế gian hay giận hờn, phiền não, lo sợ, lo đói lo sợ trộm cướp, chiến tranh, lo sợ con cái nghèo khổ v.v... Ngược lại người sống trong pháp cao thượng của Phật giáo thì không giận hờn, ai chửi mắng thì tha thứ thương yêu không ghét ai, nhất là không lo sợ một thứ gì cả.

6- Điều thứ sáu: Con người thế gian tâm ưa thích dâm dục nên lớn lên đến lấy vợ gã chồng, nhưng người đầu biết rằng đó là con đường khổ của thế gian, nối tiếp từ đời này đến đời khác mãi mãi khổ đau thế mà sinh ra làm người ai cũng ưa thích v.v... Ngược lại người sống theo pháp cao thượng của Phật giáo thì tránh xa dâm dục, thấy dâm dục như thấy rắn độc, một khi đã bị nọc độc rắn dâm dục cắn thì suốt đời phải chịu khổ đau.

Cho nên dâm dục là con đường sinh tử luân hồi, con đường bất tịnh, ướ trước tràn đầy đau khổ, không đi vào con đường này thì thôi mà hể đi vào con đường này thì khổ đau ngút ngàn. Hỡi quý vị có trí tuệ hãy tránh xa. Vì Ở xa nó là hạt kim cương, nhưng khi đến gần nó là giọt nước mắt đầy quý vị ạ!

Sáu điều trên đây nếu người nào muốn sống một đời sống cao thượng thì hãy tránh xa sáu điều hạ liệt. Có tránh xa sáu điều hạ liệt trên đây thì đời sống mới cao thượng, mới theo đúng đường lối của Phật giáo. Nhờ có sống cao thượng như vậy mới chứng được pháp cao thượng.

Người ta đừng hiểu sai là tu theo đạo Phật phải buông bỏ hết, không còn có một vật gì còn dính trong thân tâm, phải trống không, không ngơi. Đó là hiểu sai, người đi tu theo Phật giáo sống “*thiểu dục tri túc*” chỉ còn ba y một bát mà thôi đó là những vật dụng cần thiết cho một người tu hành giải thoát. Nhờ sống như vậy nên làm chủ được cái ăn, cái ngủ và cái sống một mình. Cho nên tất cả ngũ dục lạc thế gian đều buông bỏ xuống sạch, không còn một chút xíu nào dính trong tâm. Chúng

ta lắng nghe đức Phật dạy: *“Sự xuất gia này của chúng ta sẽ không phải trống không, có kết quả, có thành tích. Và những vật dụng chúng ta thọ dụng như y phục, đồ ăn khát thực, thuốc trị bệnh, dầu cho những thứ này là khiêm tốn, đối với chúng ta sẽ có quả lớn, có lợi ích lớn.”* (57 Tương Ứng tập 2)

Lời dạy trên đây rất rõ ràng, vì y phục vừa đủ để thay đổi mặc hằng ngày không thừa dư một y áo nào cả và đồ ăn khát thực vừa đủ ăn ngày một bữa để sống rất là khiêm tốn, nhưng xét lại người sống được như vậy thì quả giải thoát lợi ích rất lớn mà người thế gian không thể sánh được.

Khi chúng ta sống được như vậy thì hãy lắng nghe đức Phật dạy tiếp: *“Này các thầy Tỳ kheo, thấy được tự lợi là vừa đủ để tinh tấn không phóng dật. Hay này các thầy Tỳ Kheo, khi thấy lợi tha là vừa đủ để tinh tấn không phóng dật, hay này các thầy tỳ kheo thấy lợi cả hai là vừa đủ để tinh tấn không phóng dật.”* (58 Tương Ứng tập 2)

Lời dạy trên đây giúp chúng ta biết pháp tu hành rất dễ dàng. Khi sống đời sống cao thượng như vậy thì điều cần thiết là phải siêng năng sống KHÔNG PHÓNG DẬT.

Khi siêng năng tinh cần tu tập giữ gìn tâm không phóng dật thì lậu hoặc sẽ bị đoạn diệt. Vì thế, những người này là người sáng suốt minh mẫn. Cho nên đức Phật dạy: *“Này các thầy tỳ kheo, đối với người biết, đối với người thấy. Ta nói các lậu hoặc được đoạn diệt*

không phải đối với người không thấy, không biết”.(58 Tương Ứng tập 2).

Người có trí tuệ mới sống không phóng dật còn những người không trí tuệ thường sống tâm phóng dật, thấy điều gì ưa thích thì chạy theo điều ấy khiến cho cuộc sống bất an. Người có trí tuệ là người biết tìm sự giải thoát nơi thân tâm mình còn người không trí tuệ thì không biết tìm giải thoát cho nên cứ đắm mê ngũ dục lạc vì vậy cuộc đời luôn luôn sống trong khổ đau. Do đó Đức Phật dạy: *“Trong đoạn diệt ấy, phải có trí tuệ đoạn diệt. Ta nói rằng trí tuệ ấy có duyên không phải không có duyên.”*

Để xác định làm sáng tỏ điều này, để mọi người triển khai tri kiến giải thoát mà trong kinh Phật thường dạy là tu tập. Chính tu tập là triển khai tri kiến giải thoát của mình chứ có tu tập cái gì đâu, điều mà người ta lầm tưởng là ngồi thiền lâu tâm sẽ sinh trí tuệ, sự thật là không phải vậy. Ngồi thiền lâu mà tâm bất động do xả tâm ly dục ly ác pháp bằng phương pháp dẫn tâm thì làm chủ thân bệnh chứ không phải sinh trí tuệ. Trí tuệ giải thoát là do huân tập sự hiểu biết giải thoát, từ đó chúng ta ly tham, sân, si, mạn, nghi đều bằng tri kiến hiểu biết này. Cho nên chúng ta hãy nghe đức Phật dạy về nhân duyên: “Từ duyên của trí tuệ về đoạn diệt là gì? Giải thoát là câu trả lời”

Đúng vậy, muốn đoạn diệt sự khổ đau của kiếp người thì phải bằng TRÍ TUỆ. Vậy TRÍ TUỆ phải hiểu biết cái gì mới đoạn diệt khổ đau?

TRÍ TUỆ phải hiểu biết cái gì làm cho con người khổ đau. Khi **TRÍ TUỆ** của chúng ta biết rõ cái gì làm cho đau khổ thì chúng ta lìa xa hoặc từ bỏ hay đoạn diệt. Có lìa xa hay từ bỏ hoặc đoạn diệt thì chúng ta có giải thoát liền. Cho nên từ duyên **TRÍ TUỆ** về **ĐOẠN DIỆT** là giải thoát như lời đức Phật đã dạy ở trên. Chúng ta hãy nghe tiếp đức Phật dạy từ bỏ hay lìa xa hoặc đoạn diệt cái gì để được giải thoát: *“Từ duyên của giải thoát là gì? Ly tham là câu trả lời.”*

Muốn thoát mọi sự khổ đau trong cuộc đời thì chỉ có **LÌA XA** hay **TỪ BỎ** hoặc **ĐOẠN DIỆT** tâm **THAM** thì giải thoát ngay liền.

Đúng vậy, nếu không đoạn diệt tâm tham thì không bao giờ có giải thoát, muốn đoạn diệt tâm tham thì trước tiên phải xa lìa tâm tham, có nghĩa là tâm tham khởi lên ham muốn một điều gì thì không nên làm theo.

Vậy chúng ta hãy nghe tiếp đức Phật dạy duyên ly tham: *“Từ duyên ly tham là gì? Yếm ly là câu trả lời.”*

Đúng vậy, trước khi muốn lìa tâm tham thì phải chế ngự tâm tham làm cho tâm tham yếu đi mà đức Phật gọi là yếm ly. Yếm ly có nghĩa là đầu tiên chúng ta khởi ham muốn một điều gì thì hãy mau mau dừng lại không được làm theo hay chạy theo. Không làm theo không chạy theo bằng **TRÍ TUỆ** như trên đã dạy.

Chúng ta tiếp tục nghe đức Phật dạy duyên yếm ly: *“Từ duyên yếm ly là gì? Tri kiến như chơn là câu trả lời.”*

Đúng như lời đức Phật dạy, muốn yếm ly thì phải dùng tri kiến hiểu biết nhân quả, hiểu biết các pháp vô thường, hiểu biết các pháp không có pháp nào là ta là của ta, là bản ngã của ta và hiểu biết cái nào đúng cái nào sai; kể đó còn phải hiểu biết cái nào là chân lý và cái nào không phải là chân lý. Bởi danh từ NHƯ CHƠN của Phật dùng nơi đây chúng ta phải hiểu nghĩa. NHƯ CHƠN ở đây có nghĩa là TÂM BẤT ĐỘNG. TÂM BẤT ĐỘNG là thiền định. Cho nên đức Phật dạy: *“Từ duyên của NHƯ CHƠN là gì? Định là câu trả lời.”*

Đúng vậy, NHƯ CHƠN tức là ĐỊNH mà định là TÂM BẤT ĐỘNG. Khi tâm BẤT ĐỘNG không còn niệm vọng tưởng và hôn trầm thù miên vô ký xen ra, xen vô thì tâm sẽ có một niềm vui AN LẠC. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Từ duyên của định là gì? Lạc là câu trả lời”*

Đúng vậy, khi tâm có ĐỊNH thì phải có LẠC; Tâm có ĐỊNH mà không có an lạc thì ĐỊNH đó không phải là ĐỊNH của Phật giáo. Khi tâm có AN LẠC thì thân tâm phải có cảm giác KHINH AN. KHINH AN có nghĩa là thân tâm khi có ĐỊNH thì thân tâm phải nhẹ nhàng và an ổn. Cho nên đức Phật dạy có duyên ĐỊNH thì phải có duyên KHINH AN, không bao giờ có ĐỊNH mà không có KHINH AN, cho nên ĐỊNH có là KHINH AN có, đó là duyên của chúng không thể tách lìa ra được. Có AN LẠC là phải có KHINH AN: Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Từ duyên của lạc là gì? khinh an là câu trả lời.”*

Đúng vậy, duyên của LẠC là phải có duyên của KHINH AN, nếu thân tâm có niềm VUI thì phải có KHINH

AN, đó là các duyên theo pháp duyên khởi mà không thể tách lìa chúng ra được, cho nên nó thuộc về 12 nhân duyên vì vậy đức Phật dạy các pháp duyên khởi rất cẩn thận và kỹ càng không bỏ sót một duyên nào cả. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy tiếp: *“Từ duyên của khinh an là gì? Hỷ là câu trả lời.”*

Đúng vậy, khi thân tâm có cảm giác nhẹ nhàng an ổn thì rất vui mừng. Sự vui mừng này đức Phật gọi là Hỷ. Hỷ là niềm vui, khi có niềm vui thì phải có tâm hân hoan, cho nên đức Phật dạy: *“Từ duyên của hỷ là gì? Hân hoan là câu trả lời”.*

Đúng vậy, hân hoan là lòng rất vui mừng giống như người đi xa về gặp lại những người thân. Do đâu mà có lòng hân hoan ấy như trên đã nói người đi xa lâu ngày gặp lại nhau hay chúng ta tin vào khả năng của mình sẽ làm nên một sự nghiệp to lớn nhưng khi làm được một việc gì lợi ích và tốt đẹp cho mình và cho người thì lòng hân hoan phải có. Để xác định rõ điều này chúng ta hãy nghe đức Phật dạy: *“Từ duyên của hân hoan là gì? Lòng tin là câu trả lời.”*

Đúng vậy, khi có lòng hân hoan như vậy là nhờ lòng tin của chúng ta biết chắc khả năng của mình làm nên sự nghiệp to lớn mà nay đã làm nên sự nghiệp to lớn thì chúng ta phải hân hoan. Có những điều trong cuộc sống chúng ta không biết, nay có người chỉ cho chúng ta biết như thật thì lòng tin tưởng rất mãnh liệt.

Từ xưa chưa có ai nói cho chúng ta biết SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT là khổ. Hôm nay có người chỉ cho chúng ta biết đó là bốn sự đau khổ của kiếp người mà không ai

tránh khỏi. Khi biết rõ như thật thì chúng ta khởi lòng tin tuyệt đối không có cái gì làm thay đổi lòng tin này được.

Lòng tin phát xuất là từ sự giác ngộ một lẽ thật. Biết rõ được sự thật như vậy thì lòng hân hoan không thể có bút mực nào nói lên hết được. Xưa nay chưa ai chỉ cho chúng ta biết KHỔ như thật, nay được biết thì chúng ta rất vui mừng vì chúng ta sẽ diệt chúng làm cho chúng không còn sinh khởi được nữa. Vì vậy chúng ta hãy tiếp tục nghe đức Phật dạy: *“Từ duyên của lòng tin là gì? Khổ là câu trả lời.”*

KHỔ là những nỗi buồn lo lắng sợ hãi thương ghét giận hờn, nhớ nhung, mong chờ v.v... Đó là do có một cuộc sống, trong cuộc sống có những người thân thương và những người không ưa thích, có những vật chất ưa thích có những vật chất không ưa thích. Tất cả những điều gọi chung là KHỔ.

Đúng vậy, từ lâu chúng ta chưa có ai dạy về KHỔ, bây giờ được dạy về KHỔ, đó là một sự thật mà không ai dám phủ nhận. Có ai dám bảo rằng SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT là không khổ? Như trên đã nói KHỔ là do có cuộc sống. Chúng ta không tin thì hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Từ duyên của khổ là gì? Sanh là câu trả lời.”*

Đúng vậy, SANH có nghĩa là đời sống của con người, nếu con người không có đời sống thì làm sao có KHỔ.

Trên thế gian này không ai là không có ĐỜI SỐNG. Vậy ĐỜI SỐNG do đâu mà có. Chúng ta hãy nghe đức Phật dạy: *“Từ duyên của sanh là gì? Hữu là câu trả lời.”*

Đúng vậy, nếu không có của cải tài sản, nhà cửa, ruộng vườn, đất đai, vợ con và những người thân, quyến thuộc, anh em bạn hữu thì làm sao có KHỔ. Do chúng ta có và có rất nhiều cho đến những vật ném bỏ vào đồng rác mà chúng ta còn cố giữ lại thì trên đời này có vật gì mà chúng ta bỏ. Do chúng ta không biết buông xả nên chúng ta mới chịu biết bao nhiêu thứ khổ đau. Cho nên chúng ta có vật gì thì không bao giờ muốn bỏ, cố giữ lại, giữ lại cho đến khi cái nhà ở trở thành cái nhà kho hay đúng hơn là cái thùng rác. Chúng ta hãy nghe đức Phật dạy: *“Từ duyên của hữu là gì? Thủ là câu trả lời.”*

Đúng vậy, nếu HỮU có nghĩa là có thì những vật chất mà chúng ta có được là do duyên HỮU, nhưng nếu chúng ta có mọi vật nhưng chúng ta đừng có giữ lại thì làm sao có THỦ. Cho nên Phật pháp dạy không sai nó là DUYÊN, nếu DUYÊN này có thì DUYÊN kia phải có không thể làm sao không có được. Cho nên chúng ta sống không có DUYÊN HỮU thì làm sao có DUYÊN THỦ. Chính vì có DUYÊN HỮU mới có DUYÊN THỦ. Những điều trên đây là do chúng ta không biết pháp môn “TÁC Ý” để phòng hộ sáu căn, nên khi vật chất đến là chúng ta dính mắc, cố chấp, giữ gìn, bảo thủ làm của riêng của mình. Vì vậy duyên HỮU có thì duyên THỦ có, vì HỮU THỦ có đủ nên chúng ta đang ở trong mê hồn trận mà không biết lối nào mà ra. Pháp 12 nhân duyên rất tuyệt vời, khi duyên này có thì duyên kia có theo mà khi có theo như vậy là 12 nhân duyên đều hiện đủ. Mười hai nhân duyên đều hiện đủ thì một thế giới khổ đau hiện bày.

Khi duyên THỦ có thì không phải tới đây nó chấm dứt mà nó phải có duyên khác nữa, chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Từ duyên của thủ là gì? Ái là câu trả lời.”*

Nếu duyên Thủ có thì duyên ÁI DỤC có. Bởi vì có giữ lại thì phải có ưa thích, nếu không ưa thích thì làm sao chúng ta cố giữ lại làm gì, cho nên khi có giữ lại thì phải có ưa thích. Do đó trong kinh dạy: *“CÓ DUYÊN THỦ thì phải có DUYÊN ÁI.”*

Đúng vậy, nếu không ưa thích (ÁI) thì làm sao chúng giữ gìn bảo thủ (THỦ) lại cho mình. Bảo thủ giữ gìn lại cho mình những gì chúng ta ưa thích hưởng thụ những vật chất đó. HƯỞNG THỤ tức là THỌ DỤNG. Chính vì con người ưa thích HƯỞNG THỤ mà đành chịu muôn ngàn thứ khổ đau trong kiếp sống làm người. Từ DUYÊN ÁI có thì DUYÊN THỌ có, đó là một qui luật của 12 nhân duyên không làm sao bảo rằng không có được. Cho nên cứ theo 12 nhân duyên thì chúng ta sẽ có những khổ đau của con người mở ra ra theo lối nào chúng ta cũng biết rất rõ. Học 12 nhân duyên rất có ích lợi cho đời sống của chúng ta. Khi chúng ta bị rơi vào duyên nào thì biết ngay, khi biết chúng, ta tác ý không để thân tâm dính vào duyên đó, nhờ đó mà chúng ta thoát khổ, không bị một ác pháp nào sai khiến hay tác động vào tâm chúng ta được.

Muốn biết và đủ lòng tin với pháp môn này không gì hơn là chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Từ duyên của ái là gì? Thọ là câu trả lời.”*

Đúng vậy, vì hưởng thụ những vật chất đó nên chúng ta thường cảm nhận thích thú. Bởi vậy muốn có CẢM THỌ thì phải có sự xúc chạm.

Ví dụ: Muốn thưởng thức một miếng ăn ngon thì chúng ta phải ăn thực phẩm đó. Khi món ăn đó xúc chạm vào miệng lưỡi thì chúng ta mới cảm nhận món ăn ngon hay dở. Cho nên những CẢM THỌ là nhờ có XÚC CHẠM, nếu không có XÚC CHẠM thì CẢM THỌ không biết gì cả.

Ví dụ: chúng ta lấy tay sờ vào chiếc nệm mới mua thì biết ngay chiếc nệm mềm và êm ái. Đó là do tay của chúng ta XÚC CHẠM vào nệm. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Từ duyên của thọ là gì? Xúc là câu trả lời”*

XÚC là sự va chạm, nên khi có CẢM THỌ là phải có sự VA CHẠM (xúc). Sự VA CHẠM càng nhiều thì CẢM THỌ càng lớn. Người tu sĩ Phật giáo biết như vậy, những khi VA CHẠM với mọi vật thường cảnh giác tác ý: *“Các pháp là vô thường là khổ đau là nhân quả hãy ra khỏi thân tâm ta. Chúng ta không chấp nhận một pháp nào cả hãy đi, đi! Ở đây chỉ có tâm BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC và VÔ SỰ”!*

Cho nên, nếu không có sự CẢM THỌ thì làm sao có sự ƯA THÍCH THAM ĐẮM, cho nên sự XÚC CHẠM là một điều quan trọng vì vậy người tu hành cần phải quan tâm lưu ý SÁU CĂN từng XÚC CHẠM với SÁU TRẦN mà sinh ưa thích dính mắc chấp đắm. Do không đề phòng SÁU CĂN và SÁU TRẦN XÚC CHẠM với nên con người phải chịu khổ vô cùng vô tận.

Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Từ duyên của xúc là gì? Sáu xứ là câu trả lời.”*

Đúng vậy, do XÚC CHẠM của SÁU XỨ nội và ngoại nên mới có THÂN TÂM của con người mà đức Phật gọi là DANH SẮC. Bởi vậy DANH SẮC không ngoài SÁU XỨ nội và ngoại mà có được. Vạn vật trong vũ trụ do XÚC CHẠM theo 12 nhân duyên này mà thành lập vũ trụ. Cho nên trong vũ trụ hiện giờ các duyên đều XÚC CHẠM do đó mới có sự sinh diệt liên tục không bao giờ dứt.

Cho nên khi giác ngộ 12 nhân duyên chúng ta không tin có một đấng vạn năng, một ông Ngọc Hoàng Thượng Đế hay một vị Trời nào cả sáng tạo ra vũ trụ. Những đấng ấy toàn là tưởng tri của con người dựng lên chớ chưa từng có một người nào trên thế gian này trực tiếp gặp các Ngài. Chỉ có những người ợ ợ ngáp ngáp lên đồng nhập xác như các phù thủy để lừa đảo con người bằng tưởng thức xây dựng một thế giới siêu hình đầy đủ những hồn ma người chết, đầy đủ những Thần, Thánh, Tiên, Phật, Quỷ, Ma v.v...

Khi thông suốt 12 nhân duyên không ai có thể gạt chúng ta rằng có các cõi Trời, cõi Cực Lạc. Bởi do thông suốt 12 nhân duyên nên đức Phật dạy: *“33 cõi Trời là tưởng tri chớ không phải liễu tri!”*

Khi thông suốt 12 nhân duyên rất có lợi, vì biết rõ vạn vật sinh ra do đâu mà có, con người sinh ra từ đâu đến và chết đi về đâu, có linh hồn hay không có linh hồn, còn có sự sống sau khi chết hay không? Thế giới siêu hình có hay không có. Quỷ, Ma, Thần, Thánh, Tiên, Phật, Trời, Ngọc Hoàng Thượng Đế, các đấng bề trên có

hay không có. Địa ngục các vua Diêm Vương, Quỷ Sứ, Ngưu Đầu Mã Diện, Quỷ Dạ Xoa có hay không có đều biết rất rõ.

Tất cả những nhân vật này là những nhân vật tưởng tri của những nhà văn Trung Quốc dựng lên, từ truyện Tây Du Ký, Đông Du Bát Tiên, Nam Du Huê Quang, Bắc Du Chơn Võ, Phong Thần, Phong Kiếm Xuân Thu, Liêu Trai Chí Dị v.v...

Tất cả nhân vật trong những chuyện này toàn là tưởng tri của các nhà văn khéo tưởng tượng dựng lên mà viết ra. Các nhà làm tôn giáo không thông suốt nên tin rằng những nhân vật này có thật. Vì thế mới đem các nhân vật hư cấu trong các bộ truyện này vẽ ra hình tượng hay tạc ra cốt tượng rồi đặt lên bàn thờ nơi trang trọng nhất trong các đền thờ. Do vô minh không biết nên các tín đồ của các tôn giáo bỏ tiền ra xây chùa, tháp, miếu, niệm Phật đường, thánh thất, nhà thờ v.v... Một số tiền không phải nhỏ. Trong khi Đất nước đang xóa đói giảm nghèo mà được số tiền ấy thì nhân dân làm sao đói, làm sao nghèo. Phải không thưa quý vị?

Đành rằng tinh thần tôn giáo là một điều cần thiết như cơm ăn áo mặc, nhưng phải là tinh thần có đạo đức có văn hóa, chớ không lẽ tinh thần lạc hậu mê tín quỳ lạy cầu xin những nhân vật hư cấu như vậy ban phước lành thì thật là ngu ngốc vô cùng.

Trong thời đại được gọi là tôn giáo văn minh, nhưng chúng tôi thấy không có văn minh chút nào cả, vì trong các nơi thờ tự của các tôn giáo còn giữ nguyên những hình ảnh nhân vật hư cấu giàu tưởng tượng.

12 nhân duyên đã làm sáng tỏ thế giới siêu hình là thế giới tưởng khiến con người không còn sống trong mê tín mù quáng lạc hậu nữa. Mười hai nhân duyên cũng làm cho chúng ta thông suốt vũ trụ là một thế giới duyên hợp, nên không còn ai đối gạt được chúng ta nữa.

SÁU XỨ là sáu nơi thường tiếp xúc với SÁU TRẦN. SÁU XỨ là gì?

SÁU XỨ là Mắt, Tai, Mũi, Miệng, Thân, Ý. Mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý là chỉ cho một con người. Một con người là phải có đủ mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý. Cho nên nói SÁU XỨ tức là nói con người, trong một con người có ba cái biết:

1- Ý thức.

2- Tưởng thức

3- Thức thức

- Ý thức là cái biết của mọi người đang sử dụng trong cuộc sống hằng ngày.

- Tưởng thức là cái biết trong giấc mộng, là cái biết của các nhà ngoại cảm; là cái biết của những người lên đồng nhập xác; là cái biết của những phù thủy

- Thức thức là cái biết của những người đã tu chứng đạo (Tuệ Tam Minh)

Muốn biết rõ SÁU XỨ chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Từ duyên của sáu xứ là gì? Danh sắc là câu trả lời”*

DANH SẮC là thân và tưởng thức của chúng ta. Bởi THÂN NGŨ UẨN có năm uẩn: SẮC, THỌ, TƯỚNG, HÀNH, THỨC. Sắc là thân, THỌ là các cảm thọ của thân và tâm,

TƯỚNG là tướng thức, **HÀNH** là các hoạt động của thân, tâm và tướng, **THỨC** là cái biết của thân, tâm người đã tu chứng đạo.

Như vậy bây giờ quý vị đã hiểu rõ **DANH SẮC**. **DANH SẮC** chỉ là **THÂN TÂM** của chúng ta mà thôi.

DANH là **TƯỚNG THỨC** và **SẮC** là **SÁU THỨC**. Vậy **DANH SẮC** gồm có bảy cái biết;

- 1- Nhãn thức
- 2- Nhĩ thức.
- 3- Tỷ thức.
- 4- Thiệt thức.
- 5- Thân thức.
- 6- Ý thức.
- 7- Tướng thức.

Cho nên nói **DANH SẮC** tức là nói bảy cái thức. Vậy chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Từ duyên của danh sắc là gì? Thức là câu trả lời.”*

Đúng vậy, **THỨC** là bảy cái biết của **THÂN, TÂM** như trên đã nói, ngoài bảy **THỨC** thì không có **DANH SẮC**. **DANH SẮC** không có thì **THÂN, TÂM** và **TƯỚNG** cũng không có, mà **THÂN, TÂM** và **TƯỚNG** có là phải có sự hoạt động, sự hoạt động đó gọi là **HÀNH**. Cho nên đức Phật xác định rất rõ ràng: *“Từ duyên của thức là gì? Hành là câu trả lời.”*

HÀNH là sự hoạt động của thân, tâm và tướng, nếu thân tâm và tướng không hành theo con đường giải thoát của Phật giáo mà hành theo tham ái thì đó là sự hoạt động không sáng suốt. Sự hoạt động không sáng suốt thường đem đến sự đau khổ vô cùng vô tận. Biết rõ

như vậy nên đức Phật dạy: *“Từ duyên của hành là gì? Vô minh là câu trả lời”*. (61 Tương Ưng tập 2)

VÔ MINH tức là không sáng suốt, mà hoạt động không sáng suốt là tạo ra nhiều khổ đau. Bởi vậy muốn HÀNH là phải HÀNH theo đạo đức nhân bản của Phật giáo. HÀNH theo đạo đức nhân bản của Phật giáo là không làm khổ mình khổ người và khổ chúng sanh. Không làm khổ mình, khổ người và tất cả chúng sanh là giải thoát. Đó là mục đích giải thoát của đạo Phật.

Trong kinh Tương Ưng có chỗ ngài Xá Lợi Phất hỏi Phật: *“Bạch Thế Tôn! Nếu con được hỏi: Nay hiền giả giải thoát như thế nào? Mà đã tuyên bố trí đã được chứng đắc. Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, các việc làm đã làm xong, không còn trở lui trạng thái này nữa”?*

Con sẽ trả lời: *“Do tự giải thoát, do tự đoạn diệt tất cả chấp thủ, con luôn an tâm trong chính niệm. Nhờ sống an tâm trong chính niệm như vậy, các lậu hoặc không còn tiếp tục rỉ chảy và con không còn chấp tự ngã.”*

Ngài Xá Lợi Phất trả lời rất đúng. Sự giải thoát này phải do chính mình, không có một người nào giúp mình được. Do tự chính mình phải ĐOẠN DIỆT CÁC CHẤP THỦ và phải luôn luôn SỐNG AN TRÚ TÂM TRONG CHÁNH NIỆM, nhờ vậy mọi ác pháp không tác động được tâm. Tâm hoàn toàn vô lậu, chứng đạt chân lý: như đức Phật đã kết luận như sau: Tóm lại pháp môn này gọi tắt như sau: *“Những cái gì được vị sa môn gọi là lậu hoặc là Ta không còn nghi ngờ gì nữa, chúng đã được Ta diệt tận không còn phân vân gì nữa”*. (100 Tương Ưng tập 2)

Người có trí tuệ về pháp thì phải thông suốt GIÀ, CHẾT.

GIÀ là cơ thể phải suy nhược, răng rụng, da nhăn, tóc bạc, lưng khom, tay chân, run rẩy, yếu đuối v.v...đó là một sự đau khổ của kiếp người.

CHẾT là cơ thể bị hủy diệt, tử vong, các uẩn tàn lụn, hoại diệt v.v... đó là một sự khổ mà con người không ai tránh khỏi. Do thông suốt sự khổ đau ấy nên người có trí phải lo tu tập làm chủ GIÀ CHẾT Cho nên đức Phật dạy: *“Này các thầy Tỳ Kheo, vị thánh đệ tử biết già chết như vậy, biết già tập khổ như vậy, biết già diệt như vậy, biết con đường đưa đến già chết diệt như vậy.”* Một khi đã hiểu biết như vậy thì họ sẽ cố gắng tu tập để giữ gìn TÂM BẤT ĐỘNG do đó tâm họ sẽ vô lậu hoàn toàn không bị thời gian quá khứ và vị lai chi phối. Cho nên kinh Tương Ưng xác định sự hiểu biết đó là PHÁP TRÍ: *“Đây là PHÁP TRÍ của vị ấy. Vị ấy với pháp này được thấy, được biết, được quả tức thời, được đạt đến, được thể nhập hưởng dẫn thái độ của mình đối với quá khứ và trong tương lai.”* (106 Tương Ưng tập 2) Quý vị có hiểu lời dạy này chăng?

PHÁP TRÍ là trí tuệ hiểu biết về các pháp sinh, già, bệnh, chết là khổ, người có PHÁP TRÍ là người biết cuộc đời là khổ, không có vật gì trên thế gian này là ta, là của ta, là bản ngã của ta. Hiểu được như vậy thì hãy buông xả cho sạch. Vì buông xuống cho sạch nên được giải thoát hoàn toàn.

Khi một người có PHÁP TRÍ thì họ không nghĩ gì về tương lai dù trong tương lai có xảy ra điều gì họ cũng

chẳng còn lo lắng buồn phiền và sợ hãi nữa. Do chẳng còn lo lắng buồn phiền sợ hãi nên họ đang sống trong TÙY TRÍ. Vậy chúng ta muốn hiểu TÙY TRÍ thì hãy nghe đức Phật dạy: *“Những sa môn hay Bà la môn nào trong tương lai sẽ hiểu rõ già chết, sẽ hiểu rõ già chết tập khởi, sẽ hiểu rõ già chết diệt, sẽ hiểu rõ con đường đưa đến già chết diệt, tất cả những vị ấy sẽ hiểu biết như vậy. Như vậy, như hiện nay Ta vậy. Đây tức là TÙY TRÍ của vị ấy.”*

Người có được PHÁP TRÍ và TÙY TRÍ thì người ấy sống trong ba thời gian quá khứ, hiện tại và vị lai hoàn toàn thân tâm được giải thoát không còn một chút xíu nào lậu hoặc. Người ấy được nhập lưu, nhập vào dòng thánh, được đầy đủ trí hữu học, được đầy đủ trí minh hữu học. Vậy Trí hữu học và trí minh hữu học như thế nào? Muốn biết hai loại trí này chúng ta hãy nghe đức Phật dạy: *“Này các thầy Tỳ Kheo! Vì rằng vị thánh đệ tử được thanh tịnh và thuần tịnh hai loại trí: PHÁP TRÍ và TÙY TRÍ. Vị ấy được gọi là thánh đệ tử đạt tri kiến, đã đi đến diệu pháp này, đã chấp nhận diệu pháp này, đã đầy đủ trí hữu học, đã đầy đủ trí minh hữu học, đã nhập được pháp lưu, là bậc thánh minh đạt tuệ, đã đứng gõ vào cửa bất tử.”* (107 Tương Ưng tập 2)

Trong lời dạy này rất rõ ràng người có đủ PHÁP TRÍ và TÙY TRÍ là người hoàn toàn làm chủ sinh, già, bệnh, chết. Người hoàn toàn làm chủ sinh, già, bệnh, chết như lời dạy trong đoạn kinh này là người đang đứng gõ vào cửa BẤT TỬ. Vì đã đủ trí hữu học và trí minh hữu học.

NHỮNG CĂN BẢN CỦA TRÍ

Một người tu theo Phật giáo đều phải hiểu biết, sự giải thoát của Phật giáo hoàn toàn do sự HIỂU BIẾT, nhưng hiểu biết thì phải bằng TRÍ TUỆ. Cho nên trong kinh thường gọi là TRÍ: *“Trí biết rằng già chết do duyên sanh. Trí biết rằng không có sanh thì không có già chết. Trí biết rằng trong quá khứ già chết cũng do duyên sanh. Trí biết rằng không có sanh thì không có già chết. Trí biết rằng trong tương lai già chết cũng do duyên sanh. Trí biết rằng không có sanh thì không có già chết. Phạm khi nào có trí về trú pháp, chỗ ấy cũng có trí về tận pháp, hoại pháp, ly tham pháp và diệt pháp”* (111 Tương Ứng tập 2)

Một người tu theo Phật giáo phải thông suốt sáu TRÍ như sau:

- 1- Trí biết rằng GIÀ CHẾT do duyên SANH.
- 2- Trí biết rằng không có SANH thì không có GIÀ CHẾT.
- 3- Trí biết rằng trong quá khứ GIÀ CHẾT cũng do duyên SANH.
- 4- Trí biết rằng không có SANH thì không có GIÀ CHẾT.
- 5- Trí biết rằng trong tương lai GIÀ CHẾT cũng do duyên SANH.
- 6- Trí biết rằng không có SANH thì không có GIÀ CHẾT.

Khi thông suốt sáu trí này thì người ấy có đầy đủ trí về TẬN PHÁP, trí về HOẠI PHÁP, trí về LY THAM, trí về

DIỆT PHÁP, nhờ đó tâm họ hoàn toàn giải thoát tức là **BẤT ĐỘNG** trước các pháp.

Tóm lại trên đây là phần trí hiểu biết gồm có **PHÁP TRÍ** và **TÙY TRÍ** người tu hành theo Phật giáo mà không thông suốt hai trí này thì không thể nào giải thoát.

NĂM SỢ HÃI VÀ HẬN THÙ

Ở đời con người sống thường sợ hãi và thù hận. Nhưng ít ai truy tìm nguyên nhân nào sinh ra những sợ hãi và thù hận. Sợ hãi và thù hận là sự khổ đau của con người. Vậy muốn thoát ra mọi sự khổ đau ấy thì phải nhiếp phục năm sợ hãi và hận thù. Vậy nhiếp phục năm sợ hãi và hận thù bằng cách nào? Như trên đã nói phải truy tìm nguyên nhân nào sinh ra những sợ hãi và hận thù.

Biết tâm trạng khổ đau của mình là như vậy, nhưng truy tìm nguyên nhân sinh ra sự khổ đau ấy thì chúng ta mù tịt như người đi trong đêm tối. Vậy chúng ta phải nương vào đức Phật, Người có đầy đủ trí tuệ sáng suốt sẽ dạy nhiếp phục sợ hãi và hận thù bằng năm phương pháp. Vậy năm phương pháp như thế nào?

Phương pháp thứ nhất đó là *“Đoạn tuyệt sát sanh, đoạn tuyệt sát sinh thì sợ hãi, hận thù sẽ được nhiếp phục.”* (127 Tương Ưng tập 2)

Đúng vậy, nguyên nhân sinh ra sợ hãi và hận thù là sự *“giết hại và ăn thịt chúng sinh”*, nếu không dứt trừ nguyên nhân này thì loài người mãi mãi sẽ khổ đau vĩnh viễn vì sợ hãi và hận thù.

Hằng ngày trên hành tinh sống này con người đã giết hại chúng sinh để ăn thịt với số lượng không thể tính hết được!.

Trước khi chết, chúng sinh kêu la thảm thiết và lăn lộn giãy giụa trước bàn tay độc ác của con người.

Miếng ăn ai cũng xem là ngon bổ, nhưng khi nuốt qua khỏi cổ thì nó toàn là đồ bất tịnh. Quý vị có thấy không?

Vậy mà người ta tưởng nó là đồ ngon bổ giúp cho cơ thể con người khỏe mạnh. Sự thật không phải vậy, càng chạy theo ăn uống bằng thực phẩm chúng sinh thì bệnh tật càng nhiều. Quý vị cứ xét xem có người nào ăn thịt chúng sinh mà không bệnh tật đâu?

Ăn thịt chúng sinh càng nhiều thì bệnh đau càng nhiều, thì sợ hãi càng to, vì sợ chết. Vả lại, một con người cần phải có lòng yêu thương, vì lòng yêu thương mới nhiếp phục được sợ hãi và hận thù, chỉ có yêu thương chúng ta mới không giết hại và ăn thịt chúng sanh.

Trong lời dạy của đức Phật là muốn nhiếp phục sợ hãi và hận thù thì không nên SÁT SANH mà không sát sanh thì chỉ có lòng yêu thương sự sống.

Mọi loài sống trên hành tinh này đều quý trọng sự sống, không có loài nào không quý trọng sự sống của mình, nhưng vì quá quý trọng sự sống của mình nên xâm phạm vào sự sống của loài vật khác; cho nên loài vật lớn ăn hiếp loài vật bé và giết hại chúng để ăn thịt. Sự giết hại và ăn thịt nhau là vì không có lòng yêu thương. Con người hay con vật đều có sẵn lòng yêu thương, chỉ con

người và loài vật cần phát triển lòng yêu thương ấy bằng những hành động như: *Lời nói phải ôn tồn nhẹ nhàng, êm ái dịu hiền, không được nói lời thô lỗ hung dữ cộc cằn la hét, nạt nộ v.v... Còn về hành động tay chân phải dịu dàng không nên đấm đá, múa tay, múa chân, luôn luôn sẵn sàng giúp đỡ hay bố thí những vật cần thiết cho người khác hay loài vật khác v.v... Còn về ý suy nghĩ những điều lỗi lầm về người khác thì nên tha thứ và thương yêu họ. Chúng ta đừng gì những điều nhỏ nhặt mà tạo thêm sợ hãi và hận thù thì rất bất lợi cho mình cho người. Do những điều này mà đức Phật dạy: Không nên SÁT SANH tức là dạy chúng ta phải biết YÊU THƯƠNG nhau.*

Cho nên trong cuộc sống hằng ngày chúng ta sống chung nhau thì nên hài hòa với mọi người đừng nghi ngờ lẫn nhau vì nghi ngờ làm cho chúng ta sợ hãi và hận thù. Khi nghi ngờ thì lòng YÊU THƯƠNG sẽ bị đánh mất. Mất lòng YÊU THƯƠNG thì cuộc sống sẽ mang đến muôn ngàn đau khổ. Bởi vậy trên đời này chỉ có lòng YÊU THƯƠNG thì cuộc sống sẽ không còn xung đột và chiến tranh thì mọi người sống mới được bình an yên vui và hạnh phúc.

Như ở trên chúng ta đã biết do “sát sanh” mà con người sợ hãi và hận thù, vì thế chúng ta chỉ cần: “*Không giết hại và ăn thịt chúng sinh*” thì sợ hãi và hận thù sẽ tiêu tan. Lời dạy này rất đúng, vì mọi người đã từng cầm dao giết hại chúng sinh. Trước cái chết không có con vật nào mà không sợ hãi và khi bị giết làm sao chúng không hận thù trong lòng. Theo luật nhân quả

giết hại và ăn thịt chúng sinh là tạo nhân sợ hãi hận thù nên quả thì chúng ta phải luôn luôn sợ hãi và hận thù.

Phương pháp thứ hai đức Phật dạy: *“Đoạn tuyệt lấy của không cho, sợ hãi hận thù sẽ được nhiếp phục.”* (127 Tương Ưng tập 2)

Đúng vậy, trên đời này, nếu mọi người đừng tham lam cờ bạc trộm cắp cướp giựt của người khác thì làm sao có sợ hãi và hận thù. Chỉ vì tham lam trộm cắp cướp của khiến cho mọi người sợ hãi. Người có tiền của luôn luôn sợ mất mát vì thế đâm ra nghi ngờ người này kẻ khác gian tham sẽ lấy của cải của mình. Còn người lấy của người khác thì sợ bị bắt vào tù ra khám. Bởi vậy sự sợ hãi hận thù do từ sự gian tham trộm cắp cướp giựt. Muốn sợ hãi hận thù không có thì phải chấm dứt gian tham trộm cắp cướp giựt.

Tham lam trộm cắp cướp giựt là một hành vi đê tiện hèn hạ xấu xa, của người khác làm bằng mồ hôi và công sức rất vất vả cực khổ mới có thể mà chúng ta nỡ tâm cướp giựt hay trộm cắp của người thật là đê tiện.

Tại sao chúng ta không tự làm ra của cải tài sản để phục vụ cuộc sống của mình? Lại hèn hạ ăn không ngồi rồi mà muốn có của cải tài sản nhiều. Cho nên những kẻ tham lam cờ bạc trộm cắp cướp giựt của cải tiền bạc của kẻ khác là không xứng đáng làm người.

Muốn làm người cho ra con người thì phải chấm dứt ngay những tính tham lam, phải đoạn tuyệt lấy của không cho như lời dạy của đức Phật.

Đoạn tuyệt lấy của không cho thì không còn sợ hãi hận thù sẽ không còn nữa, vì đó là một lợi ích rất lớn

cho mọi người. Cho nên muốn không còn sợ hãi và hận thù thì phải chấm dứt ngay **LẤY CỦA KHÔNG CHO**, chỉ cần chấm dứt lấy của không cho là sợ hãi và hận thù sẽ chấm dứt. Đó là nguyên nhân thứ hai sẽ giúp chúng ta nhiếp phục sợ hãi và hận thù.

Nguyên nhân thứ ba nhiếp phục sợ hãi và hận thù là phải đoạn tuyệt tà hạnh trong các dục vọng. Như lời đức Phật dạy: *“Đoạn tuyệt sống tà hạnh, trong các dục vọng, sợ hãi hận thù sẽ được nhiếp phục.”* (127 Tương Ưng tập

Vậy tà hạnh trong các dục vọng là gì?

Tà hạnh trong các dục vọng là lòng ham muốn thấp hèn, đê tiện, xấu xa như có vợ mà sinh tâm tà dâm, thấy của cải tiền bạc của người khác không cho mà muốn lấy, thấy gà, vịt, cá, tôm muốn bắt giết làm thịt để ăn. Những tà hạnh dục vọng như vậy sẽ mang đến những sợ hãi hận thù làm cho thân tâm đau khổ không bao giờ dứt. Bởi vậy những hành động nào làm khổ mình khổ người là tà hạnh Quý vị cần lưu ý?

Tà hạnh không chỉ có một nghĩa là gian dâm bất chánh với phụ nữ, mà tà hạnh còn nhiều nghĩa khác nhau như: giết hại chúng sanh, ăn thịt chúng sanh v.v... Tham lam, bài bạc, trộm cắp, cướp giết, lấy của không cho v.v... Nói dối lường gạt người khác, sống không thành thật v.v... Uống rượu say xỉn, v.v... Đó là những tà hạnh mà người có văn hóa đạo đức thì không ai làm những điều đó. Những người sống trong tà hạnh thường hay sợ hãi hận thù nên đời sống bất an không bao giờ có những phút giây an vui chân thật.

Nguyên nhân thứ tư nhiếp phục sợ hãi hận thù là đoạn tuyệt nói dối như lời đức Phật dạy: *“Đoạn tuyệt nói láo, sợ hãi hận thù sẽ được nhiếp phục”*. (127 Tương Ưng tập 2).

Đúng vậy người nào không nói dối thì không bao giờ sợ hãi, vì nói dối luôn luôn sợ người ta phát giác ra mình nói dối thì sẽ mất thể diện, mất uy tín.

Làm một điều gì gian xảo không thật thì trong lòng lúc nào cũng sợ hãi. Cho nên trên đời này muốn dừng sợ hãi thì không nên làm một việc gì gian xảo không thật như người buôn bán đồ lậu thuế thì phải sợ hãi; một người ngoại tình với người khác thì rất sợ hãi; một người buôn bán hàng giả thì phải sợ hãi; một người làm ăn không lương thiện có sự mờ ám thì phải sợ hãi; một người tu sĩ sống phạm giới phá giới thường sợ hãi với những người giữ giới luật, họ thường làm những việc lén lút như ăn uống phi thời, uống rượu lén, hút thuốc lén núp chỗ này chỗ khác luôn luôn tâm họ bất an. Cho nên đoạn tuyệt nói dối và những việc làm gian xảo không thành thật thì tâm sẽ không còn sợ hãi.

Nguyên nhân thứ năm nhiếp phục sợ hãi hận thù là đoạn tuyệt uống rượu như lời đức Phật dạy: *“Đoạn tuyệt uống rượu, sợ hãi hận thù sẽ được nhiếp phục.”* (127 tương ứng tập 2)

Rượu là chất độc sẽ phá hoại cơ thể chúng ta sinh ra nhiều thứ bệnh tật mà không có thuốc trị. Cho nên Phật giáo mới có giới cấm này, vì rượu là một chất độc gây nên bệnh tật và còn làm rối loạn thân kinh cho nên một người say rượu họ ăn nói lung tung giống như người

điên loạn trí. Khi chúng ta nghĩ đến giới cấm này thì chúng ta tự hỏi:

Tại sao Phật giáo lại có giới cấm uống rượu? Còn tất cả các tôn giáo khác không có giới cấm này. Đây là một điều mà chúng ta cần phải suy ngẫm và xét lại.

Rượu là một chất dễ kích thích thần kinh làm cho hưng phấn, khi một người uống rượu thường hay nói nhiều, những khi say rượu thì không còn làm chủ ý thức nên hay nói ngang, nói dọc, nói trái, nói phải, nói xuôi, nói ngược... nói như thế nào cũng được. Người say rượu thần kinh không còn điều khiển cơ thể nên thường đi ngã tới ngã lui, nghiêng bên này ngã bên nọ, chân bước tới chân bước lui, miệng thì ự ẹ, lúc thì la lối, lúc thì nói lầm thảm. Đầu óc không còn phân biệt chỗ dơ, chỗ sạch đựng đâu nằm đó, nằm co như con chó rồi lăn qua lộn lại nước miếng đờm dãi dính đầy người trông rất bẩn thỉu không ai dám lại gần, gặp ai cũng muốn đánh muốn chửi người đối diện vì thế gặp người say rượu ai cũng lần tránh xa.

Người say rượu thường nói lời hung dữ thô lỗ tục tằng chửi thề thiếu văn hóa không nhân phẩm. Cho nên chúng ta biết rượu làm mất trí con người. Vì vậy đức Phật mới cấm UỐNG RƯỢU. Uống rượu là một tai hại rất lớn thường xảy ra bạo lực gia đình đều do uống rượu. Cho nên thấy ai uống rượu mọi người đều sợ hãi tránh xa. Bởi vậy đoạn tuyệt uống rượu thì sợ hãi sẽ được nhiếp phục. Một người sống mà không sợ hãi là giải thoát không còn khổ đau.

Đúng vậy, nếu đoạn tuyệt năm điều đức Phật cấm trên đây thì làm gì tâm còn sợ hãi và hận thù. Bởi vậy năm giới cấm của Phật rất cần thiết cho sự sống của mọi người, nếu mọi người ai cũng giữ gìn năm giới cấm này đừng vi phạm thì thế gian này là thiên đàng, cực lạc, đâu còn xung đột và chiến tranh, đâu còn tranh cãi hơn thua, đâu còn sợ hãi một điều gì nữa. Chính vì con người hay sợ hãi nên nghĩ ra cách này cách khác để không còn sợ hãi, nhưng tất cả những việc làm của thế gian tưởng là hết sợ hãi nhưng càng làm thì lại càng sợ hãi. Ví dụ một người sợ đói lo làm ăn có tiền có bạc có thóc lúa nhiều thì lại sợ hãi người khác cướp bóc lấy của cải tài sản do mình làm ra, từ sợ hãi đói khát đến sợ hãi bị người lấy. Cho nên giải quyết sự sợ hãi này thì có sự sợ hãi khác. Cứ như vậy chạy loanh quanh mãi mà không có lối thoát ra sợ hãi. Nếu chúng ta dựa theo lời Phật dạy mà giữ gìn năm giới cẩn thận nghiêm chỉnh thì khiếp đảm sợ hãi sẽ tự nhiếp phục.

Tuy thấy năm giới cấm của Phật dạy rất thường, vì mọi người cho đó là giới luật của người cư sĩ. Nhưng ta là người theo Phật giáo thì rõ năm giới cấm này rất quan trọng cơ bản cho cuộc sống hạnh phúc của con người cho dù người đó có theo Phật giáo hay không, hoặc theo một tôn giáo nào khác cũng không quan trọng, chỉ người đó biết sống đúng năm giới này là người đó đem lại một cuộc sống của mình bình an, yên ổn mà không có một ác pháp nào làm lay động tâm người ấy được. Bởi vậy nói năm giới nhiếp phục được sợ hãi, hận thù, mới nghe ai cũng không tin. Nhưng sự thật năm giới là những phương

pháp nhiếp phục lòng sợ hãi và hận thù thì không có pháp nào hơn được.

Bởi vậy, chúng tôi xin khuyên mọi người chớ xem thường năm giới cấm này, nó là phương pháp cơ bản nhất của Phật giáo để cứu mọi người ra khỏi mọi sự khổ đau mà đức Phật đã xác định rõ ràng: *Vốn con người khổ đau vì sợ hãi và hận thù*. Cho nên vì sợ hãi hận thù mà con người chịu biết bao khổ ải. Vậy mà đạo Phật có phương pháp nhiếp phục được sợ hãi và hận thù đem lại sự bình an cho con người, thế mà chúng ta không tu tập thì quá dở, quá ngu si, mê muội. Phải không quý vị?

Không lẽ sống trong cuộc đời này chúng ta đành chịu những sự khổ đau dày vò hay sao?

Phải chi chúng ta không biết phương pháp giải thoát thì đành chịu, còn biết mà đành chịu thì đâu phải là người trí.

BỐN DỰ LƯU CHI

Khi chúng ta đến với đạo Phật là phải đến với lòng tin. Vậy đến với lòng tin là đến như thế nào?

Thứ nhất chúng ta tin Phật là tin một người có đầy lòng yêu thương tất cả vạn vật, không làm tổn thương chúng sanh, không bao giờ Ngài ăn thịt chúng sanh.

Thứ hai chúng ta tin Phật là người không bao giờ tham lam lấy của không cho luôn luôn có được những gì Ngài sẵn sàng bố thí, giúp đỡ người khác.

Thứ ba chúng ta tin Phật là tin người không bao giờ có tâm dâm dục trần tục, Ngài là người sống với thân

tâm thanh tịnh trong sáng không bao giờ để dâm dục làm nhớ bản thân tâm. Ngài xem tâm dâm dục là một thứ dục lạc nhớ nhớp ứ trước, sinh ra nhiều thứ khổ đau của kiếp người

Thứ tư chúng ta tin Phật là người không bao giờ nói dối, không lường gạt dù bất cứ một việc nhỏ nhặt nào với ai. Ngài luôn luôn là người thành thật.

Thứ năm chúng ta tin Phật là người không bao giờ uống rượu dù một giọt nhỏ cũng không bao giờ nếm.

Lấy năm giới đức hạnh làm tiêu chuẩn cho một người đức hạnh như Phật thì đức Phật là một người không hề vi phạm trong năm giới luật này, vì thế mọi người đều phải tin đức Phật. Vả lại đức Phật là con vua cháu chúa mà bỏ sự giàu sang của mình mà đi tu thật là vĩ đại. Nhất là khi đi tu Ngài là người có đủ khả năng làm chủ được sinh, già, bệnh, chết. Đó là một điều mà mọi người trên thế gian này không ai làm được, vì thế mọi người càng tin đức Phật nhiều hơn nữa.

Đức Phật là một con người thật, có cha mẹ sinh ra và lớn lên trên hành tinh này. Người Ấn Độ con của một nhà vua lớn lên đi tu làm chủ được sự sống chết, cho nên mọi người ai cũng đầy đủ lòng tin bất di, bất dịch đối với đức Phật. Đây là lòng tin thứ nhất mà mọi người theo Phật giáo không thể nào thiếu khuyết được như trong kinh Tương Ưng dạy: *“Đầy đủ lòng tin bất động đối với Phật.”*

Khi đã tin Phật thì tất cả những gì đức Phật dạy chúng ta đều tin tròn đầy. Vả lại những lời dạy của đức Phật rất thiết thực và lợi ích rất lớn cho những ai đã có

duyên được nghe, dù chỉ một lần cũng tìm thấy sự an vui trong sự sống. Nhờ nghe những lời dạy ấy mà mọi người chủ động làm chủ được tâm mình không bị các ác pháp chi phối làm khổ mình, khổ người.

Do được nghe những lời dạy của đức Phật nên lòng ham muốn giảm dần và sự an vui tăng dần lên một cách rất rõ ràng, cụ thể, tuy rằng chưa tu tập gì cả, nhưng đã có lợi ích như vậy. Bởi vì pháp của Phật là đạo đức nhân bản – nhân quả dạy sống không làm khổ mình, khổ người và tất cả muôn loài chúng sanh. Pháp đem lại lợi ích cho tất cả chúng sanh như vậy nên mọi người phải đầy đủ lòng tin vì thực tế ai không tu theo Phật pháp thì thôi mà đã tu theo Phật pháp thì lòng tin tuyệt đối không thể có ai làm thối chuyển lòng tin ấy được như lời Phật đã dạy: **“Đầy đủ lòng tin đối với Pháp, do đức Phật khéo thuyết.”** **Pháp của Phật là một phương pháp cải tạo sự sống, từ sự sống đau khổ chuyển đổi thành sự sống an vui và hạnh phúc, giúp cho loài người thoát khổ bằng sức tự lực của mình.**

Những đệ tử của đức Phật hầu hết là những bậc đều đã chứng quả Vô Lậu nên đức giới tỏa ra sáng suốt vô cùng vô tận, nếu ai có duyên chỉ gặp một lần cũng đủ lòng tin không bao giờ thối chuyển.

Chúng đệ tử Phật là những bậc LẠC THIÊN HẠNH, những bậc LẠC TRỰC HẠNH, những bậc LẠC CHÁNH HẠNH, những bậc LẠC NHƯ PHÁP HẠNH. Những bậc tu hành như vậy làm sao chúng ta không tin. Phải không quý vị?

Nhìn những gương mặt của những bậc này lúc nào cũng thấy một niềm vui hân hoan, không thấy có một xú nào phiền não buồn rầu trên gương mặt của các Ngài. Thật là vi diệu thay cho pháp Phật đã đem lại cho loài người một niềm vui chân thật vì thế chúng ta làm sao không tin những đệ tử của đức Phật phải không quý vị?

Vậy chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“**Đây đủ lòng tin đối với Chúng Tăng là đệ tử Thế Tôn là bậc LẠC THIÊN HẠNH, là bậc LẠC TRỰC HẠNH, là bậc LẠC CHÁNH HẠNH, là bậc LẠC NHƯ PHÁP HẠNH.**”* Đúng vậy những bậc mà đây đủ những đức hạnh này thì làm gì chúng ta không tin. Nghe những tên đức hạnh này chúng ta đã hình dung được những bậc giải thoát như thế nào rồi.

Giới luật đức hạnh của Phật giáo là một sự sống mang lại sự an vui cho mình cho người và cho tất cả các loài chúng sanh. Vì thế giới luật đức hạnh của Phật có một phong cách làm người sống đức hạnh mà không có văn hóa và đạo đức nào hơn, vì vậy chúng ta hãy tuyệt đối tin vào giới luật đức hạnh của Phật. Chúng ta hãy theo như lời Phật dạy mà thực hiện một đời sống giới luật nghiêm chỉnh, một lòng tin tuyệt đối không bao giờ thay đổi: *“**Đây đủ lòng tin đối với GIỚI LUẬT ĐỨC HẠNH được các bậc thánh quý mến không bị bề vụn, không bị hủy hoại, không có tỳ vết, không có vết nhơ, đưa đến tự do, được người trí tán thán, không bị nhiễm trước đưa đến thiên định.**”* (128 Tương Ưng tập 2)

Đúng vậy, nếu ai tin tưởng vào giới luật đức hạnh của Phật mà thực hiện đời sống của mình thì sẽ được giải thoát như lời đức Phật đã dạy: *“Giới luật Phật còn là đạo Phật còn, giới luật mất là đạo Phật mất.”*

CÁC HÀNH LẤY VÔ MINH LÀM NHÂN

Thường người ở đời chưa biết Phật Pháp nên sống trong VÔ MINH, vì thế mỗi hành động việc làm trong cuộc sống hằng ngày đều tạo hành động (nhân) VÔ MINH mà đã VÔ MINH thì tất cả mỗi hành động và việc làm đều bất thiện. Do nhân VÔ MINH bất thiện nên phải gặt lấy quả khổ đau. Do VÔ MINH nên các HÀNH VÔ MINH, các HÀNH VÔ MINH nên tạo ra muôn vàn thứ khổ đau. Cho nên đức Phật nói: *“Các hành lấy vô minh làm nhân, lấy vô minh làm tập khởi, lấy vô minh làm tác sanh, lấy vô minh làm hiện hữu. Do vô minh có mặt nên các hành có mặt; do vô minh không có mặt nên các hành không hiện hữu.”* (149 Tương Ưng tập 2)

Chúng ta cứ suy ngẫm lại lời Phật dạy trên đây rồi xét nghiệm lại cuộc sống hằng ngày. Chính con người đau khổ vì VÔ MINH, làm mọi việc mà không biết mình làm thiện hay ác, đó là VÔ MINH. Do VÔ MINH nên cuộc đời con người phải chịu nhiều khổ đau và khổ đau mãi mãi.

Muốn thoát mọi sự khổ đau thì phải phá vỡ VÔ MINH. Phá vỡ VÔ MINH thì phải MINH. Vậy làm như thế nào mới có MINH?

Phải tin vào PHẬT, PHÁP, TĂNG và GIỚI, khi lòng tin đã được đầy đủ trọn vẹn thì chúng ta tập sống như Phật và học tập những pháp mà Phật đã dạy nhờ thế chúng ta mới có đủ: LẠC THIÊN HẠNH, LẠC TRỰC HẠNH, LẠC CHÁNH HẠNH, LẠC NHƯ HẠNH. Như vậy VÔ MINH bị phá vỡ và MINH được hiện bày.

MINH được hiện bày thì VÔ MINH không còn nữa. VÔ MINH diệt thì giải thoát hoàn toàn, con người lúc bấy giờ không còn khổ đau nữa.

Bởi chính VÔ MINH mà con người đau khổ và nhờ có MINH mà còn người thoát khổ vì vậy chúng ta biết ngay đạo Phật giải thoát không phải bằng thiền định mà bằng trí tuệ mà trí tuệ muốn có được thì phải học tập.

Cho nên đạo Phật có tám lớp học rõ ràng, chứ không phải tu tập thiền định. Như kinh sách phát triển và kinh sách Thiên Tông dạy. Khi tri kiến được học tập đầy đủ giáo pháp của đức Phật thì không có một ác pháp nào xen vào làm tâm hành giả động được. Vì thế đạo Phật còn có mang một cái tên là ĐẠO TRÍ TUỆ. Khi rõ được như vậy chúng ta đến với đạo Phật là đến với sự học tập nhưng phải học tập đúng giáo lý của đạo Phật mới có giải thoát còn học tập sai pháp tức là học tập kinh sách pháp triển thì không bao có giải thoát dù quý vị này có bằng tiến sĩ Phật học nhưng lại do kiến giải của các tổ dù là các tổ Nam tông hay Bắc tông thì vẫn không đúng lời dạy của đức Phật, nên bằng tiến sĩ chỉ để treo chơi chứ không có ích lợi giải thoát gì cho người học tập cả. Học mà không tu như cái tủ đựng kinh sách, thật là uổng cho một đời làm tu sĩ. Có nhiều người tham vọng

cao nên quyết tâm đi tu học từ nước này đến nước khác, nhưng cuối cùng chẳng làm chủ được những gì trên thân tâm của họ. Nhưng lại mang danh đi tu khắp nơi trên thế giới để “nở” với mọi người, chớ có lợi ích gì cho bản thân, chỉ vì danh mà thôi.

KHÔNG CÓ DỰ TÍNH

Chúng ta hãy đọc kỹ những đoạn kinh Tương Ứng dưới đây để biết hành động sống của chúng ta có giải thoát hay không giải thoát làm việc thiện có lợi ích phước báo hay không mà đức Phật đã dạy: *“Này các thầy tỳ kheo, nếu người nào còn bị vô minh chi phối, dự tính làm phước lành, thức của người ấy đi đến phước lành, nếu người ấy dự tính làm phi phước lành, thức của người ấy đi đến phi phước lành. Nếu người ấy dự tính làm bất động lành, thức của người ấy đi đến bất động lành.”*

Qua lời dạy này chúng ta thấy rất rõ, nếu một người tu sĩ làm việc thiện thì tâm người ấy hưởng về việc thiện chớ không thể hưởng về giải thoát được cũng như làm một việc bất thiện thì tâm người ấy hưởng việc bất thiện chớ không thể hưởng về sự giải thoát được.

Cho nên ở đây chúng ta dựa theo nhân quả mà xét một người tu sĩ thì biết họ tu tập giải thoát hay không giải thoát.

Làm việc thiện thì hưởng phước báo của việc thiện, làm việc ác thì phải thọ chịu quả khổ đau của việc làm ác đó. Không thể làm một việc này mà hưởng kết quả một việc khác được

Nếu chúng ta đoạn tận VÔ MINH thì chúng ta có giải thoát như lời đức Phật dạy: *“Này các thầy tỳ kheo, khi nào vị tỳ kheo đoạn tận vô minh, minh được sanh khởi. Vị ấy do vô minh đoạn tận, minh sanh khởi, không dự tính làm phước lành không dự tính làm phi phước lành, không dự tính làm bất động lành. Do không có dự tính, không có dụng ý vị ấy không chấp thủ một sự gì ở đời. Không chấp thủ, vị ấy không sợ hãi. Không sợ hãi vị ấy hoàn toàn tịch tịnh. Vị ấy biết rõ: “Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, những việc nên làm đã làm, không còn trở lại trạng thái này nữa.”* (150 Tương Ưng tập 2).

Đọc qua lời của Phật trên đây chúng ta hiểu rất rõ. Đức Phật không có dạy chúng ta lạy lễ Phật nhiều để lập công bồi đức mà cũng không dạy chúng ta làm việc thiện để được hưởng phước báo rồi mới diệt VÔ MINH để được giải thoát mà đức Phật dạy: muốn giải thoát thì ngay đó phải vào diệt VÔ MINH. Diệt VÔ MINH thì không còn chấp thủ bất cứ một pháp nào dù thiện hay ác. Không chấp thủ thì không còn sợ hãi mà không còn sợ hãi thì tâm hoàn toàn tịch tịnh. Tâm hoàn toàn tịch tịnh thì *“sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, những việc nên làm, đã làm, không còn trở lại trạng thái này nữa.”*

Lời đức Phật dạy trên đây rất rõ, nếu một người còn VÔ MINH mà đem hết sức mình ra làm những việc thiện để cầu được phước báo nhân thiên; để cầu hưởng được những công đức lợi lạc cho mình cho người; để được sự an vui giải thoát. Điều này không bao giờ có. Vì

còn VÔ MINH nên dù làm thiện pháp hay phi pháp đều không giải thoát chỉ uống phí cho một đời tu tập mà thôi.

Vì còn VÔ MINH nên dù làm điều thiện vẫn bị còn chấp thủ, do chấp thủ làm thiện nên người ấy thường sợ hãi, do sợ hãi nên không giải thoát. Có đúng như vậy không quý vị?

Cho nên một người đoạn tận VÔ MINH làm những việc gì họ đều không chấp thủ, do không chấp thủ nên họ không sợ hãi. Không sợ hãi nên được giải thoát. Những lời dạy trên đây của đức Phật rất là chí lý và quan trọng, nếu chúng ta chỉ cần phá vỡ VÔ MINH đạt được MINH thì giải thoát hoàn toàn, vì tâm chúng ta không còn chấp thủ nên MINH mới có, còn chấp thủ thì MINH không bao giờ có.

Cho nên, tâm còn sợ hãi là tâm còn chấp thủ. Tâm còn chấp thủ là tâm VÔ MINH. Một người chưa biết, chưa tu học theo Phật pháp thì còn VÔ MINH, cho nên mọi người trên thế gian còn khổ đau là do chấp thủ nên hoàn toàn họ còn VÔ MINH.

Trong 12 nhân duyên quan trọng nhất là VÔ MINH và MINH nhờ đó chúng ta mới dễ xác nhận một người chứng đạo và một người chưa chứng đạo. Chứng đạo là một người phải sạch VÔ MINH, khi VÔ MINH sạch thì MINH hiện tiền.

Một người chứng đạo ai chửi mắng hay làm bất cứ một việc gì họ vẫn thản nhiên TÂM BẤT ĐỘNG, còn một người chưa chứng đạo thì dụng việc cũng dễ sân hận, dễ phiền não v.v... Khi tâm còn phiền não sân hận là còn VÔ MINH, khi nào tâm hết sân hận, hết phiền não là MINH.

Bởi còn DỰ TÍNH làm việc này việc khác là còn CHẤP THỦ nên còn VÔ MINH, ngược lại làm một việc gì chúng ta cần làm là cứ làm chớ dừng dự tính. Làm trong sáng suốt việc gì làm ra việc nấy và thành công tốt đẹp, đó là làm trong MINH. Cho nên làm trong MINH là làm không có DỰ TÍNH trước. Trong hiện tại thấy điều gì cần làm là cứ làm đó là làm việc trong MINH. Do làm không DỰ TÍNH nên không chấp thủ, không chấp thủ thì không sợ hãi, không sợ hãi thì giải thoát hoàn toàn.

CẢM GIÁC LẠC THỌ

Trong cuộc sống hằng ngày chúng ta thường ưa thích cảm nhận thọ lạc mà rất sợ cảm nhận thọ khổ, vì thế hễ có cảm nhận thọ lạc là dính mắc, chấp thủ không bao giờ có ý muốn khởi niệm lìa xa chúng. Còn riêng đức Phật dạy: Cần có những cảm nhận thọ lạc khiến cho chúng ta ưa thích thì chúng ta nên khởi niệm thoát ly niệm thọ lạc ấy chớ dừng sinh tâm ưa thích chấp thủ sống trong trạng thái ấy. Ưa thích sống trong trạng thái ấy là sai, vì đạo Phật không chấp nhận tất cả các cảm nhận thọ lạc. Chúng ta hãy nghe lời Phật dạy: “*Nếu vị ấy cảm giác lạc thọ, vị ấy biết lạc vô thường, vị ấy biết không nên tham đắm, vị ấy biết không nên hoan hỷ, thọ ấy được cảm giác với niệm thoát ly.*” (151 tương ứng tập 2)

Ví dụ như chúng ta đang ăn một cái bánh rất ngon thì hãy khởi niệm lìa xa cái ngon của cái bánh đừng để tâm còn thèm muốn ăn nữa. Nếu người nào làm đúng như lời Phật dạy như vậy thì thân tâm sẽ ly dục ly bất thiện pháp và như vậy tâm họ sẽ được giải thoát. Bởi, ý

làm chủ, ý tạo tác, ý dẫn đầu các pháp nên ý thức khởi niệm lìa bỏ thì cảm giác thọ lạc được lìa bỏ theo ý mình muốn.

Cũng như khi gặp trường hợp thọ khổ chúng ta cũng nên TÁC Ý lìa bỏ thọ khổ thì thọ khổ cũng lìa xa thân tâm thì chúng ta không còn đau khổ nữa. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Nếu vị ấy cảm giác khổ thọ, vị ấy biết khổ thọ là vô thường, vị ấy biết nên không sợ hãi nên không dính mắc, nên không đau khổ vì thọ khổ ấy nhờ đó thọ khổ ấy được cảm giác với niệm thoát ly.”* (151 Tương Ưng tập 2)

Như vậy rõ ràng pháp NHƯ LÝ TÁC Ý là một phương pháp tuyệt vời của Phật giáo để làm chủ SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT, Nếu một người chịu khó tu tập một thời gian khi pháp này đã trở thành một NĂNG LỰC CỦA Ý THỨC thì tất cả các pháp ác xâm chiếm vào thân hay tâm đều bị nó đẩy lui ra khỏi. Cho nên, pháp NHƯ LÝ TÁC Ý như một đoàn quân bách chiến bách thắng, đánh đâu thắng đó không bao giờ thua trận.

Lạc thọ cũng như khổ thọ chúng ta không tham đắm lạc thọ cũng như không sợ hãi khổ thọ. Cả hai thọ này chúng ta đều tác ý sống trong niệm thoát ly các thọ thì ngay đó chúng ta đều lìa xa tâm tham, sân, si ,mạn, nghi. Cho nên đức Phật dạy: *“Nếu vị ấy cảm giác biết khổ thọ, vị ấy biết khổ thọ là vô thường, vị ấy biết như vậy nên không sợ hãi, vị ấy biết khổ thọ, nhưng khổ thọ ấy được cảm giác với niệm thoát ly.”* (151 Tương Ưng tập 2)

Bởi vậy, con đường tu tập để được thoát khổ thì chỉ có phương pháp NHƯ LÝ TÁC Ý DẪN TÂM VÀO ĐẠO nhờ đó trong bất cứ ác pháp nào thì chúng ta luôn luôn sống trong niệm thoát ly các cảm thọ, nhờ có sống trong niệm thoát ly các cảm thọ nên tâm được giải thoát hoàn toàn.

Khi chúng ta cảm giác khổ thọ tận cùng của sức sinh mạng chịu đựng của mình thì trở nên mát lạnh. Đúng vậy, khi chúng ta biết các cảm thọ là VÔ THƯỜNG thì tâm không còn ưa thích và cũng không còn sợ hãi vì thế lạc thọ cũng như khổ thọ đối với chúng ta không còn ý nghĩa tác dụng nên chúng ta vẫn thản nhiên, TÂM BẤT ĐỘNG. Do đó chúng không còn tác động thân tâm chúng ta được, dù là trước cảnh sinh ly tử biệt chúng ta cũng không hề sợ hãi vì thế tâm không còn giao động và trở nên mát lạnh và cơ thể chỉ còn là một cái thi ma vô tri mà thôi. Cho nên đức Phật dạy rất rõ ràng: *“Ta cảm giác một cảm thọ khổ tận cùng của sinh mạng. Vị ấy biết sau khi thân hoại mạng chung ở đây tất cả những cảm giác khổ thọ không làm cho Ta sợ hãi thì nó sẽ trở thành vắng lặng, cái thân được bỏ qua một bên”* (151 Tương Ưng tập 2)

Bởi vậy chúng ta đừng sợ hãi KHỔ THỌ vì khổ thọ vẫn là pháp VÔ THƯỜNG nên nó không làm gì được chúng ta. Đối với pháp VÔ THƯỜNG chúng ta đừng sợ đừng giao động tâm thì KHỔ THỌ sẽ tan biến. Quý Phật tử hãy ghi nhớ kỹ những lời dạy này khi có bệnh khổ thì cứ ôm chặt pháp, đau bệnh mặc đau bệnh rồi nó sẽ không đau bệnh nữa. Bởi đức Phật đã dạy như vậy

chúng ta hãy cố gắng gan dạ chịu đựng sự đau khổ của bệnh tật tận cùng sinh mạng mình thì bệnh tật sẽ tan biến.

CÁC PHÁP CẦN PHẢI LIỄU TRI

Người tu theo Phật giáo thì cần phải thông suốt những pháp nào?

Những pháp cần thông suốt; đó là SẮC, THỌ, TƯỚNG, HÀNH, THỨC. Thông suốt những pháp này để làm gì? Thông suốt những pháp này là để tâm không dính mắc chấp trước, vì SẮC, THỌ, TƯỚNG, HÀNH, THỨC là pháp VÔ THƯỜNG không phải là ta, không phải là của ta, là bản ngã của ta.

Cho nên, sự thông suốt NGŨ UẨN là các pháp VÔ THƯỜNG không phải là ta, không phải của ta, không phải là bản ngã của ta thì rất có lợi, vì nhờ thông suốt như vậy nó sẽ giúp chúng ta đoạn tận THAM, SÂN, SI. Đoạn tận THAM, SÂN, SI là giải thoát. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Và này các Tỳ kheo, thế nào là các pháp cần phải LIỄU TRI? “SẮC này các Tỳ kheo là pháp cần phải LIỄU TRI”, “THỌ là pháp cần phải LIỄU TRI”, “TƯỚNG là pháp cần phải LIỄU TRI”, “CÁC HÀNH cần phải LIỄU TRI”, “THỨC là pháp cần phải LIỄU TRI.” Những pháp này, này các Tỳ kheo, là những pháp cần phải LIỄU TRI”.*

Vậy nghĩa của LIỄU TRI là gì?

LIỄU TRI có nghĩa là biết rõ như thật không còn một chút nghi ngờ nào cả. Cho nên khi LIỄU TRI NGŨ UẨN thì chúng ta không còn dính mắc chấp đắm trong

thân NGŨ UẨN nữa. Do không còn dính mắc chấp dắm trong thân NGŨ UẨN nữa thì tâm THAM, SÂN, SI, MẠN, NGHI đã diệt sạch. Ở đây chúng ta diệt sạch NGŨ TRIỀN CÁI là do LIỄU TRI THÂN NGŨ UẨN. Cho nên chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: “*Và này các Tỳ kheo, thế nào là liễu tri? Đây các Tỳ kheo, sự đoạn tận THAM, sự đoạn tận SÂN, sự đoạn tận SI, này các Tỳ kheo, được gọi là liễu tri.* (55 Tương Ưng tập III)

Chữ LIỄU TRI ở đây đức Phật dùng là để chỉ cho chúng ta biết sự hiểu biết thông suốt NGŨ UẨN là các pháp VÔ THƯỜNG, nhờ đó mới đoạn tận THAM, SÂN, SI. Mà THAM, SÂN, SI đã đoạn tận thì sự giải thoát ngay trước mắt của chúng ta.

TÙY PHÁP

TÙY PHÁP nghĩa là gì? TÙY PHÁP nghĩa là tâm mình biết nhẫn nhục, biết tùy thuận, biết bằng lòng trước các ác pháp. Biết nhẫn nhục, biết tùy thuận, biết bằng lòng trước các ác pháp là biết SẮC, THỌ, TƯỚNG, CÁC HÀNH, THỨC là VÔ NGÃ. Cho nên TÙY PHÁP là biết rõ SẮC, THỌ, TƯỚNG, CÁC HÀNH, THỨC không phải là ta, là của ta, là bản ngã của ta.

Bởi vậy người biết TÙY PHÁP là người giải thoát mọi sự khổ đau theo như lời đức Phật đã dạy: “*Ai sống tùy quán VÔ NGÃ trong SẮC, trong THỌ, trong TƯỚNG, trong CÁC HÀNH và trong THỨC; vị ấy liễu tri SẮC, liễu tri THỌ, liễu tri TƯỚNG, liễu tri CÁC HÀNH và Liễu tri THỨC. Do liễu tri sắc, thọ, tưởng, các hành và thức; vị ấy giải thoát khỏi sắc, thọ, tưởng, các hành và thức.*

Giải thoát khỏi năm uẩn này là giải thoát khỏi sinh, bệnh, chết, sầu, bi, khổ, ưu não. Ta nói vị ấy giải thoát khỏi đau khổ.” (82 Tương Ưng tập III)

Đúng vậy không sai nếu biết TÙY PHÁP tức là LIỄU TRI các pháp mà LIỄU TRI các pháp thì tâm THAM, SÂN, SI, MẠN, NGHI bị diệt sạch

SO SÁNH PHẬT VÀ A LA HÁN

Phật và A LA HÁN giống nhau và khác nhau chỗ nào?

Phật là người đầu tiên đem giáo pháp làm chủ sinh, già, bệnh và chết ra dạy người tu tập, còn những bậc A LA HÁN chỉ theo lời dạy của đức Phật mà tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết. Như vậy sự khác nhau Phật và các bậc A LA HÁN vì Phật là THẦY các bậc A LA HÁN là học trò.

Đức Phật và các bậc A LA HÁN tu hành giải thoát giống nhau không ai hơn kém ai. Đức Phật tu tập làm chủ SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT thì các bậc A LA HÁN cũng tu tập làm chủ SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT như nhau. Đây chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Như Lai, này các thầy Tỳ kheo là bậc A LA HÁN CHÁNH ĐẲNG GIÁC làm cho khởi lên con đường trước kia chưa ai làm khởi lên, đem con đường trước kia chưa được ai đem lại con đường, tuyên thuyết con đường trước kia chưa được ai tuyên thuyết con đường đó, bậc trí đạo, bậc ngộ đạo, bậc thuần thực về đạo. Còn nay, các vị đệ tử là những vị sống theo đạo tiếp tục thành tựu đạo. Nay các thầy tỳ kheo đây là sự sai biệt, sự đặc thù, sự sai khác giữa NHƯ LAI và bậc A LA*

HÁN, CHÁNH ĐẲNG GIÁC và bậc Tỳ kheo A LA HÁN được giải thoát nhờ trí tu.” (124 Tương Ưng tập III)

Kinh sách phát triển cho rằng có 7 vị Phật trong thời quá khứ, trước đức Phật Thích Ca Mâu Ni là một đều không đúng sự thật. Vì đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã xác định chỉ có Ngài là người đầu tiên tuyên thuyết giáo pháp TỬ DIỆU ĐẾ. Nếu có giáo pháp này trước đức Phật Thích Ca Mâu Ni thì Ngài chỉ là học trò như các vị A LA HÁN khác mà thôi, như vậy làm sao Ngài dám tuyên bố những lời trên đây.

Người đời sau gian xảo ghê gớm thật dám dựng lên 7 vị Phật quá khứ để phủ lên một lớp giáo lý tưởng, mê tín, mù quáng, lạc hậu đó với mục đích để diệt sạch giáo pháp của đức Phật Thích Ca Mâu Ni !. Đúng vậy, nếu chúng tôi không dựng lại giáo pháp của đức Phật Thích Ca Mâu Ni thì kinh sách Đại Thừa và kinh sách Thiên Đông Độ đã che đậy phủ đầy không còn ai biết giáo pháp của đức Phật. May mắn thay là nhờ Phật Giáo Nam Tông còn giữ lại giáo Pháp nguyên thủy những cũng bị các sư tu tập chưa chứng đạo nên kiến giải viết ra kinh sách làm sai lạc của Phật. Do kinh sách kiến giải sai lạc của các Ngài làm cho mọi người tu tập không làm chủ SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT mà rơi vào các trạng thái tưởng.

Ngày xưa đức Phật cấm không cho các đệ tử tu chưa chứng thì không nên thuyết giảng một mình, mà muốn thuyết giảng thì phải có đức Phật chỉ định. Như ông A Nan chẳng hạn, mặc dù ông có trí tuệ nhớ không bỏ sót một lời nào của đức Phật nhưng khi ra giảng cho

chúng Tỳ kheo thì đức Phật chỉ định chứ tự mình ra giảng thì không được.

Phật giáo nghiêm ngặt như vậy thế mà bây giờ giảng sư dâu dậu cũng có, nhưng chẳng có ông nào làm chủ SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT được, đó là những người mang tội vọng ngữ, dạy người tu tập mà mình tu tập chẳng ra gì ngay cả giới luật còn vi phạm những giới trọng Ba La Di. Thật là Phật giáo đến hồi suy thoái nên mới có Ma Ba Tuần phá hoại Phật pháp như vậy. Thật là đau lòng!

Đứng trước cảnh Phật giáo suy thoái chúng ta biết rằng phước chúng sinh phước báu quá mỏng, nên Phật giáo phải chịu long đong và mất dấu.

THẤY TA LÀ THẤY PHÁP, THẤY PHÁP LÀ THẤY TA

Người tu tập chứng đạo đều luôn luôn nhận thấy TÂM BẤT ĐỘNG của mình. Vì thế đức Phật là người đã tu tập chứng đạo nên Ngài luôn luôn ở trong trạng thái TÂM BẤT ĐỘNG. TÂM BẤT ĐỘNG là một trạng thái chung của những người chứng đạo vì thế đức Phật mới tuyên bố: “*Ai thấy TA là thấy PHÁP, ai thấy PHÁP là thấy TA.*”

Trong cuộc đời này không có vật gì để chúng ta đáng thấy. Bởi các pháp đều vô thường, không có pháp nào là ta, là của ta, là bản ngã của ta. Cái thân bất tịnh hôi hám này, nếu trong một tuần lễ không tắm rửa đến gần có ai chịu nổi đâu. Bởi vậy đức Phật mới dạy Vakkali: “*Này VAKKALI, có gì đáng thấy đối với cái thân*

hôi hám này. Này VAKKALI, ai thấy pháp người ấy thấy Ta, Ai thấy Ta người ấy thấy pháp. Này VAKKALI đang thấy pháp là đang thấy Ta, đang thấy Ta là đang thấy pháp.”

Khi dạy cho chúng sinh thấy tâm **BẤT ĐỘNG** là thấy Phật, nhưng chúng sinh không thấy tâm **BẤT ĐỘNG** mà thấy **THÂN NGŨ UẨN** của mình và cho **THÂN NGŨ UẨN** của mình là thật có. Cho nên đức Phật muốn phá cái tâm chấp **THÂN NGŨ UẨN** là ngã của mình bằng cách hỏi Vakkali: *“Này Vakkali, ông nghĩ thế nào, SẮC là thường hay vô thường?”*

- Là vô thường, bạch Thế Tôn.

- Cái gì vô thường là khổ hay lạc?

- Là khổ, bạch Thế Tôn.

- Cái gì vô thường, khổ, chịu sự biến hoại, có hợp lý chẳng khi quán cái ấy là: *“Cái này là của tôi. Cái này là tôi. Cái này là tự ngã của tôi?”*

- Thưa không, bạch Thế Tôn.

-Thọ, Tưởng, Các Hành, Thức là thường hay vô thường?

- Là vô thường, bạch Thế Tôn. -

Cái gì vô thường là lạc hay khổ?

- Là khổ, bạch Thế Tôn

- Cái gì vô thường chịu sự biến hoại, có hợp lý chẳng khi quán cái ấy là:

“Cái này là tôi, cái này là của tôi... cái này là tự ngã của tôi”?

- Thưa không, bạch Thế Tôn.

- Do vậy, ở đây thấy như vậy không còn trở lui trạng thái này nữa “*Vị ấy biết rõ như vậy.*” (219 Tương Ưng tập III)

Đức Phật vì loài người mà chỉ dạy tận tình để mọi người dễ nhận thấy sự thật của thân ngũ uẩn là một khối bất tịnh vô thường hôi thối đầy đau khổ, thế mà mọi người trên thế gian này lầm cho nó là ta là của ta, là bản ngã của ta. Do lầm chấp này mà con người phải chịu trôi lăn trong sáu nẻo luân hồi và khổ đau vô cùng tận.

Muốn thoát khổ đau này thì hằng ngày chúng ta phải siêng năng dẫn tâm vào vào chỗ **BẤT ĐỘNG** như đức Phật đã dạy: “*THẤY TA LÀ THẤY PHÁP, THẤY PHÁP LÀ THẤY TA.*”

Đúng vậy, quý vị hãy cố gắng tu tập kỹ một chút và bền chí thì có ngày phải thành công tâm **BẤT ĐỘNG**.

SỐNG MỘT MÌNH

Người ta thường sống một mình ít ai chịu nổi vì quá buồn bã cô đơn nhưng tại sao như vậy thì ít ai hiểu nguyên nhân nào. Chúng ta hãy nghe đức Phật dạy: “*Bị thất kiết sử và ngũ triền cái là không sống một mình được.*” (168 Tương Ưng tập IV)

Đúng vậy con người thường sống một mình không chịu nổi cô đơn buồn bã là do ngũ triền cái và bảy kiết sử.

NGŨ TRIỀN CÁI gồm có:

- 1- Tham triền cái,
- 2- Sân triền cái,

- 3- Si triền cái.
 - 4- Mạn triền cái,
 - 5- Nghi triền cái,
- BẢY KIẾT SỬ** gồm có:
- 1- Ái kiết sử,
 - 2- Sân kiết sử,
 - 3- Kiến kiết sử,
 - 4- Nghi kiết sử,
 - 5- Mạn kiết sử,
 - 6- Hữu tham kiết sử,
 - 7- Vô minh kiết sử.

Chính con người luôn luôn chịu nhiều khổ đau là do **NGŨ TRIỀN CÁI** và **THẤT KIẾT SỬ**. Muốn giải thoát như Phật và những bậc **A LA HÁN** thì đoạn trừ tận gốc ngũ triền cái và thất kiết sử. Khi đoạn trừ gốc ngũ triền cái và thất kiết sử thì chúng ta chứng đạo. Nhưng muốn đoạn trừ nó phải bằng phương pháp gì?

Bằng **PHÁP TRÍ** và **TÙY TRÍ**, **PHÁP TRÍ** là sự hiểu biết thông suốt chánh Phật pháp bằng trí tuệ, còn **TÙY TRÍ** là pháp tu tập **DẪN TÂM VÀO ĐẠO** (xin quý vị nghiên cứu lại tập sách **NHỮNG LỜI TÂM HUYẾT** thì sẽ rõ pháp dẫn tâm, nhờ có tu tập dẫn tâm như vậy thì **NGŨ TRIỀN CÁI** và **THẤT KIẾT SỬ** sẽ bị đoạn trừ tận gốc.

Trên bước đường tu tập cần phải có sự kiên gan bền chí, nếu thiếu sự kiên gan bền chí thì tu hành chẳng bao giờ có sự giải thoát, quý vị nên nhớ!

ĂN UỐNG THEO PHẬT GIÁO

Đối với đạo Phật vấn đề ăn uống rất là quan trọng, cho nên ăn uống cần phải tiết độ đúng cách ăn uống của Phật giáo như lời đức Phật dạy: *“Này Hiền giả, thế nào là tiết độ trong ăn uống? Ở đây này Hiền giả, Tỳ kheo như lý giác sát, thọ dụng các món ăn. Không phải để vui đùa, không phải để đam mê, không phải để trang sức, không phải để tự mình làm đẹp mình mà chỉ để thân này được duy trì và được bảo dưỡng, để thân này khỏi bị thương hại, để hỗ trợ Phạm hạnh. Nghĩ rằng: “Như vậy ta diệt trừ các cảm thọ cũ và không cho khởi lên các cảm thọ mới và ta sẽ không có lỗi lầm, sống được an ổn.” Như vậy, này Hiền giả là tiết độ trong ăn uống.”* (180 Tương Ưng tập 4)

Đúng vậy, người tu sĩ Phật giáo ăn không cần ngon, ăn không phải vì ưa thích, ăn không phải để mập béo, trẻ đẹp mà ăn chỉ để duy trì sự sống, ăn để không bệnh tật, ăn để cơ thể được mạnh khỏe để tu tập để sống đời Phạm hạnh. Ăn không vì các cảm thọ lạc mà vì sự ngăn ác pháp và diệt trừ ác pháp, ăn để sống trong tâm **BẤT ĐỘNG** để thấy được tâm thanh thản, an lạc, vô sự. Ăn để sống làm chủ thân tâm, cho nên ăn uống tiết độ của Phật giáo không có khó khăn, mệt nhọc. Chúng ta ăn uống mục đích giải thoát, vì vậy ăn để sống chứ không phải sống để ăn. Cho nên ai cho gì thì chúng ta ăn nấy chứ không phải vì ăn mà đi chọn lựa thức ăn này thức ăn khác.

Người muốn ăn cái này, cái khác hay chọn lựa thức ăn này, thức ăn kia là không đúng người đệ tử Phật. Nếu chúng ta chịu khó nhìn sự ăn uống của một

người là biết người đó tu theo Phật giáo hay tu theo ngoại đạo. Người tu theo Phật giáo thì ăn ngày một bữa vào giữa ngày, không ăn uống phi thời lặt vặt, người ăn uống phi thời lặt vặt là không phải đệ tử của Phật giáo. Nhất là những người tuyệt thực lại còn không phải là đệ tử Phật, vì Phật không có dạy tuyệt thực. Tuyệt thực là những người đệ tử của ngoại đạo Bà La Môn.

Người tu theo Phật giáo mà còn lựa chọn món ăn này hay món ăn kia là không phải đệ tử của Phật.

Người tu theo Phật giáo mà còn ăn thịt chúng sinh mặc dù ăn không nghe, không thấy, không giết, không nghi, không biết cũng không phải đệ tử của đức Phật. Đạo Phật là đạo CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC cố sao lại ăn không thấy, không nghe, không giết, không nghi, không biết. Rõ ràng là ngoại đạo mà dán nhãn hiệu Phật giáo để lừa đảo Phật tử.

Đạo Phật là đạo từ bi khi ăn miếng thịt chúng sinh vào miệng mà không biết sao? Ăn vô phân biệt, ăn không còn biết ngon hay dở. Đó là cách thức tu sai Phật giáo, Phật giáo dạy ăn biết ngon mà không dính mắc chấp trước, thấy nghe cũng vậy phân biệt rõ ràng đẹp xấu, yên tĩnh hay ồn ào đều biết rất rõ nhưng không dính mắc chấp trước âm thanh, sắc tướng, không bị động tĩnh chi phối tâm. Trước mọi cảnh thuận hay nghịch tâm luôn luôn BẤT ĐỘNG. Đó mới là người tu theo Phật giáo. Cứ hờ ra một chút là tâm bị động, bị chướng ngại tâm luôn luôn bất an, người tu theo Phật giáo như vậy là theo ngoại đạo. Phật giáo không có dạy tu tập như vậy. Xin

quý vị lưu ý đừng để mình tu tập sai pháp mà không biết thì thật là tội nghiệp.

CHÚ TÂM TĨ NH GIÁC

TỈNH GIÁC là một phương pháp đầu tiên cho người mới vào tu tập theo Phật giáo, vì vậy nó là một pháp môn rất căn bản cho những người mới vào đạo Phật.

Một người theo Phật giáo thì hãy nên rèn luyện tu tập pháp môn này. Vậy chúng ta hãy nghe đức Phật dạy: “*Và này là Hiền giả, như thế nào là chú tâm tỉnh giác? Ở đây, này là Hiền giả, Tỳ kheo ban ngày khi đi kinh hành và ngồi, tâm gọt sạch các triền cái.*

Ban đêm trong canh một, trong khi vị ấy đi kinh hành và ngồi, tâm gọt sạch các pháp triền cái.

Ban đêm trong canh giữa, vị ấy nằm phía hông bên hữu, trong tư thế con sư tử, chân này đặt lên chân kia, chánh niệm tỉnh giác tác ý tưởng đến lúc ngồi dậy.

Ban đêm trong canh cuối, khi vị ấy đi kinh hành và trong khi ngồi, tâm gọt sạch các pháp triền cái, như vậy gọi là trú tâm tỉnh giác.” (181 Tương Ưng tập 4)

Đọc lời dạy trên đây chúng ta thấy rất rõ phương pháp của Phật dạy tu hành chính là TỈNH GIÁC nhờ có TỈNH GIÁC chúng ta mới gọt sạch từng tâm niệm ngũ triền cái và thất kiết sử. Nhưng muốn được TỈNH GIÁC thì chỉ có pháp NHƯ LÝ TÁC Ý và ĐI KINH HÀNH.

Nhờ pháp NHƯ LÝ TÁC Ý và ĐI KINH HÀNH mà chúng ta hộ trì được các căn. Ví dụ: Khi mắt thấy một chiếc xe hơi đang chạy trên đường, một con bò đang ăn cỏ, hay một người già chống gậy đi bộ trong vườn v.v...thì

chúng ta liền TÁC Ý: “Mắt không nên nhìn xe hơi, con bò hay cụ già mà hãy quay vào nhìn hơi thở, biết HƠI THỞ RA VÔ” hay “Mắt hãy nhìn chỗ TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ.” Tai, mũi, miệng, thân, ý cũng vậy khi nghe, cảm giác mùi vị, cảm xúc hay khởi niệm thì đều phải TÁC Ý như vậy. Đó là phòng hộ sáu căn bằng pháp môn NHƯ LÝ TÁC Ý. Để tập TỈNH GIÁC trên hơi thở.

Pháp môn NHƯ LÝ TÁC Ý là một pháp môn rất tuyệt vời nó giúp cho tâm chúng ta rất TỈNH GIÁC hoàn toàn.

Nó còn giúp cho chúng ta làm chủ ăn uống biết cách ăn để sống chứ không phải sống để ăn. Cho nên chúng ta không bị nô lệ trong ăn uống, làm chủ trong ăn uống.

Nó còn giúp chúng ta chú tâm tỉnh giác, nhờ tâm có tỉnh giác chúng ta mới gọt rửa được ngũ triền cái, nhờ hằng ngày gọt rửa ngũ triền cái nên tâm chúng ta vô lậu hoàn toàn.

Khi tu tập ba pháp môn TỈNH GIÁC ĐỘC CỬ và ĂN UỐNG TIẾT ĐỘ là chúng ta đều dùng pháp NHƯ LÝ TÁC Ý dẫn tâm vào đạo thì chúng ta mới hoàn toàn giải thoát. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Nầy các thầy Tỳ kheo! Đây đủ được 3 pháp ấy, một Tỳ kheo ngay trong hiện tại sống nhiều an lạc hoan hỷ và tạo nguyên nhân bắt đầu đoạn tận các lậu hoặc”*. Thế nào là ba pháp?

- 1- Hộ trì các căn
- 2- Tiết độ trong ăn uống
- 3- Chú tâm tỉnh giác

(289 tương ứng tập 4)

Nếu một người tu tập theo Phật giáo mà hoàn thành ba pháp môn này thì người ấy tâm hoàn toàn vô lậu, ngay đó họ chứng đạo vô thượng Bồ Đề. Cho nên Phật pháp rất đơn giản tu hành không có khó khăn mệt nhọc. Hãy cố gắng quý vị ạ! Giải thoát là làm chủ sinh, già, bệnh, chết hạnh phúc lắm quý vị ạ!

SA MÔN

Sa Môn là dịch âm tiếng Phạn Ấn Độ của người Trung Hoa. Sa Môn với tiếng Việt chỉ một vị TU SĨ đã thọ đầy đủ giới luật của Phật giáo. TU SĨ Phật giáo hiện giờ chỉ còn một số ít mới xứng đáng gọi là TU SĨ, còn phần đông thì phạm giới, phá giới, có vị còn có vợ con rất tự nhiên xem thiên hạ chẳng ai biết gì về Phật giáo cả. Hầu hết các chùa Phật giáo cổ truyền các thầy đều có vợ con sống trong ngôi chùa như một gia đình.

Chúng ta hãy đọc lời xác định của đức Phật một vị tu sĩ Phật giáo phải như thế nào mới gọi là một vị tu sĩ Phật giáo: *“Sa môn là một người xa lìa ân ái, xuất gia tu hành, chế ngự các căn không nhiễm ái dục, có lòng thương xót tất cả mọi người, không làm thương tổn và giết hại chúng sinh, gặp khổ không phiền, gặp vui không mừng, nhẫn nại tâm như đất.”* (Trường A Hàm tập I trang 56) Đó là lời dạy rõ ràng như vậy mà tu sĩ thời nay xem thường những lời tâm huyết này của đức Phật.

Một vị tu sĩ Phật giáo theo như lời đức Phật dạy có 9 điều cần ghi nhớ:

- 1- Xa lìa ân ái
- 2- Cạo bỏ râu tóc đắp áo cà sa
- 3- Chế ngự các căn
- 4- Không nhiễm ái dục
- 5- Có lòng thương xót tất cả mọi người
- 6- Không làm thương tổn và giết hại chúng sinh
- 7- Gặp khổ không phiền
- 8- Gặp vui không mừng
- 9- Nhẫn nại tâm như đất

Một tu sĩ Phật giáo phải sống đúng 9 điều Phạm hạnh mà đức Phật đã nêu ra thì mới xứng đáng là một tu sĩ Phật giáo, còn sống không đúng thì không xứng đáng làm tu sĩ.

Cho nên căn cứ vào 9 điều trên đây mà chúng ta biết ngay người nào là tu sĩ Phật giáo và người nào không phải là tu sĩ Phật giáo. Không phải là tu sĩ Phật giáo thì họ chỉ là cư sĩ trọc đầu.

Xét 9 điều trên đây tu sĩ Phật giáo hiện giờ chỉ là cư sĩ trọc đầu mà thôi. Nhìn thấy tu sĩ Phật giáo hiện giờ số lượng thì đông nhưng mà chất lượng tu hành chẳng có gì cả thật là đau lòng xót dạ cho Giáo Hội Phật Giáo hiện giờ.

NGUYÊN DO NÀO CÓ SANH TỬ

Muốn làm chủ sinh, già, bệnh, chết thì phải bắt đầu tìm nguyên nhân nào sinh ra sinh, già, bệnh, chết. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: “ *Chúng sanh thật đáng thương, thường ở trong tối tăm, chịu lấy thân phận nguy khốn, nào sanh, già, bệnh, chết đến dồn dập đủ các thứ khổ não. Họ chết đây sanh kia, chết kia*

sanh đây, cứ duyên theo khổ ám thân nên lưu chuyển vô cùng. Ta lúc mới hiểu rõ ngũ ấm và diệt hết sanh, già, bệnh, chết? Thì Ta lại suy nghĩ: Sanh từ đâu đến? Duyên từ đâu mà có sanh?

Do tự đặt ra câu hỏi như vậy Ta liền dùng trí tuệ quan sát nguyên do và thấy rằng, do sanh mà có lão tử, như vậy sanh là duyên của lão tử.” (Trường A Hàm tập I trang 60)

Lời dạy trên đây của đức Phật là một lý giải một nguyên nhân sinh ra LÃO TỬ làm chúng ta dễ hiểu mà hiểu một cách rất rõ ràng. Do cuộc sống hằng ngày mà mọi người theo tâm ngũ triền cái và thất kiết sử mà con người mới có LÃO TỬ.

Muốn không LÃO TỬ thì chúng ta phải sống không theo ngũ triền cái và thất kiết sử. Muốn sống không theo ngũ triền cái và thất kiết sử thì chúng ta phải dùng pháp NHƯ LÝ TÁC Ý, khi tâm mỗi lần có niệm khởi thì mau mau lập tức phải tác ý liền: **“TÂM PHẢI BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ.”** Cứ siêng năng tu tập khi có niệm khởi liền tác ý thì tâm trở về trạng thái tâm BẤT ĐỘNG, THANH THẢN. Tu tập như vậy chừng nào tâm không còn niệm khởi. Tâm không còn niệm khởi là tâm đã diệt sạch ngũ triền cái và thất kiết sử. Dù chúng ta muốn diệt trừ một ác pháp nào thì chúng ta cũng phải dùng pháp dẫn tâm thì mới diệt trừ được ác pháp đó. Cho nên pháp NHƯ LÝ TÁC Ý rất cần thiết cho người tu tập theo Phật giáo. Ngoài pháp NHƯ LÝ TÁC Ý ra thì Phật giáo không còn có pháp nào tu tập hay hơn. Pháp môn NHƯ LÝ TÁC Ý được xem là một thanh trường kiếm

của người dũng sĩ xông trận chiến thắng quân giặc, nếu không có thanh trường kiếm thì người dũng sĩ không bao giờ thắng giặc oanh liệt. Cho nên pháp NHƯ LÝ TÁC Ý nó cũng quan trọng như vậy xin quý vị nhớ cho.

NGUYÊN DO NÀO KHÔNG CÓ LÃO TỬ

Như trên đã nói chỉ có pháp NHƯ LÝ TÁC Ý thì ngũ triền cái và thất kiết sử sẽ bị diệt trừ. Ngũ triền cái và thất kiết sử bị diệt trừ thì SANH diệt trừ, SANH diệt trừ thì LÃO TỬ sẽ diệt trừ như đức Phật đã dạy: “*Đức Phật lại tự suy nghĩ. Do những cái gì không có mà lão tử không có? Do cái gì đoạn diệt thì lão tử đoạn diệt? Rồi Ngài lại dùng trí tuệ quan sát nguyên nhân: Do sanh không có nên lão tử không có, do sanh diệt nên lão tử diệt.*” (Trường A Hàm tập I trang 60)

Đúng vậy, SANH không có thì LÃO TỬ không có, SANH diệt thì LÃO TỬ diệt. Cho nên khi biết tu tập đúng pháp chân chánh thì làm chủ sanh, già, bệnh, chết đâu còn khó khăn nữa.

Vì chúng ta biết nguyên nhân sinh ra LÃO TỬ thì ngay nguyên nhân đó mà diệt trừ. SANH là nguyên nhân sinh ra LÃO TỬ, vì vậy chúng ta hằng giây, hằng phút, hằng giờ, hằng ngày dùng pháp NHƯ LÝ TÁC Ý diệt trừ từng tâm niệm của SANH thì SANH bị diệt, tức là NGŨ TRIỀN CÁI và THẤT KIẾT SỬ bị diệt.

PHÁP CHÂN CHÁNH

Pháp CHÂN CHÁNH của Phật là pháp gì? PHÁP CHÂN CHÁNH là pháp diệt trừ tâm ngũ triền cái và bảy kiết sử:

Một lần nữa chúng tôi xin nhắc lại NGŨ TRIỀN CÁI và THẤT KIẾT SỬ. NGŨ TRIỀN CÁI gồm có:

- 1- Tham triền cái,**
- 2- Sân triền cái,**
- 3- Si triền cái,**
- 4- Mạn triền cái,**
- 5- Nghi triền cái.**

BẢY KIẾT SỬ gồm có:

- 1- Ái kiết sử,**
- 2- Sân kiết sử,**
- 3- Kiến kiết sử,**
- 4- Nghi kiết sử,**
- 5- Mạn kiết sử,**
- 6- Hữu tham kiết sử,**
- 7- Vô minh kiết sử.**

Người ở thế gian tâm họ thường sống với tâm ngũ triền cái và thất kiết sử, vì thế họ sống trái ngược lại Phật giáo. Cho nên pháp của Phật giáo thì nhắm vào ngũ triền cái và thất kiết sử tiêu diệt chúng. Bởi vậy pháp của Phật giáo hoàn toàn đi ngược lại pháp thế gian. Khi đi ngược lại như vậy thì khó cho người thế gian chấp nhận và tu tập được nên đức Phật dạy: “*Chánh pháp ta vừa chứng được thật là sâu xa vi diệu, nếu vì chúng sanh mà thuyết giảng, chắc chắn họ không hiểu nổi, còn sanh tâm hủy báng nữa là khác. Nếu vì chúng sanh dâm, nộ, si mà thuyết pháp, tất nhiên họ không thừa hành, quả thật*”

là luống công vô ích, Pháp vi diệu này tương phản với pháp thế gian. Chúng sanh bị dục nhiễm, ngu si che lấp nên không tin hiểu nổi.” (Trường A Hàm tập I trang 69)

Đúng vậy, trải qua hơn 2500 năm mà chẳng thấy ai tu chứng như Phật. Thật là pháp đi ngược pháp thế gian nên khó ai tu được giải thoát hoàn toàn.

Đến thời đại chúng ta hiện giờ mới có một người làm chủ được sinh, già, bệnh, chết và người ấy ra công dựng lại giáo pháp ấy để người nào hữu duyên cùng tiếp vòng tay để làm sống lại nền đạo đức nhân bản - nhân quả của Phật giáo thì đó là đem lại hạnh phúc an vui cho loài người. Nhưng khó thay trong cuộc đời tìm cho ra được một người có quyết tâm có ý chí dũng mãnh, gan dạ xem sự sống chết nhẹ tựa lông hồng thì mới tu tập chứng đạo.

Giải thoát ai cũng muốn tu mà lại sợ khổ; giải thoát ai cũng muốn tu mà đời không muốn bỏ. Cho nên tìm một người tu tập vì mọi người, vì Phật pháp thì khó tìm quá. Trên hành tinh hiện nay con người có hằng tỷ tỷ con người mà tìm cho ra một con người thật là khó vô cùng. Nhiều khi Thầy muốn vào Niết bàn cho xong, nhưng không nỡ tâm nên đành phải nán ở lại một đôi ngày mà thôi !.

CÓ BẢY PHÁP LÀM CHO CHÁNH PHÁP ĐƯỢC TĂNG TRƯỞNG VÀ KHÔNG BỊ TỔN HOẠI

Có bảy đức hạnh mà mỗi người ai cũng sống được, vì bảy đức hạnh này giúp cho con người sống được

bình an, yên vui mà không ác pháp làm khổ đau. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy bảy pháp:

1. *Thích giản dị, không thích sống rờm rà, cầu kỳ.*
2. *Ưu thích yên lặng, không thích nói nhiều.*
- 3- *Ít ngủ nghỉ, không ham ngủ.*
- 4- *Không kết bè, kết bạn, không nói điều vô ích.*
- 5- *Không tự khoe khoang trong khi mình thiếu đức.*
- 6- *Không kết bạn với những người xấu ác.*
- 7- *Thích ở một mình nơi rừng núi thanh vắng.*”

(Trường A Hàm tập I trang 92)

Đức Phật dạy bảy đức hạnh này rất tuyệt vời nếu một người thực hiện bảy đức hạnh này thì ngay trong đời này đã tìm thấy sự giải thoát liền không cần phải tu tập pháp nào khác nữa.

Nếu sống với đức hạnh thứ nhất “*Thích giản dị, không thích sống rờm rà, cầu kỳ*” đó là một lối sống đơn giản, không hao tốn tiền bạc, không rờm ra, ít muốn biết đủ. Đức hạnh rất phù hợp với người tu sĩ Phật giáo.

Nếu sống với đức hạnh thứ hai “*Ưu thích yên lặng, không thích nói nhiều*”. Đó là một lối sống trầm lặng, sống độc cư, sống một mình. Đức hạnh này rất phù hợp với con đường tu tập giải thoát của Phật giáo.

Nếu sống với đức hạnh thứ ba “*Ít ngủ nghỉ, không ham ngủ*”. Đó là lối sống của người thông minh, sáng suốt, minh mẫn, tỉnh giác. Những người có lối sống như vậy là lối sống của người tu sĩ Phật giáo.

Nếu sống với đức hạnh thứ tư “*Không kết bè, kết bạn, không nói những điều vô ích*”. Đó là lối sống độc cư

phòng hộ sáu căn, lối sống của những bậc chân tu của những người thoát tục của những người xuất thế gian.

Nếu sống với đức hạnh thứ năm *“Không tự khoe khoang, trong khi mình thiếu đức”*. Đó là lối sống khiêm tốn của những bậc Hiền Thánh, người thế gian không thể làm được. Người thế gian hễ làm được những gì thì khoe khoang không hết lời.

Nếu sống với đức hạnh thứ sáu *“Không kết bạn với những người xấu ác.”* Người xưa thường nói: *“Chọn bạn mà chơi”*. Đúng vậy; gần mực thì đen, gần đèn thì sáng. Chơi với những người bạn xấu ác thì sẽ ảnh hưởng xấu và tai tiếng xấu. Đây là một đức hạnh rất cần thiết cho sự giao tiếp với mọi người trong cuộc sống chung đụng trong gia đình và xã hội.

Nếu sống với đức hạnh thứ bảy *“Thích ở mình nơi rừng núi thanh vắng.”* Đây là đức hạnh của những bậc tu hành chân chánh sống nơi rừng núi thanh vắng. Bởi tu hành nơi rừng núi thanh vắng thì mới xả tâm ly dục ly ác pháp trọn vẹn.

Tóm lại người muốn tu hành giải thoát thì phải sống trọn vẹn bảy đức hạnh này. Muốn sống đúng bảy đức hạnh này thì phải tu tập hết sức chớ không phải là lời nói suông, vì nói thì rất dễ nhưng sống được với bảy đức hạnh này là một công trình tu tập. Người ta thường nói đức hạnh nhưng người ta không thể sống với đức hạnh này ngay liền được. Nói thì dễ nhưng làm rất khó. Bởi bảy đức hạnh này đã xác định được sự ly dục ly ác pháp của một tu sĩ giải thoát, vì thế quý vị nên lưu ý.

THẾ NÀO LÀ TỶ KHEO TỰ THU NHIẾP TÂM MÌNH

Thu nhiếp tâm mình là một kỳ công tu tập chớ không thể chỉ hiểu biết trong kinh sách suông là thu nhiếp được tâm. Chúng ta hãy nghe đức Phật dạy: “*Thế nào là các tỷ kheo tự thu nhiếp tâm mình? Ấy là các Tỷ kheo trước quán THÂN trong thân, tiếp theo quán thân ngoại thân, sau này là quán thân trong thân và ngoại thân. Phải quán một cách siêng năng, không lười biếng, ghi nhớ không quên để từ bỏ lòng tham dục, lo buồn của thế gian. Sau khi quán sát như trên xong, kế tiếp theo quán sát về THỌ về TÂM và về PHÁP cũng như thế.*” (Trường A Hàm tập một I trang 110)

Đây là đức Phật dạy tu tập TỨ NIỆM XỨ đầu tiên chúng ta phải tu tập QUÁN THÂN TRONG THÂN, khi quán thân trong thân cho được thuần thực rồi mới QUÁN THÂN NGOẠI THÂN. Sau khi tu tập quán thân ngoại thân được thuần thực rồi mới tu tập kế tiếp QUÁN TRONG VÀ NGOẠI THÂN. Khi quán thân xong thì tiếp tục quán thọ, quán tâm và quán pháp như quán thân vậy. Với mục đích quán thân, thọ, tâm và pháp là để từ bỏ và diệt trừ sạch LÒNG THAM DỤC.

Diệt trừ sạch lòng tham dục trên TỨ NIỆM XỨ là tâm BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ. Trạng thái tâm bất động thanh thản, an lạc và vô sự là trạng thái tâm CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC. Khi một người thường sống với tâm CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC là người đã chứng đạo. Cho nên chứng đạo của Phật giáo đâu có khó khăn, đâu có mệt nhọc. Vậy sao quý vị tu hành trông khó khăn quá, từ ngày này qua ngày khác. Trong thời đức Phật

còn tại thế đức Phật thuyết giảng xong một bài pháp là có người xả sạch NGŨ TRIỀN CÁI và THẤT KIẾT SỬ cho nên nghe xong là CHỨNG ĐẠO. Còn bây giờ Thầy nói khang cổ mà các con không buông bỏ NGŨ TRIỀN CÁI và THẤT KIẾT SỬ. Biết những thứ này sinh ra đau khổ mà không buông bỏ cho thật sạch để chứng đạo như thời đức Phật vậy.

Nếu một người biết tu tập thì cứ ngay trên TỨ NIỆM XỨ mà tu tập làm cho THÂN, THO, TÂM, PHÁP thanh tịnh không bị ác pháp hay chướng ngại pháp làm giao động tâm là chứng đạo.

Pháp môn TỨ NIỆM XỨ là một pháp môn tu tập chứng đạo, nó đứng hàng thứ bảy trong BÁT THÁNH ĐẠO, vì thế quý vị đừng nghe nói TỨ NIỆM XỨ liền ôm pháp tu hành. Quý vị có thấy không? Các sư Nam Tông mở các lớp dạy tu tập TỨ NIỆM XỨ mà đủ các hạng người tu sĩ và cư sĩ đều về tu tập nhưng có người nào tu tập làm chủ SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT được đâu. Cuối cùng người tu theo Phật giáo thì đông vô kể, nhưng làm chủ thì chẳng có ai cả. Một cuộc lễ Phật giáo như đản sinh thì tu sĩ và cư sĩ tập trung lại trùng trùng lớp lớp, người ta thấy lực lượng Phật giáo ghê thật nhưng sự tu tập chân chánh thì khó tìm ra một người. Ở đây nói pháp TỨ NIỆM XỨ, chớ trình độ tu tập TỨ NIỆM XỨ thì chưa có ai tu tập được. Tại sao vậy?

Vì đời sống giới luật chưa có ai sống trọn vẹn như vừa rồi 7 hạnh sống mà đức Phật đã nêu ra. Xét cho cùng tìm một người sống đúng 7 hạnh này đâu phải dễ tìm. Phải không quý vị?

Giới hạnh chưa xong mà hô hào tu tập TỬ NIỆM XỨ là để khoe khoang “háo danh” chứ tu tập ra gì.

Ai cũng trình bày sự tu tập của mình là tâm BẤT ĐỘNG từ một giờ hai, ba giờ trên TỬ NIỆM XỨ mà xem lại 7 hạnh ở trên không được một hạnh nào cả thì quý vị nghĩ sao? Có phải do tâm háo danh mà người ta sống trong tưởng không? TỬ NIỆM XỨ đâu phải là pháp môn để cho người gia đình chồng con hay vợ con còn ra vào mà tu tập được sao?

Muốn vào tu tập TỬ NIỆM XỨ thì lấy 7 hạnh làm tiêu chuẩn mà xét người tu, chứ quý vị muốn nói sao thì nói thật là vô trách nhiệm. Đâu phải quý vị muốn nói như thế là chúng tôi nghe theo như vậy sao. Chúng tôi có đủ cách để trắc nghiệm quý vị. Chúng tôi chỉ cần cách sống của quý vị là chúng tôi biết ngay liền tu tập TỬ NIỆM XỨ được hay không.

OAI NGHI TẾ HẠNH

Một tu sĩ Phật giáo phải biết giữ gìn OAI NGHI TẾ HẠNH, nếu không giữ gìn OAI NGHI TẾ HẠNH thì không phải là đệ tử của Phật. OAI NGHI TẾ HẠNH của Phật giáo rất là quan trọng. Vậy OAI NGHI TẾ HẠNH như thế nào?

Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: “*Thế nào là các Tỳ kheo giữ gìn oai nghi tế hạnh nghi đầy đủ? Ấy là các Tỳ kheo khi ĐI thì biết mình ĐI, khi ĐỨNG thì biết mình ĐỨNG, cho đến như LIẾC NGÓ hai bên hoặc CO, DUỖI, CÚI, NGƯỚC, ĐÁP y, MANG bát và những việc ĂN UỐNG, thuốc men đều phù hợp với oai nghi. Phải khéo từ bỏ năm ám cái, cho đến đi, đứng, nằm, ngồi, thức, ngủ,*

nói năng hay im lặng đều phải nhiếp tâm không cho tán loạn. Ấy là oai nghi mà các thầy Tỳ kheo phải giữ gìn đầy đủ.” (Trường A Hàm tập I trang 111)

Oai nghi tế hạnh của đức Phật dạy không ngoài pháp tỉnh thức trong các hành động thân, khẩu, ý. Người tu sĩ Phật giáo là tu tập tỉnh thức trên thân hành nên đạo Phật mới có bài pháp THÂN HÀNH NIỆM. Một bài pháp mà ai chuyên cần tu tập thì sẽ chứng đạo.

Trong kinh sách Phật giáo thường ca ngợi pháp môn THÂN HÀNH NIỆM, một pháp môn mà chúng tôi biên soạn thành một cuốn sách gói đầu nằm cho các tu sĩ lấy tên là: “MUỐN CHÚNG ĐẠO PHẢI TU PHÁP MÔN NÀO?” Như vậy quý vị biết rằng pháp môn THÂN HÀNH NIỆM quan trọng đến bậc nào trong việc tu tập để được làm chủ sinh, già, bệnh, chết.

CÓ NĂM THỨ BÁU KHÓ ĐƯỢC

1- GẶP PHẬT RA ĐỜI LÀ KHÓ

Được sinh ra đồng thời với đức Phật thật là một việc khó cũng như sinh ra đồng thời với một người tu chứng làm chủ sinh, già, bệnh, chết là một việc khó.

Cách đây hơn 2500 năm đức Phật ra đời mãi cho đến nay giáo pháp của Người đã bị phủ dày một lớp giáo lý của ngoại đạo đã làm mất dấu chánh pháp của Phật. Vì thế hiện giờ không còn ai biết đâu là chánh pháp của Phật để tu hành giải thoát.

Sinh ra đồng thời với một người tu chứng là một việc khó thế mà mọi người không biết tích cực siêng

năng tu hành thì thật là quá uổng. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: “*Đức Như Lai chỉ chơn xuất hiện ở thế gian, thật là khó gặp*”. Đúng vậy, lời dạy này rất đúng hiện giờ chúng ta có mơ ước gặp Phật thì cũng chẳng bao giờ gặp được. Đó là việc khó thứ nhất phải không quý vị?

2- NGƯỜI GIẢNG ĐÚNG PHÁP NHƯ LAI THẬT KHÓ GẶP

Chúng ta là những người tu theo Phật giáo mà được một người giảng dạy đúng chánh pháp của Phật thì đâu phải dễ dàng. Tất cả giảng sư hiện giờ đang thuyết giảng là thuyết giảng kinh sách phát triển theo kiến giải của các sư thầy, chứ không giảng đúng nghĩa lý tu hành làm chủ sinh già, bệnh, chết. Vì họ có tu hành làm chủ sinh, già, bệnh, chết đâu mà giảng đúng !?

Chỉ có học chữ nghĩa kiến giải không đúng nghĩa lý chân thật của Phật dạy. Vì thế sự giảng dạy của các sư thầy không ai tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết. Cho nên hiện giờ không có một vị giảng sư nào dạy đúng nghĩa của kinh điển những lời dạy của đức Phật. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: “*Hạng người diễn giảng chánh pháp của Như Lai thật là khó gặp.*” Đúng vậy, hiện giờ gặp một người giảng dạy đúng chánh pháp của Phật thì khó vô cùng, vì người giảng đúng nghĩa lý những lời của Phật dạy là phải người tu chứng làm chủ sinh, già, bệnh, chết. Còn những người tu chưa chứng giảng thuyết là nói sai Phật pháp. Đó là một việc khó thứ hai mà đức Phật đã dạy.

3- HIỂU ĐƯỢC CHÁNH PHÁP CỦA NHƯ LAI LÀ KHÓ

Khi một người tu chứng đạo làm chủ thân tâm giảng nói chánh pháp của Phật đâu phải ai nghe cũng hiểu hết trăm vạn người chỉ mới được một hai người hiểu và tu tập đến nơi đến chốn còn tất cả mọi người chỉ hiểu một cách cạn cợt vì thế nên không tích cực tu tập chỉ tu chơi tu cho có hình thức. Cho nên được nghe và hiểu chánh pháp của Phật là khó. Vậy chúng ta hãy nghe đức Phật dạy: *“Hạng người đã hiểu được chánh pháp của Như Lai thật là khó gặp.”* Đúng vậy người hiểu được chánh pháp của Phật thật là ít.

Trăm vạn người nghe chánh pháp của Phật mà tu chứng thì chỉ có một hai người là nhiều nhất, đôi khi còn không có người nào nữa. Đó là cái khó thứ ba mà đức Phật đã dạy. Theo kinh nghiệm dạy người tu tập xả tâm ly dục ly ác pháp để làm chủ sinh, già, bệnh, chết thì mọi người không hiểu nên tu tập ức chế tâm khiến ý thức tê liệt không làm chủ sinh, già, bệnh, chết mà lại rơi vào không tưởng, một trạng thái thiền bệnh mà hầu hết các sư thầy đều bị kẹt trong trạng thái này cho là mình đã tu chứng.

Tu chứng đạo sao quý Sư, Thầy không làm chủ sinh, già, bệnh, chết nên quý Sư, Thầy chết trong bệnh tật khổ đau tận cùng của kiếp làm người, thật đáng thương.

Bởi vậy hiểu được Chánh pháp của Phật thật là khó nhưng quý vị rất ỷ lại vào sự hiểu biết của mình. Nhưng quý vị đều là những người tu hành chưa chứng vì vậy sự hiểu biết của quý vị rất nông cạn. Quý vị nên

lắng nghe lời Phật dạy: “Hạng người đã hiểu được chánh pháp của Như Lai thật là khó gặp.” Quý vị đừng xem thường Phật pháp dễ hiểu. Ba mươi bốn năm chúng tôi dựng lại chánh pháp của Phật đã giảng nói hết lời thế mà quý vị có hiểu được những gì đâu !.

Quý vị đã tu sai hết, giảng nói một đàng mà quý vị hiểu một nẻo, nên khi kiểm tra lại quý vị đã tu sai cả. Bởi vậy hiểu được Chánh pháp của Phật không phải dễ đâu quý vị ạ! Đó là lời dạy thứ ba Phật pháp khó hiểu của đức Phật mà quý vị nên lưu ý đừng ỷ mình và cho mình là hạng người có trí tuệ, quý vị đã lầm.

4- THỰC HÀNH PHÁP NHƯ LAI LÀ KHÓ

Phật pháp hiểu đúng thì mới tu tập đúng còn hiểu sai thì làm sao tu tập đúng được. Nếu quý vị hiểu đúng mà thực hành còn khó thay hướng là hiểu sai. Phải không quý vị?

Cho nên pháp thực hành là khó chứ không phải dễ nếu dễ thì mọi người đã tu chứng từ lâu. Chúng ta hãy nghe đức Phật dạy: “Hạng người thực hành thành tựu được chánh pháp của Như Lai thật là khó gặp.” Đúng vậy, lời dạy của đức Phật nghiệm lại ba mươi bốn năm hướng dẫn người tu tập đến giờ này chỉ có năm ba người làm chủ thân tâm được ba phần còn phần sau cùng rất ráo thì chưa thấy ai làm chủ tự tại sống chết. Bởi vậy Phật pháp tu hành đâu phải dễ dàng, cho nên đức Phật nói khó là phải.

Bỏ hết cuộc đời tu hành mà không làm chủ sinh, già, bệnh chết là quá dở. Vậy quý vị hãy xét lại mình về

bốn điều khó mà đức Phật đã dạy mình có duyên gặp và hiểu biết đầy đủ giáo pháp này chưa? Nếu chưa hiểu thì hãy tìm bậc tu hành chứng đạo.

Tìm những bậc thiện hữu tri thức chứng đạo để thưa hỏi cho rõ ràng chớ đừng tự một mình nghiên cứu thì chúng tôi e rằng quý vị sẽ đi tìm tà pháp giống như kinh sách Đại Thừa và Thiên Đông Độ.

Một lần nữa muốn tu hành làm chủ SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT thì quý vị hãy thưa hỏi với những người đã tu chứng, rồi nghiên cứu cho kỹ chớ đừng cho mình là người có trí tuệ, trí tuệ của quý vị chỉ là trí tuệ của người phàm phu. Đem trí tuệ phàm phu mà hiểu Phật pháp thì tôi e rằng quý vị chỉ là những người mù rờ voi.

Nếu có duyên và hiểu biết đầy đủ chánh Phật pháp thì quý vị tu hành chứng đắc sẽ không còn xa nữa. Đó là một điều khó thứ tư quý vị cần lưu ý để thưa hỏi thì con đường tu tập của quý vị không còn sai lầm nữa.

5- CỨU ĐỘ CHÚNG SANH LÀ MỘT ĐIỀU KHÓ

Chúng sanh thiếu phước nên khi một người tu chứng đạo xong, đem những kinh nghiệm tu chứng của mình ra dạy để mọi người cùng được giải thoát, nhưng khi đem ra dạy thì gặp biết bao nhiêu là gian nan khổ ải. Bởi vậy tu viện Chơn Như phải trải qua biết bao sóng gió, nếu không phải là người ly dục ly ác pháp thì sẽ nhập vào Niết bàn từ lâu. Thầy thấy rõ nhân quả của chúng sanh rất mỏng nên lại càng cố gắng để dựng lại nền đạo đức nhân bản - nhân quả cho bằng được, đó là

để giúp cho chúng sanh sống không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh.

Chỉ cần dựng lại nền đạo đức của Phật giáo là giúp cho chúng sanh sống thiện, làm mọi việc thiện. Nhờ đó mới đủ phước báu tu tập kế tiếp mới làm chủ sinh, già, bệnh, chết. Muốn độ thoát chúng sanh thật là cam go muôn vàn sự thử thách. Cho nên đức Phật dạy:

“Hạng người có tài xoay sở vào nguy khốn để cứu độ chúng sanh thật là khó gặp.” (Trường A Hàm tập I trang 113)

Đúng vậy độ chúng sanh rất khó nên một người không đủ khả năng khó xoay trở vào nguy ra khốn để cứu độ chúng sanh.

Ba mươi bốn năm chúng tôi dựng lại chánh pháp của Phật mong có người tu chứng để làm sống Phật giáo, nhưng khó vô cùng. Trí tuệ của mỗi người sao mà hiểu Phật pháp một cách sai lầm quá lớn, dạy tu tập một điều mà mọi người hiểu một nẻo khiến chúng tôi nhiều khi muốn vào Niết bàn cho xong, nhưng bỏ đi thì rất tội nghiệp. Bỏ đi thì làm sao chúng sanh biết đường tu tập. Phải kiên gan bền chí chờ người đủ nhân duyên phước báu, nhất là các cháu tuổi còn trẻ, chúng mới có đủ duyên tu tập chứng quả. Chớ những người lớn tuổi bị nhiễm ô giáo pháp ngoại đạo sâu nặng nên hiểu sai chánh pháp của Phật vì thế họ tu tập sai lời chỉ dạy nên biết chừng nào chứng đạo.

ĐỊNH KHÔNG TƯỞNG

Người tu theo Phật giáo khi thân già yếu dễ bị đau nhức chỗ này hay chỗ khác hoặc bệnh này bệnh khác.

Ngay cả đức Phật còn nói: *“Ta nay già rồi tuổi đã tám mươi, ví như chiếc xe cũ, nhờ phương tiện sửa chữa, mà đi đến nơi, đến chốn. Nay thân Ta cũng vậy, nhờ sức phương tiện mà kéo dài mạng sống đến ngày nay.”*

Nhờ sức phương tiện mà kéo dài mạng sống đến ngày nay. Vậy sức phương tiện là gì?

Sức phương tiện là ĐỊNH KHÔNG TƯỚNG. Nếu ai nhập được ĐỊNH KHÔNG TƯỚNG thì thân được an ổn không đau nhức và tuổi thọ được kéo dài thêm như đức Phật đã dạy: *“Ta nhờ sự cố gắng mà đè nén được cơn đau. Hơn nữa Ta nhập ĐỊNH KHÔNG TƯỚNG thì không còn nghĩ đến một điều gì, nên thân Ta an ổn không có đau nhức.”* (Trường A Hàm tập I trang 120)

ĐỊNH KHÔNG TƯỚNG là một loại thiền định của ngoại đạo, đó là KHÔNG VÔ BIÊN XỨ TƯỚNG. Ngoại đạo có bốn loại định tưởng:

- 1- KHÔNG VÔ BIÊN XỨ TƯỚNG
- 2- THỨC VÔ BIÊN XỨ TƯỚNG
- 3- VÔ SỞ HỮU XỨ TƯỚNG
- 4- PHI TƯỚNG PHI PHI TƯỚNG XỨ TƯỚNG

Chỉ cần nhập được KHÔNG VÔ BIÊN XỨ TƯỚNG là làm chủ được thân bệnh nhưng khi xả ra thì thân bệnh đau nhức trở lại bình thường. Ngược lại chúng ta nhập vào CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC ĐỊNH trên TỨ NIỆM XỨ thì thân có bệnh sẽ hết bệnh và thân không bệnh sẽ không bệnh.

CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC ĐỊNH là một phương pháp gọt rửa tâm làm cho tâm quét sạch ngũ triền cái và thất kiết sử. Do ngũ triền cái và thất kiết sử bị quét sạch nên

tâm BẤT ĐỘNG, không một ác pháp nào xen vào được. Nhờ thế tâm mới chứng đạo hoàn toàn, không còn trở lui trạng thái tâm thế gian nữa.

ĐỊNH KHÔNG TƯỚNG chỉ là một pháp môn trốn tránh bệnh chớ không phải là một pháp môn đuổi bệnh như BẤT ĐỘNG TÂM ĐỊNH, quý vị nên lưu ý.

NGƯỜI ĐỆ TỬ CHÂN CHÁNH

Chúng ta sinh ra cách đức Phật 2553 năm kể từ năm 2009 dương lịch mà chúng ta tu hành làm chủ được sinh, già, bệnh, chết tức là chúng ta là đệ tử xuất sắc nhất của đức Phật theo như lời Ngài đã dạy: *“Sau khi Ta diệt độ, người nào có thể hành đúng như thế, tức là đệ tử chân chánh của Ta, là người học đạo xuất sắc.”* (Trường A Hàm tập I trang 121)

Đúng vậy, con đường tu tập của đạo Phật tưởng chừng như bị mất, vì một lớp giáo lý của ngoại đạo đã phủ đầy lên che mất những lời dạy chân chánh của đức Phật. May thay trong thời đại chúng ta còn có người tu chứng thật là hạnh phúc thay cho loài người còn đủ duyên với chánh pháp của Phật. Vậy chúng ta sinh ra trong thời này gặp được chánh pháp của Phật là một phước báu vô lượng. Do đó chúng ta hãy nỗ lực tu tập đừng biếng trễ bỏ qua một dịp may ít có.

Gặp được chánh pháp là khó, thế mà đã gặp được thì nên buông bỏ hết các pháp thế gian, để thực hiện con đường giải thoát, ngõ hầu cứu mình ra biển khổ và cũng là làm gương sáng cho mọi người soi, để cùng nhau tiến

bước trên ĐƯỜNG VỀ XỨ PHẬT, để xứng đáng là người đệ tử xuất sắc nhất của Phật.

MỌI VẬT ĐỀU VÔ THƯỜNG

Bước chân vào đạo Phật chúng ta được học CÁC PHÁP ĐỀU VÔ THƯỜNG. Khi thấu hiểu CÁC PHÁP ĐỀU VÔ THƯỜNG, đó là chúng ta đã có một PHÁP TRÍ. PHÁP TRÍ này giúp chúng ta thấu hiểu trên thế gian không có một vật gì thường hằng, nhờ đó chúng ta không còn chấp ngã, không còn dính mắc, không còn tham đắm dù bất cứ một vật gì nên chúng ta giải thoát hoàn toàn. Chúng ta hãy nghe đức Phật dạy: *“Các ông hãy dừng cơn bi lụy, chớ ôm lòng buồn tủi, vì từ trời, đất cho đến người và vật không một ai sanh ra mà không chết, nếu các ông muốn cho pháp hữu vi không biến dịch, thì không thể có được”*. (Trường A Hàm tập I trang 132)

Đúng vậy, quý vị hãy nhớ lời dạy này của đức Phật. Ngài dạy tất cả mọi người khổ là do không biết các pháp VÔ THƯỜNG nên ưu bi sầu khổ buồn tủi. Nhưng từ khi đức Phật dạy các pháp đều VÔ THƯỜNG nhưng sao mọi người nghe đều hiểu biết như vậy mà mọi người vẫn khổ.

Đó là hiểu biết là hiểu biết nhưng xả bỏ các pháp thế gian thì họ rất tiếc. Tại sao vậy? Vì họ không gan dạ, chí kiên cường không có nên không mạnh mẽ dứt khoát. Vì thế biết các pháp VÔ THƯỜNG nhưng vẫn còn thấy thường hằng, còn dính mắc chấp ngã.

Muốn ra khỏi sự đau khổ thì ai cũng muốn, nhưng lìa bỏ các pháp thế gian thì không ai lìa được. Đức Phật

biết chúng sanh khó dạy, nghe hiểu biết rồi để đó chớ không bao giờ làm theo lời dạy.

Từ ngày đức Phật ra đời đến nay là 2553 năm, tính vào năm 2009 dương lịch mọi người đến với đạo Phật ai cũng biết CÁC PHÁP VÔ THƯỜNG, nhưng lại không buông bỏ. Có một bài kệ dạy buông bỏ rất hay:

“Buông xuống đi, hãy buông xuống đi!

Chớ giữ làm chi, có ích gì.

Thở ra chẳng lại còn chi nữa,

Vạn sự vô thường buông xuống đi!”

Theo như lời Phật dạy dù chúng ta có muốn các pháp hữu vi không VÔ THƯỜNG thì cũng không thể được vì nó là các pháp VÔ THƯỜNG nên nó phải VÔ THƯỜNG, không ai làm nó thay đổi được. Cho nên có những tôn giáo luyện thuốc trường sinh bất tử, mong muốn sống lâu, đấy là ảo tưởng của một số tôn giáo giàu tưởng tượng, sống trong tưởng. Tiên đạo của Trung Hoa có một vị nào trường sinh bất tử chưa? Hay chỉ lừa đảo mọi người, người tu theo Tiên Đạo thành và hồn và xác. Thân ngũ uẩn này là pháp VÔ THƯỜNG, cái gì trong thân ngũ uẩn này là cái hồn, cái gì là cái xác. Khi chết đi thân ngũ uẩn tiêu hoại không còn một vật gì cả, vì nó là các pháp VÔ THƯỜNG.

Do một số tôn giáo không thấu hiểu cho trong thân con người có linh hồn. Các nhà khoa học cũng đã tốn biết bao nhiêu công sức để khám phá linh hồn có hay không. Nhưng cuối cùng cũng chỉ hoài công vô ích mà thôi. Người nào thấy thật các pháp VÔ THƯỜNG là người chứng đạo bằng PHÁP TRÍ và TÙY TRÍ. Bởi chỗ tâm BẤT

ĐỘNG THANH THẢN AN LẠC VÔ SỰ là chỗ sống của người chứng đạo. Chứng đạo của Phật giáo thật là đơn giản, người chưa tu tập cũng vẫn biết được tâm BẤT ĐỘNG.

Các tôn giáo tin có linh hồn là các tôn giáo giàu tưởng tượng, sống trong TƯỚNG, trong VÔ MINH không biết các pháp VÔ THƯỜNG đó là tự ôm vào lòng những sự khổ đau mà không biết.

CHẶNG NÊN TIN VÀO TÀ GIÁO

Chúng tôi dựa vào kinh sách Nguyên Thủy do Hòa Thượng Minh Châu dịch ra Việt ngữ mà xem lại kinh sách phát triển và kinh sách thiền tông thì những loại kinh này không phải là Phật thuyết mà do kiến giải của các Tổ viết ra, biết rõ được như vậy nên chúng tôi nói thẳng để giúp cho mọi người đừng lầm lạc.

Đó là một loại kinh sách giả hiệu Phật giáo. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: “*Những điều tôi đích thân nghe từ Phật nói như thế thì các ông chớ nên không tin, chớ nên hủy báng. Nếu họ nói như thế thì các ông phải y cứ vào các kinh Nguyên Thủy để suy nghiệm điểm hư thật, hãy y cứ theo luật, theo pháp gốc Nguyên Thủy mà nghiên cứu tường tận ngọn nguồn lời nói ấy, nếu nhận thấy không đúng với kinh, với luật, với pháp thì hãy nói với họ đức Phật không có dạy những điều gì mà ông đã lãnh thọ. Ông đã lãnh thọ sai lầm đấy! Tại vì sao?*”

Vì tôi đã y cứ vào kinh, luật, pháp mà so nghiệm, thì nhận thấy lời ông trình bày, không phù hợp với chánh pháp. Vậy nầy Hiền sĩ không nên thọ trì, không nên

giảng dạy cho người khác và hãy từ bỏ.” (Trường A Hàm tập I trang 139)

Lời dạy trên đây không đủ minh chứng cho kinh sách phát triển và kinh sách thiền tông là không phải của Phật giáo. **Vậy quý vị hãy từ bỏ nó dù quý vị có tu tập ngàn đời cũng chẳng có lợi ích gì cả.**

TỨ QUẢ SA MÔN

Lần đầu tiên đức Phật thuyết giảng và dạy cho năm anh em Kiều Trần Như TỬ DIỆU ĐẾ, bài pháp ấy đã làm cho giáo pháp của ngoại đạo rơi rụng như lá vàng mùa Thu, làm cho tất cả giáo pháp của ngoại đạo không còn ai tin tưởng nữa. Bởi Phật pháp là chân lý của loài người dạy dẫu có đó.

Chân lý thứ nhất: ***“Đức Phật nói con người trên thế gian này không ai là không KHỔ, vì thế KHỔ là một chân lý không ai dám phủ nhận.”*** (Khổ Đế)

Chân lý thứ hai: ***“Đức Phật nói con người trên thế gian này không ai là không DỤC, vì thế DỤC là một chân lý không ai dám phủ nhận.”*** (Tập Đế)

Chân lý thứ ba: ***“Đức Phật nói con người trên thế gian này không ai là không có TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẦN, vì thế TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẦN là một chân lý mà không ai dám phủ nhận.”*** (Diệt Đế)

Chân lý thứ tư: ***“Đức Phật nói con người trên thế gian này muốn thoát mọi khổ đau thì phải theo chương trình giáo dục đào tạo của tám lớp tu học thì mới chấm dứt khổ đau.”*** (Đạo Đế)

Nếu theo chương trình tu học này thì có bốn cấp chứng đạo rõ ràng. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: *“Nếu trong giáo pháp nào không có pháp Bát Chánh Đạo thì không có quả Sa Môn thứ nhất, thứ nhì, thứ ba, thứ tư. Nay Tu Bạt, vì trong giáo pháp có Bát Chánh Đạo nên có 4 quả Sa Môn thứ nhất, thứ nhì, thứ ba, thứ tư. Nay Tu Bạt nay trong giáo pháp Ta có Bát Chánh Đạo, có Sa Môn quả thứ nhất, thứ nhì, thứ ba, thứ tư. Trái lại trong giáo pháp của ngoại đạo không có quả vị Sa Môn.”* (Trường A Hàm tập I trang 197). Đúng vậy, chỉ có giáo pháp BÁT CHÁNH ĐẠO của đạo Phật mới mới có bốn quả Sa Môn, ngoài giáo pháp của đức Phật không bao giờ có bốn quả Sa Môn.

Nhờ có BÁT CHÁNH ĐẠO mà chúng ta so sánh với giáo pháp của kinh sách phát triển và thiền tông Trung Hoa thì chúng ta biết ngay chính những giáo pháp này không phải của Phật giáo.

CHỖ NÊN PHÓNG DẬT

Phòng hộ sáu căn là một pháp môn rất cần thiết trên đường tu tập, cho nên đức Phật dạy: *“Ta chính nhờ tâm không buông lung phóng dật mà thành chánh quả, vô lượng điều lành đều nhờ tâm không phóng dật mà có được. Tất cả vạn vật đều vô thường, đó là lời dạy cuối cùng của đức Như Lai.”* (Trường A Hàm tập I trang 200)

Phòng hộ sáu căn là giữ gìn mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý. Vậy giữ gìn mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý bằng cách nào?

Pháp NHƯ LÝ TÁC Ý là pháp phòng hộ sáu căn tuyệt vời, mỗi lần mắt đang nhìn thấy một cái gì thì nên tác ý bảo nó nên quay vào nhìn TÂM BẤT ĐỘNG, tai, mũi, miệng, thân, ý cũng như vậy đều tác ý kêu nó quay vào trong thân. Cứ bên chí tu tập hằng ngày tác ý như vậy thì sáu căn sẽ không phóng dật chạy theo sáu trần. Sáu căn sẽ không phóng dật chạy theo sáu trần là chúng ta đã chứng đạo như đức Phật đã dạy: “TA THÀNH CHÁNH GIÁC LÀ NHỜ TÂM KHÔNG PHÓNG DẬT.”

KHÔNG CÓ PHẬT QUÁ KHỨ

Trong quá khứ trước đức Phật Thích Ca Mâu Ni không có một vị Phật nào cả, nhưng trong kinh sách dù kinh Nguyên thủy hay kinh sách Đại thừa vẫn nói đến bảy vị Phật ở quá khứ. Sự thật này ra sao?

Nếu không có lời dạy của đức Phật thì chúng ta không bao giờ dám nói rằng không có bảy đức Phật trong quá khứ: *“Này chư Hiền giả, đức Như Lai Chí Chân Đẳng Chánh Giác, đầy đủ 10 hiệu ta không thấy ai trong quá khứ, vị lai và hiện tại có đầy đủ 10 danh hiệu như Phật.*

Pháp Phật vi diệu, giảng giải rõ ràng được người trí hành theo. Ta không thấy ai trong quá khứ, vị lai và hiện tại có giáo pháp vi diệu như Phật.

Phật do pháp ấy tự giác ngộ thông đạt vô ngại để tự vui thú. Ta không thấy ai trong quá khứ, vị lai và hiện tại đối với pháp này mà tự giác ngộ, thông đạt vô ngại để tự vui thú như Phật.” (Trường A Hàm tập I trang 240) Đúng vậy, theo lời dạy này kinh sách phát triển và

thiền tông chỉ là do những người sau thêm vào có bảy vị Phật quá khứ với mục đích làm giảm uy tín đức Phật thích Ca Mâu Ni Phật. Đó là ý đồ của ngoại đạo.

Theo lời dạy của đức Phật Thích Ca Mâu Ni thì trong quá khứ không có vị Phật nào cả. Cho nên bảy vị Phật chỉ là một huyền thoại của ngoại đạo mà thôi.

HÃY TỰ THẤP ĐUỐC LÊN MÀ ĐI

Con đường tu hành thành chánh quả thì không có một người nào tu hành thay cho mình được. Bởi con đường đó ai có tu thì có được, ai không tu thì không được. Đó là con đường tự nguyện tự giác. Không ai cứu khổ ai được. Biết rõ điều này nên đức Phật đã dạy:

“Này các thầy Tỳ kheo thế nào là tự mình thấp đuốc mà đi, hãy thấp lên chánh pháp, đừng thấp lên một pháp nào khác, và hãy nương tựa với chính mình, hãy nương tựa với chánh pháp, đừng nương tựa một pháp nào khác. Ấy là Tỳ kheo quán thân trên thân, siêng năng không biếng nhác, nhớ mãi đừng quên, để trừ tâm tham ưu, sân giận và si mê. Cho đến quán ngoại thân và quán nội thân và quán nội ngoại thân. Siêng năng không biếng nhác, nhớ mãi không quên để trừ tâm tham ưu ở thế gian. Quán sát về thể, về ý và về pháp cũng như thế.”
(Trường A Hàm tập I trường 806)

Lời dạy trên đây là dạy cách thức tu tập trên TỨ NIỆM XỨ. Trên TỨ NIỆM XỨ có một pháp tu tập hay nhất, đó là pháp DẪN TÂM VÀO ĐẠO.

Muốn quán thân trên thân hay là quán trên thân nội, ngoại thì nên tác ý “TÂM PHẢI BẤT ĐỘNG, THANH

THẦN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ” rồi im lặng ngồi hay đi hoặc nằm hay đứng đều nhìn vào tâm sẽ thấy sự BẤT ĐỘNG của nó hiện ra rất rõ. Ngày ngày cứ tu tập như vậy thì sẽ cảm nhận chứng đạo từng giây, từng phút, từng giờ, từng ngày và cuối cùng từng tháng, từng năm rồi chứng đạo mãi mãi.

Vì sự tu hành chứng đạo không có khó khăn, không có mệt nhọc nên đức Phật căn dặn rất kỹ càng không nên tu tập pháp nào khác mà hãy tu tập chánh pháp của Phật.

Phải tự mình thấp đước lên mà đi tức là tự mình hãy tác ý tâm BẤT ĐỘNG thì sẽ chứng đạo. Chứng đạo không có khó khăn không có mệt nhọc phải cố gắng lên quý vị.

THƯA HỎI CHÁNH PHÁP

Trong cuộc đời tu hành theo chánh pháp của Phật thì nên chọn lựa một bậc thiện hữu tri thức không phải là một việc dễ, vì chọn lựa bậc thiện hữu tri thức là bậc tu chứng đạo thì họ mới đủ khả năng hướng dẫn mình tu hành đúng chánh pháp của Phật.

Đây là một việc khó mà trong kinh sách Phật thường nhắc nhở. Chúng ta hãy nghe đức Phật dạy: *“Trong lãnh thổ của người, nếu có Sa Môn, Bà La Môn nào tu hành chân chánh, đầy đủ công đức siêng năng, không lười biếng, xa lìa tâm kiêu mạn, phải nhẫn nhục, nhân từ, một mình ở nơi thanh vắng tu tập, một mình đạt được niết bàn, họ không những diệt trừ tham, sân, si, hơn nữa họ ở chỗ ô nhiễm mà họ không bị ô nhiễm, ở*

*chỗ ngu si mà họ không bị ngu si ám ảnh nào, ở chỗ đấm
nhiễm mà không bị đấm nhiễm, ở chỗ đáng trụ không
trụ, ở chỗ đáng ở mà không ở.*

*Thân hành động ngay thẳng, miệng nói lời chân
thật, ý nghĩa chân chánh, thân làm việc thanh tịnh, có
lòng nhân từ vô hạn, biết đủ trong sự ăn mặc, và mang
bát đi khát thực, để gây phúc lành cho chúng sanh. Có
những hạng người như thế. Người phải thỉnh thoảng tìm
đến, tùy thời hỏi han về việc tu hành, thế nào là thiện,
thế nào là ác, thế nào là phạm, thế nào là không phạm,
người nào đáng gần, người nào không đáng gần, việc gì
đáng làm và việc gì không đáng làm và pháp gì tu tập
suốt ngày đêm được thanh thản, an lạc và vô sự.*

*Sau khi hỏi xong, người hãy lấy ý mình quan sát,
thấy việc nên làm thì làm, thấy việc đáng bỏ thì nên bỏ.
Trong nước có những trẻ mồ côi, người già cả thì hãy
chuẩn cấp, hoặc người nghèo nào khốn khổ đến xin thì
cẩn thận chớ trái ý họ". (Trường A Hàm tập I trang
310)*

Khi được thân cận với bậc thiện hữu tri thức thì chúng ta thưa hỏi cận kề và thực hành đúng lời dạy của Người thì kết quả giải thoát đâu phải khó khăn.

Bởi gặp được bậc thiện hữu tri thức là con đường tu tập chúng ta đã đi qua được một nửa. Thế mà có người gặp được thiện hữu tri thức mà chỉ xem thường lời dạy của Người thì thật uổng cho một kiếp người. Lời dạy của thiện hữu tri thức là những vàng lời ngọc những lời dạy này giúp cho chúng ta ra khỏi mọi sự khổ đau của cuộc đời này.

Khi được thiện hữu tri thức dạy bảo thì làm ngay liền không nên bỏ qua và biếng trễ, phải siêng năng tinh tấn không hề buông pháp cứ luôn luôn ôm chặt pháp để giúp cho thân tâm bất động và không còn một ác pháp nào tác động vào tâm.

Người thiện hữu tri thức sẽ dạy chúng ta tu tập pháp DẪN TÂM VÀO ĐẠO thì chúng ta lại càng siêng năng cần mẫn tu tập hơn nhiều. Nhờ siêng năng tu tập nên sự chứng đạo không còn xa, chỉ nỗ lực tu tập một thời gian ngắn là chúng ta làm chủ thân tâm.

SỐNG ĐỘC CƯ

Sống một mình tức là một bí quyết thành công trong sự tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết. Nhờ sống độc cư mà tâm mới lộ diện phóng niệm, khi niệm phóng ra là chúng ta tác ý tâm bất động thì niệm liền dừng lại, niệm này dừng lại thì sẽ có niệm khác khởi lên và chúng ta cứ tiếp tác ý cho đến khi không còn niệm nào khởi ra thì con đường tu tập đã thành công. Cho nên người xưa tu hành thường tìm chỗ thanh tịnh vắng vẻ như ở núi rừng. Chúng ta hãy nghe đức Phật dạy: *“Người há không nghe các bậc tiền bối Phạm Chí đều ở nơi núi rừng thanh vắng, cũng như Ta ngày nay, ưa ở chỗ vắng, chớ không phải như pháp của các ông, chỉ thích ở chỗ ồn náo, nói chuyện vô ích mất nhiều ngày tháng ”* (Trường A Hàm tập I trang 381)

Đúng vậy, tu hành mà ở nơi ồn náo thì rất khó got rữa tâm mình, vì nơi đó rất nhiều pháp tác động vào sáu căn khiến sáu căn luôn luôn phóng dật theo sáu

trần. Cho nên người tu hành cần phải tìm nơi vắng vẻ để
gan lọc tâm thì mới mong tâm mình thanh tịnh.

LỜI KHUYÊN RĂN

Con đường tu tập không phải khó khăn, nhưng
khó khăn là vì nơi đâu mọi người cứ tạo ra cảnh ồn náo,
nhất là tụ nãm tu ba nói chuyện. Bởi hạnh độc cư rất
cần thiết nhưng mọi người cứ xem thường vì thế mà tu
mãi không thành tựu.

Tu hành là bỏ hết một kiếp người mà lại tu chơi
tu lấy có hình thức thì phí cả một cuộc đời. Cho nên tu
hành thì phải cố gắng tu tập như một người xông trận
một là tiêu diệt giặc sạch; hai là phải hy sinh vì tổ quốc
để đem lại sự bình an cho nhân dân.

Đứng trước giặc sinh tử nếu chúng ta không nỗ
lực tu tập thì làm sao dẹp giặc sinh tử cho xong. Hôm
nay sống biết ngày mai còn sống được hay không? Tất cả
các pháp đều vô thường. Cho nên tu tập thì phải đem
hết sức mình ra tu tập, nếu không tận dụng toàn tâm
toàn lực thì khó mà thắng được giặc sinh tử. Chúng ta
hãy nghe đức Phật dạy: *“Nầy các Tỳ kheo! Phải ở chỗ
thanh vắng hoặc dưới gốc cây hay nơi trống trải, siêng
năng tọa thiền chớ tự buông lung. Nếu nay không nỗ lực
cố gắng, về sau có ăn năn cũng đã muộn. Đây là lời dạy
của Ta các người hãy siêng năng hộ trì.”* (Trường A
Hàm tập I trang 462)

Lời dạy này mang đầy đủ ý nghĩa khuyên dạy
chúng ta với một lòng yêu thương của đức Phật. Vì thế
chúng ta không nên phụ công ơn của Người mà hãy cố

gắng lên tu tập cho đến nơi đến chốn đi mới không phụ công ơn của Người ./



(Chung Nữ Tham Vấn Đức Trưởng Lão ở Tổ Đường Chơn Như)



(Đức Trưởng Lão lưu niệm hình với Tu Sinh lớp Chánh Kiến)

Tâm Thư Gửi Quý Phật Tử (Ngày 07-10-2009)

Kính gửi quý phật tử.

Kính thưa quý vị! Thời nào cũng vậy, luôn luôn có những người hay vọng ngữ thường tự khoe mình chứng đạo. Nhưng muốn chứng đạo đâu phải dễ, người nào muốn chứng đạo đều phải đi vào cửa giới luật. Nếu giới luật sống không đúng dù chỉ là một giới nhỏ nhất thì họ cũng không chứng đạo. Cho nên chỉ cần xem giới luật và quá trình tu tập của họ phải 5 năm hay 10 năm sống độc cư trong thất không tiếp duyên với bất cứ một người nào thì mới tin họ chứng đạo. Xét trong giới luật Phật thấy người nào còn phạm giới và chưa có thời gian công phu tu tập thì biết ngay đó là chưa chứng đạo.

Người nào hay nói về tiền kiếp của mình, của người này, của người kia, họ không phải là người chứng đạo, họ là MA trong đạo Phật, là người đang bị bệnh thần kinh rối loạn trí thức. Xin quý phật tử lưu ý đừng để bị những người này lừa đảo.

1. Người tự khoe mình chứng đạo là vọng ngữ phạm giới thứ 4, chưa chứng đạo.

2. Người không sống độc cư, không phòng hộ sáu căn thì ý căn sẽ phạm tất cả giới luật, không chứng đạo.

3. Người còn đi đây đi đó là phóng dật, thường ăn uống phi thời là phạm giới luật thứ 9, không chứng đạo.

4. Người nào còn cất giữ tiền bạc là phạm giới thứ 10, không chứng đạo.

Cho nên, khi còn phạm giới thì làm sao gọi là Thánh Tăng được; thì làm sao gọi là đặc pháp với Thầy được; thì làm sao gọi là nhập từng thiền thứ nhất được.

Như vậy Thầy đã trả lời những câu hỏi của các con.

Kính Thư

Thầy của các con,

Trưởng Lão Thích Thông Lạc .

BA MƯỜI BẢY PHẠM TRỢ ĐẠO

LỜI NÓI ĐẦU

Dưới đây là một bài kinh tóm lược 37 pháp môn tu tập để làm chủ bốn sự đau khổ của kiếp người: Sinh, Già, Bệnh, Chết

Một bài kinh rất có giá trị về sự thực hành rất cụ thể rõ ràng được xác định pháp nào tu trước pháp nào tu sau. Bài kinh có tên là “Thức Ăn Cho Các Pháp”.

Bài kinh này bắt đầu từ chỗ chứng đạo là pháp môn nào, cho đến chỗ mới vào đạo tu tập là pháp môn nào để mọi người tu hành không còn sợ tu tập sai pháp.

“Ba Mươi Bảy Phẩm Trợ Đạo” là 37 pháp môn tu tập trên tám lớp : (Bát Chánh Đạo)

- | | |
|----------------------|--------------------------|
| 1- Chánh kiến | 2- Chánh tư duy |
| 3- Chánh ngữ | 4- Chánh nghiệp |
| 5- Chánh mạng | 6- Chánh tinh tấn |
| 7- Chánh niệm | 8- Chánh định |

Nghe nói 37 phẩm trợ đạo mà không thông suốt thì sẽ tu sai. Có nhiều người thuyết giảng 37 phẩm trợ đạo không căn cứ vào lời Phật dạy mà tự mình cấu kết những pháp môn có sẵn trong kinh nguyên thủy. Đó là một sai lầm hết sức. Vì thế chúng tội dựa vào bài kinh “Thức Ăn Cho Các Pháp” để quý vị biết 37 phẩm trợ đạo là những pháp môn nào.

Tuy vậy, vẫn còn nhiều điều sai sót, mong quý vị tu chứng đạo chỉ bảo để cuốn sách được hoàn chỉnh hơn, xin chân thành tri ơn.

Kính ghi

Trưởng Lão Thích Thông Lạc

**BẢNG TÓM LƯỢC SƠ ĐỒ PHƯƠNG PHÁP TU TẬP
CỦA PHẬT GIÁO 37 PHẨM TRỢ ĐẠO**

BÀI DẠY THỨ NHẤT:

Trước khi muốn biết rõ 37 phẩm trợ là những pháp môn nào chúng ta hãy đọc bài kinh THỨC ĂN CHO CÁC PHÁP, đức Phật đã giới thiệu: *“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Minh Giải Thoát (Tam Minh)? Bảy Giác Chi, cần phải trả lời như vậy”*.

Lời dạy trên đây rất rõ ràng, nhưng chúng ta phải hiểu nghĩa của những danh từ này: MINH GIẢI THOÁT, BẢY GIÁC CHI. Vậy MINH GIẢI THOÁT nghĩa là gì?

MINH GIẢI THOÁT tức là TAM MINH. TAM MINH gồm có:

- 1- TỨC MẠNG MINH
- 2- THIÊN NHÃN MINH
- 3- LẬU TẬN MINH

1- TỨC MẠNG MINH nghĩa là gì?

TỨC MẠNG MINH là một trí tuệ phi thời gian, vì thế người tu tập có TỨC MẠNG MINH là biết được nhiều đời nhiều kiếp của mình trong thời gian quá khứ và thông suốt những điều sắp xảy ra cho mình trong tương lai.

2- THIÊN NHÃN MINH nghĩa là gì?

THIÊN NHÃN MINH là một đôi mắt phi không gian, vì thế người tu tập có THIÊN NHÃN MINH là thấy suốt cả vũ trụ không có chỗ nào trong vũ trụ mà không thấy, thấy biết sự vật như những sự vật đang đặt ở trước mắt. Đôi mắt THIÊN NHÃN MINH đó thấy biết nhân quả của từng người và của từng thời gian.

3- LẬU TẬN MINH nghĩa là gì?

LẬU TẬN MINH là một trí tuệ luôn luôn thấy biết tâm **VÔ LẬU** không còn một chút xíu tâm **HỮU LẬU** nào xen vào cả, tức là tâm bất động thanh thản, an lạc và vô sự.

BẢY GIÁC CHI nghĩa là gì?

BẢY GIÁC CHI còn có tên gọi là **BẢY BỒ ĐỀ PHẦN**. **BẢY BỒ ĐỀ PHẦN** nghĩa là bảy năng lực giải thoát khi một người tu tập trên pháp môn **TỨ NIỆM XỨ** suốt bảy ngày đêm tâm bất động sẽ thấy lần lượt **BẢY NĂNG LỰC** này xuất hiện. Khi xuất hiện đủ **BẢY NĂNG LỰC GIÁC CHI** này thì người tu sĩ đã chứng quả **VÔ LẬU (A La Hán)**

BẢY NĂNG LỰC GIÁC CHI là bảy trạng thái giải thoát mà người tu chứng quả **A La Hán** đều phải có đủ. **BẢY NĂNG LỰC GIÁC CHI** này gồm có:

- 1- Niệm Giác chi
- 2- Trạch pháp giác chi
- 3- Tinh tấn giác chi
- 4- Hỷ giác chi
- 5- Khinh an giác chi
- 6- Định giác chi
- 7- Xả giác chi

BẢY GIÁC CHI này theo thứ tự của kinh sách, chứ không phải là **BẢY NĂNG LỰC GIÁC CHI** như lời dạy trên đây của đức Phật. Riêng theo kinh nghiệm tu tập của chúng ta thì **BẢY NĂNG LỰC GIÁC CHI** theo lời Phật dạy thì phải theo thứ tự như sau:

Khi tâm “**BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ**” kéo dài từ nửa tiếng đến một tiếng đồng hồ thì **BẢY**

NĂNG LỰC GIÁC CHI sẽ xuất hiện theo thứ tự GIÁC CHI này xuất hiện xong thì GIÁC CHI khác sẽ xuất hiện cứ như vậy chúng tôi ghi nhận. Khi tâm nhiếp phục trong trạng thái bất động, không còn niệm khởi thì:

1 – ĐỊNH GIÁC CHI xuất hiện, khi ĐỊNH GIÁC CHI xuất hiện đầy đủ trọn vẹn thì:

2 – KHINH AN GIÁC CHI xuất hiện, khi KHINH AN GIÁC CHI xuất hiện đầy đủ trọn vẹn thì:

3 – HỖ GIÁC CHI xuất hiện, khi HỖ GIÁC CHI xuất hiện đầy đủ trọn vẹn thì:

4 – TINH TẤN GIÁC CHI xuất hiện, khi TINH TẤN GIÁC CHI đầy đủ trọn vẹn thì:

5 – NIỆM GIÁC CHI xuất hiện, khi NIỆM GIÁC CHI xuất hiện đầy đủ trọn vẹn thì:

6 – XẢ GIÁC CHI xuất hiện, khi XẢ GIÁC CHI xuất hiện đầy đủ trọn vẹn thì:

7 – TRẠCH PHÁP GIÁC CHI xuất hiện, khi TRẠCH PHÁP GIÁC CHI xuất hiện đầy đủ trọn vẹn thì BẢY NĂNG LỰC này thành bốn lực rất mạnh trong nội thân để làm chủ sự sống chết tức là làm chủ nhân quả. Bốn lực này trong kinh sách có tên là TỨ THẦN TỨC. TỨ THẦN TỨC gồm có:

- | | |
|------------------------------|--------------------------|
| 1- DỤC NHƯ Ý TỨC | 2- ĐỊNH NHƯ Ý TỨC |
| 3- TINH TẤN NHƯ Ý TỨC | 4- TUỆ NHƯ Ý TỨC. |

1- DỤC NHƯ Ý TỨC nghĩa như thế nào?

DỤC NHƯ Ý TỨC nghĩa là ý muốn làm cái gì thì thân tâm làm đầy đủ cái đó, không thiếu sót cái gì cả. Cái muốn của DỤC NHƯ Ý TỨC là cái muốn của tâm hết

tham, sân, si, mạn, nghi, chứ không phải cái muốn của tâm còn tham sân, si mạn, nghi. Cái muốn của DỤC NHƯ Ý TỨC là cái muốn của tâm VÔ LẬU, vì chính tâm VÔ LẬU mới có DỤC NHƯ Ý TỨC.

DỤC NHƯ Ý TỨC không phải là cái muốn của tâm phàm phu mà cái muốn của những bậc Thánh nhân. Ở đây không có danh từ để giải nghĩa DỤC NHƯ Ý TỨC vì thế chúng tôi chỉ tạm dùng những từ không đúng nghĩa chính xác. Vậy quý vị cố gắng hiểu chữ: “DỤC” nó không có nghĩa lòng ham muốn của kẻ phàm phu.

2- ĐỊNH NHƯ Ý TỨC nghĩa như thế nào?

Khi một người tu tập trên TỬ NIỆM XỨ thì mới có ĐỊNH GIÁC CHI xuất hiện. ĐỊNH GIÁC CHI xuất hiện đủ 7 ngày đêm trên trạng thái TỬ NIỆM XỨ thì lúc bấy giờ ĐỊNH GIÁC CHI đầy đủ thần lực nên muốn nhập định nào thì thân tâm liền nhập vào định ấy. Do nhập thiền định theo ý muốn của mình nên ĐỊNH GIÁC CHI được gọi là ĐỊNH NHƯ Ý TỨC.

Khi có ĐỊNH NHƯ Ý TỨC thì mới nhập được TỬ THÁNH ĐỊNH. TỬ THÁNH ĐỊNH là thiền định của những bậc Thánh. Cho nên người tu tập chưa có ĐỊNH NHƯ Ý TỨC thì không bao giờ nhập TỬ THÁNH ĐỊNH được.

Chúng ta ai cũng biết người tu tập tâm VÔ LẬU là người đã vào dòng Thánh, mà bậc Thánh thì mới nhập được TỬ THÁNH ĐỊNH. Chính vào dòng Thánh thì tâm có ĐỊNH NHƯ Ý TỨC, nhờ ĐỊNH NHƯ Ý TỨC mới nhập được Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền. Chứ khi chưa có ĐỊNH NHƯ Ý TỨC thì không bao giờ nhập bốn thiền này được.

3- TINH TẤN NHƯ Ý TỨC nghĩa là gì?

Người tu tập trên TỨ NIỆM XỨ mà không còn hôn trầm, thù miên, vô ký lúc nào cũng sáng suốt tỉnh táo biết rõ tâm bất động, thanh thản, an lạc và vô sự. Đó là TINH TẤN NHƯ Ý TỨC tức là siêng năng như ý mình muốn.

TINH TẤN NHƯ Ý TỨC có nghĩa là siêng năng không có một chút xíu nào lười biếng. Tu tập suốt 7 ngày đêm không biết mỗi một lúc nào cũng tỉnh giác vô cùng, chỉ duy nhất là giữ gìn và bảo vệ tâm bất động một cách cẩn mẫn như ý muốn của mình.

Người có TINH TẤN NHƯ Ý TỨC là không còn tính lười biếng, không còn thích ngủ nghỉ, không còn thích vui chơi theo dục lạc thế gian, không còn thích nói chuyện với bất cứ một người nào. Họ siêng năng và thích sống một mình với tâm bất động.

4- TUỆ NHƯ Ý TỨC nghĩa là gì?

TUỆ NHƯ Ý TỨC có nghĩa là trí tuệ hiểu biết không có không gian và thời gian. Muốn biết điều gì thì biết ngay. Do sự hiểu biết không có không gian và thời gian nên biết được nhiều đời nhiều kiếp trong thời gian quá khứ và biết rất rõ trong thời vị lai sẽ xảy điều gì.

TUỆ NHƯ Ý TỨC là một trí tuệ hiểu biết không bị ngăn sông cách núi, nơi đâu đó ta thấy biết nó rõ ràng. Đó là một trí tuệ siêu việt, nhưng mỗi người đều có khi tâm họ không còn tham, sân, si, mạn, nghi nữa.

Mục đích của lời dạy này rất rõ ràng, nếu muốn có được TAM MINH thì phải có BẢY NĂNG LỰC GIÁC CHI. Chính BẢY NĂNG LỰC GIÁC CHI là trạng thái giải thoát

của tâm VÔ LẬU, còn TAM MINH là lực của tâm VÔ LẬU. Khi tu tập TỨ NIỆM XỬ thì BẢY NĂNG LỰC GIÁC CHI sẽ xuất hiện lần lượt trên trạng thái tâm VÔ LẬU ngoài trạng thái tâm VÔ LẬU thì không bao giờ có BẢY NĂNG LỰC GIÁC CHI xuất hiện.

Đức Phật dùng những danh từ bình dân “MÓN ĂN” khiến cho mọi người thấy gần gũi và dễ hiểu không có những lời văn bóng bẩy cầu kỳ văn hoa khó hiểu .

Món ăn là những thực phẩm ăn để sống, nếu hằng ngày chúng ta luôn luôn sống với BẢY NĂNG LỰC GIÁC CHI thì bao giờ chúng ta cũng đều có TỨ THẦN TỨC tức là MINH GIẢI THOÁT (TAM MINH).

Trong lời dạy thứ nhất này đối với 37 phẩm trợ đạo chúng ta có bốn phẩm trợ đạo, đó là TỨ THẦN TỨC.

BÀI DẠY THỨ HAI:

Chúng ta hãy đọc kỹ lưỡng lời dạy thứ hai của đức Phật: *“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho (Năng Lực) Bảy Giác Chi? Bốn Niệm Xứ, cần phải trả lời như vậy.”*

Ở đây chúng ta cần phải hiểu nghĩa cho thông suốt. Vậy BẢY GIÁC CHI và TỨ NIỆM XỬ nghĩa là gì?

BẢY GIÁC CHI đã giải thích ở trên, còn TỨ NIỆM XỬ nghĩa là?

TỨ NIỆM XỬ là tên của một pháp môn trong 37 phẩm trợ đạo. TỨ có nghĩa là BỐN; NIỆM có nghĩa là LƯU Ý, CHÚ Ý, TỈNH GIÁC, QUÁN XÉT; XỬ có nghĩa là NƠI CHỖ.

TỨ NIỆM XỨ có nghĩa là **BỐN CHỖ QUÁN XÉT**. Bốn chỗ gồm có:

1- Thân. 2- Thọ. 3- Tâm. 4- Pháp.

Ở đây chúng ta phải hiểu, quán một chỗ mà thành ra quán bốn chỗ.

Ví dụ 1: QUÁN THÂN TRÊN THÂN, tuy rằng đang quán THÂN, nhưng THÂN, THỌ, TÂM và PHÁP là một, nó có một sự liên hệ chặt chẽ không thể tách lìa ra được. Cho nên ở đây tuy bốn chỗ nhưng chỉ là một chỗ.

Ví dụ 2: Khi đang quán THÂN có nghĩa là đang tập trung chú ý THÂN nhưng Thân có cảm Thọ thì biết ngay là có THỌ, khi biết THỌ là quán THỌ.

Ví dụ 3: Khi đang quán THÂN, nhưng TÂM có niệm khởi thì biết ngay là TÂM có niệm, khi biết TÂM có niệm là quán TÂM.

Ví dụ 4: Khi đang quán THÂN, nhưng các PHÁP bên ngoài tác động vào THÂN, THỌ, TÂM thì biết ngay có các PHÁP, khi biết có các PHÁP tác động vào THÂN, THỌ, TÂM là đang quán các PHÁP. Cho nên chỉ cần QUÁN THÂN là quán đủ bốn chỗ THÂN, THỌ, TÂM, PHÁP.

TỨ NIỆM XỨ là một phương pháp dùng tu tập để bảo vệ tâm **VÔ LẬU** bất động, thanh thản, an lạc và vô sự. Một pháp môn rất cần thiết cho những người quyết tâm tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết. Chỉ có tu tập viên mãn **TỨ NIỆM XỨ** thì mới có **BẢY GIÁC CHI**, quý vị lưu ý.

Đúng vậy *“Thức ăn cho BẢY GIÁC CHI là TỨ NIỆM XỨ, có nghĩa là hằng ngày chúng ta tu tập và sống trên*

TỨ NIỆM XỨ thì BẢY GIÁC CHI xuất hiện ”. BẢY GIÁC CHI là bảy pháp trong 37 phẩm trợ đạo.

Trong bài kinh THẬP THƯỢNG dạy BẢY GIÁC CHI cần tu tập là sai, vì BẢY GIÁC CHI đâu có tu tập, mà chỉ tu tập trên TỨ NIỆM XỨ như đã nói ở trên thì BẢY GIÁC CHI xuất hiện. BẢY GIÁC CHI là là trạng thái tâm VÔ LẬU như trên đã nói, còn TỨ THẦN TỨC là một tên khác của MINH GIẢI THOÁT. Như vậy TỨ THẦN TỨC và MINH GIẢI THOÁT chỉ là một. Đó là một kết quả cụ thể cho những ai tu tập đạt được tâm VÔ LẬU, nếu tâm chưa VÔ LẬU mà mong muốn có kết quả này không bao giờ có được.

Như vậy 37 phẩm trợ đạo thì BẢY GIÁC CHI chỉ là bảy phẩm sau TỨ THẦN TỨC.

BÀI DẠY THỨ BA:

Chúng ta hãy đọc kỹ lưỡng lời dạy thứ ba của Phật: “*Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Bốn Niệm Xứ? Ba Thiện Hành, cần phải trả lời như vậy.*”

BỐN NIỆM XỨ chúng ta đã hiểu nghĩa như trên đã dạy. Vậy BA THIỆN HẠNH nghĩa là gì?

BA THIỆN HẠNH gồm có như sau:

- 1- THÂN THIỆN HẠNH,**
- 2- KHẨU THIỆN HẠNH,**
- 3- Ý THIỆN HẠNH.**

Nghĩa của BA THIỆN HẠNH là THÂN LÀM THIỆN, KHẨU NÓI LỜI THIỆN và Ý SUY NGHĨ NHỮNG VIỆC THIỆN. Đây là pháp môn TỨ CHÁNH CẦN ngăn ác diệt ác pháp, sinh thiện tăng trưởng thiện pháp.

Như vậy chúng ta biết chắc chắn trước khi tu tập TỨ NIỆM XỨ thì phải tu tập TỨ CHÁNH CẦN. Khi tu tập TỨ CHÁNH CẦN thân, khẩu, ý của chúng ta hoàn toàn trong thiện pháp không còn một chút ác pháp nào cả thì đó là lúc chúng ta bắt đầu tu tập TỨ NIỆM XỨ.

Cho nên trong bài kinh này đức Phật dạy: BA THIỆN HẠNH là thức ăn của TỨ NIỆM XỨ. Nếu không tu tập BA THIỆN HẠNH mà tu tập TỨ NIỆM XỨ thì chẳng bao giờ tu tập TỨ NIỆM XỨ được. Đối với đạo Phật là một chương trình giáo dục đào tạo, nếu lớp này học chưa xong mà vội lên lớp khác học thì chẳng đủ trình độ học thì dù có học cũng chẳng có kết quả gì.

Cho nên, 37 phẩm trợ đạo là giúp cho chúng ta phải biết tu học pháp nào trước và tu học pháp nào sau, tu học phải theo thứ tự từ pháp thứ nhất đến pháp thứ 37, chứ không phải muốn tu học pháp nào là tu, xin quý vị lưu ý cho.

BÀI DẠY THỨ TƯ:

Chúng ta nên đọc kỹ lưỡng lời dạy thứ tư của đức Phật như sau: *“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Ba Thiện Hành? Các Căn Được Chế Ngự, cần phải trả lời như vậy.”*

Trước khi muốn tu tập TỨ CHÁNH CẦN thì CÁC CĂN phải được CHẾ NGỰ, Vậy nghĩa CÁC CĂN và CHẾ NGỰ nghĩa là gì?

CÁC CĂN có nghĩa là các cơ quan trong cơ thể của con người, đó là:

- 1- NHÃN CĂN (hai con mắt)
- 2- NHĨ CĂN (hai lỗ tai)

- 3- TỶ CĂN (hai lỗ mũi) 4- KHẨU CĂN (cái miệng)
5- THÂN CĂN (cơ thể) 6- Ý CĂN (bộ óc).

Còn có NĂM CĂN nữa là:

- 1- TÍN CĂN (Tứ Bất Hoại Tịnh)
2- TẤN CĂN (Tứ Chánh Cần)
3- NIỆM CĂN (Tứ Niệm Xứ)
4- ĐỊNH CĂN (Tứ Thánh Định)
5- TUỆ CĂN (Tứ Thần Túc)

Nhưng NĂM CĂN này là căn gốc của nó là những pháp tu tập thì làm sao có chế ngự được. Chỉ có chế ngự là chế ngự MẮT, TAI, MŨI, MIỆNG, THÂN. Vậy CHẾ NGỰ nghĩa là gì?

CHẾ NGỰ có nghĩa ngăn chặn là làm CÁC CĂN không cho tiếp xúc với CÁC TRẦN. CÁC TRẦN gồm có:

- 1- SẮC TRẦN (hình ảnh)
2- THINH TRẦN (âm thanh)
3- HƯƠNG TRẦN (mùi hương)
4- VỊ TRẦN (mùi vị)
5- XÚC TRẦN (cảm giác)

Muốn ngăn chặn NĂM CĂN không cho tiếp xúc NĂM TRẦN thì chỉ có pháp duy nhất là giữ gìn hạnh độ cư cho trọn vẹn thì kết quả sẽ theo ý muốn là chế ngự NĂM CĂN tốt đẹp. Nếu người nào không ngăn chặn NĂM CĂN tiếp xúc NĂM TRẦN thì người ấy không thể tu tập TỨ CHÁNH CĂN được. Vì thế, chúng ta biết chắc rằng: người nào phá hạnh độ cư là người không tu tập xả tâm. Nếu người nào tu theo Phật giáo thì cứ nhìn vào hạnh độ cư là biết ngay người tu được hay không tu được. Cho nên khi thấy người nào phá hạnh độ cư nhiều lần mà không

sửa thì nên loại bỏ người đó ra khỏi tăng đoàn vì họ sẽ làm cho mọi người tu hành không đến nơi đến chốn, họ như *“con sâu làm rầu nồi canh”*. Bài pháp thứ tư này dạy rất rõ chúng ta muốn tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết thì nên lưu ý pháp hạnh ĐỘC CƯ, nó được xem là một BÍ QUYẾT thành công trong sự nghiệp giải phóng con người ra khỏi GIÁC SINH TỬ.

BÀI DẠY THỨ NĂM:

Chúng ta nên đọc kỹ lưỡng lời dạy thứ năm của đức Phật như sau: *“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Các Căn Được Chế Ngự? Chánh Niệm Tỉnh Giác, cần phải trả lời như vậy.”*

Theo như lời Phật dạy này thì trước khi muốn sống CHẾ NGỰ CÁC CĂN (hạnh độc cư) thì phải tu tập CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC. Vậy CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC nghĩa là gì?

CHÁNH NIỆM là niệm thiện, niệm không làm khổ mình, khổ người và tất cả chúng sinh. TỈNH GIÁC là tâm định tỉnh sáng suốt trong mọi thời gian hiện tại. Còn CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC nghĩa là tâm định tỉnh sáng suốt trong niệm thiện mà không có một niệm ác nào xen vào được.

Thường CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC là tâm định tỉnh sáng suốt trong niệm thiện TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẦN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ. Đó là một kết quả của TỬ CHÁNH CĂN. Nhưng ở đây CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC là để ngăn ngừa giữ gìn bảo vệ NĂM CĂN không cho tiếp xúc NĂM TRẦN. Cho nên muốn ngăn ngừa và bảo vệ NĂM

CĂN thì tâm phải bình tĩnh sáng suốt từng phút từng giây khi NĂM TRẦN không xâm nhập.

Nếu tu tập NĂM CĂN thì chỉ có pháp môn CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC. Nhờ CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC nên NĂM CĂN tiếp xúc NĂM TRẦN tâm không bị dính mắc, không bị đắm nhiễm.

Ví dụ 1: Có một người bạn đến mời đi nhậu, nhĩ căn trong CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC nên ý thức tư duy suy nghĩ: rượu là chất độc dễ sinh ra nghiện ngập nên từ chối người bạn không đi nhậu.

Ví dụ 2: Có một cô gái đẹp ăn mặc hở hang khêu dâm gợi dục khi nhĩ căn nhìn thấy trong CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC thì ý thức tư duy suy nghĩ biết ngay dâm dục là con đường sinh tử luân hồi muôn đời muôn kiếp trong đau khổ. Nhờ CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC như vậy nên hình dáng người phụ nữ không còn lôi cuốn được lòng ham muốn.

BÀI DẠY THỨ SÁU:

Chúng ta nên đọc kỹ lưỡng lời dạy thứ sáu của đức Phật như sau: “*Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Chánh Niệm Tỉnh Giác? Như Lý Tác Ý, cần phải trả lời như vậy.*” Muốn có CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC thì nên dùng pháp NHƯ LÝ TÁC Ý.

Muốn tu tập CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC thì chỉ có pháp NHƯ LÝ TÁC Ý theo THÂN HÀNH NỘI (hơi thở) hay THÂN HÀNH NGOẠI (đi kinh hành). Chúng tôi cho những ví dụ sau đây:

1- Tu tập CHÁNH NIỆM TỈNH THỨC trên hơi thở. Tác ý câu: *“Hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra”* tác ý xong liền hít vô và thở ra, khi thở ra xong liền tác ý câu: *“Hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra”*, tác ý xong liền hít vô và thở ra, khi thở ra xong lại tác ý nữa, cứ vừa tác ý vừa hít thở như vậy đúng 30 phút xả nghỉ. Khi đến giờ thì tu tập như vậy trong một tuần lễ cho thuần thục hay tu tập nhiều hơn là phải hai tuần lễ.

Khi tu tập đề mục hơi thở này thuần thục xong trong nửa tháng rồi mới tu tập tới đề mục khác và cứ tu tập như vậy cho đến đề mục thứ 19. Xin quý vị vui lòng nghiên cứu lại tập sách tu tập ĐỊNH NIỆM HƠI THỞ.

2- Tu tập CHÁNH NIỆM TỈNH THỨC trên bước đi. Tác ý câu: *“Đi kinh hành tôi biết tôi đi kinh hành, chân trái bước, chân phải bước”* tác ý xong rồi lại bước đi, bước đi năm bước rồi đứng lại tác ý: *“Đi kinh hành tôi biết tôi đi kinh hành, chân trái bước, chân phải bước”*, khi tác ý xong rồi lại bước đi, bước đi năm bước rồi đứng lại tác ý như câu trên. Cứ tu tập như liên tục trong trong nửa tháng cho thuần thục, khi tâm đã thuần thục và nhiếp tâm trong bước đi không có một niệm nào xen vào thì tăng lên 10 bước mới tác ý một lần và khi đã thuần thục trong 10 bước thì lại tiếp tục tăng lên 20 bước mới tác ý một lần và tu tập như vậy cho đến khi tác ý một lần mà đi kinh hành suốt 30 phút không một niệm nào xen vào thì đó là kết quả tu tập CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC trên bước đi.

Đạt được CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC trên hơi thở hay bước đi kinh hành là đã chế ngự được các căn như trong lời đức Phật đã dạy trong bài học thứ sáu.

BÀI DẠY THỨ BẢY:

Chúng ta nên đọc kỹ lưỡng lời dạy thứ bảy của đức Phật như sau: *“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Như Lý Tác Ý? Lòng Tin, cần phải trả lời như vậy”*. Trong lời dạy này của đức Phật LÒNG TIN là thức ăn cho pháp NHƯ LÝ TÁC Ý. Vậy LÒNG TIN là cái gì?

Đức Phật nói đến LÒNG TIN tức là nói đến NĂM LỰC. NĂM LỰC gồm có:

- 1- Tín lực (sức mạnh của lòng tin).
- 2- Tấn lực (sức mạnh của lòng tinh tấn)
- 3- Niệm lực (sức mạnh của tâm bất động)
- 4- Định lực (sức mạnh của tâm định tĩnh)
- 5- Tuệ lực (sức mạnh của ý thức hiểu biết)

Muốn pháp môn NHƯ LÝ TÁC Ý có kết quả thì phải tu tập NĂM LỰC. Vậy tu tập NĂM LỰC như thế nào?

Thứ nhất là phải đặt trọn lòng tin vào pháp môn NHƯ LÝ TÁC Ý. Muốn có lòng tin vào pháp môn NHƯ LÝ TÁC Ý thì chúng ta chỉ còn tin vào đức Phật dạy. Trong kinh LẬU HOẶC đức Phật dạy: *“CÓ NHƯ LÝ TÁC Ý lậu hoặc chưa sinh sẽ không sinh và đã sinh thì bị diệt”* Do lời dạy này mà chúng ta thấy trong các kinh đều có dạy những câu TÁC Ý nhất là trong kinh XUẤT TỨC NHẬP TỨC dạy 16 câu tác ý.

Ví dụ: Tâm sân là một lậu hoặc, khi tâm sân chưa sinh thì TÁC Ý: *“Quán ly sân tôi biết tôi hít vô, quán ly*

sân tôi biết tôi thở ra”; khi tâm sân đã sinh, có nghĩa là đang tức giận thì TÁC Ý câu: *“Quán đoạn diệt tâm sân tôi biết tôi hít vô, quán đoạn diệt tâm sân tôi biết tôi thở ra.”*

Và khi muốn từ bỏ tâm sân thì nên hằng ngày TÁC Ý câu: *“Quán từ bỏ tâm sân tôi biết tôi hít vô, quán từ bỏ tâm sân tôi biết tôi thở ra”* Nếu đặt trọn lòng tin nơi đức Phật thì hằng ngày chúng ta siêng năng tu tập thì tâm sân sẽ bị lìa ra khỏi tâm.

Khi chúng ta tin lời Phật dạy nỗ lực tu tập thì đó là TÍN LỰC

Khi siêng năng tu tập hằng ngày thì đó là TẤN LỰC

Khi không lìa câu tác ý thì đó là NIỆM LỰC

Khi tâm từ bỏ tham, sân, si, mạn, nghi chỉ còn một niệm bất động thanh thản, an lạc và vô sự thì đó là ĐỊNH LỰC

Khi tâm có đủ Tứ Thân Túc thì đó là TUỆ LỰC

Bắt đầu từ Lòng tin mà chúng ta có đủ NĂM LỰC. Năm lực là những pháp trong 37 phẩm trợ đạo.

BÀI DẠY THỨ TÁM:

Chúng ta nên đọc kỹ lưỡng lời dạy thứ tám của đức Phật như sau: *“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Lòng Tin? Nghe Diệu Pháp (chân pháp của Phật), cần phải trả lời như vậy.”* Như trên đã nói, chỉ có lời dạy của đức Phật mới có một giá trị thiết thực lợi ích lớn cho con người. Lời dạy ấy gọi là VI DIỆU PHÁP, vi diệu pháp là pháp giúp cho con người thoát mọi khổ đau. Như lời

dạy trong kinh LẬU HOẶC: *“CÓ NHƯ LÝ TÁC Ý lậu hoặc chưa sinh sẽ không sinh và đã sinh thì bị diệt”* Lời dạy này là VI DIỆU PHÁP. Vi Diệu Pháp còn có một cái tên mà ai cũng phải công nhận là TỨ THẦN TỨC. Tứ Thần Túc là bốn cái lực như thần. Khi một người tu hành chứng đạo có đầy đủ TỨ THẦN TỨC lúc bấy giờ tâm muốn làm cái gì thì thân tâm phải làm theo, như muốn chết là thân chết như muốn sống là thân sống. Làm được như vậy mới gọi là VI DIỆU PHÁP của Phật giáo.

Cho nên, trong bài kinh thức ăn của các pháp thì MINH GIẢI THOÁT là bài pháp vi diệu đầu tiên trong chín pháp vi diệu của Phật giáo. Vì thế chỉ có VI DIỆU PHÁP mới đủ sức tạo lòng tin của mọi người.

Khi con người đã có đủ lòng tin thì đời non lấp biển họ cũng làm được, huống gì là việc tu hành giữ gìn tâm bất động thanh thản, an lạc và vô sự. Vì vậy nhà cách mạng lớn Việt Nam đã nói: *“Đường đi không khó vì ngăn sông cách núi mà khó vì lòng người ngại núi e sông”* Chỉ có những lời của đức Phật dạy mới thực tế cụ thể ích lợi cho loài người, nó vượt qua không gian và thời gian vì thế những lời dạy của đức Phật không có lỗi thời. Bởi vậy nó mới được gọi là chân lý của con người. Còn tất cả những lời dạy khác từ xưa đến nay chỉ hợp thời trong giai đoạn này mà không hợp thời trong giai đoạn khác. Cho nên biết bao nhiêu nhà hiền triết đã để lại cho loài người một kho tàng văn hóa, trong kho tàng văn hóa ấy có rất nhiều điều đã bị lỗi thời không còn dùng được nữa!.

BÀI DẠY THỨ CHÍN:

Chúng ta nên đọc kỹ lưỡng lời dạy thứ chín của đức Phật như sau: *“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Nghe Diệu Pháp? Thân Cận Với Bậc Chân Nhân (Bậc tu chứng đạo), cần phải trả lời như vậy.”* Bài học sau cùng là một bài học rất khó khăn nhất, đó là tìm một bậc tu chứng, một bậc đã làm chủ sinh, già, bệnh, chết chấm dứt được tái sinh luân hồi đâu phải dễ tìm, nếu không tìm được bậc này thì làm sao nghe được diệu pháp.

Đức Phật dạy: *“Được thân người là khó mà gặp được chánh pháp còn khó hơn”* muốn gặp được chánh pháp thì phải gặp bậc tu chứng, nhưng bậc tu chứng biết tìm ở đâu ra. Từ khi đức Phật nhập diệt đến giờ là cách Phật 2553 năm (Tính đến năm 2009) có thấy bậc nào còn lưu lại những kinh nghiệm tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết như Phật không?

Chắc là không rồi phải không quý vị? Chưa có một vị sư thầy nào dám tuyên bố rằng tôi đã làm chủ sinh, già, bệnh, chết. Các vị có làm chủ đâu mà dám tuyên bố. Cho nên, mới dùng lời dối trá che đậy để đánh lừa mọi người: *“Còn thấy tu chứng là chưa tu chứng”*. Như vậy đức Phật đã tuyên bố:

“Thiên thượng thiên hạ

Duy ngã độc tôn

Nhứt thiết thế gian

Sinh, lão, bệnh, tử”

Cho nên, bài học thứ chín này khó quá. Chúng ta ai cũng biết hơn 2500 năm chưa ai tìm ra một vị thầy tu

chứng. Và còn bao lâu nữa mới tìm ra được? Thật là mờ mịt không thể quyết định. Mà nếu không có bậc tu chứng thì làm sao nghe Vi Diệu Pháp. (*Có Thầy Thông Lạc ở Trảng Bàng Tây Ninh đã tu chứng—Lời Người Lục ghi chú*)

Trong thời đại chúng ta có một người tu hành đã làm chủ sinh, già, bệnh, chết và chấm dứt tái sinh luân hồi. Ngài đã dựng lại nền đạo đức nhân bản - nhân quả và dạy mọi người cách tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết, thế mà mọi người được nghe VI DIỆU PHÁP lại nổi tâm phá giới hạnh, giới đức thì làm sao tu hành đến nơi đến chốn được.

Ngày xưa đức Phật dạy: *“Chúng sinh khó độ.”* Lời nói này thật đúng, dạy người tu hành làm chủ sinh, già, bệnh, chết khó quá. Còn duyên thì ở lại một hai ngày, hết duyên thì ra đi. Thật đáng thương thay! Sự mê muội, tâm điên đảo đã dẫn dắt chúng sinh vào ác pháp, dù muốn dù không muốn cũng đành chịu nhìn theo nghiệp báo của loài người, chúng lỗi họ về đâu thì cũng đành chịu về đó!

Có bậc tu chứng ra đời mà chúng sinh còn không đủ duyên để nghe Vi Diệu Pháp thì cũng đành chịu biết làm sao hơn. Phải không quý vị?

Xưa đức Phật cũng đành bỏ chúng sinh mà ra đi, đến nay Thầy cũng như vậy mà thôi !!!

**BẢNG TÓM LƯỢC SƠ ĐỒ PHƯƠNG PHÁP TU TẬP
CỦA PHẬT GIÁO BA MƯƠI BẢY PHẨM TRỢ ĐẠO**

Đạo Phật không phải là một tôn giáo mà là một đạo đức nhân bản – nhân quả của loài người. Cho nên, bất cứ con người nào trên hành tinh này, dù người Âu châu, Á châu, Mỹ châu, Úc châu, Phi châu v.v... da vàng, da đỏ, da đen, da trắng, da nâu v.v... đều phải học tập và rèn luyện đạo đức của Phật giáo cả. Đạo đức của Phật gồm có 37 pháp tu tập. Ba mươi bảy pháp tu tập gồm lại có chín bài pháp sau đây. Chín bài pháp sau đây được liên hệ chặt chẽ như thức ăn và sự sống. Những bài pháp này tu tập đúng phương pháp sẽ làm chủ sinh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi dễ dàng. Chúng tôi sẽ lần lượt giải thích và chỉ rõ từng pháp hành tu tập để giúp mọi người tu tập có kết quả nhanh chóng để đạt được mục đích tâm vô lậu.

Bảng tóm lược này chỉ dạy tu tập rất rõ ràng:

1/ Người tu sĩ muốn đạt được TAM MINH để làm chủ SINH TỬ và chấm dứt LUÂN HỒI thì phải ở trên tâm bất động thanh thản, an lạc và vô sự đúng bảy ngày đêm thì BẢY NĂNG LỰC GIÁC CHI xuất hiện đủ.

2/ Người tu sĩ muốn có đủ Bảy Năng Lực Giác Chi thì phải tu tập TỨ NIỆM XỨ. Tu tập Tứ Niệm Xứ là phải TRÊN THÂN QUÁN THÂN suốt bảy ngày đêm liên tục thì mới có đủ BẢY NĂNG LỰC GIÁC CHI xuất hiện.

3/ Người tu sĩ muốn tu tập Tứ Niệm Xứ thì phải tu tập BA THIỆN HẠNH có kết quả. Ba Thiện Hạnh là: Ý hành thiện, khẩu hành thiện, thân hành thiện tức là tu tập Tứ Chánh Cần. Khi tu tập TỨ NIỆM XỨ thì tâm không còn vọng niệm, không còn các cảm thọ và hôn

trầm, thùi miên, vô ký. Quý vị nên lưu ý lời dạy này, không nên tu tập TỬ NIỆM XỨ khi tâm còn vọng động

4/ Người tu sĩ muốn tu tập Ba Thiệi Hạng thì phải CHẾ NGỰ CÁC CĂN (Độc Cư) tức là tu tập NĂM CĂN. Vậi năm căn gồm có:

1- NHÃN CĂN

2- NHĨ CĂN

3- TỶ CĂN

4- THIỆT CĂN

5- THÂN CĂN

Muốn tu tập NĂM CĂN thì phải tin lời Phật dạy:
“Ta thành chánh giác là nhờ tâm không phóng dật”
Muốn tâm không phóng dật thì phải phòng hộ sáu căn bằng pháp ĐỘC CƯ

5/ Người tu sĩ muốn Chế Ngự Được Các Căn thì phải tu tập CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC. Tu tập CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC thì phải tu tập 19 đề mục HỜI THỞ và pháp môn THÂN HÀNH.

6/ Người tu sĩ muốn đạt được Chánh Niệi tỉnh Giác thì phải tu tập NHƯ LÝ TÁC Ý. Tu tập NHƯ LÝ TÁC Ý thì phải tu tập TỬ VÔ LƯỢNG TÂM.

7/ Người tu sĩ muốn đạt được pháp môn Như Lý Tác Ý thì phải có LÒNG TIN tu tập LÒNG TIN thì phải tu tập TỬ BẮT HOẠI TỈNH

8/ Người tu sĩ muốn có Lòng Tin thì phải được NGHE CHÂN PHÁP CỦA PHẬT. NGHE CHÂN PHÁP CỦA PHẬT thì nên nghe BA MƯỖI BẢY PHẨM TRỢ ĐẠO

9/ Người tu sĩ muốn được Nghe Chân Pháp Của Phật thì phải THÂN CẬN BẠC TU CHÚNG ĐẠO, đã làm chủ

sinh, già, bệnh, chết. THÂN CÂN BẬC CHÂN TU thì nên chọn những bậc GIỚI LUẬT NGHIÊM CHỈNH.

Trên đây là chín bài kinh được tóm lược các pháp để tu tập làm chủ sinh, già, bệnh và chết. Vây ước mong sao những ai có duyên với chánh pháp này sẽ tiếp nhận được tập sách BA MƯƠI BẢY PHẨM TRỢ ĐẠO, nó là một pháp bảo vô giá của đạo Phật.

Nếu ai đọc tập sách và tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết là đã đền đáp ơn Phật, Chúng tôi xin thành kính tri ơn những vị ấy là những người đã duy trì chánh pháp của Phật.

BA MƯƠI BẢY PHẨM TRỢ ĐẠO

Theo chín bài pháp trên đây chúng tôi sắp xếp thành ba mươi bảy phẩm trợ đạo gồm từ pháp mới vào tu tập cho đến pháp tu tập cao hơn để chứng đạt chân lí giải thoát của Phật giáo. Bắt đầu từ:

- | | |
|---------------------|---------------------|
| 1- TỬ BẤT HOẠI TỊNH | 2- TỬ VÔ LƯỢNG TÂM. |
| 3- NGŨ CĂN | 4- NGŨ LỰC |
| 5- TỬ CHÁNH CĂN | 6- TỬ NIỆM XỨ |
| 7- THẤT GIÁC CHI | 8- TỬ NHƯ Ý TỨC |

Ba mươi bảy phẩm trợ đạo có nghĩa là ba mươi bảy phương pháp tu tập giúp cho người tu hành chứng đạt chân lí. Cho nên chữ ĐẠO ở đây không phải là đường lối, nguyên tắc mà con người có bổn phận gìn giữ và tuân theo trong cuộc sống xã hội. Mà chữ ĐẠO ở đây có nghĩa là chân lí như trên đã nói.

Theo bảng sơ đồ phương pháp tu tập ba mươi bảy phẩm trợ đạo thì điều kiện cần thiết cho một người muốn tu theo Phật giáo để tìm cầu sự giải thoát, có nghĩa là đủ

năng lực làm chủ SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT và CHẤM DỨT TÁI SINH LUÂN HỒI thì trước tiên phải tìm một vị thầy chứng đạo (chứng quả A La Hán). Đây là giai đoạn thứ nhất mà người muốn tu theo Phật giáo không thể xem thường được, vì đó là một điều quan trọng hết sức không thể thiếu được. Nếu cuộc đời tu hành theo Phật giáo mà không gặp được một bậc thầy tu chứng đạo thì dù có đọc trăm kinh ngàn điển, có thông suốt tam tạng kinh điển thì sự tu hành cũng hoài công vô ích. Bởi không có một vị tu hành chứng đạo thì không được khai ngộ chân lí. Chân lí không được khai ngộ thì làm sao có lòng tin? Làm sao có đường lối tu tập? Đã không giác ngộ chân lí thì làm sao hộ trì và bảo vệ chân lí được?

Chân lí là một sự thật, chân lí không thể là một điều gian dối, lừa gạt người, nó không phải là một danh từ suông, không phải là một ảo tưởng, hư tưởng, tưởng giải và nó cũng không phải là một huyền thoại. Bởi chân lí là một sự thật của loài người. Nếu không phải là người tu chứng đạo thì không thể nào xác định chân lí đúng được. Mà xác định không đúng thì người hành trì sẽ sai và tu hành muôn kiếp cũng vẫn còn trôi lăn trong lục đạo.

Cho nên muốn tu tập ba mươi bảy phẩm trợ đạo thì việc chọn một bậc thầy tu chứng là một điều quan trọng và cần thiết nhất cho cuộc đời tu tập của mình.

Khi chọn được một người tu chứng đạo làm thầy thì việc thứ hai là phải thừa hồi chân lí bất động tâm giải thoát. Khi được sự hướng dẫn làm cho mình hiểu được chân lí thì lúc bấy giờ mới bắt đầu hộ trì và bảo vệ chân lí. Muốn hộ trì và bảo vệ chân lí thì phải có phương pháp. Vậy phương pháp hộ trì và bảo vệ chân lí là gì?

Đó là ba mươi bảy phẩm trợ đạo, Vậy phẩm trợ đạo thứ nhất trong ba mươi bảy phẩm trợ đạo là pháp môn gì?

Như trong bảng liệt kê các pháp môn trong ba mươi bảy phẩm trợ đạo là pháp môn **TỨ BÁT HOẠI TỊNH**. Vậy pháp môn **TỨ BÁT HOẠI TỊNH** là pháp môn đầu tiên trong ba mươi bảy phẩm trợ đạo.

Muốn tu tập **TỨ BÁT HOẠI TỊNH** thì nên đọc tập sách: *“Niệm Phật TỨ BÁT HOẠI TỊNH”* do tu viện Chơn Như biên soạn ./. (*Xin mời quý vị đọc tập kế tiếp - Tập 13*)

Quý vị muốn tìm hiểu kinh sách Thầy Thông Lạc biên soạn – Xin vào mạng trang:

www.nguyenthuychonnhu.net & www.chonlac.org



(Phật Tử Cam Ranh Bái Kiến Đức Trưởng Lão ở Tịnh Thất Thanh Trí)



(Đức Trưởng Lão Lưu Niệm Hình với Đề Tử ở Lăng Minh Mạng Huế)