

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

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

NỘI DUNG TRÍCH LỤC TẬP BẢY

	<i>Trang</i>
	<i>Tứ chánh cần – 5</i>
	<i>Pháp hương tâm – 8</i>
	<i>Chọn bạn – 10</i>
	<i>Bậc hiền trí – 13</i>
<i>Đức Phật xác định pháp môn tu tập giác ngộ – 17</i>	
<i>Đức Phật khuyên tu tập bốn tinh cần – 22</i>	
<i>Ăn chay làm cây cỏ biết đau – 37</i>	
<i>Trứng gà công nghiệp là những chất bất tịnh – 42</i>	
<i>Đạo Phật chỉ có một đấng giáo chủ – 43</i>	
<i>Người mới vào tu có 20 pháp cần tu tập – 48</i>	
<i>Người mới tu có 5 pháp cần nên tránh – 51</i>	
<i>Người mới tu có 6 đức chánh hạnh cần phải tu tập – 56</i>	
<i>Có 5 pháp tu tập ly dục ly bất thiện pháp – 65</i>	
<i>Có 7 pháp khiến cho Phật pháp hưng thịnh – 71</i>	

Có 7 pháp giúp ta ly dục ly ác pháp – 78
Sống hòa hợp – 92
Tâm sắc dục – 99
Thần thông – 106
Định niệm hơi thở – 107
Ức chế – 109
Tác ý phá cảm thọ – 109
Tứ Quả và Tứ Thánh Định có giống nhau không – 110
Kết quả tu tập – 112
Căn cứ vào 10 Thánh hạnh Sa Di – 114
Bản ngã – 115
Bị ngoại đạo khiêu khích – 116
Câu cơ – 118
Thất niệm – 124
Năm giới là tiêu chuẩn được sinh làm người – 125
Tu thiền như thế nào không giậm chân tại chỗ – 134
Nhân duyên – 135
Sóng gió Chơn Như – 136

(Hết tập Bảy)

***Phật Tử Chúng Con Thành Kính Ghi Ôn Đức Trưởng Lão Thích
Thông Lạc – Bậc Thánh Tăng Đương Đại Của Nhân Loại –
Người Đã Dựng Lại Chánh Pháp Nguyên Thủy Đức Phật Thích
Ca, Bị BàLa Môn Đa Thần Hóa Làm Lu Mờ Hơn 24 Thế Kỷ Qua***

TỨ CHÁNH CẦN

LỜI PHẬT DẠY

- 1- Ngăn ác
- 2- Diệt ác pháp
- 3- Sanh thiện
- 4- Tăng trưởng thiện pháp.

CHÚ GIẢI:

Đó là lời dạy tu tập thiền định của Đạo Phật, một thứ thiền định ly dục ly ác pháp để khắc phục tâm tham ưu của hành giả, để đi đến cứu cánh giải thoát hoàn toàn, làm chủ sanh già bệnh chết, và chấm dứt tái sanh luân hồi.

Ngăn ác diệt ác pháp, sanh thiện tăng trưởng thiện pháp là pháp môn “Tứ Chánh Cần. Tứ Chánh Cần tức là Tấn Lực, là Định Tư Cự, là giới hành của Đạo Phật”.

Đây là pháp môn vô lậu đệ nhất của Đạo Phật. Khi một hành giả bước chân vào Đạo Phật mà được sự hướng dẫn tu tập ngay liền pháp môn này, thì chắc chắn phải thấy kết quả giải thoát không có thời gian chờ đợi. Người được hướng dẫn pháp môn này là người có duyên phước đầy đủ với đạo giải thoát sâu xa nhiều đời.

Chúng tôi không đủ nhân duyên, nên khi bước chân vào chùa lúc tám tuổi đời, không được dạy tu hành theo pháp này, mà chỉ được Thầy Tổ dạy cho hai thời công phu chiều và khuya rồi học thêm ứng phú đạo tràng, đánh dấu, trống, mõ để tụng kinh, niệm Phật, tụng niệm sám ma

chạy, cầu siêu, cầu an, làm tuần làm tự, cúng vong tiền linh, cúng sao giải hạn, xem ngày giờ tốt xấu cất nhà, dựng vợ, gả chồng, xây mồ mả và những lúc rảnh rang thì lần chuỗi niệm Phật lục tự Di Đà, v.v... Làm được những việc này các Thầy Tổ cho đó là những công phu tu tập.

Đến bây giờ chúng tôi mới hiểu ra Thầy Tổ của chúng tôi chỉ dạy cho chúng tôi một cái nghề để sống như bao nhiêu nghề khác trong xã hội. Nhưng những nghề khác thì lương thiện, còn nghề của chúng tôi thì không lương thiện chút nào cả, nó là một nghề mê tín chuyên lừa đảo, dối gạt người để ngồi mát ăn bát vàng. Chúng tôi ở trong chùa hằng ngày mang mõ, chuông, đầu đi tụng niệm đám ma này hết, đến đám ma khác, không tụng đám ma thì lại tụng kinh cầu an, cầu siêu, làm tuần, làm tự, v.v...

Quanh năm suốt tháng chúng tôi hành nghề này, thấy sao mà giả dối... Chúng tôi suy tư nghĩ lại rất buồn khổ trong lòng nhưng không dám nói với ai, mà nếu hỏi đến các Thầy Tổ thì bị la rầy mắng và còn bảo rằng nói bậy sẽ bị đọa địa ngục.

Mãi đến khi chúng tôi được về thành phố vì chiến cuộc ở nông thôn bất an và được học thêm giáo lý của Đạo Phật, chừng đó chúng tôi nghiên cứu về Thiên Tông thì thấy Thiên Tông hay quá, không dạy làm những điều mê tín, lừa đảo, mà chỉ dạy tu tập ức chế tâm cho hết vọng tưởng để thành Phật hoặc giữ tâm không niệm thiện niệm ác thì kiến tánh thành Phật. Càng nghiên cứu sách kinh Thiên Tông thì lại càng thích thú. Những lời nói và hành động của các Tổ sao mà hay quá, nhất là những công án

Thiền Tông lại tạo cho chúng tôi có một sức tò mò ghê gớm, cứ nghĩ rằng Thiền Tông có một cái gì bí ẩn ghê lắm không thể dùng tri kiến, ý thức mà hiểu được. Khi thấu hiểu Thiền Tông như thế chúng tôi đặt trọn lòng tin ở pháp môn này. Từ đó chúng tôi bỏ hết toàn bộ cuộc đời, quyết tâm theo tu tập thiền do HT Thanh Từ hướng dẫn. Suốt chín năm trời tu tập, đem hết sức tu tập để ức chế tâm không cho vọng tưởng. Trong đầu, niệm thiện niệm ác vắng bật từ giờ này đến giờ khác. Lúc bấy giờ có 18 loại hỷ tướng hiện ra (có thể gọi đó là thân thông), nhưng nhìn lại cũng không tìm thấy sự làm chủ sanh, già, bệnh, chết, tâm tham, sân, si vẫn còn. Cái đặc biệt nhất là loại thiền này khi hết vọng tưởng thì tuệ tướng xuất hiện. Khi nó xuất hiện thì tất cả các công án đều thông suốt, thấy tánh thì rất rõ ràng vì mỗi khi động tay, động chân đều là Phật Tánh nơi đó, nhưng lại có tất thường dùng ngôn ngữ công án, vì thế nên thường xảy ra những cuộc tranh luận hơn thua, dù ai nói một điều gì thì chúng tôi cũng đều dùng công án đối đáp và vấn nạn họ. Thấy những hiện tượng lạ lùng như vậy, nên chúng tôi đành bỏ, dù khi ấy chúng tôi đã nhập được Thức Vô Biên Xứ Định.

Khi tu tập không tìm được sự giải thoát nơi kinh sách Đại Thừa và Thiền Tông, chúng tôi phải tìm pháp môn khác. Sau này nhờ giới luật, chúng tôi học tập và rèn luyện sống đúng giới đức làm Người, làm Thánh của Phật Giáo Nguyên Thủy. Trong khi sống đúng giới luật như vậy chúng tôi tu tập pháp môn Tứ Chánh Cần và dùng pháp hướng tâm Như Lý Tác Ý: “Ly dục, ly ác pháp, tâm như cục đất, ly tham, sân, si cho thật sạch”. Chính nhờ sống đúng

giới luật và tu tập như vậy chúng tôi cảm thấy tâm mình thanh thản, an lạc và vô sự, ít phóng dật, thường thích sống độc cư một mình. Và cũng chính nhờ tu tập như vậy tâm chúng tôi hết tham, sân, si và thường ở trong một trạng thái tâm bất động an lạc vô cùng, không thể diễn tả cho các bạn hiểu được vì đó là trạng thái ly dục ly bất thiện pháp.

Sau khi tu xong chúng tôi mới hiểu Giới Hành của Đạo Phật không phải là pháp môn nào khác hơn là “Tứ Chánh Cần”. Tứ Chánh Cần là pháp môn ngăn ác diệt ác pháp, sanh thiện tăng trưởng thiện pháp, chỉ có pháp môn này tu tập trên Tứ Niệm Xứ mà chúng tôi làm chủ sanh, già, bệnh, chết. Do thế Đức Phật dạy:

*“ Chư ác mạc tác
Chúng thiện phụng hành
Tự tịnh kỳ ý
Thị chư Phật Giáo ”.*



PHÁP HƯỚNG TÂM

LỜI PHẬT DẠY

“Này các Thầy Tỳ Kheo! Do không như lý tác ý các lậu hoặc chưa sanh được sanh khởi và các lậu hoặc đã sanh được tăng trưởng.

“Này các Thầy Tỳ Kheo! Do như lý tác ý, các lậu hoặc chưa sanh không sanh khởi, các lậu hoặc đã sanh được đoạn trừ”.

CHÚ GIẢI:

Người phạm phu tục tử và những người tu hành theo pháp môn của Đại Thừa, do không biết pháp Như Lý Tác Ý nên hằng ngày sống trong các lậu hoặc mà không biết lậu hoặc, vì thế lậu hoặc chưa sinh lại sinh khởi, lậu hoặc đã sinh lại tăng trưởng, do đó cuộc sống khổ đau lại càng khổ đau hơn. Cho nên đoạn kinh này dạy: “Này các Thầy Tỳ Kheo! Do không như lý tác ý, các lậu hoặc chưa sanh được sanh khởi và các lậu hoặc đã sanh được tăng trưởng”.

Đời người sinh ra không gặp chánh pháp của Phật, nên phải chịu nhiều sự khổ đau của kiếp làm người trong qui luật nhân quả. Ngược lại, được sinh làm người, được gặp chánh pháp của Phật, thì người ấy là người có diễm phúc nhất trần gian, vì gặp được chánh pháp nên được nghe lời dạy này: “Này các Thầy Tỳ Kheo! Do như lý tác ý, các lậu hoặc chưa sanh không sanh khởi, các lậu hoặc đã sanh được đoạn trừ”.

Nói đến lậu hoặc là nói đến sự đau khổ của con người; nhưng muốn cho kiếp làm người không còn khổ đau để được sống yên vui, thanh thản, an lạc và vô sự thì nên y theo lời Đức Phật nhắc nhở các vị Tỳ Kheo phải luôn luôn tu tập pháp hướng tâm “Như lý tác ý”. Nếu không dùng pháp hướng tâm như lý tác ý thì sự đau khổ sẽ đến với quý vị và sẽ làm cho quý vị khổ đau hơn nhiều. Nếu quý vị biết dùng pháp như lý tác ý hằng giây, hằng phút, hằng giờ, hằng ngày, hằng tháng, hằng năm thì sự đau khổ sẽ không đến với quý vị và sẽ chấm dứt vĩnh viễn.

Qua đoạn kinh ngắn gọn như trên Đức Phật đã xác định pháp “Như Lý Tác Ý” rất là nhiệm mầu, nó giúp cho chúng ta thoát mọi sự khổ đau trong kiếp sống làm người, làm chủ được nhân quả và cả sự tái sinh luân hồi.

Như thế pháp “Như Lý Tác Ý” có một công năng rất lớn trên đường tu tập theo Đạo Phật để đạt được kết quả như ý muốn “làm chủ sanh già, bệnh, chết”.

Lúc còn đang nhập thất, chúng tôi ngộ được pháp “Như Lý Tác Ý” nên suốt trong sáu tháng tinh cần tu tập pháp này với câu trạch pháp: “Tâm như cục đất phải ly dục ly ác pháp nhập sơ thiền”. Chỉ có câu ngắn gọn như vậy mà chúng tôi đã nhập được Sơ Thiền một cách dễ dàng không có khó khăn.

Chín năm trời nhập thất, tu không đúng pháp rất là vất vả gian nan, nhưng đến khi dùng pháp “Như Lý Tác Ý” chỉ có thời gian ngắn mà chúng tôi làm chủ được thân tâm, kết quả giải thoát hoàn toàn.



CHỌN BẠN

LỜI PHẬT DẠY

**“Tìm không được bạn đường
Bằng mình hay hơn mình
Thà quyết sống một mình
Không làm bạn kẻ ngu.”**

Kinh Pháp Cú (V- Balavagga - Phẩm Ngu.)

CHÚ GIẢI:

Ca dao Việt Nam có câu:

*“Thói thường gần mực thì đen,
Anh em bạn hữu ta nên chọn người”.*

Trong kinh Pháp Cú Phật dạy:

*“Tìm không được bạn đường
Bằng mình hay hơn mình
Thà quyết sống một mình
Không làm bạn kẻ ngu”.*

Đọc câu ca dao và bốn câu kệ trên đây cho chúng ta thấy rằng đời cũng như Đạo Phật đều dạy chúng ta nên chọn Thầy hay, bạn tốt, hoặc chọn bạn bằng mình hay hơn mình. Nếu Thầy, bạn kém hơn mình thì chẳng ích lợi gì cho mình, nhiều khi còn bị đắm nhiễm theo thói hư tật xấu của những người này. Thầy Tổ phạm giới, phá giới, sống không đúng Phạm hạnh và bạn bè thiếu đạo đức, do đó nhất định không nhận họ làm Thầy Tổ, không làm bạn với kẻ ngu.

Những câu kệ này Đức Phật dạy chúng ta nên chọn một người bạn giỏi hơn mình, đó cũng là một vị Thầy của mình, để mình sẽ học hỏi được nhiều điều hay, điều tốt, còn chọn một người bạn dở hơn thì mình có học hỏi được gì đâu, đôi khi lại bị ô nhiễm tính xấu như gian tham, trộm cướp, nói láo, giết người, v.v...

Vào đạo tu học cũng nên chọn một vị Thầy giỏi luật nghiêm túc, đức hạnh đầy đủ. Vì thế Đức Phật thường dạy: “Này các Tỳ Kheo, ở đây, có kẻ phàm phu ít nghe, không được thấy các bậc Thánh, không được thân cận các bậc Thánh, không thuần thực pháp các bậc Thánh, không tu tập pháp các bậc Thánh, không được thấy các bậc Chơn Nhơn, không được nghe các bậc Chơn Nhơn, không được thân cận các bậc Chơn Nhơn, không thuần thực pháp các bậc Chơn Nhơn, không tu tập các bậc Chơn Nhơn”. Đoạn kinh trên đây Đức Phật khuyên chúng ta nên chọn những bậc Thánh, bậc Chơn Nhơn đạo hạnh như vậy để thân cận mới được lợi ích cho mình cho người khác.

Bởi vì, chúng ta thiếu sự cân nhắc kỹ lưỡng khi chọn Thầy, tìm bạn, nên sự lầm lẫn của chúng ta đã phải trả một giá quá đắt cho cuộc đời tìm đạo tu hành.

Vào đạo với lòng tin Phật, tin Thầy Tổ. Nhưng Phật đã mất đi rồi không còn gần gũi khuyên nhắc chúng ta nữa, chỉ còn Thầy Tổ mà thôi. Nhưng Thầy Tổ sống phạm giới phá giới, Thánh hạnh Thầy Tổ không còn thì biết tin và nương tựa vào ai nữa đây? Nhìn gương hạnh sống của Thầy Tổ hiện giờ mà lòng chúng ta đau xót tận cùng vì giới luật đức hạnh của Phật dạy còn đây mà Thầy Tổ thì ném bỏ vào sọt rác. Ôi, đau xót vô cùng! Còn biết nương tựa vào đâu nữa?

Thật là bất hạnh cho mỗi chúng ta biết chừng nào! Thầy hay khó gặp, bạn tốt khó tìm.



BẬC HIỀN TRÍ

LỜI PHẬT DẠY

Nếu gặp bậc hiền trí
Chỉ lỗi và khiển trách
Như chỉ chỗ chôn vàng
Hãy kết thân người trí
Kết thân với vị ấy
Chỉ có lợi không hại.

Kinh PhápCú. (VI- Panditavagga – Phẩm Hiền Trí).

CHÚ GIẢI:

Thưa các bạn! Trong cuộc đời, gặp được những bậc Hiền Trí rất khó, bởi vì những bậc ấy dám nói thẳng, dám chỉ lỗi, dám khiển trách những chỗ sai lầm của cuộc đời cũng như trong Đạo, để cho mọi người biết mà cố gắng sửa sai. Sửa đời, sửa đạo. Đời và Đạo chưa bao giờ toàn thiện, toàn mỹ cả, chỉ nhờ vào bàn tay của con người uốn nắn sửa sai những lỗi lầm thì mới có ngày được toàn thiện toàn mỹ. Việc làm này không phải một người mà phải nhiều người; nhiều người mà phải sống đoàn kết với nhau thì mới làm được; nhưng không phải làm nhanh chóng được mà phải nhiều năm tháng, trường kỳ sửa sai và uốn nắn những lỗi lầm của mình.

Bậc Hiền Trí chỉ lỗi và khiển trách chúng ta để chúng ta trở thành người tốt, người có đạo đức, thì công ơn ấy rất nặng. Phải không hề các bạn? Cũng giống như

người chỉ chỗ chôn của báu, nhờ đó mà chúng ta trở thành giàu có. Do sự ích lợi này, nên Đức Phật khuyên chúng ta:

*“Nếu gặp bạc hiền trí
Chỉ lỗi và khiển trách
Như chỉ chỗ chôn vàng”.*

Đúng vậy, lời chỉ thẳng, nói thẳng là lời vàng ngọc, nhưng người đời không mấy ai hiểu biết, như khi có người chỉ lỗi, khiển trách mình thì sanh tâm thù oán, ghét hận, tìm cách nói xấu và còn hãm hại họ. Có đúng vậy không các bạn?

Đúng vậy, khi chúng tôi vạch trần những cái sai trong các hệ phái của Phật Giáo Đại Thừa, Thiên Tông, Mật Tông, Tịnh Độ Tông và Nam Tông thì chúng tôi bị phản ứng ngay liền. Phản ứng rất mạnh. Họ không những không tiếc lời mạt sát, mạ lị chúng tôi, mà còn mượn kinh sách Đại Thừa và Thiên Tông chống đối chúng tôi kịch liệt. Nhưng chúng tôi vẫn im lặng, vì biết họ đang mang nhiều kiến chấp sai lầm của Đại Thừa và Thiên Tông. Chúng tôi nghĩ rằng: cái gì đúng là đúng cái gì sai là sai, không thể có ai bóp méo nó được. Hiện giờ họ nói gì cũng được, thời gian sẽ trả lời với họ. Chúng tôi không có thời gian để luận bàn, vì còn phải làm biết bao công việc để chấn chỉnh lại Phật Giáo, làm cho Phật Giáo có một giáo trình tu học từ lớp một đến lớp tám, mà thời gian tuổi đời chúng tôi còn quá ngắn, chúng tôi có thể kéo dài thêm tuổi thọ, nhưng sợ chúng sanh cứ mãi làm ác thì không đủ phước với chánh pháp của Phật mà họ chỉ luôn hưởng về tà giáo của ngoại

đạo Bà La Môn Đại Thừa. Nếu như thế, dù muốn dù không buộc lòng chúng tôi phải ra đi trước khi hoàn tất giáo trình.

Do bởi chúng tôi là những người hiểu thật rõ luật nhân quả hơn ai hết; luật nhân nhân quả linh động thay đổi từng sát na. Chúng sanh có sống thiện pháp thì mới đủ duyên với chánh pháp, còn ngược lại sống trong ác pháp thì không đủ duyên, chánh pháp không ra đời. Ngày xưa Đức Phật cũng biết rõ luật nhân quả như thật, nhưng Ngài không thể bỏ chúng sanh vào Niết Bàn ngay khi vừa tu chúng. Ngày nay chúng tôi cũng vậy, phải làm hết sức mình, vì lòng yêu thương không nỡ bỏ chúng sanh lăn lộn trong sóng gió ba đào của biển nhân quả. Chúng tôi biết rất rõ điều chúng tôi đang làm là một tiếng chuông cảnh tỉnh sự sống trên hành tinh này.

Thưa các bạn! Chúng tôi vạch ra những cái sai của Phật Giáo là để chúng ta cùng nhau chung lưng đấu cật để chỉnh sửa lại cho Phật Giáo được tốt đẹp hơn.

Từ lâu các bạn như những người mù đi trong đêm tối; chúng tôi hiện giờ là những người cầm đuốc soi đường để cho các bạn đi. Các bạn có biết chằng?

Bộ sách Văn Hóa Phật Giáo gồm: Đường Về Xứ Phật, Giới Đức Làm Người, Mười Giới Đức Thánh Sa Di, Những Lời Phật dạy, Đạo đức Làm Người, Giới Đức Thánh Tăng và Thánh Ni, v.v... Đó không phải là những bó đuốc soi đường cho các bạn sao? Thế sao có một số bạn không biết ơn lại còn nặng lời cho chúng tôi dẹp sạch Phật Giáo, phỉ báng, mạ sát Thầy Tổ; trong khi đó các thầy Đại Thừa và Thiên Tông phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới tan nát,

khiến cho Phật Giáo suy đồi, lụn bại, thế mà các bạn không có một tiếng nói để chặn đứng những hành động diệt Phật Giáo này.

Thưa các bạn! Phật Giáo phát triển chạy theo cho hợp thời đại theo kiểu này (Đại Thừa), thì thử hỏi từ xưa cho đến nay sự phát triển này đã mang lợi ích thiết thực gì cho con người hay chỉ đưa con người sống trong cảnh ảo tưởng, mơ hồ, trừu tượng, biến con người sống trong mê tín, lạc hậu, v.v... tiền mất, tật mang, tổn hao công sức, làm việc nhảm nhí, phi đạo đức. Các bạn có biết chẵng?

Những vị Tổ, Sư, Thầy nào đã có ý đồ chủ mưu diệt Phật Giáo bị chúng tôi vạch mặt chỉ tên để cho các bạn biết, thì có bạn lại có những lời lẽ cay độc và còn dùng luật nhân quả hù dọa chúng tôi: “Đọa địa ngục, mang lông đội sừng”. Chúng tôi đang cố gắng dựng lại những cái gì của Phật Giáo đã bị chìm mất và ném bỏ những cái gì không phải của Phật Giáo. Trong khi các bạn đang sắp chết chìm trong dòng nước giáo pháp kiến giải, tưởng giải của Bà La Môn, Đại Thừa, Thiên Tông, Mật Tông, Tịnh Độ Tông và cả Nam Tông nữa, chúng tôi đem lợi ích cho các bạn mà chỉ thấy toàn là những lời lẽ phi ơn, phi nghĩa. Như vậy có đúng không các bạn? Trái lại ở đây thì Đức Phật khuyên:

*“Hãy kết thân người trí
Kết thân với vị ấy
Chỉ có lợi không hại”.*

Thưa các bạn! Các bạn nghĩ sao với những lời dạy này? Riêng chúng tôi, dám ăn, dám nói thì dám chịu về những lời nói của chúng tôi, miễn là chúng tôi làm sáng tỏ

lại Phật Giáo, làm cho Phật Giáo tốt hơn, đem lại lợi ích an vui hạnh phúc cho cuộc sống của mọi người thì đó là niềm hân hoan, vui sướng của chúng tôi, chứ chúng tôi không màng danh, lợi và ơn nghĩa của các bạn, mong các bạn hiểu cho.



ĐỨC PHẬT ĐÃ XÁC ĐỊNH PHÁP MÔN TU TẬP GIÁC NGỘ

LỜI PHẬT DẠY

“Với pháp này Ta đã chân chánh giác ngộ, Ta hãy cung kính, đảnh lễ và sống y chỉ pháp ấy”.

CHÚ GIẢI:

Trên đây là lời dạy của Đức Phật. Vậy với pháp này là pháp nào? Mà Ngài đã xác định và quả quyết chắc như vậy: “Ta đã chân chánh giác ngộ?”

Xin thưa cùng các bạn! Đức Phật muốn giới thiệu với chúng ta pháp môn mà Ngài đã tu chứng quả thật sự giải thoát, đó là pháp môn “Giới, Định, Tuệ”. Tại sao chúng tôi lại biết nó là pháp môn Giới, Định, Tuệ?

Thưa các bạn! Chúng ta hãy căn cứ vào lời di chúc và Bát Chánh Đạo tức là ĐẠO ĐẾ. Đạo Đế là một chân lý trong bốn chân lý của Đạo Phật. Đã là chân lý thì nó là một pháp môn hay nói cách khác nó là một chương trình giáo dục đào tạo bất di bất dịch của những pháp môn tu tập giải thoát thật sự, làm chủ sanh, già, bệnh, chết không ai có quyền thay đổi được. Nó là con đường dẫn chúng ta đi đến nơi giải thoát hoàn toàn. Nó là tấm bản đồ chỉ rõ đường đi

để chúng ta theo đó tiến bước mà không còn sợ làm đường lạc lối. Nó là chương trình giáo dục đào tạo những người có đạo đức nhân bản – nhân quả sống không làm khổ mình khổ người. Nhờ đó chúng ta đạt đến mục đích tối hậu, làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi.

Hiện giờ Đạo Phật có rất nhiều pháp môn của ngoại đạo xen vào, khiến cho chúng ta không biết phân biệt pháp môn nào chân chánh thật sự của Đạo Phật.

Nếu chân lý “Đạo Đế” không có thì chúng ta biết căn cứ vào đâu để xác định pháp môn tu hành chân chánh của Phật Giáo. May mắn thay! Đức Phật đã sáng suốt, khi Đạo Phật xuất hiện ra đời, Ngài đã dự đoán biết tương lai về sau ngoại đạo sẽ đìm Phật Giáo và diệt Phật Giáo bằng con đường pha trộn chánh pháp và tà pháp lẫn lộn, khiến cho người đời sau khó phân biệt tà, chánh. Cho nên, bài thuyết giảng lần đầu tiên của Đức Phật được gọi là chuyển pháp luân, chính là “Pháp môn Tứ Diệu Đế”. Tứ Diệu Đế là bốn chân lý của Đạo Phật bắt đầu có từ đây, khiến cho mọi người thông suốt thân phận của con người, tức là thông suốt thế giới quan và nhân sinh quan như thế nào đúng và như thế nào sai.

Căn cứ vào chương trình giáo dục đào tạo đức hạnh nhân bản - nhân quả của Phật Giáo (Đạo Đế) có tám lớp (Bát Chánh Đạo), chúng ta phân ra làm ba cấp tu học: (Giới, Định, Tuệ).

1- Từ lớp Chánh Kiến cho đến lớp Chánh Tinh Tấn là giai đoạn thứ nhất tu tập GIỚI LUẬT. Tu tập Giới Luật giai đoạn một có giáo trình tu học thuộc về pháp môn TỬ

CHÁNH CẦN. *Tứ Chánh Cần* gồm có: *Định Vô Lậu, Định Chánh Niệm Tỉnh Giác, Định Sáng Suốt và Định Niệm Hơi Thở.* *Định Niệm Hơi Thở* gồm có: 18 đề mục tu tập .

2- *Lớp Chánh Niệm* là giai đoạn thứ hai tu học **GIỚI LUẬT** trên Pháp môn **TỨ NIỆM XỨ.** *Tứ Niệm Xứ* gồm có *Tứ Niệm Xứ tu học trên Tứ Niệm Xứ; Tứ Niệm Xứ tu học trên pháp Thân Hành Niệm.*

3- *Lớp Chánh Định* là giai đoạn thứ ba tu tập **THIÊN ĐỊNH.** *Thiên định* có tên là **TỨ THÁNH ĐỊNH.** *Tứ Thánh Định* gồm có:

- *Sơ Thiên*
- *Nhị Thiên*
- *Tam Thiên*
- *Tứ Thiên*

Khi nhập Tứ Thiên xong thì ngay đó tuệ Tam Minh xuất hiện cho nên Tuệ Tam Minh không tu mà có. Tại sao vậy?

Chúng ta hãy lắng nghe lời Phật dạy cho kỹ: “GIỚI SANH ĐỊNH, ĐỊNH SANH TUỆ” để khỏi bị tà giáo lừa đảo .

Như vậy con đường tu tập của Phật Giáo xác định rất rõ ràng, không thể tà giáo ngoại đạo xen lẫn, pha trộn vào được. Vì nó là một chương trình giáo dục đào tạo đức hạnh làm Người làm Thánh. Vậy mà, Giáo pháp của Đạo Phật hiện giờ toàn là giáo pháp của ngoại đạo mới kỳ lạ. Chương trình giáo dục đào tạo không còn nữa, Giáo trình giáo án lộn xộn không lớp lang thứ tự chỉ còn là một tạng kinh hỗn tạp; một tạng giới không nêu rõ giới đức, giới

hạnh, giới hành, còn tụng luận thì luận trên trời dưới đất khiến cho người tu tập chẳng biết đường, như lạc vào trong rừng sâu.

Nhìn lại giáo pháp Đại Thừa và Thiên Tông thì chúng ta phải giật mình và phải cúi đầu thán phục các bậc Tổ Sư Bà La Môn. Họ thật là khéo léo tuyệt vời, đưa giáo pháp của mình, biến thành giáo pháp của Đạo Phật mà tất cả vừa là cư sĩ, vừa là tu sĩ của Phật Giáo đều là những người có học thức, kể cả người có trình độ kiến thức Tiến sĩ, vậy mà không hề có một người nào hay biết. Mãi cho đến hôm nay, nếu chúng tôi tu tập không thực hiện được lời dạy của Đức Phật thì muôn đời ngàn kiếp không còn ai vạch trần ra được cái sai này, cái khéo léo thiện xảo rất tinh vi này, biến Đạo Phật thành đạo Bà La Môn mà không hề ai biết. Và lại, tín đồ Phật Giáo lại còn tiếp tay với Bà La Môn làm mất đường lối, chương trình giáo dục đào tạo tu học đạo đức chân chánh của Phật Giáo mà không ai để ý. Thật là đau lòng. Phải không các bạn?

Kính thưa các bạn! Pháp môn của Phật giúp cho mọi người tu tập giải thoát tuyệt vời như vậy. Thế mà bây giờ, nhìn lại tu sĩ Phật Giáo chẳng còn gì là tu sĩ Phật Giáo, chỉ là những tu sĩ Bà La Môn phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới. Nghĩ đến đây chúng tôi xúc động vô cùng, thương cảm người cha lành đã hy sinh cả cuộc đời mình, để lại cho đàn con những lời dạy tâm huyết. Thế mà bây giờ còn gì đâu! Biết làm sao hồi các bạn!? Chỉ còn lại một mớ ngôn ngữ học danh học lợi ngoài đầu môi chót lưỡi để lừa đảo thiên hạ sống trên mồ hôi nước mắt của mọi người. Thật đáng trách phải không các bạn?

Khi Đức Phật tu tập xong và tìm thấy sự giải thoát thật sự, Ngài dùng những lời dạy và hành động (Quy xuống đánh lễ giáo pháp) hết sức chân thành và yêu thương loài người tận trong đáy lòng sâu thẳm: “TA HÃY CUNG KÍNH, ĐÁNH LỄ VÀ SỐNG Y CHỈ PHÁP ẤY”. Lời dạy này gây cho chúng ta một lòng tin sâu sắc; lời dạy này làm cho trái tim chúng tôi rung động trước lòng yêu thương vô bờ bến của đấng cha lành.

Hôm nay chúng tôi tu hành xong đọc lại những lời dạy này, chúng tôi xúc cảm không cầm được giọt nước mắt của mình. Vì nghĩ đến lòng thương yêu như trời biển của Đức Phật. Lòng yêu thương ấy không thể lấy gì mà so sánh được. Nhạc sĩ Y Vân so sánh lòng thương yêu của mẹ đối với con như biển Thái Bình: “Lòng mẹ thương con như biển Thái Bình rộng rãi...”. Nhưng lòng thương chúng sanh của Đức Phật dù đem bốn biển so sánh cũng không sánh được.

Ngài cung kính, cúi đầu đánh lễ và sống y chỉ pháp ấy, khiến cho chúng ta không bao giờ quên được ơn nghĩa này. Không quên được ơn nghĩa này thì phải luôn luôn nhớ đến “GIỚI, ĐỊNH, TUỆ”.

Chỉ có “Giới, Định, Tuệ” mới giúp chúng ta làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt tái sanh luân hồi; chỉ có “Giới, Định, Tuệ” mới giúp cho chúng ta tu tập không còn sợ tu sai pháp, lạc vào tà pháp của ngoại đạo. Ngoài giới luật ra không còn giáo pháp nào dạy chúng ta tu hành giải thoát chân chánh nữa.

Hỡi các bạn! Các bạn nhớ ơn Phật thì các bạn hãy mạnh dạn chỉ thẳng những gì sai không đúng giáo pháp của Phật giáo; những gì không đúng giới luật của Phật để chấn chỉnh lại Phật Giáo thì đó là các bạn đã đền đáp ơn Phật.



ĐỨC PHẬT KHUYÊN TU TẬP BỐN TINH CẦN

LỜI PHẬT DẠY

“1- Tinh cần chế ngự

2- Tinh cần đoạn tận

3- Tinh cần tu tập

4- Tinh cần hộ trì.”

CHÚ GIẢI:

Bốn tinh cần là gì?

Bốn tinh cần là bốn pháp môn mà người đệ tử của Phật cần phải siêng năng tu tập hằng ngày không được biếng trễ cũng giống như ngày nào chúng ta cũng phải ăn cơm uống nước vậy.

❖ *Bài tu tập thứ nhất: TINH CẦN CHẾ NGỰ. Vậy tinh cần chế ngự nghĩa là gì?*

Muốn hiểu bài học thứ nhất thì chúng ta phải hiểu những chữ tinh cần và chế ngự cho rõ ràng. Vậy tinh cần có nghĩa là gì?

Tinh cần có nghĩa là siêng năng, chuyên cần, giờ nào cũng làm việc không nghỉ ngơi.

Chế ngự nghĩa là gì?

Chế ngự có nghĩa, ngăn chặn, không làm theo.

Ở đây, Đức Phật dạy chúng ta tinh cần chế ngự, có nghĩa là bảo chúng ta “tu tập phải từng giây, từng phút, từng sát na siêng năng, chuyên cần liên tục, không được biếng trễ, không được gián đoạn sự ngăn chặn, không được làm theo lòng ham muốn và tâm hung ác của chính mình” tức là hằng ngày phải siêng năng, tinh cần ly dục ly ác pháp.

Để cho hiểu dễ dàng hơn thì cần phải có những ví dụ:

1) Khi tâm chúng ta khởi muốn ăn phi thời thì ngay đó chúng ta ngăn chặn quyết liệt không cho ăn. Ngăn chặn quyết liệt không cho ăn, đó là chế ngự lòng tham muốn (dục) hay nói cách khác là ly dục về ăn.

2) Chưa đến giờ đi ngủ mà thân tâm bị hôn trầm, thùy miên muốn đi ngủ. Chúng ta muốn ngăn chặn sự buồn ngủ, không làm theo nó, liền đi kinh hành làm cho thân tâm không ngủ được, ấy là chế ngự tâm ham muốn ngủ, hay nói cách khác là ngăn chặn sự buồn ngủ. Đi kinh hành ngăn chặn sự buồn ngủ tức là tinh cần chế ngự lòng ham muốn ngủ của mình và như vậy gọi là ly dục ly ác pháp.

3) Ngồi một mình cô đơn trong thất muốn đi nói chuyện cho vui với người khác, ngay đó chúng ta liền ngăn chặn không đi nói chuyện. Ngăn chặn không đi nói chuyện, tức là chế ngự lòng ham muốn vui chơi của mình. Chế ngự lòng ham muốn vui chơi của mình tức là ly dục ly ác pháp.

4) Khi tâm muốn đi làm một việc gì mà việc ấy phi thời thì phải ngăn chặn liền, sự ngăn chặn không đi làm là chế ngự tâm mình hay nói cách khác là ly dục ly ác pháp.

Tóm lại, lời dạy này khuyên nhắc chúng ta muốn tu tập được giải thoát ra khỏi sanh, già, bệnh, chết thì phải thường hằng siêng năng ly dục ly ác pháp. Đó là “TINH CẦN CHẾ NGỰ” tâm dục và ác pháp. Đây là bước đầu tu tập căn bản nhất của Phật Giáo mà người tu sĩ và người cư sĩ nào muốn tu tập cũng phải khởi sự từ nơi đây. Đó cũng là phương pháp tu tập để xây dựng cho mình một nền tảng đạo đức nhân bản – nhân quả làm người. Không làm khổ mình khổ người. Đó là một phương pháp tu tập thiền định xả tâm, xả đến đâu là có giải thoát đến đấy; xả đến đâu là có tâm thanh tịnh đến đấy. Do tu tập thiền định kết quả như vậy nên Đức Phật dạy: “Pháp ta không có thời gian đến để mà thấy”.



❖ *Bài học thứ hai: TINH CẦN ĐOẠN TẬN. Vậy tinh cần đoạn tận như thế nào?*

Khi tâm tôi có tham, tôi biết tâm tôi có tham tức là biết tâm có dục. Biết tâm có dục thì ngay đó tôi phải siêng năng làm cho nó hết dục. Làm cho nó hết dục tức là đoạn tận.

Theo phương pháp đoạn tận tâm tham Đức Phật dạy: “Do vậy, này các Thầy Tỳ Kheo, nếu các Thầy mong rằng ly dục ly ác pháp, các Thầy sẽ chứng đạt an trú Thiên Thứ Nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh có tâm, có tứ thì Định Niệm Hơi Thở vô hơi thở ra cần phải được khéo tác ý”. Ở đây hơi thở vô, hơi thở ra cần phải được khéo tác ý như thế nào?

Chúng ta hãy nghiên cứu lại pháp môn Định Niệm Hơi Thở thì sẽ rõ. Trong Định Niệm Hơi Thở Phật dạy: “Quán ly tham tôi biết tôi hít vô, quán ly tham tôi biết tôi thở ra”. Đó là một phương pháp đoạn tận tâm tham tuyệt vời, nếu ai tin tưởng giữ gìn giới luật nghiêm chỉnh thì nương vào hơi thở mà tác ý như vậy thì chúng tôi bảo đảm với quý vị sẽ có kết quả ngay liền.

Với tâm sân, quý vị cũng nên nương vào hơi thở mà tác ý như vậy: “Quán ly sân tôi biết tôi hít vô, quán ly sân tôi biết tôi thở ra”.

Với tâm si, quý vị cũng nên nương vào hơi thở mà tác ý: “Quán ly si tôi biết tôi hít vô, quán ly si tôi biết tôi thở ra”.

Muốn cho tâm được định tĩnh không còn bị hôn trầm, thù miên thì quý vị cũng nên nương vào hơi thở mà tác ý: “Với tâm định tĩnh tôi biết tôi hít vô, với tâm định tĩnh tôi biết tôi thở ra”.

Với tâm phiền não, lo lắng, sợ hãi, v.v... thì quý vị cũng nên nương vào hơi thở mà tác ý: “An tịnh toàn tâm tôi biết tôi hít vô, an tịnh toàn tâm tôi biết tôi thở ra”.

Trên đây là phần tinh cần đoạn tận về tâm, còn về thân thì tinh cần đoạn tận như thế nào?

Mỗi khi thân có đau nhức hay bệnh tật thì cũng nên an trú vào hơi thở mà tác ý: “An tịnh toàn thân tôi biết tôi hít vô, an tịnh toàn thân tôi biết tôi thở ra”. Cứ bền chí mà tác ý như vậy đến chừng nào thân không bệnh, không còn đau khổ nữa mới thôi.

Những lời dạy trên đây các bạn có tin không? Nếu tin thì có lợi ích cho các bạn, còn không tin thì các bạn sẽ tổn tiền thuốc thang và chịu nhiều đau khổ.

Do sự đau khổ, phiền não thân tâm của quý bạn nên Đức Phật dạy: “TINH CẦN ĐOẠN TẬN”. Nếu quý bạn tinh cần đoạn tận thì sự an vui và hạnh phúc sẽ đến với các bạn.

Trước khi muốn đoạn tận các sự phiền não và tất cả bệnh khổ đau nơi thân tâm của quý bạn thì quý bạn hãy tu tập cách thức an trú cho được trong hơi thở, trong bước đi hay hơi thở, nói cách khác tổng quát hơn là an trú trong thân hành của các bạn. Khi an trú được thì bạn mới đẩy lui được các chương ngại pháp. Đẩy lui các chương ngại pháp trên thân tâm, tức là làm cho thân tâm của quý bạn được an ổn và thanh tịnh. Do làm cho thân tâm được an ổn và thanh tịnh, đó là một điều lợi ích rất lớn mà Đức Phật thường nhắc nhở chúng ta nên “TINH CẦN ĐOẠN TẬN MỌI KHỔ ĐAU”. Đó là một phương pháp tu tập rất thực tế và có lợi ích thiết thực ngay liền mà trong kinh Tứ Niệm Xứ đã dạy: “Trên thân quán thân để khắc phục tham ưu. Trên tâm quán tâm để khắc phục tham ưu. Trên thọ quán thọ để khắc phục tham ưu....”.



❖ Bài học thứ ba: TINH CẦN TU TẬP. Vậy tinh cần tu tập như thế nào?

Như chúng ta đã biết những pháp môn mà Đức Phật đã dạy gồm có:

1/ Mười tám đề mục Định Niệm Hơi Thở.

2/ Định Vô Lộ.

3/ Định Chánh Niệm Tĩnh Giác.

4/ Định Sáng Suốt.

5/ Tác ý đẩy lùi các chương ngại pháp trên Tứ Niệm Xứ.

6/ Tu Tập Thân Hành Niệm.

Trên đây là những pháp môn cần phải siêng năng tu tập từng giây, từng phút, từng giờ không được phí bỏ những giây phút nào cả. Có tinh cần tu tập như vậy thì chúng ta mới “CHẾ NGỰ” mới “ĐOẠN TẬN” được lòng ham muốn, mọi ác pháp, mọi khổ đau của kiếp làm người.

Lời dạy thứ ba trên đây, rất là quan trọng cho việc chế ngự và đoạn tận tâm dục và các ác pháp. Có chuyên cần tu tập các pháp môn trên đây thì mới đủ năng lực chế ngự và đoạn tận tâm dục và các ác pháp. Nó lưu xuất từ trong thân tâm, do các pháp ác bên ngoài tác dụng vào. Nhờ năng lực tu tập của các pháp môn trên chúng ta mới có đủ khả năng đẩy lùi các chương ngại pháp, thì thân tâm chúng ta mới an trú được. Nếu không tu tập các pháp trên đây thì chẳng bao giờ chế ngự và đoạn tận các chương ngại pháp được.

Cho nên sự tinh cần tu tập các pháp môn là điều quan trọng để tạo ra năng lực buông xả rất mạnh và nhanh chóng. Muốn tu tập đạt được kết quả tốt như vậy thì cần phải siêng năng tu tập không được biếng trễ. Tu tập các pháp giống như hằng ngày chúng ta ăn cơm và uống nước vậy.



❖ Bài học thứ tư: TINH CẦN HỘ TRÌ. Vậy tinh cần hộ trì như thế nào?

Trong thân chúng ta có sáu căn:

1. Mắt
2. Tai
3. Mũi
4. Miệng
5. Thân
6. Ý

Sáu chỗ này là sáu cửa ra vào của sáu trần, nếu người tu hành không, cảnh giác cẩn thận thì giặc sanh tử sẽ lén vào và làm cho tâm bất an. Vì thế Phật dạy: “Phải siêng năng luôn luôn hộ trì các căn”.

Vậy, chúng ta phải giữ gìn cửa nào trước trong sáu cửa này?

➤ Mắt: Là cửa thành thứ nhất mà chúng ta phải giữ gìn trước nhất, vì sắc tướng của sáu trần lúc nào cũng có, nên nó sẽ theo cửa mắt mà vào thành. Mắt được xem là cửa ải Tam quan. Cửa ải Tam quan là cửa ải địa đầu của đất nước, nếu một khi cửa ải này mất thì đất nước bị lung lay. Cũng vậy nếu mắt bị sắc xâm chiếm thì thân tâm bị dao động.

Cho nên luôn phải giữ gìn mắt. Vậy giữ gìn mắt như thế nào?

Muốn giữ gìn mắt tức là phòng hộ mắt thì phải chấp nhận sống độc cư, không tiếp duyên ra ngoài. Lúc ở trong thất cũng như lúc đi ra ngoài luôn luôn phải hướng tâm

nhắc mắt phải nhìn vào trong thân; phải thấy bước chân đi, khi đi đứng; phải thấy hơi thở ra hơi thở vào, khi ngồi. Nếu hộ trì mất được như vậy thì mất không dính sắc trần thì mất thanh tịnh, còn không phòng hộ được như vậy thì mất dính sắc, mất dính sắc thì tâm phóng dật, tâm phóng dật thì phá hạnh độ cư, phá hạnh độ cư, thì tâm có tinh cần tu tập pháp gì thì cũng không kết quả, tâm tu tập không kết quả thì không có năng lực, không có năng lực thì không đoạn tận dục và ác pháp, không đoạn tận dục và ác pháp thì không còn cách nào chế ngự được tâm. Và như vậy thì thân tâm của chúng ta sẽ chẳng bao giờ thoát khổ.

Tóm lại, giữ gìn mắt rất cần thiết cho sự tu tập bốn điều tinh cần ở trên mà một người quyết tâm tu tập làm chủ sanh, già, bệnh, chết thì không thể thiếu được. Trong bốn điều tinh cần, điều nào cũng cần thiết, cũng cần phải siêng năng tu tập. Nhưng phải thấy điều thứ tư là quan trọng bậc nhất, đó là hộ trì các căn. Mà hộ trì căn mắt là một điều quan trọng hơn các căn khác, như những người lính giữ cửa ải quan.

➤ Tai: Là căn thứ hai cũng không kém quan trọng. Phòng hộ tai phải như thế nào?

Phòng hộ tai khi ở trong thất cũng như lúc đi ra ngoài, phải tác ý nhắc tai phải nghe vào tiếng chân bước đi, khi đi; tiếng hơi thở ra, tiếng hơi thở vô, khi ngồi. Có phòng hộ tai như vậy tai mới không dính mắc thanh trần, tai không dính mắc thanh trần thì tai thanh tịnh, tai thanh tịnh thì tâm thanh tịnh. Tai thanh tịnh thì tu các pháp mới có năng lực, có năng lực thì mới đoạn tận, mới chế ngự dục và

ác pháp. Nhờ đó con đường tu tập mới làm chủ sanh, già, bệnh, chết.

➤ Mũi: Là căn thứ ba là mũi, vậy phòng hộ mũi như thế nào?

Mũi thường hay ngửi mùi, tức là hương trần. Hương trần gồm có:

1- Mùi thơm

2- Mùi thối

Mũi ngửi mùi thơm sanh ra ưa thích, gặp mùi thối thì không ưa thích.

Nghe mùi thơm của thực phẩm thì con người sanh ra dục muốn ăn. Nghe mùi thối của phân, phần thì con người bịt mũi đi tránh không ưa.

Con người đem dâng cúng thực phẩm cho Phật khi Phật tịch là sai, vì thực phẩm của con người ăn là bất tịnh chỉ nuôi thân tứ đại bất tịnh. Cho nên chư Phật nghe mùi thực phẩm của con người ăn là hôi thối.

Chim ó. Chim kên kên và loài chó nghe mùi thịt thối thì cho là thơm, ưa thích. Còn con người cho là thối, không ưa thích.

Tính chất của hương trần, loài này cho là thơm, nhưng loài khác cho là thối. Còn cách tu như thế nào đối trị với hương trần?

Đối trị với hương trần mùi thơm cũng như mùi thối, luôn luôn lúc nào cũng phải phòng hộ mũi. Phòng hộ mũi bằng cách tác ý hướng dẫn mũi ngửi vào trong thân, thân

hành nội (hơi thở) và thân hành ngoại (kinh hành). Thờn cũng không khởi dục tham đắm, thôi cũng không trốn chạy, chỉ có duy nhất siêng năng cần mẫn liên tục tác ý dẫn mũi ngửi vào trong thân cũng giống như dẫn tai và mắt vậy. Có dẫn tai, mắt, mũi như vậy thì mới tu tập nhiếp phục tâm mình được và tâm mới an trú được trong thân hành tức là tâm định trên thân. Nhờ sống hộ trì mắt, tai, mũi được như vậy, nên tâm tu tập mới có đầy đủ năng lực để chế ngự, đoạn tận dục và ác pháp, v.v...

Tinh cần hộ trì mắt, tai, mũi như vậy chưa đủ mà còn phải tiếp tục hộ trì các căn khác nữa như: miệng, thân và ý.

➤ **Miệng**: Là căn thứ tư vậy hộ trì miệng như thế nào?

Hộ trì miệng có hai phần:

1- Hộ trì miệng về ăn, uống.

2- Hộ trì miệng về nói.

- Hộ trì miệng về ăn uống thì không được ăn uống phi thời, ăn uống phải có tiết độ, phải đúng giờ giấc, ăn uống không được ham thích ăn ngon, ăn uống phải biết quán thực phẩm bất tịnh để sanh tâm nhàm chán. Ăn uống phải sáng suốt, tư duy: ăn để sống chứ không phải sống để ăn. Ăn để sống, sống để tu hành, để thân tâm lúc nào cũng thanh thản, an lạc và vô sự. Ăn để sống, sống để hộ trì các căn không cho dục và các ác pháp tác động sai khiến hoặc xâm chiếm, làm khổ mình làm khổ người và tất cả chúng sanh. Ăn để sống, sống để làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi tái sanh, chứ không phải ăn để sống,

sống chạy theo dục lạc, để chấp nhận đời sống phải chịu nhiều khổ đau. Ăn để sống, sống để làm chủ thân tâm, khiến cho thân tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ, chứ không phải để tranh luận hơn thua, để tranh đua về ăn uống, để tranh chấp về danh, lợi hơn thiệt ở đời. Ăn để sống, sống để biết thương yêu mọi người, để giúp đỡ mọi người bất hạnh trong xã hội, để an ủi, chia sẻ những nỗi thương đau, những nỗi mất mát mà con người đang, sẽ phải chịu. Ăn để sống, sống để thấy trách nhiệm bổn phận đạo đức làm người không nên làm khổ mình khổ người, chứ không phải ăn để sống, sống để vì sự sống của mình mà chà đạp lên sự sống của bao nhiêu người khác và loài vật khác... Đó là cách hộ trì miệng về ăn uống, mỗi khi ăn uống chúng ta đều phải nhớ những lời dạy này.

- Hộ trì miệng về lời nói, không được nói những lời thiếu chân thật, xin đọc lại Thánh đức chân thật trong Mười Giới Thánh Đức Sa Di.

- Hộ trì miệng về lời nói thì không được nói lời hung dữ; không được chửi mắng, nạt nộ, hăm dọa người khác; không được la lớn tiếng, không được chửi thề nói lời tục tĩu, không được xưng hô mày, tao, nó hấn, y...

- Hộ trì miệng về lời nói thì không được nói thêm bớt, nói xấu người khác, không được vu khống, vu oan giá họa, không được nói lật lọng...

- Hộ trì miệng về lời nói thì không được nói móc lờ, nói mỉa mai người khác, nói giễu cợt, nói châm chọc...

Tóm lại, hộ trì miệng là giữ gìn lời nói không làm khổ mình khổ người, luôn nói lời êm dịu, nhẹ nhàng, ôn tồn, nhã

nhận, đầy lòng từ ái, ôn hòa, tha thứ, thân thương và yêu mến. Lời nói luôn đem đến mình vui người khác vui.

Người ta còn bảo miệng là “Khẩu Nghiệp” Khẩu nghiệp có hai phần:

1- Khẩu nghiệp về ăn: Miệng ăn uống không tiết độ, không đúng cách nên khiến cho thân thọ lấy những khổ đau, bệnh tật, nghiện ngập, tu hành không ly dục ly ác pháp được.

2- Khẩu nghiệp về nói: Miệng nói ra phải cẩn thận, nếu không cẩn thận sẽ mang nghiệp vào thân khiến thân tâm phải phiền não khổ đau, hối hận.

Tóm lại, hộ trì miệng là điều cần thiết nhất trong cuộc sống tu hành, nên Phật dạy phải độc cư sống trầm lặng một mình như con tê ngưu một sừng.

Tinh cần hộ trì mắt, tai, mũi, miệng như vậy chưa đủ mà còn phải tiếp tục hộ trì các căn khác nữa là thân và ý.

Muốn phòng hộ trì thân, phải hộ trì như thế nào?

- Hộ trì thân có hai phần:

1- Hộ trì các hành động của thân.

2- Hộ trì thân là không cho các ác pháp xâm chiếm vào thân.

a) Hộ trì các hành động của thân gồm có:

- Không cho thân làm những điều ác.

- Ý thức phải điều khiển thân hành.

- Mỗi thân hành phải được ý thức kiểm duyệt.

b) Hộ trì thân là không cho các ác pháp xâm chiếm vào thân gồm có:

- *Ngừa bệnh hơn trị bệnh, nghĩa là phải ngăn ngừa ruồi, muỗi, sâu độc, rắn, bò cạp, rết, thú dữ, v.v... không cho xâm chiếm vào thân, luôn luôn giữ gìn thân được an lạc bằng vệ sinh, bằng ăn uống tiết độ, bằng nuôi dưỡng thiện pháp, không đem vào thân những ác pháp, phải nuôi thân bằng chánh mạng.*

- *Đẩy lùi các bệnh tật trên thân. Làm chủ bệnh tật là điều hạnh phúc thứ nhất trong cuộc sống thế gian.*

- *Tìm mọi cách giúp cho thân được an trú, thanh tịnh và vô sự, theo pháp môn Định Niệm Hơi Thở.*

- *Bằng phương pháp Tứ Niệm Xứ giúp cho thân sung mãn dồi dào sức lực.*

- *Bằng phương pháp Thân Hành Niệm giúp cho thân tâm sanh bầy Giác Chi.*

Nếu trong cuộc sống tu hành theo Phật Giáo để tìm cầu sự giải thoát làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi thì phải luôn luôn hộ trì thân hành, không thể nào thiếu sự hộ trì này mà chứng đạo được.

Tinh cần hộ trì mắt, tai, mũi, miệng, thân như vậy chưa đủ mà còn phải tiếp tục hộ trì căn khác nữa là ý căn.

Muốn hộ trì ý căn phải như thế nào?

- *Hộ trì ý căn có ba phần:*

1- Sử dụng tri kiến

2- Sử dụng pháp hướng tâm như lý tác ý.

3- Sử dụng giới luật.

- Sử dụng tri kiến, khi nào có một niệm khởi trong tâm hay một pháp bên ngoài tác động vào tâm thì phải tư duy suy nghĩ cho tường tận niệm ấy, để đẩy lui khiến cho tâm trở nên thanh thản, an lạc và vô sự. Sử dụng tri kiến tức là tu tập Định Vô Lộ. Càng tu tập Định Vô Lộ thì tri kiến càng sắc bén. Tri kiến sắc bén giống như một thanh gươm thứ hùng kiếm của một dũng sĩ lâm trận.

- Thường xuyên tác ý để tâm ly dục ly ác pháp; thường xuyên tác ý để tâm có một nội lực mạnh mẽ giúp cho ý thức đẩy lùi các chướng ngại pháp trên thân một cách dễ dàng. Đó là cách thức tu tập tạo thành ý thức lực, nhờ ý thức lực mà chúng ta làm chủ sanh, già, bệnh, chết...

- Sử dụng giới luật, vì giới luật là thiện pháp, là đạo đức làm người, làm Thánh. Cho nên lấy giới luật làm tiêu chuẩn để ý thức nhắm vào tư duy quan sát các pháp đang trùng trùng duyên khởi. Do đó chúng ta không bị lầm lạc, lẫn lộn pháp thiện ra pháp ác, pháp ác ra pháp thiện. Biết sử dụng giới luật đúng pháp thì chúng ta tu tập Tứ Chánh Cần mới có hiệu quả: “Ngăn ác diệt ác pháp, sanh thiện tăng trưởng thiện pháp”

Tóm lại, trên đường tu tập theo giáo pháp của Phật Giáo thì chúng ta phải theo lời khuyên này. Hằng ngày phải siêng năng tu tập bốn loại tinh cần, đừng cố chấp tuân tữ theo pháp mà phải biết khéo léo thiện xảo và linh động tùy theo mỗi trạng thái tâm của chúng ta mà tu tập. Có tu tập như vậy thì mới có ích lợi thật sự.

Ví dụ: Trong lúc chúng ta đang tinh cần tu tập Chánh Niệm Tỉnh Giác thì bỗng có tiếng kêu la cầu cứu. Tức thì chúng ta tinh cần tu tập hộ trì nhĩ căn.

Ví dụ trên đây để chúng ta nhận xét sự linh động thiện xảo từng giây, từng phút trong sự tu tập. Đừng có cố chấp khư khư theo giáo điều thì sai lệch mất.

Cho nên bốn tinh cần này là gồm đủ các pháp tu tập trong Phật Giáo. Cuối cùng chúng tôi không biết nói gì hơn để trao lại những kinh nghiệm và tâm sự cùng các bạn thiết tha tu hành thân mến. Ước mong sao quý bạn sẽ thành tựu viên mãn con đường giải thoát của Phật Giáo để đền đáp ơn Phật trong muôn một.



ĂN CHAY LÀM CÂY CỎ BIẾT ĐAU

Hỏi: *Kính bạch Hoà Thượng! Con còn hai điều không biết rõ, xin Hoà Thượng chỉ dạy:*

1- *Có người bảo rằng: “Ăn chay để tránh sự sát sanh, đau khổ, vậy cây, cỏ đang sống mình bẻ ngang ăn, nó cũng biết đau đớn vậy? Con không biết phải trả lời sao cho đúng với đạo đức nhân quả.*

2- *Có một số người nói: “Trứng gà công nghiệp dùng cho ăn chay được, tại vì nó không có kết hợp trứng mái?”.*

Kính bạch Hoà Thượng! Những điều trên đây con chưa thấu hiểu. Ngưỡng mong Hoà Thượng dành chút thời gian quý báu để chỉ dạy cho con được rõ.

Con xin kính chúc cho Hoà Thượng được nhiều sức khoẻ và ánh sáng chánh Phật pháp luôn lan tràn khắp hành tinh này.

Đáp: Nếu con trả lời ngắn gọn thì nên hỏi lại: “*Các bạn có bệnh thần kinh không? Chỉ có những người bệnh thần kinh mới có cảm tưởng cây cỏ biết đau khổ. Khi biết chúng đau khổ, sao bạn lại nhẫn tâm ăn chúng?*”

1- Nói cỏ cây biết đau khổ là nói đúng, nhưng các bạn nhận ra sự đau khổ của nó bằng gì? Các bạn không chứng minh được cây cỏ đau khổ, chỉ nói trong tưởng thành các bạn nói sai. Khi muốn nói cây cỏ đau khổ thì phải nói có một sự chứng minh cụ thể các bạn ạ!

Khi ta bẻ ngọn, cắt cành, nhổ gốc, sao loài thực vật không kêu la, rên xiết, không giãy giụa phản ứng như loài động vật vậy?

Ý của các bạn trên đây là bạn sống trong tưởng tri, “*tưởng cây cỏ biết đau khổ*”. Chứ các bạn không chứng nghiệm được sự khổ đau của nó. Các bạn sống trong tưởng như những nhà thơ, nhà văn.....

Vì nhân quả khổ đau của chính mình mà ta không nỡ nhẫn tâm sống trên tiếng kêu la rên xiết, giãy giụa khổ đau của loài động vật.

Thực vật tuy có đời sống, có sự đau khổ như loài động vật, nhưng không kêu la, không giãy giụa, không máu đỏ v.v... Vì thế ta mới sống trong thực phẩm thực vật để không còn mắt thấy sự giãy giụa, máu đỏ, thịt rơi; để

không còn tai nghe tiếng kêu la, rên xiết của loài động vật trước khi tắt thở.

Các bạn có những lý luận này, là chính các bạn đã tự đối lòng mình, tự mâu thuẫn với sự sống của mình. Vì chính các bạn đang sống trong các loại thực phẩm động vật và thực vật mà các bạn có như thật biết chúng đau khổ đau, Các bạn đau có lòng thương yêu chúng, các bạn đang nhai nuốt chúng, đang nở nhẩn tâm chà đạp lên sự sống của chúng, các bạn chỉ nói lời ấy là để bác bỏ đạo đức hiếu sinh của người khác. “Mình sống không đạo đức hiếu sinh thì cũng muốn người khác sống không đạo đức như mình”. Ý các bạn hỏi câu này là chỉ cho những người ăn thực phẩm thực vật cũng giống như những người ăn thực phẩm động vật. Vì cả hai đều có sự đau khổ như nhau; ý các bạn hỏi câu này không phải các bạn thương yêu sự sống của muôn loài. Bởi vì các bạn đang sống bằng xương máu của động vật và thực vật.

Chúng tôi biết rất rõ tâm các bạn đều sợ đau khổ, sợ chết, đều ước mong có sự bình an, yên lành. Thế mà hằng ngày các bạn lại sống trong sự đau khổ của loài động vật, thực vật khác. Các bạn sống vui cười hạnh phúc trong sự khổ đau của động vật và thực vật. Các bạn có biết không?

Các bạn có biết sự đau khổ không? Các bạn chỉ nói được bằng miệng, “Cỏ cây cũng biết đau khổ”, chứ các bạn có biết chúng đau khổ như thế nào đâu?

Ví dụ: Nếu có ai đánh đập, đâm chém và làm thịt các bạn thì các bạn nghĩ sao? Chừng đó các bạn mới nếm được mùi vị đau khổ như thật; chừng đó các bạn mới có buồn khổ, căm tức và thù hận kẻ làm đau khổ mình... Nếu các bạn hỏi được câu này thì các bạn đừng ăn thực phẩm động vật và thực phẩm thực vật thì sự sống của các bạn sẽ ra sao, các bạn có biết không?

Có lẽ các bạn là cỏ cây nên đã cảm thông với cỏ cây mà nêu ra những ý kiến này. Nếu các bạn thật sự là cỏ, cây, đất, đá thì chúng tôi không có ý kiến gì với các bạn cả, vì các bạn nói đúng. Còn chúng tôi nói cỏ cây có sự đau khổ là có sự chứng minh cho các bạn thấy cụ thể.

Còn các bạn là cỏ cây, đất đá.....thật thì làm sao các bạn có ý kiến, có cảm giác của loài động vật. Nhưng loài động vật có tri kiến là loài người các bạn ạ! Mà loài người thì sống phải có đạo đức, có tình cảm, có lương tri, lương năng, có sự yêu thương nhau.

Các bạn là con người, sao gọi lên những ý tưởng không đúng sự thật “cây cỏ biết đau khổ”, cây cỏ biết đau khổ có bao giờ nói với các bạn chưa? Các bạn có thấy chúng đau khổ chưa? chúng biểu hiện sự đau khổ ấy như thế nào?

Các bạn giàu tưởng tượng, để bắt bí người khác không sống trong ảo tưởng như các bạn; để lôi kéo người khác vào sự khổ đau bằng chính những hành động ác của họ (nhân ác); để lôi kéo những người khác vào sự phá hoại sự sống trên hành tinh này, chứ nào bạn có thương

yêu sự sống của muôn loài, bằng chứng bạn nói cỏ cây đều biết có sự đau khổ, nhưng bạn vẫn sống trên sự đau khổ không những loài động vật mà còn loài thực vật nữa.

Trên hành tinh này là hành tinh có môi trường sống, vì thế mọi vật luôn luôn phải biết bảo vệ sự sống của nhau, cỏ cây nuôi loài động vật, động vật phải biết bảo dưỡng cỏ cây thì môi trường sống càng ngày càng tốt đẹp hơn, do đó cỏ cây xanh tươi mát mẻ, loài động vật thương yêu nhau như anh em trong một nhà. Ngược lại, hiện giờ loài động vật đang tự hoại diệt sự sống của nhau trên hành tinh này.

Thực vật để lại hoa trái và lá nuôi loài động vật, loài động vật thì biết chăm sóc bón phân, tưới nước cho loài thực vật. Thì bông, trái, lá là món ăn của loài động vật và loài động vật ăn hoài không hết. Ngược lại con người và loài vật lớp ăn lớp diệt khiến cho cây cỏ cần cỗi khô chết, thậm chí người ta còn đốt rừng phá hoại sự sống của ngàn cây nội cỏ và còn ăn thịt lẫn nhau.

Ngàn cây nội cỏ là sự sống của loài động vật thế mà người ta còn huỷ diệt, huống là loài động vật thì làm sao mà không ăn thịt lẫn nhau. Con lớn ăn thịt con bé, con mạnh ăn hiếp con yếu. Đó là một hình ảnh bất công phi đạo đức trên môi trường sống này, trên hành tinh này, là một nỗi buồn đau của những người biết thương yêu sự sống của muôn loài.

Với những người này con nên trả lời đúng nhân quả:

Khi bạn biết nó đau đớn thì bạn đừng có ăn nó, còn chúng tôi chỉ biết loài động vật có sự đau đớn nên chúng tôi không ăn.

Bạn biết cây cỏ đau đớn mà bạn ăn nó, tức là bạn quá ác tâm, quá tàn nhẫn, mà người quá ác tâm, quá tàn nhẫn như vậy thì có khác chi là loài ác quỷ.

Còn chúng tôi biết cỏ cây có sự đau đớn, nên chúng tôi quyết chí tu hành để chỉ còn có một kiếp này nữa mà thôi. Vì có sự sống này là có sự khổ đau và chúng tôi không muốn thấy sự khổ đau nữa dù bất cứ loài động vật hay loài thực vật.

TRỨNG GÀ CÔNG NGHIỆP LÀ NHỮNG CHẤT BẤT TỊNH

2- Trứng gà công nghiệp, người ăn chay có thể dùng được, vì không có sự đau khổ trong ấy: Nhưng ăn chay kiểu đó chỉ mới thực hiện được lòng thương yêu (lòng từ bi) chứ chưa thực hiện được sự thanh tịnh của thân, tâm.

Trong trứng gà, vịt có chất bất tịnh mùi tanh của nó.

Một người muốn nhập được thiền định làm chủ sự sống chết, mà thân tâm không thanh tịnh thì làm sao nhập định được?

Vốn trong thực phẩm động vật có nhiều chất độc và nhiều chất bất tịnh, vì thế người muốn tu tập để thân tâm thanh tịnh và giải thoát hoàn toàn thì phải ăn uống rau quả là tốt nhất.

Trứng gà, vịt là một chất bất tịnh, nên khi ăn nó, chúng ta cần phải có sự tư duy kỹ. Nếu sống để ăn thì nên

ăn. Còn ăn để sống, để tu, để ly dục ly ác pháp, để thân tâm thanh tịnh, để thân tâm nhập được thiền định thì không nên ăn.

Do sự tu tập giúp cho thân tâm thanh tịnh, thì chúng ta còn phải tránh ăn năm loại rau kích dục và có mùi tanh hôi như: Hành, hẹ, tỏi, nén và rau dấp cá, hướng hồ là ăn trứng gà, vịt

Thăm và chúc con vui mạnh, tu tập xả tâm tốt



ĐẠO PHẬT CHỈ CÓ MỘT Đấng GIÁO CHỦ

Hỏi: Kính thưa Thầy, con có nghe nhiều, thấy nhiều kinh sách nói về Phật A Di Đà, Phật Di Lặc, Hội Long Hoa, v.v.... con không hiểu kính xin Thầy giảng để chúng con hiểu.

Đáp: Phật A Di Đà là do các nhà Đại Thừa dựng lên để xây dựng thế giới siêu hình Cực Lạc Tây Phương tưởng, nhất là tưởng tượng và hy vọng “Cực Lạc” có nghĩa là rất vui, là nơi lý tưởng của các nhà Đại Thừa để sau khi chết họ sẽ về đó để hưởng hạnh phúc an lạc đời đời, kiếp kiếp.

Đức Phật Di Lặc cũng là một vị Thần trong kinh Vệ Đà mà các Tổ đã biến thành Giáo Chủ của Phật giáo trong thời vị lai.

Đức Phật Di Lặc là một đức Phật tưởng do các nhà Đại Thừa dựng lên, hy vọng ngày mai xây dựng một Phật

giáo mới. Nói đúng hơn là lấy đức Phật Di Lặc đem lại niềm tin kinh điển Đại Thừa cho mỗi con người hơn.

Đức Phật Di Lặc đã được kinh sách Đại Thừa nói rất nhiều và kinh A hàm thuộc Hán tạng cũng có nói đến, đó là những bài kinh gạch nối của các Tổ sau này soạn viết đưa vào, đó là một thâm ý nham hiểm của các nhà Đại Thừa, đưa đức Phật Di Lặc ra để làm một cuộc cách mạng Phật giáo lật đổ đức Phật Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni thay thế đức Phật Di Lặc làm Giáo Chủ Đạo Phật.

Hội Long Hoa, tức là cuộc cách mạng Phật giáo do các nhà Đại Thừa lãnh đạo, để mở màn cho đức Phật Di Lặc lên nắm quyền Giáo Chủ Phật Giáo toàn bộ thì lúc bấy giờ kinh sách Nguyên Thủy sẽ bị triệt tiêu (tức là đường lối giáo lý của Phật Thích Ca Mâu Ni sẽ bị quét sạch).

Trong kinh sách Nguyên Thủy không bao giờ có nói đến đức Phật Di Lặc và trong hàng Thánh Tăng đệ tử của đức Phật trong thời điểm đó cũng không có ai tên là Di Lặc. Cho nên đối với kinh sách Nguyên Thủy tên Di Lặc là một tên xa lạ. Vậy mà sắp sửa lên nắm quyền giáo chủ Phật giáo, Xin quý vị Phật tử suy ngẫm.

Hội Long Hoa được xem như một cuộc trưng cầu dân ý bầu cử Đức Giáo Chủ mới cho Phật giáo. Các tôn giáo khác không hiểu dựa vào và bị ảnh hưởng kinh sách Đại Thừa, do đó tưởng âm của con người này thể hiện qua “*cơ bút*” bằng cách lập lại cho biết ngày tận thế và hội Long Hoa sắp mở bày.

Riêng Phật giáo Nguyên Thủy không chấp nhận điều này:

*“Quá khứ không truy tìm
Vị lai không ước vọng
Chỉ có hiện tại thôi”.*

Ba câu kệ trên đây xác chứng Phật giáo Nguyên Thủy không chấp nhận những chuyện quá khứ và vị lai, chỉ biết sống trong hiện tại, vì thế quá khứ vị lai không cần biết đến, chỉ sống và làm mọi việc lành ngay trong hiện tại thì quá khứ và tương lai là hạnh phúc.

Biết Hội Long Hoa là một sự bịa đặt của các nhà Đại Thừa, chờ cơ hội thuận tiện nhất để mở một cuộc họp Phật giáo toàn thế giới, nếu tất cả tu sĩ Phật Giáo Nam Tông đều rơi vào các pháp thiền tưởng và chịu ảnh hưởng kinh sách Đại Thừa thì cuộc lật đổ Phật Giáo Nguyên Thủy đã bắt đầu, nhưng vì Phật giáo Nguyên Thủy còn có những người giữ gìn lời dạy của đức Phật nên Hội Long Hoa chưa triển khai được, vì thế các tổ chức Phật giáo kêu gọi sự hòa hợp bằng cách thống nhất các hệ phái Phật giáo.

Hiện nay các tổ chức Phật giáo thế giới đều công nhận Đại Thừa Phật giáo là một hệ phái của Phật giáo, đó là một bước thắng lợi thứ nhất của Phật giáo Đại Thừa. Chờ đến khi các sư Phật giáo Nguyên Thủy Nam Tông chịu ảnh hưởng sâu đậm của giáo pháp Đại Thừa, và các sư Nam Tông Nguyên Thủy lần lượt tu tập sai pháp của Phật, do tưởng giải các Ngài rơi vào giáo pháp Đại Thừa mà không hay biết như thiền sư: Mahashi và A

Chanca. Từ đó Phật giáo Nam Tông chỉ còn danh từ Nguyên Thủy còn pháp môn tu tập là của Đại Thừa. Do đó suy ra hiện giờ Phật giáo Nguyên Thủy gần như bị mất gốc, chỉ còn chờ một thời gian nữa cho chín mùi thì Hội Long Hoa ra đời thành lập một Phật giáo mới, Đức Giáo Chủ là đức Phật Di Lặc.

Đó là một thâm đồ sâu sắc của Bà La Môn giáo đã dựng lên đức Phật Di Lặc là có ý diệt trừ Phật giáo tận gốc., mà hầu hết các tu sĩ Phật giáo hiện giờ: Nam Tông lẫn Bắc Tông đều vô tình không thấy ý đồ thâm độc của Bà La Môn giáo ngày xưa.

Kinh sách nói về Phật Di Lặc và Hội Long Hoa là do các giáo sĩ Bà La Môn viết, soạn ra rồi đưa vào kinh sách Phật giáo, mạo nhận Phật thuyết, lợi dụng Phật giáo kết tập kinh sách chưa thành văn bản, nên lúc bây giờ ai muốn thêm bớt sao cũng được và dễ dàng.

Cho nên người nghiên cứu kinh sách Phật hiện giờ đều gặp phải khó khăn, vì những bài kinh này mâu thuẫn với những bài kinh khác, khiến cho chẳng biết đâu là lời Phật dạy chân chánh, đâu là lời giả. Ở trường hợp này chỉ đối gạt người chưa tu chứng, không thể đối gạt người tu đã chứng.

Vì thế chúng tôi mạnh dạn lật tẩy bộ mặt thâm độc của Bà La Môn giáo để cho Phật tử và mọi người hiểu rõ.

Nếu bảo rằng quá khứ có bảy vị Phật thì khi đức Phật Thích Ca Mâu Ni đi tu thì phải có đạo Phật. Cớ sao

trong thời đó lại chỉ có Lục Sư ngoại đạo mà không thấy có cái tên Phật giáo?

Đến khi đức Phật Thích Ca Mâu Ni tu hành chứng quả giải thoát thành lập tôn giáo Phật giáo, nhờ thế chúng ta hiện giờ mới có đạo Phật, mới có bốn chân lý: khổ, tập, diệt, đạo.

Trong thời đức Phật đi tu không nghe nói đến bốn chân lý này như vậy mà bảo rằng có đạo Phật ở quá khứ là sai, do người sau đặt ra thêm vào để mưu đồ lật đổ đức Phật Thích Ca mâu Ni.

Do thế mà thời tương lai có một người tên là Từ Thị hiệu là Di Lặc được suy tôn chức Giáo Chủ thay đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Trong tôn giáo mà cũng có những sự tranh giành vị trí lãnh đạo như các nhà vua phong kiến ở thế gian thường tranh giành ngai vàng.

Theo kinh sách Đại Thừa đạo Phật có ba vị Giáo Chủ:

I/ Bảy vị Phật Giáo Chủ ở quá khứ:

II/ Một vị Phật Giáo Chủ ở hiện tại là: Thích Ca Mâu Ni.

III/ Một vị Phật Giáo Chủ ở tương lai là: Đức Phật Di Lặc.

Sự phân chia đạo Phật có ba thời gian Giáo Chủ như vậy chẳng khác gì như các vua quan phong kiến như đã nói ở trên. Ông vua này xuống đến vua khác lên thay. Mỗi ông vua cai trị đều có cách khác nhau. Giáo Pháp

Đại Thừa cũng giống như vậy, cho nên Phật Thích Ca Mâu Ni đã trở thành Phật quá khứ và giáo pháp của Người cũng lỗi thời vì thế mới gọi là “*Tiểu Thừa Ngoại Đạo*”.

Chúng ta thử xét qua Thiên Đông Độ, từ Tổ này dạy như vậy đến Tổ khác dạy khác như: “*Chẳng niệm thiện niệm ác, Vô tâm còn cách một lớp rào*” còn pháp thực hành tu thì có: giữ ông chủ, chăn trâu, biết vọng liền buông, tham thoại đầu, tham công án v.v...Chỉ có một pháp không vọng tưởng mà tu hành lại chế ra nhiều pháp, nhưng pháp nào cũng chỉ ức chế tâm, tập trung tâm, để không niệm khởi, chứ không có pháp gì khác.

Còn nếu bảo rằng giáo pháp cần phải phát triển cho phù hợp với mọi hoàn cảnh và sự tiến bộ của loài người thì đó là phỉ báng đức Phật xem như đức Phật không thông suốt thời vị lai nên đã di chúc: “*Lấy giới luật và giáo pháp của mình làm Thầy làm chỗ nương tựa tu hành vững chắc*”. Nếu đức Phật di chúc như vậy và bây giờ các Tổ Phát triển kinh sách như vậy thì chúng ta còn tin Phật nữa hay không?



NGƯỜI MỚI VÀO TU CÓ HAI MƯƠI PHÁP CẦN TU TẬP

1- Trong mọi thời gian, không bỏ sót một phút giây nào cả, đều phải nhắc tâm. Tâm như cục đất phải ly dục ly ác pháp, không giận hờn thương ghét ai hết, phải thanh thản, an lạc và vô sự; phải bất động tâm trước các ác pháp và các cảm thọ.

2- Một ngày đêm phải tu tập ngồi kiết già hay bán già lưng thẳng hoặc bất cứ một tư thế ngồi nào trong bốn thời, miễn sao cách thức ngồi phải thoải mái dễ chịu v.v... Người mới tu mỗi thời năm phút dần dần tăng lên 30'. Và tất cả các thời gian khác trong ngày đêm đều có thể chia ra trong nhiều tư thế: đi, đứng, nằm, ngồi nào cũng được, miễn tư thế ấy phải tỉnh giác, thoải mái dễ chịu để nhiếp tâm và an trú tâm.

3- Người mới bắt đầu tu tập hơi thở, mỗi ngày tập bốn lần, mỗi lần mười hơi thở, hai mắt tập nhìn chóp mũi, chú ý nơi nhân trung cạnh chân mũi, chỗ hơi thở đi ngang ra vào. (Nếu có căng đầu thì dừng lại không được tu tập tiếp phải thưa hỏi kỹ lại pháp tu)

4- Tập thở hơi thở bình thường, mười hơi thở rồi nhắc tâm: “Hút vô tôi biết tôi hút vô, thở ra tôi biết tôi thở ra” tiếp tục tu năm phút xả nghỉ, lần lượt tăng dần lên đúng ba mươi phút.

5- Tập đi kinh hành mười bước đếm đúng mười bước thì lại hướng tâm: “Tôi đi kinh hành tôi biết tôi đi kinh hành”. Chỗ này phải lưu ý: đừng chú tâm vào hai nơi, một là hơi thở và hai là bước đi. Ở đây chỉ chú tâm vào bước đi thì mới đúng nghĩa là đi kinh hành. Chú ý tâm trên bước đi tức là cảm nhận bước đi. Tu tập trên pháp môn Tứ Niệm Xứ Phật dạy: Đi kinh hành là thân hành niệm ngoại còn gọi là Chánh niệm tỉnh giác định. Hơi thở là thân hành niệm nội còn gọi là Định niệm hơi thở. Các Tổ không rõ Định niệm hơi thở nên gọi Định niệm hơi thở là quán niệm hơi thở (Số tức quan). Khi đã tập được mười hơi thở không có một tạp

niệm xen vào thì lại tiếp tục đứng dậy đi kinh hành đếm hai mươi bước đi kế tiếp. Trước khi đi thì phải hướng tâm “Tôi đi kinh hành tôi biết tôi đi kinh hành”, Hướng tâm xong rồi bước đi từ bước thứ nhất cho đến bước hai mươi, cứ mười bước lại hướng tâm một lần nữa, khi đếm hai mươi bước thì lại tiếp tục hướng tâm. Hướng tâm xong, thì lại tiếp đếm bước hai mươi một cho đến ba mươi, cứ đếm như vậy cho đến 100 bước. Nếu đếm như vậy thấy không tiện thì nên đếm từ một đến mười rồi đếm trở lại một đến mười. Nếu có tạp niệm xen vào thì nên lui lại 50 bước, 50 bước còn có tạp niệm xen vào thì lui lại 10 bước xả nghỉ. Xả nghỉ năm phút rồi đi kinh hành lại.

6- Quán xét thực phẩm bất tịnh để tâm không còn ưa thích ăn uống ngon béo ngọt bùi.

7- Quán xét đời sống con người khổ để xa lìa tâm tham đắm vật chất thế gian.

8- Quán xét thân vô thường sự sống chết như chỉ mảnh treo chuông để tinh tấn tu tập diệt ngã xả tâm ly dục ly ác pháp

9- Quán xét bệnh là khổ để siêng năng tinh tấn tu hành, tập làm chủ bệnh.

10- Quán xét tâm tham, sân, si, mạn, nghi là ác pháp, là nguy hiểm, là đau khổ. Để tâm được thanh thản, an lạc và vô sự

11- Quán xét thân bất tịnh để phá tâm sắc dục không ham thích phụ nữ

12- Quán xét tâm vô thường để không bị lầm chấp tâm là linh hồn, là Phật tánh, là Bản thể vạn hữu.

13- Quán xét thọ vô thường để tâm bất động khi gặp thọ khổ chẳng hề sợ hãi.

14- Quán xét các pháp vô thường để tâm không tham đắm và dính mắc, không sinh ra năm dục trường dưỡng.

15- Quán tâm từ để không làm đau khổ chúng sanh, để tâm không sân hận.

16- Quán tâm bi để không làm thương tổn chúng sanh.

17- Quán tâm hỷ để tha thứ lỗi lầm của kẻ khác và không thù oán ai hết.

18- Quán tâm xả để tâm thanh thản an lạc vô sự và bất động trước các ác pháp và các cảm thọ.

19- Khi mọi hoàn cảnh bất an hoặc tai nạn, bệnh tật thì quán xét nhân quả.

20- Mỗi ngày ít nhất phải nhắc tâm một lần, tức là như lý tác ý: “chỉ trong đời này ta phải tu tập làm chủ sanh, già, bệnh, chết”.



NGƯỜI MỚI TU CÓ NĂM PHÁP CẦN NÊN TRÁNH

LỜI PHẬT DẠY

- 1/ Tránh tranh luận.
- 2/ Tránh chỉ trích.

- 3/ Tránh phạm giới.
4/ Tránh lý luận.
5/ Tránh hội họp.

CHÚ GIẢI:

Đức Phật dạy: “Tránh tranh luận”. Tranh luận hơn thua là một điều tai hại nhất trong đời tu hành, vì còn tranh luận là còn bản ngã to lớn. Muốn hơn người mới tranh luận, tranh luận hơn thua thì mệt thân, mệt trí dễ sinh tâm tức giận ăn không ngon ngủ không yên. Vì thế đức Phật ngăn cấm đệ tử của mình không được “Tranh luận”. Lời tranh luận không phải là lời nói oai nghi tế hạnh của người tu sĩ Phật giáo. Người tu sĩ Phật giáo có lớp học về ái ngữ. Lớp ái ngữ dạy: Người có ái ngữ là người không có tranh luận hơn thua với bất cứ một người nào. Người tranh luận hơn thua là người không có ái ngữ đó là một điều xác quyết chắc chắn. Người tu sĩ Phật giáo thấy ai nói hơn thì mình chịu thua, nhận thua, không tranh luận với họ.

Hành động không tranh luận hơn thua với nhau là hành động đạo đức sống không làm khổ mình, khổ người và khổ cả hai. Vì thế người đệ tử của Phật phải vâng theo lời dạy của Người sống không tranh luận hơn thua bất cứ một người nào trong xã hội.



Đức Phật dạy: “Tránh chỉ trích”. Người tu theo Phật giáo không được chỉ trích nói cái xấu của người, luôn luôn thấy lỗi mình, không thấy lỗi người.

Người tu theo Phật giáo thường thể hiện lòng thương yêu (tâm từ) thì làm sao chỉ trích nói xấu người khác được. Cho nên đức Phật cấm: “Không được chỉ trích nói xấu người khác”, khi tu hành chưa xong Người ta làm ác nói xấu, chỉ trích kẻ khác là họ đã gieo nhân quả xấu ác thì họ phải gặt lấy những quả không tốt, quả phiền não, lo toan, sợ hãi và những quả khổ đau bất tận v.v...

Những quả khổ đau ấy có liên quan gì với chúng ta đâu mà chúng ta chỉ trích nói họ làm gì. Chúng ta hãy thân nhiên im lặng như thánh có lợi ích hơn không?

Chúng ta là những đệ tử của Phật nên ghi khắc những lời dạy này trong tâm, đừng bao giờ quên: “Tránh chỉ trích” người khác, dù bất cứ một người nào.



Đức Phật dạy: “Tránh phạm giới”. Giới luật của Phật là đạo đức không làm khổ mình, khổ người và khổ chúng sanh. Vì thế, giới luật của Phật có một tầm quan trọng rất lớn và lợi ích cho loài người trên hành tinh này sống được yên vui, bình an, khoẻ mạnh nói chung và lợi ích rất lớn cho các hàng đệ tử của Phật, vì nó có công năng chuyển đổi nhân quả ác thành nhân quả thiện; chuyển đổi đau khổ thành yên vui; chuyển đổi tâm tham, sân, si thành tâm vô tham, vô sân, vô si nói riêng, vì giới luật của Phật là một phương pháp xả tâm ly dục ly ác pháp rất tuyệt vời. Nó chính là đạo đức nhân bản - nhân quả sống không làm khổ mình khổ người và khổ cả hai. Cho nên nó là một đạo đức cao thượng tuyệt vời; nó không dành riêng cho những đệ tử của Phật mà cho tất cả loài người trên hành tinh này.

Người tu theo Phật giáo phải cố gắng tối đa tránh phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới dù là những giới nhỏ nhất, nhưng phải cẩn thận giữ gìn nghiêm chỉnh, đừng nên xem thường mà con đường tu tập trở thành vô ích. Đừng nghĩ rằng giới luật của Phật chỉ dành riêng cho những vị đệ tử tu sĩ của Phật. Không đâu quý vị ạ! Giới luật dành cho tất cả mọi người dù là tu sĩ hay cư sĩ đều phải nhớ lời Phật đã dạy bảo: “Tránh phạm giới” .

Người đệ tử Phật mà sống phạm giới phá giới thì còn mặt mũi nào, còn danh dự gì mà tự xưng mình dòng họ “THÍCH CA”, mình còn xứng đáng gì mà cạo bỏ râu tóc đắp áo cà sa. Hình dáng cạo bỏ râu tóc đắp áo cà sa của những kẻ phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới mà dám mạo danh là thích tử thì thật là trùng trong lông sư tử, tự những người này làm tỏ rõ bộ mặt giả dối, ví như một bầy dê chỉ có một con bò thì bầy dê đâu tự xưng mình là bầy bò được, dê là dê, bò là bò, dê không giống bò, bò không giống dê. Và lại đức Phật đã xác định: “Giới luật còn là Phật giáo còn giới luật mất là Phật giáo mất” Cho nên tu sĩ phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới thì Phật giáo đã mất rồi, hiện giờ Phật giáo còn gì nữa. Phải không quý Phật tử?

Là những đệ tử của Phật chúng ta phải ghi nhớ lời dạy của Người: “Tránh phạm giới” .



Đức Phật dạy: “Tránh lý luận”. Lý luận là một cố tật của những người vô minh cố che dấu những lỗi lầm, những tật xấu thói hư, những sự ngu dốt của mình.

Người đệ tử của Phật phải vâng theo lời dạy của người TRÁNH LÝ LUẬN, ví lý luận để che đậy một sự thật là một tội xấu. Cho nên lý luận có hai mặt:

1- Lý luận để soi sáng cho một sự thật sai hay đúng, để dựng lại nền đạo đức nhân bản, mang lại sự yên vui cho loài người. Đó là sự lý luận đáng tán dương, ca ngợi, bái phục.

2- Lý luận để che đậy một hành động sai lầm, một hành động tội lỗi v.v...; lý luận để biểu dương một triết học ảo tưởng, một giáo điều sai lầm, một giáo pháp mê tín, hư ảo, nó sẽ đưa đến những hậu quả đau khổ cho loài người từ thế hệ này đến thế hệ khác; lý luận để bao che cho một lịch sử huyền thoại là một việc làm sai lệch với chánh sử, đó là một hành động tội lỗi với bao thế hệ của người sau.

Ở đây đức Phật khéo nhắc nhở những người đệ tử của mình nên cố tránh lý luận. Người không hay lý luận mới xứng đáng là đệ tử của Phật, người không lý luận là người im lặng như Thánh, chính là những hàng đệ tử thánh Tăng, thánh Ni và thánh Cư sĩ của đức Phật là như vậy.



Đức Phật dạy: “Tránh hội họp”. Hội họp là một điều bất lợi trong việc tu hành, vì tụ họp hay sinh ra chia phe nhóm; vì hội họp sinh ra nhiều chuyện khiến cho cảnh sống tu hành bất an; vì hội họp tâm sinh phóng dật.

Đức Phật đã khẳng định: “Ta thành chánh giác là nhờ tâm không phóng dật”. Cho nên hội họp là đi ngược

lại con đường tu tập của Phật giáo; hội họp là nuôi dưỡng tâm phóng dật. Người tu tập theo Phật giáo mà thích hội họp thì đừng nên tu theo Phật giáo vì có tu theo Phật giáo cũng chỉ phí công sức mà thôi. Trong tu viện thấy những ai hội họp nói chuyện là biết ngay những người ấy tu hành sai đường lối của đạo Phật.

Tu viện rất thương xót và lo lắng cho đường lối tu tập của Phật giáo, nếu tu sĩ thích hội họp mà tu tập như thế này thì không bao giờ có người chứng đạt được chân lí. Và không bao giờ có người chứng đạt được chân lí thì con đường Bát Chánh Đạo sẽ bị mai một và bị chôn vùi một lần nữa, như vậy không biết chừng nào sẽ dựng lại được nền đạo đức nhân bản - nhân quả của Phật giáo cho loài người.

Đức Phật vì lòng thương xót chúng ta đã khuyên nhắc và răn cấm: “Tránh hội họp”. Thế chúng ta không nghe lời khuyên dạy này thì còn nghe ai hồi quý vị?

Trên đường tu tập để đến mục đích giải thoát, Đức Phật vì lòng thương xót chúng ta đã khuyên răn, nhắc nhở và còn ngăn cấm, có năm điều cần nên tránh. Nếu chúng ta không nghe lời dạy này thì con đường tu tập của chúng ta sẽ không đi đến đâu cả, uổng công, mất thì giờ, vô ích.



NGƯỜI MỚI TU CÓ SÁU ĐỨC CHÁNH HẠNH

CÂN PHẢI TU TẬP

LỜI PHẬT DẠY:

- 1/ Ăn ngày một bữa.**
- 2/ Ngủ đúng giờ.**

- 3/ Độc cư, sống trầm lặng, ít nói.
- 4/ Nhẫn nhục thấy nhân quả, xả tâm.
- 5/ Tùy thuận không bị lôi cuốn.
- 6/ Bằng lòng, vui vẻ và hân hoan.

CHÚ GIẢI:

Sáu điều Đức Phật đã dạy trên đây là những hạnh Thánh, chứ người phàm phu không thể sống như vậy được.

1/ Ăn, ngày một bữa là Thánh hạnh.

2/ Ngủ, đúng giờ là Thánh hạnh.

3/ Độc cư, là Thánh hạnh.

4/ Nhẫn nhục, xả tâm là Thánh hạnh.

5/ Tùy thuận, không bị lôi cuốn là Thánh hạnh.

6/ Bằng lòng, vui vẻ hân hoan là Thánh hạnh.

“Ăn ngày một bữa là Thánh hạnh”. Vậy ăn ngày một bữa là Thánh hạnh như thế nào?

Ăn ngày một bữa là ăn vừa đủ để sống, để tu tập, để ly dục ly ác pháp, để xa lìa ăn ngon, ăn bổ, để từ bỏ lòng tham ăn chạy theo dục lạc thế gian, để giữ gìn giới luật nghiêm chặt v.v...

Ăn ngày một bữa có nhiều thời gian rảnh rang nghỉ ngơi không bận lo ăn uống, vì ăn uống nhiều bữa rất cực nhọc phải nấu nướng, phải nhai nuốt, phải rửa bát chén đĩa nĩa v.v...

Ăn ngày một bữa cơ thể ít hoạt động được nghỉ ngơi nhiều, vì thế mà cơ thể ít bệnh tật

Ăn ngày một bữa cơ thể ít hôn trầm thùy miên vô ký, ít vọng tưởng, giảm bớt sắc dục, thân tâm thường tĩnh thức, siêng năng ít lười biếng.

Cho nên ăn ngày một bữa chỉ có những bậc thánh Tăng, thánh Ni và thánh Cư sĩ mới sống được với thánh hạnh này còn những người thế gian không bao giờ sống được, họ luôn luôn chạy theo dục lạc về ăn uống.

Ăn ngày một bữa là giới thứ chín của người mới xuất gia (Sa Di) vậy mà các vị tỳ kheo tăng Đại Đức, Thượng Toạ, Hoà Thượng không sống đúng giới luật này thì còn mặt mũi nào nhìn những cư sĩ họ đang thọ Bát Quan Trai. Có đúng như vậy không quý vị?

Cho nên ăn ngày một bữa lợi ích rất lớn cho người tu tập theo Phật giáo, vì đó là một phương pháp sống ly tham. Vậy tất cả các đệ tử của Phật hãy lấy lời dạy này làm thước đo giới luật của giai đoạn đầu. Người nào ăn uống phi thời ngày hai bữa, ba bữa ăn là tu sĩ Bà La Môn, là ngoại đạo. Cho nên vấn đề ăn uống là để xác định tu sĩ nào của Phật giáo và tu sĩ nào của ngoại đạo. Có đúng như trên đã nói không quý vị?



“Ngủ, đúng giờ là Thánh hạnh”. Vậy ngủ đúng giờ là Thánh hạnh như thế nào?

Người ngủ đúng giờ là không ngủ sai giờ, giờ nào ngủ là đi ngủ, giờ nào thức là thức. Lúc nào cũng giữ đúng như

vậy không ngủ phi thời, vì ngủ phi thời là người biếng nhác, người lười biếng, người không siêng năng.

Ngủ là một tướng trạng si mê, người si mê không phải là người không hiểu biết mà hiểu biết lệch lạc không đúng như thật.

Ví dụ: Thấy cái bánh hay một ly sữa thơm ngon, béo bổ, nhưng đó là cái thấy sai sự thật, thấy theo tham dục của ăn uống. Nếu thấy cái bánh hay ly sữa đúng là phải thấy cái bánh và ly sữa là món ăn thức uống bất tịnh.

Hầu hết mọi người đều si mê nên thấy sai sự thật. Ví dụ: Thân ngũ uẩn của chúng là thân vô thường thế mà mọi người lại thấy thân này là thường hằng nhưng cuối cùng không có người nào sống lâu được chỉ cao lắm là sống 120 tuổi là chết.

Thấy thân vô thường không thể duy trì sống lâu được nên người ta nghĩ ngay trong thân này còn có một vật thường hằng, đó là cái biết, cho cái biết là tâm nên các tôn giáo gọi tâm là linh hồn, Phật giáo Đại thừa gọi là Thần thức, Thiên Tông gọi là Phật tánh, Bà la môn gọi là Tiểu ngã v.v...Đó là những si mê của con người chỉ sống trong tưởng mà thôi.

Người còn ham ăn, ham ngủ là người còn si mê. Người còn si mê là người thấy và hiểu biết không đúng như thật nên thường chịu nhiều sự khổ đau do sự hiểu sai.

Ví dụ: Như có người mắng chửi chúng ta. Chúng ta liền tức giận, chính tức giận là vì chúng ta đã hiểu sai,

hiểu không đúng như thật. Nếu hiểu đúng sự thật thì phải hiểu nhân quả. Hiểu nhân quả như thế nào?

Hiểu nhân quả là hiểu người kia đang thọ quả khổ tức là đang giận dữ nên mới chửi người khác được, do chửi người khác được nên gieo nhân ác. Như vậy người kia đang đau khổ và đang làm điều ác. Khi hiểu biết như vậy chúng ta khởi tâm thương yêu hay ghét họ? Chắc chắn là chúng ta thương yêu họ. Chúng ta thương yêu họ là thiện hay ác? Là thiện cho nên chúng ta không tức giận, không chửi mắng lại họ. Vì thế chúng ta đã chuyển được nhân quả. Vì vậy chúng ta sống đạo đức không làm khổ mình khổ người và khổ cả hai.

Cho nên những bậc Thánh không ngủ phi thời, ngủ đúng giờ. Một ngày đêm chỉ nằm nghỉ 30' không cần ngủ nhiều như người thế gian vì thế sự hiểu biết của họ như thật, do tri kiến hiểu biết như thật nên tâm họ ly dục ly ác pháp hoàn toàn. Họ sống bất động tâm trước các ác pháp và các cảm thọ. Họ là người đã đạt được chân lí cứu kính, luôn sống trong thanh thản an lạc và vô sự.



“Độc cư, là Thánh hạnh”. Vậy Độc cư là Thánh hạnh như thế nào?

Độc cư là phương pháp phòng hộ sáu căn: mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý, vì có sống độc cư nên năm dục trường dưỡng không sanh khởi được. Do năm dục trường dưỡng không sanh khởi được nên tâm ly tham, ly sân và ly si. Do ly tham, ly sân và ly si nên tâm trở nên bất động. Do tâm

trở nên bất động chúng ta mới chứng đạt chân lý tức là sống trong trạng thái tâm thanh thản, an lạc và vô sự.

Đấy quý vị thấy chỉ có một pháp độc cư mà chúng ta tu chứng đạo, dù tu có muôn ngàn vạn pháp mà không sống độc cư thì cũng hoài công vô ích.

Bí quyết thành công của thiền định là pháp độc cư. Đức Phật thường nhắc người sống độc cư như con tê ngu một sừng.

Độc cư khó lắm các bạn ạ! Ăn ngày một bữa không khó, ngủ ngày 4 tiếng đồng hồ không khó, nhưng độc cư mọi người đều không thể sống nổi. Con đường tu hành theo Phật giáo mà không sống độc cư thì không bao giờ tu tới nơi tới chốn được. Vì có độc cư mới sống cho riêng mình; mới chiêm nghiệm được tâm mình còn tham, sân, si hay hết đã hết tham, sân, si. Vì có chiêm nghiệm được tâm mình mới ngăn được ác pháp và diệt được ác pháp; vì có chiêm nghiệm được tâm mình mới thấy được tâm mình thanh thản an lạc và vô sự.

Bởi vậy độc cư rất quan trọng cho con đường tu tập theo Phật giáo. Sống độc cư chỉ có những bậc Thánh thoát ly thế tục, nếu không thoát ly thế tục thì không bao giờ gọi là tu sĩ Phật giáo được. Vì thế người tu sĩ được gọi là tu sĩ Phật giáo thì phải cạo bỏ râu tóc đắp áo cà sa sống không gia đình không nhà cửa, sống một mình như con tê ngu một sừng, sống phải độc cư, độc bộ, độc hành

Như trên đã nói không sống độc cư thì con đường tu theo Phật giáo chỉ hoài công vô ích mà thôi. Bởi vậy độc cư

rất quan trọng quý vị ạ! Phải hết mình cố gắng sống độc cư cho trọn vẹn mới xứng đáng mình là đệ tử của đức Phật.



“Nhẫn nhục, xả tâm là Thánh hạnh”. Vậy nhẫn nhục, xả tâm là Thánh hạnh như thế nào?

Ai cũng biết khi sân giận mà nhẫn được là một việc làm rất khó làm. Phải không quý vị? Nhẫn khó lắm! Phải tu tập rèn luyện tâm mình như đất, như nước, nhờ tâm như đất như nước mình mới nhẫn được. Muốn tâm như đất như nước thì hằng ngày phải tu tập pháp như lý tác ý. Pháp như lý tác ý như thế nào?

Pháp như lý tác ý là pháp tự kỷ ám thị. Ví dụ: “Tâm như cục đất, tâm phải như nước, tâm phải lìa xa, từ bỏ tâm tham, sân, si, vì tâm tham, sân, si là ác pháp là pháp đau khổ”.

Trạng thái tâm nhẫn được là một việc làm thiện rất lớn, trạng thái tâm nhẫn đó tương ứng với cõi trời Đâu Xuất vì thế nó mới được gọi nhẫn nhục là Thánh hạnh.

Ở đây nhẫn nhục là do xả tâm chứ không phải nhẫn nhục do ức chế tâm chịu đựng như người thế gian. Nhẫn nhục xả tâm là do tu tập pháp như lý tác ý và tri kiến hiểu biết các pháp như thật. Nhờ có hiểu biết các pháp như thật nên tâm sân bị triệt tiêu bởi tri kiến của mình. Nếu tri kiến không được học tập để hiểu các pháp như thật thì việc xả tâm chỉ là ức chế và chịu đựng mà thôi.

Cho nên muốn nhẫn nhục thì phải tu học lớp Chánh kiến để cái thấy và hiểu biết không còn lệch lạc, sai trái rời

vào tà kiến. Vì không có Chánh kiến nên con người không xả được tâm, vì thế tâm sinh giận hờn buồn phiền khổ đau.



“Tùy thuận, không bị lôi cuốn là Thánh hạnh”. Vậy tùy thuận, không bị lôi cuốn là Thánh hạnh như thế nào?

Tùy Thuận có nghĩa là làm theo ý muốn của người khác tức là không chống lại, không cãi cò, không hơn thua, không lý luận kích bác, không bài xích, luôn làm theo, thuận theo, nhưng làm theo, thuận theo coi chừng sẽ bị a dua, nịnh bợ. Cho nên tùy thuận làm theo thuận theo mà không bị lôi cuốn vào ác pháp thì mới được gọi là Thánh hạnh.

Tùy thuận có nghĩa là làm vui lòng mình lòng người mới gọi là Thánh hạnh, còn tùy thuận mà chỉ có làm vui lòng người mà mình rất bức bối thì sự tùy thuận đó không được gọi là Thánh hạnh. Tùy thuận mà bị lôi cuốn vào ác pháp. Ví dụ: Như có người mời chúng ta uống rượu hoặc hút thuốc lá thì chúng ta tùy thuận làm vui lòng họ, do đó chúng ta uống rượu hay hút thuốc lá. Đó là chúng ta tùy thuận mà bị lôi cuốn vào ác pháp Hành động tùy thuận như vậy không phải là Thánh hạnh. Đó là tùy thuận ngu si trong vô minh, sẽ mang đến cho chúng ta nhiều khổ đau vì bị nghiện rượu và thuốc lá. Rượu và thuốc lá là hai chất độc có thể mang đến cho chúng ta những bệnh tật khó trị.

Cho nên đức Phật dạy: “Tùy thuận mà không bị lôi cuốn vào ác pháp thì mới được gọi là Thánh hạnh”. Trong cuộc sống hằng ngày biết bao nhiêu điều thường xảy ra, nếu chúng ta không tùy thuận thì chúng ta chống lại,

nhưng chống lại thì sinh ra bao điều làm đau khổ cho mình, cho người và cho cả hai. Và vì vậy cuộc đời của chúng ta chẳng được an ổn, lúc nào cũng phải đấu tranh vì vật chất và đấu tranh vì tinh thần.

Người đời sống không biết tùy thuận nên chi họ phải thọ khổ bất tận, chỉ có người tu sĩ Phật giáo mới biết tùy thuận mà không bị lôi cuốn vào ác pháp, vì thế họ hoàn toàn sống với tâm hồn thanh thản an lạc và vô sự.



“Bằng lòng, vui vẻ hân hoan là Thánh hạnh”. Vậy bằng lòng, vui vẻ hân hoan là Thánh hạnh như thế nào?

Người ở đời ít ai bằng lòng với cuộc sống hiện tại của mình, vì thế họ thọ lấy muôn vàn sự khổ đau. Phải không quý vị?

Ví dụ: Hoàn cảnh gia đình mình nghèo ngày bữa cơm bữa cháo, nhưng bằng lòng với hoàn cảnh sống ấy nên tâm mọi người đều được hân hoan và vui vẻ, còn ngược lại thì than thân trách phận của mình sâu khổ.

Bằng lòng còn có nghĩa là vui lòng với mọi hoàn cảnh, với mọi sự việc, với mọi người, với mọi loài thú vật và cỏ cây đất đá, thời tiết nắng mưa gió bão v.v...

Bằng lòng còn có nghĩa là xả bỏ lòng ham muốn, lòng sân hận, xả bỏ các ác pháp, các cảm thọ khổ đau không hề nao núng trong lòng một chút nào cả.

Người tu theo Phật giáo phải thực hiện Thánh hạnh bằng lòng, vì có thực hiện Thánh hạnh này mới thấy con đường giải thoát của Phật giáo là một sự thật. Nếu ai sống

được một phút “BẰNG LÒNG” là được an vui một phút, nếu được 2 phút 3 phút hay một giờ, 2 giờ hoặc 1 ngày, 2 ngày hoặc 1 tháng 2 tháng hoặc 1 năm 2 năm và mãi mãi thì sẽ được an vui mãi mãi. Đây là con đường giải thoát của Phật giáo như thật là vậy.

Chỉ có Thánh hạnh bằng lòng như vậy mà được giải thoát cả một đời người tại sao chúng ta không làm được?

Không phải khó đâu quý vị ạ! Chỉ cần quý vị thấy và hiểu biết các pháp vô thường, các pháp không phải là ta, không phải của ta, không phải bản ngã của ta là quý vị sẽ sống bằng lòng, vui vẻ, hân hoan. Tất cả ác pháp tham sân si trong tâm của quý vị đều buông xả sạch hết.



CÓ NĂM PHÁP TU TẬP LY DỤC, LY ÁC PHÁP, LY BẤT THIỆN PHÁP

LỜI PHẬT DẠY

❖1- “Y cứ tướng nào tác ý tướng đó liên hệ đến thiện, phải khác tướng ác bất thiện, thì sẽ diệt trừ và ly dục, ly ác pháp, nội tâm sẽ được an trú an tịnh nhất tâm định tĩnh”....

❖2- “Nhờ quán xét sự nguy hiểm của các tâm ác, bất thiện liên hệ đến dục thì sẽ diệt trừ và ly dục, ly ác pháp, nội tâm sẽ được an trú, an tịnh, nhất tâm, định tĩnh”.

❖3- “Nhờ không nhớ niệm ác của kẻ khác, không tác ý niệm ác nên tâm ly dục, ly ác pháp, nội tâm định tĩnh, an trú, an tịnh, nhất tâm”.

❖ 4- “Nhờ tác ý các hành tướng tâm thiện, các tâm ác bất thiện liên hệ đến dục được đoạn trừ nên tâm ly dục, ly ác pháp, nội tâm định tĩnh, nhất tâm, an trú, an tịnh”.

❖ 5- “Nhờ ghiến răng, dán chặt lưỡi lên nóc họng, lấy tâm chế ngự tâm, nhiếp phục tâm đánh bại tâm, các ác bất thiện pháp liên hệ đến dục, đều được đoạn trừ nên tâm ly dục, ly ác pháp, nội tâm định tĩnh, nhất tâm, an trú, an tịnh”.

CHÚ GIẢI:

1- “Y cứ tướng nào, tác ý tướng đó, liên hệ đến thiện, phải khác tướng ác, bất thiện thì sẽ diệt trừ và ly dục, ly ác pháp, nội tâm sẽ được an trú, an tịnh, nhất tâm định tĩnh”.

Như lời đức Phật đã dạy trên đây: Muốn ly dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm hay Sơ Thiên thì phải y nơi “pháp thiện” như lý tác ý. Y nơi pháp thiện là thế nào?

Y nơi pháp thiện, tức là trạch pháp giác chi, trạch pháp giác chi, tức là chọn lựa một câu pháp hướng tâm, cho phù hợp với đặc tướng của mình, để hằng ngày dùng câu đó như lý tác ý (tự kỷ ám thị).

Câu một này, đức Phật dạy, chúng ta chọn lựa câu pháp hướng thiện, không được dùng câu pháp hướng ác.

Ví dụ: Như trạch pháp câu này: “Tâm phải ly dục, ly ác pháp nhập Sơ Thiên đi” hoặc “Tâm như cục đất không còn tham, sân, si, mạn, nghi nữa” v.v...

Đây là phương pháp thứ nhất, dạy về cách thức chọn lựa pháp hướng tâm, để nhập Bất Động Tâm hay nhập Sơ Thiên.

Xưa, đức Phật khi tu các pháp môn của ngoại đạo, thân tàn ma dại, đứng dậy không nổi, nhờ bát sữa dê, Ngài đã hồi tỉnh, nhớ lại lộ trình Tứ Thánh Định và khi phục hồi cơ thể khoẻ mạnh trở lại, Ngài thực hiện con đường này, bằng câu pháp hướng đầu tiên là: ‘Tâm ly dục, ly ác pháp nhập Sơ Thiên’. Ngài đã thành đạo là nhờ pháp môn ly dục ly ác pháp này tâm không phóng dật.

2- “*Nhờ quán xét sự nguy hiểm của các tâm ác, bất thiện liên hệ đến dục thì sẽ diệt trừ và ly dục, ly ác pháp, nội tâm sẽ được an trú, an tịnh, nhất tâm định tĩnh*”.

Đức Phật dạy: Muốn ly dục, ly ác pháp nhập Bất tâm ác, sự nguy hại của tâm ác là gì?

Sự nguy hại của tâm ác, tức là một niệm khởi lên trong tâm của mình, khiến cho tâm mình bất an, bất toại nguyện, phiền não, khổ đau, lo lắng, sợ hãi, giận hờn, phiền muộn, thương nhớ, hối tiếc, hối hận, lo sợ, lo lắng, bất an v.v...

Khi có một tâm ác khởi lên như vậy, tức là ác pháp tăng trưởng thì mau mau dùng “Định Vô Lộ”, quán xét xả tâm, liả cho thật sạch tâm ác. Nhờ có quán xét xả ly tâm ác thì mới diệt được ác pháp, tâm mới trở lại thanh thản, an lạc và vô sự.

Đây là phương pháp thứ hai, dạy về quán xét trên thân, thọ, tâm, pháp tu tập diệt các pháp ác để ly dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm hay nhập Sơ Thiên. Động Tâm hay nhập Sơ Thiên, nên phải quán xét sự nguy hại của

3- “Nhờ không nhớ niệm ác của kẻ khác, không tác ý niệm ác, nên tâm ly dục, ly ác pháp, nội tâm định tĩnh, an trú, an tịnh, nhất tâm”.

Đức Phật dạy: Muốn ly dục, ly ác pháp để nhập Bất Động Tâm hay nhập Sơ Thiên thì đừng nhớ đến niệm ác của kẻ khác, nếu tâm có nhớ đến niệm ác của kẻ khác thì phải trở về phương pháp thứ hai, quán xét niệm ác đó trong nhân quả để diệt nó. Theo phương pháp này, nên thường tu “Định Sáng Suốt” giữ tâm thanh thản để không nhớ đến niệm ác, của người khác. Tốt nhất là nên tránh tác ý niệm ác của kẻ khác. Phương pháp này có hai cách :

1- Không nên nhớ đến niệm ác* của người khác.

2- Không nên tác ý niệm ác† của người khác.

Có tu tập như vậy thì tâm mới diệt ngã xả tham, sân, si, mạn, nghi. Đây là phương pháp thứ ba, để ly dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm hay nhập Sơ Thiên.

4- Nhờ tác ý các tướng tâm thiện, các tâm ác bất thiện liên hệ đến dục được đoạn trừ nên tâm ly dục, ly ác pháp, nội tâm định tĩnh, nhất tâm an trú, an tịnh”.

Đức Phật dạy: Muốn ly dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm hay nhập Sơ Thiên thì phải thường tác ý các hành tướng tâm thiện. Các hành tướng tâm thiện là gì

Các hành tướng tâm thiện là thân hành niệm nội và ngoại. Thân hành niệm nội và ngoại là gì? Thân hành

* - Nhớ đến niệm ác, có nghĩa là một niệm ác tự trong tâm khởi ra ngoài ý muốn của chúng ta.

† - Tác ý niệm ác, nghĩa là chúng ta tự khởi niệm ra, có ý muốn khởi ra.

niệm nội là hơi thở. Thân hành niệm ngoại là: đi, đứng, nằm, ngồi, mang bát, mặc y, ăn cơm, uống nước, làm tất cả mọi công việc v.v...

Luôn tác ý về hơi thở, tức là tác ý hành tướng tâm thiện, cũng như luôn tác ý tất cả oai nghi tế hạnh đi, đứng, nằm, ngồi, làm tất cả mọi việc, tức là tác ý hành tướng tâm thiện ngoại. Nhờ thường xuyên tác ý về hơi thở và mọi hành động trong thân, nên các tâm ác liên hệ với dục được đoạn trừ. Đây là phương pháp thứ tư, để tâm ly dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm hay nhập Sơ Thiên.

5- *“Nhờ nghiên răng, dán chặt lưỡi lên nóc họng, lấy tâm chế ngự tâm, nhiếp phục tâm, đánh bại tâm, các ác bất thiện pháp liên hệ đến dục đều được đoạn trừ, nên tâm ly dục, ly ác pháp, nội tâm định tỉnh, nhất tâm an trú an tịnh”.*

Đức Phật dạy: Muốn ly dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm hay nhập Sơ Thiên, khi gặp các ác pháp tấn công dữ dội thì phải cố gắng nhẫn nhục, ở đây, Đức Phật chỉ cách phải cắn chặt răng và dán chặt lưỡi lên nóc họng, nghĩa là cố gắng nén tâm hết sức kham nhẫn chịu đựng để vượt qua cơn thử thách của ác pháp. Những hành động nghiên răng, dán chặt lưỡi lên nóc họng là dùng sức tận lực chịu đựng của mình, để chiến đấu với nghiệp lực tham, sân, mạn, nghi của các ác pháp v.v.. Nếu không tận lực dùng như vậy thì cơn tức giận sân hận sẽ thể hiện qua hành động, sắc mặt và lời nói của chúng ta, khiến cho chúng ta không còn bình tĩnh.

Nếu chúng ta cứ để tâm chạy theo tham, sân, si thì rất dễ dàng, bằng đi ngược lại, nó là một việc làm hết sức gian khổ, cần phải có đầy đủ nghị lực, gan dạ và chịu đựng những cơn thử thách kinh hồn đó thì chúng ta mới vượt qua cơn sóng gió bão bùng của nội tâm mình.

Bởi, “Thắng trăm trận không bằng tự thắng mình, thắng mình mới là chiến công oanh liệt”. Cuộc đời tu hành của chúng ta là một cuộc chiến đấu không ngừng, trường kỳ gian khổ, chứ không phải tụng kinh, niệm chú, ngồi thiền mà chiến thắng được mặt trận, giặc nội tâm của mình. Hình ảnh nghiêng răng, dán chặt lưỡi lên nóc họng, không phải là một chiến trận kinh khủng sao?

Đó là phương pháp thứ năm, đức Phật dạy, để ly dục, ly ác pháp nhập Sơ Thiên, là phương pháp ức chế tâm mình để chịu đựng một cách anh dũng.

Đây là một phương pháp ít khi dùng, vì cuộc đời tu sĩ của đạo Phật là sống trầm lặng một mình, nên ít khi xảy ra các ác pháp, nhưng thiếu sự phòng hộ sáu căn và do sự tiếp duyên bên ngoài thì cũng có thể sẽ xảy ra dữ dội.



CÓ BẢY PHÁP KHIẾN CHO PHẬT PHÁP HƯNG THỊNH

LỜI PHẬT DẠY

- 1- “ Thích giản dị
- 2- Ưa yên lặng
- 3- Ít ngủ nghỉ
- 4- Không kết bè bạn

- 5- Không tự khoe khoang
- 6- Không kết bạn với người xấu
- 7- Thích ở một mình”.

CHÚ GIẢI:

1- THÍCH GIẢN DỊ

Người tu sĩ đệ tử của đức Phật, thích sống giản dị là sẽ làm cho Phật Pháp hưng thịnh, vì đời sống giản dị là đời sống thiếu dục tri túc, đời sống giản dị là đời sống không ham thích, ít dục, rất phù hợp với pháp tu hành của đức Phật là ly dục ly ác pháp. Đời sống giản dị của một vị tu sĩ đệ tử Phật, nhìn vào, người ta mến phục và cảm tình ngay liền, đời sống giản dị là một đạo hạnh của người tu sĩ giải thoát.

Bởi người tu sĩ có đạo hạnh là làm cho tôn giáo đó hưng thịnh, chứ không phải có thần thông phép tắc, học giỏi tụng kinh hay, ngòi thiền tốt, thuyết giảng thao thao bất tận v.v...

2- ƯA YÊN LẶNG

Người tu sĩ đệ tử của đức Phật, ưa sống yên lặng là làm cho Phật Pháp hưng thịnh, sự yên lặng là nói lên được tâm hồn giải thoát của người tu theo đạo Phật; sự yên lặng là nói lên được đức hạnh Thánh thiện của bậc chân tu, sống với nội tâm của mình; sự yên lặng còn là một pháp môn độc cư tuyệt vời. Nếu cuộc đời tu hành theo đạo Phật mà không sống độc cư thì chẳng bao giờ tìm được sự giải thoát, vì pháp “Độc cư” là bí quyết thành tựu thiền định.

Nếu người tu sĩ sống chẳng độc cư thì chẳng bao giờ nhập định được. Độc cư là phương pháp đệ nhất tâm không phóng dật, nhờ phòng hộ sáu căn.

3- ÍT NGỦ NGHỈ

Người tu sĩ đệ tử của đức Phật, thường tu tập tỉnh thức, không ưa ngủ nghỉ, vì ưa ngủ nghỉ sẽ làm cho Phật Pháp suy đồi; vì ưa ngủ nghỉ, tâm sanh lười biếng, tâm sanh lười biếng là tâm u mê; tâm u mê thì không thể sống đời sống giới luật nghiêm chỉnh, thường hay phạm giới. Một vị tỳ theo phạm giới là làm cho Phật pháp không hưng thịnh, mà còn khiến cho người đời khinh chê Phật giáo.

Không ưa thích ngủ nghỉ thì cần phải đi kinh hành nhiều, người tu sĩ đệ tử của đức Phật, không đi kinh hành hoặc đi kinh hành ít là người tu sĩ lười biếng, là người tu sĩ ham ngủ. Kinh hành là một pháp môn tỉnh thức, tối cần thiết, để phá sạch tâm ưa thích ngủ nghỉ, nhờ người siêng đi kinh hành nhiều, nên đường tu hành mau chóng kết quả. Phật pháp hưng thịnh là do những tỳ kheo ít ưa ngủ nghỉ, thường siêng năng kinh hành. Vì thế kinh hành rất có lợi cho sự nghiệp tu tập để chứng đạt chân lý, nó là một phương pháp phá tâm si mê và lười biếng hiệu quả nhất.

Người nào không thích đi kinh hành là người không tinh tấn. Người không tinh tấn dù có tu muôn ngàn kiếp cũng chẳng đi đến đâu. Phạm phu chỉ là phạm phu chứ không bao trở thành hiền nhân thánh đức được. Rất uổng phí cho một đời tu hành chỉ vì không thấy pháp đi kinh hành quan trọng và lợi ích đến bậc nào.

4- KHÔNG KẾT BÈ BẠN

Người tu sĩ và cư sĩ đệ tử của đức Phật, sống không kết bè bạn là làm hưng thịnh Phật pháp. Sống kết bè bạn là làm mất thì giờ tu tập, vì có bè bạn thì phải có chuyện trò, chuyện trò không ích lợi mà còn sanh ra nhiều chuyện lôi thôi, đôi khi, còn xảy ra nhiều việc cãi cọ, tranh tụng, hơn thua, gây gổ, thù oán, tị hiềm, khiến cho cuộc sống tu hành bất an.

Kết bè bạn sẽ chia ra phe nhóm, từ phe nhóm này, đến phe nhóm khác, do đó mới tạo ra cảnh bất hòa, từ đó, cuộc sống của chư Tăng không còn lục hòa. Cuộc sống không lục hòa thì sự tu hành chẳng đến đâu và cũng vì vậy, mà Phật pháp không hưng thịnh.

Người tu sĩ và cư sĩ đệ tử của đức Phật, muốn tu hành được giải thoát và Phật pháp hưng thịnh thì sống không nên kết giao bè bạn, kết giao bè bạn thì sự tu hành chẳng đi đến đâu cả, chỉ uống phí một đời người. Đừng nghe người ta nói: “Đi tu có bạn”. Trong đạo Phật, tu hành rất cấm kỵ, sự kết bạn, vì sự kết bạn:

- 1- Làm mất thì giờ tu tập.*
- 2- Ái kiết sử, không đoạn dứt được.*
- 3- Thường xảy ra chuyện rầy rà đôi chôi, tranh chấp.*
- 4- Sống không hòa hợp, Tăng đoàn thường bị phân hóa chia rẽ, thiếu đoàn kết. Phật giáo suy thoái.*

Cho nên Phật dạy: “Không kết bè bạn” là con đường tu tập phải độc cư, độc bộ, độc hành mới có thể đi đến nơi đến chốn được.

Bè bạn có lợi nhưng cũng có hại; lợi là nường nhau sách tấn tu hành; hại là tập hợp nhau nói chuyện, lập phe lập đảng, nói xấu ly gián nhau.

Phật giáo ngày nay chia ra nhiều bộ phái khác nhau cũng chính vì không sống đúng giới luật, do không sống đúng giới luật nên danh lợi đã lôi cuốn họ chia manh xẻ mún đạo Phật ra nhiều bộ phái khác nhau, để mặc tình triển khai tưởng giải 84 ngàn pháp môn, mỗi người đứng một góc trời tự xưng mình là Giáo chủ của bộ phái đó.

Giới luật Phật là chỗ quy tụ những bậc tu hành chân chánh, còn mất giới luật là chỗ quy tụ những bậc tu danh, tu lợi, tu chùa to, Phật lớn, tu ăn, tu ngủ v.v...

Tóm lại muốn tìm cầu sự giải thoát trong Phật giáo thì phải tin theo lời Phật dạy: “KHÔNG KẾT BÈ BẠN”

5- KHÔNG TỰ KHOE KHOANG

Người tu sĩ đệ tử của đức Phật sống không thích khoe khoang, không cầu danh, cầu lợi thì Phật pháp mới hưng thịnh, bằng ngược lại thì Phật pháp suy đồi, thường là những tu sĩ tu hành chưa tới nơi tới chốn nên muốn làm danh, làm lợi, thường nhai lại những “Bã mía” của người xưa để thực hiện “Bồ Tát Đạo” hành “Bồ Tát hạnh”, đó là để lừa bịp thiên hạ, những vị Bồ Tát này cũng ví như một người mù dẫn một bầy mù đi và sẽ bị sa hầm lọt hố chết chìm nhau cả đám. Khoe khoang chính là mục đích cầu danh, cầu lợi, người tu sĩ đệ tử của đức Phật mà còn khoe khoang thì tu hành chẳng bao giờ giải thoát. Xưa đức Phật dạy: “Có danh có lợi thì nên ẩn bóng”. Thế mà thời nay

trên bước đường tu hành theo đạo Phật người tu sĩ chưa có danh thì muốn tạo danh như: học tập có cấp bằng này cấp bằng kia như cử nhân, tiến sĩ, thạc sĩ, giảng sư, chưa có lợi thì tìm làm quen cho có nhiều Phật tử để có sự cúng dường hoặc soạn viết những kinh sách lý luận sai lệch giáo pháp của đức Phật vì không có kinh nghiệm tu hành nên chỉ có tưởng giải theo kiểu vay mượn. Những loại kinh sách danh lợi này đã hằng giết chết hằng bao thế hệ con người từ xưa đến ngày nay.

Tóm lại TỰ KHOE KHOANG là một tai hại trên đường tu tập để tìm cầu sự giải thoát. Vì khoe khoang là nuôi dưỡng tính ngã mạn, càng khoe khoang ngã mạn càng to. Ngã mạn càng to thì càng chịu nhiều khổ đau. Ngã mạn càng to thì không bao giờ sống có đạo đức, luôn làm khổ mình khổ người.

Cho nên người tu hành theo Phật giáo, cần phải tránh xa tính tự khoe khoang. Nếu một người hay khoe khoang chúng ta hãy lắng nghe họ nói chuyện chỉ một vài câu chuyện ngắn gọn mà họ tự đề cao họ như thế này như thế khác hoặc khoe khoang về sự học. Đây là một con người mang đầy tính ngã mạn. Những hạng người đó chúng ta không nên chơi thân với họ, phải tránh xa.

★★★

6- KHÔNG KẾT BẠN VỚI NGƯỜI XẤU

Người tu sĩ và người cư sĩ đệ tử của đức Phật, muốn tu hành giải thoát và Phật pháp hưng thịnh thì như trên đã dạy, không nên kết bạn bè dù là bạn tốt còn không kết bạn, huống là bạn xấu, nhưng chỉ vì muốn dừng lại con đường

của đạo Phật, làm cho nó hưng thịnh thì phải sống “Độc bộ, độc hành, độc cư”, nếu không sống như vậy, thì chẳng bao giờ tu đến đích.

Ở đây đức Phật dạy, không nên kết bạn bè xấu, kết bạn bè xấu là một tai hại cho bước đường tu tập của mình. Người tu sĩ và cư sĩ đệ tử của đức Phật nếu kết bạn bè xấu, sẽ làm cho Phật pháp suy thoái. Vì bạn bè xấu, sẽ lôi cuốn vào chỗ phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới và đi đến chỗ phi oai nghi tế hạnh, thường sống phi đạo hạnh và đạo đức của bậc thánh tăng. Đó là những điều sẽ xảy đến, khiến cho Phật pháp không hưng thịnh.

Những người bạn xấu như thế nào?

Những bạn xấu là những người phạm giới như trên đã nói, thích vui chơi, thích ngủ nghỉ, thích nói chuyện, thích tranh luận, thích nghe ca hát và ca hát, thích trang điểm làm dáng làm đẹp, thích vật chất quần áo, giày dép, xe cộ, máy móc, chùa cao, Phật lớn, phong cảnh đẹp v.v...

Người tu sĩ chân chánh thì nên tránh xa những người bạn xấu ấy, vì kết bạn với những người ấy, thì Phật pháp không hưng thịnh. Những người bạn ấy, sẽ lôi cuốn chúng ta vào đường danh, nẻo lợi.

7- THÍCH SỐNG MỘT MÌNH

Người tu sĩ và cư sĩ đệ tử của đức Phật, muốn tu hành giải thoát và Phật pháp hưng thịnh thì phải sống một mình. Vả lại, sống một mình là pháp môn phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý tốt nhất; nó là pháp lắng nghe lại

thân tâm mình để biết thân tâm mình đang nói gì và đang làm gì nhờ đó chúng ta mới xả tâm ly dục ly ác pháp rốt ráo; nó là bí quyết nhập các loại định, nếu không sống một mình thì dù có tu nghìn kiếp cũng chẳng nhập định được. Người tu sĩ sống độc cư một mình là làm hưng thịnh cho Phật pháp. Tại sao vậy?

Tại vì người ấy sống một mình, tâm mới ly dục, ly ác pháp trọn vẹn, tâm có ly dục, ly ác pháp trọn vẹn thì tâm mới không phóng dật, tâm không phóng dật là tâm định trên thân, tâm định trên thân là tâm ly dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm, nhờ có nhập Bất Động Tâm thì mới có đủ Tứ Thân Túc, nhờ Định Như Ý Túc mới nhập Sơ Thiên, Sơ Thiên là một thứ thiên giải thoát của đạo Phật rất rõ ràng và cụ thể. Người tu hành nhập được Sơ Thiên thì giới luật phải sống nghiêm túc, không hề vi phạm, dù một giới luật nhỏ nhất nào. Giới luật không hề vi phạm thì đức hạnh của người này đã đầy đủ. Nhờ sống đức hạnh đầy đủ, làm người, làm thánh thì làm sao Phật giáo không hưng thịnh. Vì thế, đức Phật dạy: “Thích sống một mình là Phật giáo hưng thịnh”, lời nói này không dối người, lời nói này là lời nói chân thật.

Người an vui thích sống một mình là người đã giải thoát rồi, người giải thoát là người sống một mình. Sống một mình khó lắm quý vị ạ! Có sống một mình mới biết khó, chứ không phải như lời nói suông đâu. Có sống rồi mới biết, quý vị ạ!



CÓ BẢY PHÁP GIÚP TA LY DỤC, LY ÁC PHÁP

LỜI PHẬT DẠY

- 1- Có lòng tin
- 2- Biết xấu hổ với những điều sơ xuất.
- 3- Tự thẹn với những việc làm ác.
- 4- Học rộng hiểu nhiều.
- 5- Nỗ lực dứt ác, tu thiện.
- 6- Những điều đã học, phải ghi nhớ, mãi không quên.
- 7- Tu về trí tuệ.

CHÚ GIẢI:

1- CÓ LÒNG TIN

Đức Phật dạy: Muốn ly dục, ly ác pháp để nhập Bất Động Tâm và Sơ Thiên thì trước tiên, chúng ta phải đặt trọn lòng tin sâu xa nơi đức Phật và giáo pháp của Ngài. Ngài đã dạy như thế nào giải thoát là thật sự có giải thoát, có làm chủ sự sống chết và chấm dứt luân hồi.

Lòng tin ấy, sẽ giúp chúng ta tiến bước mà không bao giờ chùn bước, dù trên bước đường tu tập, có nhiều gian nan thử thách chúng ta cũng không nản lòng và thối chuyển. Đó là pháp môn thứ nhất, để chúng ta ly dục, ly ác pháp.

Nếu thiếu lòng tin thì con đường đạo Phật, chúng ta không thể đi đến nơi, đến chốn được, vì nó là con đường tự lực chứ không tha lực, cho nên lòng tin được đứng hàng đầu trong các pháp tu tập, nhưng muốn có lòng tin bền bỉ thì sự tu tập phải có kết quả, nếu không kết quả thì tu sĩ và

cư sĩ Phật giáo, sẽ biến thái giống như các tu sĩ Bà La Môn giáo (cúng bái, tụng niệm, ngồ thiền, niệm chú, bắt ấn v.v...) và làm những việc mê tín khác.

Người tu sĩ và cư sĩ, tu không kết quả, sẽ mất lòng tin, nên dễ bị thế tục hóa, khiến cho Phật pháp, càng ngày, càng suy thoái và Phật giáo mất gốc.

2- BIẾT XẤU HỔ VỚI NHỮNG ĐIỀU SƠ XUẤT

Đức Phật dạy: Muốn ly dục, ly ác pháp, để nhập Bất Động Tâm Định và Sơ Thiền thì phải biết xấu hổ với những điều làm sơ xuất tạo ra cảnh khổ mình, khổ người.

Làm người, ai mà không có những việc làm sơ xuất, nhưng có những kẻ làm sơ xuất, lại không biết xấu hổ sửa sai những lỗi lầm của mình, mà còn vỗ ngực xưng tên.

Ví dụ: Như các vị tỳ kheo phạm giới, phá giới, ăn uống phi thời, sống trong nhung lụa sang giàu, chùa to, Phật lớn, tu hành chưa tới đâu, thuyết giảng lung tung, lừa đảo lường gạt nhiều người, bằng cách cầu siêu, cầu an làm những điều mê tín, v.v... Thậm chí, có những vị tỳ kheo có cả vợ con, thế mà không biết xấu hổ, không chừa bỏ, sửa sai thì thử hỏi, Phật pháp còn gì và tu hành như vậy, thì làm sao ly dục, ly ác pháp được. Đây là phương pháp thứ hai, mà đức Phật đã dạy chúng ta ly dục, ly ác pháp để nhập Bất Động Tâm Định và nhập Sơ Thiền.

3- TỰ THẬN VỚI NHỮNG VIỆC LÀM ÁC

Đức Phật dạy: Muốn ly dục, ly ác pháp để nhập Bất Động Tâm Định và Sơ Thiên thì phải tự thẹn với những việc làm ác .

Ví dụ: Có người bị người khác chửi mắng, mạ nhục tâm sanh tức giận, lúc bấy giờ người ấy rất khổ đau, trạng thái khổ đau đó là ác pháp, tức là vì pháp ác bên ngoài tác động, chúng ta không đủ sức kham nhẫn nên pháp ác trong tâm ta phát khởi, nếu một người tu theo đạo Phật, thì phải tự thẹn với lòng mình và tự trách mình. Tại sao mình lại ngu si để những pháp ác sanh khởi làm khổ mình? Tại sao mình lại điên đảo quá độ, để cho tâm duyên theo nhân quả ác của người khác dẫn mình vào bước đường khổ đau?

Muốn ly dục, ly ác pháp để nhập Bất Động Tâm Định và Sơ Thiên mà bị pháp ác tác động, không ly ác pháp trong tâm thì làm sao nhập Bất Động và Sơ Thiên được, do đó đức Phật dạy: “Phải tự thẹn với lòng mình” vì mình quá yếu hèn không ngăn được ác pháp trong tâm, để chịu khổ đau, đó là đại tội của một con người quá ngu si, không sáng suốt.

Người biết tự thẹn là người biết cố gắng khắc phục mình, biết sửa lỗi mình, biết chiến đấu lại tâm mình v.v...

Người không biết tự thẹn là người không biết xấu hổ với mình, không biết cố gắng khắc phục tâm mình, không biết sửa lỗi mình và cũng không biết chiến đấu lại tâm ác của mình, để rồi phải chịu suốt một đời khổ đau và tiếp tục trong muôn đời khổ đau. Đây là phương pháp thứ ba, đức Phật dạy chúng ta biết tự thẹn, khi làm việc ác để tâm ly

dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm Định và nhập Sơ Thiên.

4- HỌC RỘNG HIỂU NHIỀU

Đức Phật dạy: Muốn ly dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm Định và nhập Sơ Thiên thì phải học rộng hiểu nhiều. Học rộng hiểu nhiều nghĩa là gì? Học rộng hiểu nhiều, nghĩa là phải hiểu rõ đường lối tu hành chân thật của đạo Phật, nếu không học rộng hiểu nhiều về đạo Phật thì dễ bị người khác lừa đảo, bằng những giáo pháp của ngoại đạo, như hiện giờ, tu sĩ và cư sĩ đệ tử của Phật mà lại tu tập theo những pháp môn mê tín, ảo tưởng, hư cấu ảo giác không chịu học rộng; không chịu hiểu nhiều về kinh sách Nguyên Thủy, nên nghe theo kinh sách phát triển và Thiên Đông Độ. Họ lầm tưởng đó là kinh sách của Phật giáo chơn thật, nhưng không ngờ, đó là kinh sách giả mạo. Chỉ vì trước khi tu hành, quý vị không chịu học rộng, hiểu nhiều về kinh sách chơn thật của đạo Phật.

Ở đây đức Phật dạy, muốn ly dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm và nhập Sơ Thiên mà không học rộng, hiểu nhiều về giáo pháp của Ngài thì sẽ tu sai lạc, mà đã tu sai lạc thì không làm sao ly dục, ly ác pháp được, không ly dục, ly ác pháp thì không bao giờ nhập chánh định được, chỉ có nhập vào những tà định mà thôi. Đây là pháp thứ tư, học rộng, hiểu nhiều về giáo pháp của Ngài, để không bị ai lừa đảo và lường gạt được mình rơi vào giáo pháp ngoại đạo, của thiên tưởng

5- NỖ LỰC DỨT ÁC TU THIÊN

Đức Phật dạy: Muốn ly dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm Định và nhập Sơ Thiên thì phải nỗ lực dứt ác, tu thiện. Trong kinh Tứ Chánh Cần dạy: “Ngăn ác diệt ác pháp, sanh thiện tăng trưởng thiện pháp”. Đó là một phương pháp nỗ lực dứt ác tu thiện.

Hầu hết mọi người tu theo đạo Phật, đều không nhận ra ác pháp và thiện pháp như thế nào, nên dễ tu lầm lạc, do lầm lạc nên tu mãi không có kết quả. Trong đạo Phật, pháp nào có lậu hoặc là pháp ác, vì có lậu hoặc là có đau khổ, có đau khổ là ác pháp.

Ví dụ: Tu tập tọa thiền hai chân ngồi kiết già bị tê, đau nhức, khổ sở, nóng rát, v.v... đó là pháp ác. Nhớ thương, những người thân làm cho tâm hồn đau khổ, đó cũng là pháp ác. Người có phước hữu lậu, sanh ra trong gia đình giàu sang, quyền cao chức lớn, có danh giá trong xã hội, nhưng đó là phước hữu lậu, cho nên trong sự giàu sang, quyền cao, chức lớn vẫn có những sự khổ đau, có những sự khổ đau, tức là có ác pháp.

Đối với đạo Phật thì không cầu phước hữu lậu, phước hữu lậu là phước danh và lợi mà danh lợi là ác pháp, vì thế người tu theo đạo Phật phải xa lìa danh lợi, xa lìa danh lợi là ly dục, ly ác pháp, ly dục, ly ác pháp là phước vô lậu, phước vô lậu là giải thoát. Vì thế người tu sĩ đạo Phật, chọn lấy phước vô lậu, từ khước hữu lậu, từ khước phước hữu lậu là từ khước chùa to, Phật lớn, tiền bạc danh lợi. Xin nhắc lại một lần nữa, Đức Phật dạy: “có danh có lợi thì nên ẩn bóng”, đó mới chính là đệ tử của đức Phật.

Người có phước hữu lậu, giàu sang quyền tước mà không từ bỏ, xa lìa, tức là không ngăn ác, diệt ác pháp thì không thể nào ly dục, ly ác pháp được. Người ta phải hiểu rằng, phước hữu lậu là phước báo còn trong đau khổ, cho nên người có phước báo này thì lại càng đau khổ nhiều, quý vị không tin lời chúng tôi nói thì quý vị hãy đọc báo chí sẽ thấy các vị Tổng Thống, nhất là Tổng Thống nước Mỹ “Kennedy” và gần đây những người giàu có hằng tỷ tỷ bạc như: Minh Phụng, Trần Đàm, v.v.. họ đang khổ hơn chúng ta nhiều.

Thưa quý vị, đây là phước hữu lậu, Hòa Thượng Thanh Từ Thầy của chúng tôi, đã thực hiện Bồ Tát Đạo, hành Bồ Tát Hạnh, Ngài có đầy đủ phước báo hữu lậu, không có một vị Hòa Thượng nào sánh kịp, nhưng cơ thể Ngài không lúc nào mà không uống thuốc và không giờ nào mà Ngài được nghỉ ngơi. Ngài đã tuyên bố với Tăng, Ni và Phật tử, Ngài nợ Tăng, Ni và Phật tử. Đó là phước hữu lậu, trong cái danh, cái lợi thì phải có cái không giải thoát, cái không giải thoát, tức là ác pháp.

Đức Phật dạy: “lậu là khổ đau, vô lậu là hết khổ đau”. Do đó chúng ta suy ra lậu là ác pháp. Vậy người tu sĩ đệ tử của Đức Phật, phải ngăn ác diệt ác, thì còn có cầu mong tạo phước báo hữu lậu nữa hay không? Tu hành theo đạo Phật, mà cố tạo phước báo cho nhiều thì con đường tu để đi đến giải thoát được hay không? Đó là một câu hỏi để mọi người dễ nhận ra sự thật của kiếp làm người.

Người có phước báo hữu lậu thì không bao giờ tu giải thoát được. Tại sao vậy? Tại vì phước báo hữu lậu là ác

pháp mà đạo Phật chủ trương ngăn ác, diệt ác pháp thì mới có ly dục, ly ác pháp, có ly dục, ly ác pháp thì mới có giải thoát, có giải thoát thì mới gọi là vô lậu, cho nên phước báo của đạo Phật gọi là phước vô lậu, phước báo vô lậu là phước báo không còn đau khổ. Phước báo hữu lậu là phước báo còn đau khổ là phước báo của kinh sách phát triển của các tôn giáo khác.

Phước báo hữu lậu và phước báo vô lậu là hai phước báo không thể đi chung nhau một đường. Người chấp nhận phước hữu lậu thì không thể có phước vô lậu được, người chấp nhận phước báo vô lậu thì không thể chấp nhận phước hữu lậu được, vì chấp nhận phước hữu lậu thì vô lậu không có.

Phước hữu lậu và phước vô lậu chúng ta ví nó như mặt trời và mặt trăng, cái này có thì cái kia không, cái này không thì cái kia có cũng như đêm và ngày, ngày có thì không thể là đêm được, mà đêm có thì không thể là ngày được. Phước hữu lậu và phước vô lậu cũng vậy.

Cho nên, các nhà học giả do chỗ nghiên cứu, chứ không phải chỗ tu hành nên đã hiểu sai lệch về Phật giáo, vì vậy các Ngài hướng dẫn người tu làm những điều lành như: Trai tăng, cúng dường, cất chùa, xây tháp, đúc chuông và làm những việc từ thiện khác nữa, v.v... đó là tạo phước hữu lậu, vì thế cuộc sống của họ không giải thoát, chỉ sống trong cảnh giàu sang danh lợi như người giàu sang thế gian.

Bởi, người ta không hiểu được phước vô lậu và phước hữu lậu như thế nào, nên đã đưa con người vào con đường

khổ chỉ được lời khen suông của thiên hạ mà thôi, nhưng lại biến những người làm từ thiện trở thành những chủ nợ của những người khác mà cho vay, “vay một trả mười”. Ngược lại, Phật giáo không làm từ thiện, mà chỉ sống đúng đạo đức nhân bản - nhân quả, tự không làm khổ mình, khổ người, nên khi thấy ai khổ là thấy nhân quả của họ, chứ không phải ta làm khổ họ, mà chính họ đã tự làm khổ họ, chúng ta có duyên gặp họ trong cảnh khổ, đó là duyên nhân quả của chúng ta và với họ, nên mới có sự gặp gỡ như thế này thì chúng ta giúp đỡ và an ủi họ, tùy ở nhân quả của họ, chứ chúng ta không làm từ thiện như kinh sách phát triển dạy, vì chúng ta không làm sao cho họ hết khổ được, tại họ tạo ra nhân ác thì họ phải gánh chịu lấy quả khổ.

Chúng ta không làm từ thiện theo kiểu kinh sách phát triển dạy “làm thiện để mong cầu được lên Thiên đàng, Cực lạc và để được giàu sang phú quý, làm vua, làm quan v.v...” Chúng ta chỉ biết làm theo đạo đức nhân bản – nhân quả làm người mà đức Phật đã dạy: “Không làm khổ mình, khổ người, khổ cả hai”.

Người không hiểu Phật pháp tuyên dương “phước huệ song tu”, đó là một sự sai lạc rất lớn trong đạo Phật. Có phước hữu lậu thì làm sao tu huệ được, huệ là giới luật là đức hạnh của con người và của những bậc thánh tăng. Nói đến giới luật đức hạnh những bậc thánh tăng, thì chỉ còn ba y một bát đi xin ăn hằng ngày thì làm sao gọi là phước hữu lậu được. Trong kinh Nguyên Thủy đức Phật đã xác định rõ ràng: “Trí tuệ ở đâu thì giới luật ở đó, giới luật ở đâu thì trí tuệ ở đó; trí tuệ làm thanh tịnh giới luật, giới luật làm thanh tịnh trí tuệ”.

Người có phước hữu lậu thì không bao giờ có trí tuệ; người có phước hữu lậu thì không bao giờ giữ gìn giới luật nghiêm chỉnh; người có phước hữu lậu thì không bao giờ được gọi là thánh tăng, thánh ni, thánh cư sĩ, nghĩa là không chứng quả giải thoát, vì chẳng bao giờ họ ly dục, ly ác pháp, chẳng ly dục, ly ác pháp thì chẳng bao giờ gần ác, diệt ác pháp, do đó họ tu hành chỉ uổng phí một đời mà thôi. Họ đã bị phước hữu lậu xỏ mũi dắt đi. Đây là pháp thứ năm, giúp chúng ta ly dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm và Sơ Thiên như đức Phật đã nhắc nhở “Phải hết sức mình nỗ lực, dứt ác tu thiện”, chứ không thể tu lơ là được, mà phải nhiệt tâm, năng nổ từng giây, từng phút thì mới có thể ly dục, ly ác pháp. Quý vị nên nhớ kỹ những lời dạy này, những lời dạy này là những lời tâm huyết của đức Phật vì thương tưởng chúng sanh, vì sự khổ đau của chúng sanh mà Ngài nhắc nhở. Đừng dựa vào phước hữu lậu của kinh sách phát triển mà trở thành những chủ nợ của kẻ khác, để rồi đời đời phải trôi lăn trong sáu nẻo luân hồi vĩnh cửu.

6- NHỮNG ĐIỀU ĐÃ HỌC CẦN GHI NHỚ MÃI KHÔNG QUÊN

Đức Phật dạy: Muốn ly dục, ly ác pháp để nhập Bất Động Tâm và Sơ Thiên thì những điều đã học phải ghi nhớ mãi không quên. Vậy, ghi nhớ mãi không quên những pháp môn gì?

Những pháp môn phải ghi nhớ mãi trong tâm không quên đó là:

- 1- Có năm pháp tu tập ly dục, ly ác pháp.
- 2- Có bảy pháp khiến cho Phật pháp hưng thịnh.
- 3- Có bảy pháp giúp ta ly dục, ly ác pháp.
- 4- Có bảy pháp hằng ngày cần tu.
- 5- Có sáu pháp cần phải giữ gìn.
- 6- Oai nghi của người tu sĩ.
- 7- Người mới vào đạo cần nên tu tập.
- 8- Người mới tu có năm pháp cần nên tránh.
- 10 - Người mới tu có ba đức chánh hạnh phải thực hiện[‡].

Trên đây là những pháp môn đã học, cần phải ghi nhớ mãi không quên để thực hiện con đường giải thoát của đạo Phật.

7- TU VỀ TRÍ TUỆ

Đức Phật dạy: Muốn ly dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm và Sơ Thiên thì phải tu về trí tuệ. Vậy tu về trí tuệ là tu như thế nào?

Trong kinh SONADANDA đã dạy: “Tôn giả Gotama, không thể được. Tôn giả Gotama, trí tuệ được giới hạnh làm cho thanh tịnh, giới hạnh được trí tuệ làm cho thanh tịnh. Chỗ nào có giới hạnh, chỗ ấy có trí tuệ; chỗ nào có trí tuệ, chỗ ấy có giới hạnh. Người có giới hạnh, nhất định có trí tuệ, người có trí tuệ, nhất định có giới hạnh. Giới hạnh và trí tuệ được xem là tối thắng ở trên đời. Tôn giả Gotama, cũng như lấy bàn tay rửa bàn tay, lấy bàn chân rửa bàn chân cũng vậy”. Ở đoạn kinh này đã xác định cho chúng ta thấy tu về trí tuệ tức là phải tu về giới luật. Giới luật là đức

[‡] Những pháp trên, ở đây không trích đủ, xin đọc lại bộ sách “Những Lời Gốc Phật Dạy”.

hạnh của tu sĩ và cư sĩ, nếu ta không tu về giới luật thì chúng ta không có trí tuệ. Cho nên lời dạy “Tu về trí tuệ”, tức là tu tập về giới luật, tu về giới luật tức là sống đúng đời sống phạm hạnh của một vị thánh tăng, sống đúng đời sống phạm hạnh của một vị thánh tăng là trí tuệ giải thoát của đạo Phật. Như vậy đức Phật mới nhắc nhở chúng ta nhớ đừng quên phải chăm lo tu về trí tuệ.

Tu về trí tuệ không phải là ở chỗ học hỏi cho thông suốt tam tạng thánh điển hay có nhiều cấp bằng Tiến Sĩ mà chỉ là người biết sống và giữ gìn giới luật nghiêm chỉnh không hề vi phạm một lỗi nhỏ nhất, luôn luôn lúc nào cũng thấy sợ hãi những lỗi nhỏ nhất. Chính người tu sĩ và cư sĩ biết giữ gìn giới luật nghiêm chỉnh, đó là người trí tuệ, người trí tuệ là người biết sống đời sống ly dục ly ác pháp, sống đời sống ly dục ly ác pháp tức là đã nhập Bất Động Tâm. Ngược lại người có cấp bằng cao và thông suốt tam tạng thánh điển mà sống phạm giới, phá giới thì người ấy không được gọi là người có trí tuệ, theo Phật giáo thì người ấy là người vô minh, người không hiểu biết chánh kiến.

Người nhập Sơ Thiên là người sống đúng phạm hạnh của một vị tỳ kheo đệ tử của đức Phật, người ấy không hề vi phạm một lỗi nhỏ nhất nào trong giới luật, người ấy sống ba y một bát, ngày một bữa đi xin ăn, cuộc sống trầm lặng độc cư một mình như nước hồ mùa thu, người ấy là người phạm hạnh, bậc Trưởng Lão, Thánh Tăng; người ấy là người đức hạnh thánh thiện vì đã ly dục ly ác pháp, người ấy xứng đáng là thầy của chúng ta, vì đức Phật đã xác định : “Giới luật là thầy của các vị tỳ khưu”. Vì thế người nào sống đúng giới luật là thầy của chúng ta dù người

đó chỉ là một vị Sa Di, một cư sĩ, còn ngược lại dù vị đó là một vị tỳ kheo Thượng Tọa, Hòa Thượng có hạ lạp cao, có học thức rộng, thông suốt tam tạng kinh điển mà giới luật không nghiêm chỉnh thì không phải là thầy của chúng ta.

Như trên đã nói tu về trí tuệ, tức là tu về giới luật, tu về giới luật tức là tu về thiền định, như vậy tu về thiền định tức là tu về trí tuệ, chứ không phải thiền định chặn trau, kiến tánh thành Phật, đốn ngộ tiêm tu, hay là tham công án, tham thoại đầu, phình xẹp Minh Sát hoặc luyện bùa, niệm chú, tụng kinh, niệm Lục Tự Di Đà v.v... mà có thiền định .

Từ giới hạnh là trí tuệ, từ trí tuệ là giới hạnh, đó là giai đoạn tu tập trí tuệ thứ nhất về giới luật của đạo Phật mà tất cả các vị tu sĩ Phật giáo, không phân biệt tỳ kheo tăng, ni và cư sĩ, tất cả đều phải lấy giới luật làm thầy, vì giới luật là trí tuệ của người tu sĩ Phật giáo.

Khi tu tập ở giai đoạn thứ hai trí tuệ là thiền định, thiền định là trí tuệ, từ trí tuệ là thiền định, thiền định là trí tuệ đó là giai đoạn tu tập trí tuệ thứ hai về giới, định, tuệ của đạo Phật. Trong kinh SONADANDA đức Phật đã dạy : “..Vị ấy chứng và trú Sơ Thiên... chứng và trú đệ Nhị Thiên... đệ Tam Thiên... chứng và trú đệ Tứ Thiên... Nay Bà La Môn như vậy là trí tuệ”. (Trường Bộ kinh tập I trang 223).

Ở đây chúng ta thấy đức Phật đã xác định rõ ràng: “giới luật là trí tuệ, là thiền định; thiền định là giới luật, là trí tuệ; người có trí tuệ nhất định có giới luật, có thiền định; người có giới luật nhất định có trí tuệ, có thiền định; người

có thiên định nhất định có giới luật và có trí tuệ”. Đạo Phật tu tập như vậy, nên đức Phật mới nhắc nhở chúng ta, nhớ đừng quên, phải lo tu về trí tuệ. Người nhập Sơ thiền là người sống đúng phạm hạnh của một vị tỳ kheo đệ tử của đức Phật, người ấy không hề vi phạm một lỗi nhỏ nhất nào trong giới luật.

Tu về trí tuệ, tức là tu về giới luật, tu về giới luật, tức là tu về thiên định, như vậy tu về thiên định, tức là tu về trí tuệ, chứ không phải là thứ thiên định Chấn trầu, Kiến tánh thành Phật, Đốn ngộ tiệm tu, hay là Tham công án, Thoại đầu hoặc luyện bùa, niệm chú, tụng kinh, niệm Lục Tự Di Đà, v.v... mà có thiên định

Từ đó, chúng ta suy ra, lời dạy trên đây của đức Phật, chúng ta biết mình phải tu trí tuệ, tức là tu giới luật và Tứ Thánh Định. Tứ Thánh Định là trí tuệ của đạo Phật, nếu người không nhập được Tứ Thánh Định thì không thể gọi là trí tuệ về thiên định.

Chúng ta học được những điều rất hay về trí tuệ của đạo Phật. Mới vào đạo, chúng ta học trí tuệ về giới luật. Sau khi trí tuệ về giới luật thành tựu, ta làm chủ được tâm ta, tức là ta đã ly dục, ly ác pháp, ta đã ly dục, ly ác pháp là tâm ta bất động trước các pháp và các cảm thọ.

Khi tâm ta ly dục, ly ác pháp là tâm ta đã thanh tịnh, từ đây, ta tiếp tục tu tập trí tuệ về thiên định. Sau khi trí tuệ về thiên định thành tựu, ta làm chủ được thân ta, tức là ta làm chủ được già, bệnh, chết do ta tịnh chỉ các hành trong thân.

Khi ta thành tựu trí tuệ thiên định xong, ta tiếp tục tu tập trí tuệ về Tam Minh. Sau khi trí tuệ Tam Minh thành tựu, chúng ta chấm dứt nguyên nhân tái sinh luân hồi, tức là ta chỉ còn có một đời sống này mà thôi.

Trong kinh Sonadanda dạy: “Tâm hướng đến tri kiến... Nay Bà La Môn như vậy là trí tuệ” (Trường Bộ kinh tập I trang 223). Đoạn kinh này đức Phật dạy: “Tam Minh là trí tuệ, trí tuệ là Tam Minh, người có trí tuệ, tức là có Tam Minh, người có Tam Minh, tức là có trí tuệ”. Đây là trí tuệ vô lậu, người có trí tuệ này, là người đã đi suốt quãng đường của đạo Phật “Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, việc cần làm đã làm, sau đời hiện tại, không có đời sống nào khác nữa” (Trường Bộ kinh tập I, trong kinh Sa Môn Quả trang 155).

Đây là ba giai đoạn tu tập trí tuệ của đạo Phật, bằng lộ trình “Giới, Định, Tuệ”, ngoài lộ trình này, không bao giờ còn có một lộ trình nào khác nữa, để tìm tu có trí tuệ giải thoát.



SỐNG HOÀ HỢP

***Hỏi:** Kính thưa Thầy, trong cuộc sống hằng ngày chị em ăn ở với nhau, bất kỳ trường hợp và hoàn cảnh nào, con cũng tùy hỷ trước mọi người, mọi việc làm, không bắt bẻ chê bai gì hết, ai làm sao cũng được.*

Đối với con khi ai cho vật gì, dù vật nhỏ mọn nhất, nhưng con thấy được sự thanh tịnh ở vật đó thì con thành kính nhận một cách trân trọng với tấm lòng thành, còn

ngược lại dù là châu báu, ngọc ngà mà không có sự thanh tịnh thì con nhất quyết không nhận, dù có mang lỗi sống không hòa đồng, nhưng con cũng vui lòng chấp nhận. Cúi xin Thầy từ bi lân mẫn chỉ dạy cho con rõ như vậy có đúng không ?

Đáp: sống từ hai người trở lên gọi là tập thể, mỗi tập thể đều phải có một kỷ luật, kỷ luật đó gọi là thanh quy hay là nội quy. Thanh quy và nội quy là để giúp cho mọi người trong tập thể đó, phải chấp hành nghiêm chỉnh thì mọi người mới có một cuộc sống hòa hợp, để cùng chung sống với nhau, để cùng nhau xây dựng một mục đích cao thượng đạo đức làm người, không làm khổ mình, khổ người.

Xưa, đức Phật đã chế ra sáu pháp hòa hợp (lục hòa):

- 1 - Thân hòa đồng trụ
- 2 - Khẩu hòa vô tranh
- 3 - Ý hòa đồng duyệt
- 4 - Kiến hòa đồng giải
- 5 - Giới hòa đồng tu
- 6 - Lợi hòa đồng quân.

Giới thứ nhất là thân hòa đồng trụ và giới thứ sáu là lợi hòa đồng quân, hai giới này để chỉ cho sự sống bình đẳng, buông xả cá nhân, để thể hiện đức hạnh bằng lòng giúp mọi người ly dục, ly ác pháp.

Giới thứ hai là khẩu hòa vô tranh và giới thứ ba là ý hòa đồng duyệt, hai giới này chỉ cho sự thể hiện lòng từ, đức hạnh nhẫn nhục để tâm hồn được thanh thản, vô sự, tức là ly dục, ly ác pháp.

Giới thứ tư là kiến hòa đồng giải và giới thứ năm là giới hòa đồng tu, hai giới này chỉ cho sự thể hiện lòng bi, đức hạnh tùy thuận để thân tâm được an lạc, tức là ly dục, ly ác pháp.

Lấy ba đức ba hạnh để sống, sống làm người có đạo đức thoát ra khỏi bản chất của loài cầm thú. Vì thế đạo Phật gọi tu, tức sống, nhưng sống đúng đạo đức không làm khổ mình, khổ người là tu. Tu không có nghĩa là tụng kinh, niệm Phật, cầu chư Phật, chư Bồ Tát gia hộ cho tai qua, nạn khỏi, bệnh tật tiêu trừ hoặc làm ăn giàu có, con cháu hiển vinh.

Theo sự nhận hiểu của con qua những danh từ nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng theo tâm của con, chứ không phải theo tâm của người khác. Ở đây, con dùng danh từ thanh tịnh và không thanh tịnh không đúng con ạ!

Đối với con, khi người ta đem cho con một vật gì, người chủ vật đó chưa có sự giận hờn phiền toái với con, thì con cho vật đó là thanh tịnh, còn nếu có sự giận hờn phiền não, thì vật đó, con cho là không thanh tịnh. Con hiểu như vậy thì con chưa biết cách tu tập hạnh nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng.

Ở đây, không nên dùng vật thanh tịnh hay không thanh tịnh, mà con hãy lấy đối tượng nghịch cảnh, bất toại nguyện để thực hiện hạnh nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng, thì mới gọi là tu, còn tu như con, không thể gọi là tu hạnh nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng. Tu như con

chính là tránh né đối tượng nghịch cảnh trái lòng. Theo đạo Phật thì không chấp nhận những điều này, vì tu như vậy, không bao giờ có giải thoát, tu như vậy là tìm sự an ổn, tiêu cực, nén tâm, yếm thế.

Theo đúng hạnh của một tu sĩ đạo Phật thì chấp nhận sự đi xin ăn, nhưng không được nhận thực phẩm dư thừa để dành, ngày nào xin ăn ngày nấy, đó là lối sống buông xả và xả sạch, ăn còn không được để dành ngày mai, ăn chỉ biết ngày nay, không lo ngày mai, như vậy mới gọi là người buông xả sạch.

Ngày nay, người tu sĩ Phật giáo thường hay tự túc sống, do đó đời sống phạm hạnh của một vị tỳ kheo tăng không còn đúng phạm hạnh nữa và vì vậy, thánh hạnh của một vị tăng không còn có. Do đời sống không đúng cách đạo đức thánh hạnh nên đường tu tập của các vị tỳ kheo tăng và tỳ theo ni chẳng đi đến đâu cả.

Xả ngũ dục lạc, tức là xả sắc, danh, lợi, thực, thù mà còn xả không được, hướng là tu cái gì? Hiện giờ, người ta tu hành chỉ là hình thức, còn mục đích giải thoát thì họ không tu tập, gặp các đối tượng để thực hiện đức hạnh nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng thì tránh né, trốn chạy chẳng dám vượt qua sự đau khổ của cuộc đời mình. Con không có sự quyết tâm tu hành giải thoát, làm chủ sự sống chết và luân hồi, chỉ thấy đời đau khổ mà vào chùa tránh né để tìm sự an ổn.

Do cuộc sống như vậy, nên mới có cát am, thất riêng tu hành. Tu hành mà cát am thất riêng, để sống tự

do thoái mái, thì sự tu hành đó chẳng đi đến đâu cả. Sự tự do thoái mái đó, đưa người tu sĩ chạy theo sở thích và tâm ham muốn của mình, như vậy thì làm sao gọi là ly dục, ly ác pháp.

Sở thích của mình là gì? Là tâm dục. Mà đã có tâm dục thì con đường tu hành của đạo Phật làm sao tu đúng được?

Trong đời sống đi xin ăn của Đức Phật, đâu phải lúc nào ai cũng tôn kính Ngài. Trong cuộc đời đi xin ăn, Ngài gặp rất nhiều người, họ đã có nhiều lời lẽ thất kính, thô lỗ thế mà Ngài vẫn thản nhiên, như vậy mới gọi là tu tập nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng.

Đoạn đầu trong câu hỏi, con có nêu ra cách sống tùy thuận, đó là lý lẽ qua ngôn ngữ của con, chứ thực ra con không có sống tùy thuận với ai cả. Cho nên trong lục hòa có kiến hoà đồng giải, nghĩa là tùy thuận mọi ý kiến của người khác, để không làm khổ mình, khổ người, đó cũng là một điều tu tập ly dục, ly ác pháp, diệt ngã, xả tâm mình.

Còn đoạn thứ hai câu hỏi của con Thầy đã chỉ dạy ở trên, đó là nghĩa thứ nhất, nhưng nó còn một nghĩa nữa là thanh tịnh và không thanh tịnh, có nghĩa là vật trộm cắp hay không trộm cắp phải không con?

Nếu con biết vật đó là trộm cắp (không thanh tịnh) đem đến cho con thì con phải khéo léo từ chối đừng để mất lòng, hoặc làm người ta buồn; còn nếu vật đó không phải là trộm cắp (thanh tịnh) người ta đem đến

cho con, nhưng lòng con còn đang hờn giận, nên từ chối, đó là con không biết cách tu tùy thuận, xả tâm, diệt ngã để làm khổ mình, khổ người, mà còn mang tiếng là sống không hòa đồng.

Cuộc sống tu hành là một cuộc sống tập thể, sống trong tập thể, nhưng giữ gìn đức hạnh trầm lặng và độc cư mới chính là tu. Do đó, chúng ta có những đối tượng để tu nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng, nhờ thế chúng ta mới diệt được ngã, xả được tâm, ly được dục và ác pháp, liền ngay đó nhập được Bất Động Tâm và nhập Sơ Thiên, làm chủ được cuộc sống, tâm bất động trước các pháp và các cảm thọ.

Người mới tu nếu không sống chung trong tập thể mà chỉ sống ở riêng, độc cư một mình để tu tập, người ấy sẽ không bao giờ ly dục, ly ác pháp được và cũng không thành tựu được chánh định, chánh tuệ, họ sẽ rơi vào tà thiên, tà định và tưởng giải, vì tâm họ còn đầy dẫy dục lạc thế gian, đầy dẫy sự đau khổ trong tâm tư của một con người thế tục. Tu như vậy, chỉ là ức chế tâm, chịu đựng làm khổ, mình khổ người, chẳng ích lợi gì cho ai cả.

Sống không hòa đồng, hòa hợp là không phải nếp sống của người tu sĩ đạo Phật, cho nên Kinh dạy, tăng là phải sống hòa hợp như nước với sữa, tăng mà sống không hòa hợp là tu sĩ ngoại đạo.

Người tu sĩ đạo Phật có những pháp môn để tu hòa hợp như:

1- Nhìn đời bằng đôi mắt nhân quả.

2- Sống trong đạo đức làm người thường không làm khổ, mình khổ người.

3- Biết nhẫn nhục, bằng trí tuệ nhân quả.

4- Sống tùy thuận, nhưng khéo léo an trú thiện pháp, không bị lôi cuốn vào ác pháp.

5- Bằng lòng tất cả mọi pháp, dù ác hay thiện nhưng xa lìa ác pháp.

Vậy từ đây về sau, con nên sáng suốt đừng để tâm chướng ngại, tạo nên cuộc sống không hòa đồng, hòa hợp. Có được như vậy, mới gọi là tu hạnh nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng, chứ đừng lợi dụng danh từ nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng mà tự làm khổ mình, khổ người.

Con nên nhớ, những chị em đang cùng tu đều còn là phàm phu tất cả, nên mọi người ai cũng có cái đúng, cái sai, hãy lấy cái đúng của người mà sửa lại lỗi mình, còn cái sai của người khác thì nên tha thứ họ, đừng cố chấp lấy đó mà tạo cảnh khổ đau cho tâm mình. Đạo Phật là đạo từ bi mà chúng ta không biết tha thứ cho nhau thì làm sao chúng ta xứng đáng là người đệ tử của đức Phật được.

Tha thứ không có nghĩa là tha thứ riêng cho người lầm lỗi, mà chính chúng ta còn tha thứ những điều sai quấy mà chúng ta đã lầm lỗi. Tại sao vậy?

Vì chúng ta sống không hòa hợp như nước với sữa, nên đã sống trái với đạo đức của đạo Phật, tức là chúng ta sống trái với mọi người, trái với lương tâm đạo đức nhân quả của mình.

Sống hòa hợp là sống không chống trái, sống biết tha thứ, sống biết thương yêu nhau, sống chia sẻ với nhau những nỗi khổ đau của kiếp sống làm người, phải không hỏi quý vị?

Sống như vậy, mới có nghĩa là sống đạo đức, sống nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng; sống như vậy, mới xứng đáng gọi là tu theo đạo Phật, tu theo đạo giải thoát.

Sống chia rẽ, sống một mình, sống không nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng, sống chỉ biết có mình, sống không biết tha thứ, sống như vậy là sống theo kiểu thế gian phàm phu, tục tử, không phải lối sống của người tu sĩ đạo Phật.



TÂM SẮC DỤC.

1) Tâm sắc dục rất nguy hiểm, người tu nếu không xả được khi tâm sắc dục để nó khởi lên, người đó sẽ lộng lộn lên như con trâu điên khó kìm giữ có thể lời nói và hành động bất nhã còn hơn người chưa tu.

Muốn xả tâm sắc dục, người tu phải thường quán thân bất tịnh, phải biết phòng hộ sáu căn, phải ly dục ly ác pháp và dùng câu tác ý diệt tâm sắc dục khi nó vừa móng khởi lên từ trong ý niệm.

2) Người tu phải xả tâm phân biệt trọng nam khinh nữ. Tuy 2 hình thể nam nữ khác nhau nhưng tâm thể thì tương đồng.

Tâm không hình tướng thì nào phân biệt được nam hay nữ?

Do đó nếu người nữ quyết tâm tu giải thoát, nghiêm túc giữ gìn giới luật, biết phòng hộ 6 căn, phải ly dục ly ác pháp, không vi phạm một lỗi nhỏ nhặt nào thì sự chứng đắc cũng y như người nam vậy.

3) Phải xả tâm tỉnh thức, khi bất chợt có người hỏi thì phải nhạy bén đối đáp, không thể ngờ ngờ mất tỉnh thức được.

Phải luôn luôn quán tâm, khi tâm thanh thản biết tâm đang thanh thản, khi tâm khởi niệm biết tâm đang khởi niệm, thì dùng câu pháp hướng đánh bạt niệm khởi xuống rồi, buông niệm, buông luôn câu pháp hướng không được ôm giữ khư khư câu pháp hướng, có nghĩa là quán xét xả tâm trong trạng thái câu pháp hướng đó, chứ không phải niệm pháp hướng. Xong rồi để tâm trở về trạng thái bình thường, thanh thản, an lạc và vô sự.

4) Người tu thiền phải thận trọng về âm thanh, khi ngồi thiền nghe tiếng chim hót hoặc những tiếng hay lạ khác mà đắm chìm trong âm thanh đó thì sẽ bị hư nhĩ căn. người tu thiền phải luôn luôn cảnh giác.

5) Người nữ tu phải xả tâm phân biệt nam nữ.

Khi tiếp xúc với người nam phải biết vượt qua những thường tình nữ tính phải dũng mãnh tự xem mình là người nam như họ để không còn e thẹn không còn rụt rè, để tâm không bị dao động về những ý niệm, những cảm

thọ về ái dục. Và nhất là không nhận sự giúp đỡ, thọ ân của họ. Vì thọ ân thì tâm dễ sanh ra ái dục.

Tiếp xúc với người nam hay nữ với một tâm hôn vô tư trong sáng. Do đó không thể phạm giới, giữ trọn vẹn đức hạnh của một người chơn tu.

6) Dừng cái ý, có nghĩa là ý khởi niệm gì thì không duyên theo ý niệm đó, nếu duyên theo ý niệm đó là hành động theo dục, nó sẽ đưa đến hại mình hại người và hại cả hai.

Ví dụ: Thấy người làm sai một điều gì thì không được nói, không được nhắc nhở họ, chỉ có thể nói cho Thầy biết để sửa đổi họ mà thôi. Do đó tâm không duyên theo cảnh mà khởi động. Tại vì mình còn đang tu tập nên dù có nhắc họ, nhưng họ cũng không nghe theo.

7) Đời sống tu tập, trong Tu Viện (hay ngoài) mọi người phải giữ hạnh độc cư nên không được nói chuyện với nhau. Nói chuyện sẽ có nhiều bất lợi trong việc tu có hại cho mình và cho người, làm động mình động người

Thứ nhất, nói chuyện thì tâm duyên theo cảnh không nhiếp tâm trong thiền định xả tâm được. Không tỉnh giác trong lúc đang làm việc, lúc đang đi đứng. Vì vậy tâm thường phóng dật.

Thứ hai, nói chuyện dễ sanh kết bạn, kết phe nhóm, nói xấu người này người kia làm động trong chúng, rối loạn trong tu viện. Đó là điều không lợi ích, là sự tai hại cho mình cho người.

Vì vậy người tu hành phải giữ hạnh độc cư cho đúng, không được nói chuyện, chỉ nói điều cần thiết mà thôi.

8) Người tu phải luôn diệt trừ tâm ngã mạn. Bản ngã càng nhỏ bé thì con đường tu càng tiến bộ.

Khi bản ngã khởi lên thấy mình hơn người thì phải tự quán xét mình và tác ý: *“Mình hơn người này, nhưng còn nhiều người khác hơn mình, mình phải bỏ cái tâm ngã mạn đó đi”*. Và khi thấy người hơn mình thì không sanh tâm ganh ghét đố kỵ. Đó cũng là một thứ ngã mạn

Khi quán xét và tác ý như vậy thì người đó dần dần sẽ xả được tâm ngã mạn.

9) Người tu tập phải tự rèn cho mình có ý chí tự lập, việc gì mình cũng có thể làm được, không có tính ỷ lại vào người khác.

10) Khi gặp ác pháp đến người tu phải tự xét hỏi: *“Ác pháp đến ta phải làm gì? Không lý ác pháp đến ta lại cột mình vào ác pháp, phải sống trong ác pháp hay sao? Phải biết xả, xả cho thật sạch, không còn một chút ác pháp nào dính mắc trong tâm ta được”*.

11) Những người đạo cao chức trọng và những người kiến thức sâu rộng hoặc giàu có hơn người khác mà không xả tâm được thì bản ngã càng ngày càng to lớn theo đạo cao chức trọng, sự hiểu biết và sự giàu sang của họ, thì con đường tu của họ không đi đến đâu cả.

Người tu mà xả được bản ngã thì không thấy mình hơn người, không thấy mình đạo cao chức trọng, đi đến

dâu gặp người tiếp đón ân cần nồng hậu thì không mừng, nếu gặp người tiếp đón lơ là thì cũng không buồn.

12) Hằng ngày ta phải tập ngăn ác diệt ác, khi ý khởi làm cái này muốn cái kia ta phải chủ động dùng pháp hướng điều khiển cái ý, không để lệ thuộc theo ý.

Khi ta điều khiển ý được thuần thực đến lúc bệnh đau hoặc trước giờ lâm chung, ta giữ được tâm thanh thản, an vui. Nhờ đó tâm được an nhiên tự tại ra đi do sức tự lực điều khiển ý của mình, chứ không phải dùng tưởng lực.

13) Người tu khi làm một việc gì thì phải tùy thuận, bằng lòng theo ý của mọi người khác, không được tùy theo ý mình mà làm, phải tỉnh thức và tự lực trong việc làm, như vậy tu mới tiến bộ được.

14) Tâm dục do từ nơi ý khởi lên, vì vậy phải ngăn ác diệt ác thì sẽ không còn thấy ham thích, không còn muốn hơn thua tranh chấp.

Ngăn ác diệt ác thì không còn ham thích điều gì, không còn muốn hơn thua tranh chấp với ai nữa.

Ngăn ác diệt ác thì tâm phát khởi sáng, nhận thức đúng những sự việc của mình của người mà không bao giờ lầm lạc.

15) Người tu cần phải có ý chí kiên nhẫn, chịu đựng khắc phục những khó khăn, để dũng mãnh vượt qua, quyết chí cố tiến lên, chứ không lùi bước trước một khó khăn, một trở ngại nào.

16) Hằng ngày chúng ta phải quan sát và chủ động điều khiển ý thức.

Khi gặp chuyện buồn ta biết đó là ác pháp, ta tác ý cho chuyện buồn rơi rụng xuống, tâm ta trở lại thanh thản, bình thường hoặc gặp chuyện mừng vui thì tâm ta vẫn bình thản không mừng, vì mừng vui hoặc buồn khổ quá độ sẽ khiến ta mất tự chủ, ảnh hưởng không tốt đến việc tu.

17) Người tu khi ăn một món ngon muốn ăn thêm nữa thì phải biết rằng: Đây là tâm tham vẫn còn nên tác ý chủ động điều khiển ý tham ấy dừng lại “*Bao nhiêu đó đủ rồi, không còn tham ăn nữa*”.

Nếu thấy ăn ngon, vẫn ăn cho thỏa thích như người thế gian thì còn gì đạo hạnh của người tu.

Xả tâm sân giận cần có tình thương đi đôi thì xả tâm nhanh chóng và dễ dàng. Nếu thiếu tình thương trong đó mà thêm cái ghét thì rất khó xả. Có tập xả thì cũng xả tâm trong sự ức chế mà thôi.

Vì vậy, người tu tập hằng ngày nên rèn luyện cho mình có cái tâm thương tất cả mọi người, nên nhìn thấy cái tốt của mọi người mà thương. Trước sau không còn người nào mình ghét thì sự tu tập xả tâm mới tốt được.

19) Khi mình làm được điều gì có lợi ích cho đời, cho người thì nên âm thầm im lặng không nói cho ai biết, có người hỏi cũng không nói. Nếu nói cho người biết là tâm danh còn, nó làm cho bản ngã càng thêm lớn, rất có hại

cho người tu. Vì vậy người tu hành cần nên cảnh giác trong lời nói của mình suy xét cho kỹ rồi mới nói.

20) Người tu luôn luôn quán xét tâm mình, nếu thấy có làm điều gì lỗi lầm thì tự răn mình sửa đổi không nên đổ lỗi cho người này người kia, là tu sai rồi. Phải nhìn thấy lỗi mình trước, chứ đừng nhìn thấy lỗi của người.

21) Khi gặp ác pháp thì ta phải tư duy quán xét cho tận nguồn gốc, ta có làm điều gì lỗi hay không? Khi đã nhận ra lỗi lầm thì xả cho thật sạch, không còn một chút buồn giận nào dính mắc trong tâm ta nữa.

Lúc đang buồn giận vì bị la rầy mà vào thất đọc sách hay nghe giảng thì buồn giận sẽ lướt qua trong sự ức chế đè nén là đào lấp sự buồn giận chứ không phải là xả tâm.

Muốn xả tâm rốt ráo ta phải đào bứng cho tận gốc rễ sự buồn giận bằng cách tư duy quán xét nhận cho ra lỗi lầm là thiếu sự tùy thuận, rồi dùng câu tác ý mà xả cho sạch và diệt bản ngã bằng sự sám hối, nói lời xin lỗi.

22) Không dính mắc vào sự khen chê có nghĩa là khi có người khen mình, mình không khởi tâm vui mừng vì mừng vui thì bản ngã càng lớn là tâm danh còn. Và khi bị người chê, thì ta không buồn giận, nhưng phải quán xét ta có làm điều gì sai quấy hay không mà bị người chê. Nếu có sai quấy lỗi lầm thì tự răn, mình sửa đổi, còn nếu không có lỗi lầm thì an nhiên tự tại trước lời khen chê, phải tự tin nơi mình.

23) Khi nghe có người nói xấu mình một điều gì thì đừng vội tin, vì tin liền là mình mất tự chủ, mà phải suy xét cho kỹ nếu đúng thì ta tự răn mình và sám hối, sửa đổi. Còn nếu lời nói sai thì ta xả, không quan tâm tới nữa.

24) Trong sự giao tiếp sinh hoạt hằng ngày, sự quán xét tư duy là quan trọng. Nếu thiếu quán xét thì công việc dễ bị lệch lạc, dễ bị hư hao thất bại. Vì vậy người tu hành cần phải thường xuyên quán xét, quán xét tâm niệm, quán xét sự việc để tâm lúc nào cũng ở trong trạng thái tỉnh thức qua lời dạy của Thầy và những thử thách trên bước đường tu tập.



THẦN THÔNG

Hỏi: Xin Thầy đọc “Á Châu Huyền Bí” và Thầy dạy cho con biết những Thần Thông ở đây có đúng hay là sai?

Đúng là như thế nào?

Sai là như thế nào?

Đáp: Sau khi đọc xong tập “Á Châu Huyền Bí” trong sách này phần đông là các Đại sư Yoga, họ là những người đam mê thần thông, nên rất chịu khó tu luyện để trở thành người siêu việt.

Riêng đối với bản thân của Thầy là một tu sĩ Phật giáo, tu tập chỉ có mục đích là tìm cầu sự giải thoát thân tâm, làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi, còn thần thông thì Thầy xem nó như trò ảo thuật khiến mọi người kính phục, chứ không ích lợi cho mọi người.

Một người tu sĩ Phật giáo chứng quả A La Hán, có đầy đủ năng lực thần thông và còn hơn các vị đạo sĩ Yoga nữa, nhưng họ không thị hiện. Trong tu luyện, họ cũng không tu luyện thần thông, họ chỉ biết tu lìa ác pháp và tâm ham muốn, cho nên thần thông họ cũng lìa. Khi tâm lìa ác pháp và lòng ham muốn, thì năng lực thần thông của tâm họ thật là siêu việt, họ muốn làm một việc gì đều theo như ý.

Do lìa lòng ham muốn nên họ xem thần thông là thứ trò lừa bịp thiên hạ.

Những việc làm của các đạo sĩ Yoga trong sách chỉ là những việc làm sơ đẳng thần thông của đạo Phật.

Người tu sĩ đạo Phật khi chứng quả A La Hán còn làm những việc phi phạm gấp trăm ngàn lần, nhưng họ chẳng háo danh như các Đạo sĩ Yoga.

Pháp Huệ, con hãy trở về với con người thật của mình, con người toàn thiện, con người sống trong đạo đức không làm khổ mình khổ người, chứ đừng nghĩ tưởng đến thần thông vì thần thông không ích lợi cho bản thân con. Thần thông sẽ dẫn dắt con người vào danh, nhưng danh cũng là ác pháp. Hãy tránh xa, vô tình cầu thần thông, tức là cầu danh. Còn danh là còn trôi lăn trong lục đạo.

“*Á Châu Huyền Bí*” chỉ là một cuốn sách không có giá trị cho con người, nó chỉ là một cuốn sách lý thuyết thần thông suông, không có phương pháp thực hành, nó chỉ là một cuốn sách ghi lại những hiện tượng phô trương tài ba thần thông của các Đạo sĩ Yoga, nó chẳng giúp ích

gì cho con, chỉ gây vào lòng đam mê của con mà thôi, chứ chẳng bao giờ con thực hiện được.

Thăm và chúc con mạnh khoẻ an vui.



ĐỊNH NIỆM HƠI THỞ

Hỏi: Kính thưa Thầy! Con tu tập như sau: “Hít vào tôi biết tôi hít vào, thở ra tôi biết tôi thở ra”. Vừa nhắc thầm câu pháp hướng trên đồng thời cũng vừa hít vô đến khi hơi thở dứt thì câu pháp hướng cũng vừa đủ. Câu pháp hướng đồng một lúc với hơi thở ra, vô tùy theo đặc tướng hơi thở của mỗi người dài hay ngắn mà chọn câu pháp hướng phù hợp, với chiều dài hơi thở, nếu câu pháp hướng dài quá mà hơi thở của mình ngắn quá thì phải kéo dài hơi thở thêm một chút nữa như vậy nó mất đi tính tự nhiên của hơi thở bình thường, con hiểu như vậy có đúng không thưa Thầy?

Đáp: Người mới tu tập thì pháp hướng tâm đi liền với hành động hít thở ra vô, để dễ nhiếp tâm. Nhưng khi chuyên sâu vào hơi thở cho đúng theo phương pháp Định Niệm Hơi Thở thì pháp hướng tâm phải đi trước rồi hành động thở sẽ theo sau, cho nên trong bài kinh Thân Hành Niệm Đức Phật dạy về hơi thở “sẽ” hít vô “sẽ” thở ra. Chữ “sẽ” có nghĩa là tác ý trước khi hít thở.

Trong khi tu tập hơi thở thứ năm dứt, ta nín thở tác ý. Sau khi tác ý xong ta mới hít vô và thở ra. Đúng năm hơi thở lại tác ý một lần, cứ tu tập như thế đến hết giờ.

Về hơi thở các bạn lưu ý nó là thân hành nội, khi thở không đúng cách nó có thể gây rối loạn nội tạng của các bạn như: hô hấp, tuần hoàn, tiêu hóa, bài tiết v.v...

Định Niệm Hơi Thở là một pháp môn diệt ác pháp rất tuyệt vời. Vậy các bạn hãy tu tập cẩn thận kỹ lưỡng từng đề mục, khi nào tu tập đề mục này có kết quả rồi mới tu tập tới đề mục khác.

Tu tập về Định Niệm Hơi Thở có lợi ích rất lớn trên đường ly dục ly ác pháp để đạt được cứu cánh.



ỨC CHẾ

Hỏi: Kính thưa Thầy! Trong lúc tu Định Niệm Hơi Thở, dọc sống mũi luôn có cảm giác và vùng trán căng như vậy là ức chế hơi thở phải không thưa Thầy? Làm sao khắc phục tình trạng này?

Đáp: Nếu có cảm giác tê tê nặng đầu, hay căng đầu là do tu tập sai pháp, do dùng hơi thở ức chế tâm, chứ không phải tu Định Niệm Hơi Thở. Vì Định Niệm Hơi Thở là phương pháp dẫn tâm chứ không tập trung ức chế tâm như các loại thiền khác để hết vọng tưởng. Con nên tu tập lại cho đúng cách, nhẹ nhàng dẫn tâm như ru con ngủ sẽ khắc phục được. Nếu vì đã tu tập pháp ức chế tâm quen, nên mỗi khi nhiếp tâm vào hơi thở là có cảm giác căng đầu thì con nên xả bỏ không tu tập về hơi thở nữa, mà tu thân hành ngoại như đi kinh hành tập tỉnh thức nơi bước đi, nếu chú ý bước đi mà bị căng đầu nữa thì con tu

Tứ Niệm Xứ, tức là ngồi kiết già quan sát bốn chỗ thân, thọ, tâm và pháp, thấy có chướng ngại gì trên đó thì tác ý xả bỏ, tác ý chùng nào chướng ngại pháp đó rời khỏi bốn chỗ đó mới thôi. Pháp tu tập này không có căng đầu, vì không có đối tượng để tập trung tâm. Tu tập như người vô sự, an nhàn, chỉ khi nào có chướng ngại pháp mới dùng tri kiến tác ý để giúp cho thân tâm thanh thản an lạc và vô sự.



TÁC Ý PHÁ CẢM THỌ

Hỏi: Kính thưa Thầy! Khi thân có một cảm thọ đau xuất hiện, con hướng tâm đuổi nó đi, mỗi lần hướng tâm xong con để cho tâm nó lặng đi khoảng năm hoặc mười hơi thở con lại tác ý tiếp, hay con phải hướng tâm liên tục?

Đáp: Khi thân có cảm giác thọ đau thì nên tác ý liên tục để tâm ôm chặt pháp hơi thở mà quên đi thọ khổ. Trong Định Niệm Hơi Thở Đức Phật dạy: Khi thân bị thọ khổ thì nên hướng tâm nhắc “*An tịnh thân hành tôi biết tôi hút vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra*”. Cứ nương theo hơi thở mà dẫn tâm như vậy thì sẽ không còn đau khổ nữa. Nhưng con phải thiện xảo dùng câu pháp hướng nhẹ nhàng, êm ái theo nhịp của hơi thở ra, vô như người mẹ ru con theo nhịp đung đưa của chiếc võng. Đó là người mới tu, còn người tu lâu thì trạng thái thân an tịnh một cách rất tuyệt vời, khiến cho các cảm thọ không tác động được vào thân. Dù các cảm thọ có đau đến đâu, nó

cũng nhiếp phục được. Đó là một phương pháp làm chủ bệnh rất tuyệt hảo.



TỨ QUẢ VÀ TỨ THÁNH ĐỊNH CÓ GIỐNG NHAU KHÔNG?

Hỏi: Kính thưa Thầy! Trong Tứ Thánh Định và Tứ Quả của Sa Môn: Tu Đà Hoàn, Tư Đà Hàm, A Na Hàm và A La Hán, có những điều nào giống và khác nhau? Có một vị Thầy giảng rằng trong Tứ Thánh Định tùy theo mức độ tâm thanh tịnh của hành giả đến đâu thì nhập vào những trạng thái định mức đó, còn đứng về phía Tứ Quả Sa Môn là căn cứ vào giá trị đạo đức của vị ấy sâu hay cạn. Như vậy có đúng không thưa Thầy?

Đáp: Câu hỏi này có hai phần: 1/ Hỏi về bốn quả giống nhau và khác nhau. Bốn quả là bốn kết quả của bốn thiền, chứ không phải bốn quả khác bốn thiền khác. Vì bốn thiền tu tập, để có bốn kết quả. Nếu khác nhau thì cần gì để tu tập bốn thiền? Bốn thiền là pháp tu tập để giúp cho người tu tập ly dục ly ác pháp. Ly dục ly ác pháp là đức Thánh hạnh của vị tu sĩ ấy. Nếu không tu bốn thiền này thì làm sao có bốn Thánh quả. Bốn thiền là bốn cấp bậc Thánh hạnh của vị Sa Môn từ thấp đến cao. Nhà học giả giảng bốn quả khác bốn thiền là nhà học giả không hiểu bốn thiền và bốn quả. Trong kinh Sa Môn Quả, Đức Phật không dùng những danh từ suông để chỉ bốn quả “Tu Đà Hoàn, Tư Đà Hàm, A Na Hàm, A La Hán” mà xác định bốn trạng thái kết quả của bốn thiền

rất rõ ràng và cụ thể. Những trạng thái tuyệt vời, chứ không có lý luận suông như các học giả.

Trong chân lý “Đạo Đế” có tám nẻo và nẻo cuối cùng là Chánh Định, nhưng Chánh Định Đức Phật đã xác định là bốn thiền. Bốn thiền được xem là phương pháp thiền độc đáo nhất của Phật Giáo.

Khi chúng ta mới bước vào Thiền Thứ Nhất thì Đức Phật đã cảnh báo: Ly dục ly ác bất thiện pháp mới nhập được Sơ Thiền.

Thưa các bạn! Một người chưa ly dục ly ác pháp có được nhập vào dòng Thánh hay chăng? Họ tu pháp gì có thể ly dục ly ác pháp? Bảo rằng căn cứ vào đạo đức của họ sâu cạn. Vậy đạo đức chỗ nào mà có ra đây? Pháp nào mà họ tu tập có đạo đức?

Sơ Thiền giúp chúng ta thấy được đạo đức của người tu hành. Đó là ly dục ly ác pháp, ly dục ly ác pháp không phải là một đạo đức sao? Ly dục ly ác pháp là đạo đức không làm khổ mình khổ người. Người mà không làm khổ mình khổ người, không phải là người được vào dòng Thánh hay sao? Người mà được vào dòng Thánh thì không phải người chứng quả Tu Đà Hoàn sao?

Bốn thiền là bốn phương pháp nhập định, mỗi định có một kết quả của nó. Như Sơ Thiền kết quả của nó là ly dục ly ác pháp, người ly dục ly ác pháp là người được vào dòng Thánh.

Như vậy, quả Tu Đà Hoàn là do tu tập Sơ Thiền. Ngoài Sơ Thiền không có quả Tu Đà Hoàn; ngoài Nhị Thiền không có quả Tư Đà Hàm; ngoài Tam Thiền không có quả A Na Hàm; và ngoài Tứ Thiền và Tam Minh thì không có quả A La Hán.

Theo kiến giải của các học giả giải thích bốn quả là không đúng trong kinh sách Nguyên Thủy của Phật giáo. Đó là ảnh hưởng kiến giải, tưởng giải của các nhà học giả Đại Thừa thuộc về tà thuyết ngoại đạo nhất là Đại Thừa chịu ảnh hưởng tư tưởng giáo pháp của Bà La Môn Ấn Độ; Lão Giáo và Nho Giáo của Trung Hoa



KẾT QUẢ TU TẬP

Hỏi: Kính thưa Thầy! Trong khoảng thời gian ngồi thiền hay đi kinh hành cảm giác thân và tâm như thế nào để đánh giá mình tu đúng pháp hay không?

Đáp: Mỗi đề mục hơi thở trong khi tu hay đi kinh hành trong khi hành thiền mà tâm thanh thản, nhẹ nhàng, an lạc không phóng dật, phóng tâm là đúng, nhưng phải lưu ý không được tập trung ức chế tâm, còn có những trạng thái khác là sai.

Ngồi thiền có hỷ lạc nhiều là sai (xúc tưởng hỷ lạc).

Ngồi thiền mà thấy các sắc tướng hiện ra là sai.

Ngồi thiền mà nghe thanh tưởng, hương tưởng, vị tưởng, xúc tưởng và pháp tướng là sai. Nói chung 18 loại

tưởng và còn vô số các loại tưởng khác nữa. Có trạng thái tưởng nào đến đều là sai.

Theo từng đề mục tác ý dẫn tâm vào trạng thái của đề mục ấy mà thấy kết quả rõ ràng là không sai.

Ví dụ: Đề mục thứ tư trong Định Niệm Hơi Thở “*An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra*” Nếu khi ngồi hít thở dẫn tâm như vậy mà thấy có sự an tịnh thì đó là kết quả đúng, còn khi không dẫn mà có thì coi chừng đó là sai.

Chữ an tịnh thân hành ở đây có nghĩa là sự an ổn của thân không bị mỏi mệt, không bị đau nhức, không bị bệnh tật khổ đau. Vì thế dùng câu tác ý trên có nghĩa là làm chủ được bệnh.

Tu đúng khi nào dẫn tâm có kết quả theo pháp hướng, chứ không phải ngồi ức chế tâm. Ngồi xả tâm bằng pháp hướng là đúng. Ngồi làm tỉnh tập trung tâm vào pháp tịnh, pháp động đều là sai. Ngồi vừa hướng tâm, vừa tập trung tâm vào pháp động là đúng. Ngồi mà tập trung tâm vào bốn chỗ thân, thọ, tâm và pháp để tác ý đẩy lui các ác pháp trên bốn chỗ đó là đúng. Ngồi mà không làm theo mọi ý niệm là tu tập đúng pháp.



CĂN CỨ VÀO MƯỜI THÁNH HẠNH SA DI

Hỏi: Kính thưa Thầy! Để đánh giá một người tu sĩ có phải là một bậc Thánh. Để cho cư sĩ thân cận học hỏi giáo pháp thì phải căn cứ vào những tiêu chuẩn như thế nào để

đánh giá? Để khỏi uổng phí thời gian tu tập của mình, nếu vị tu sĩ này xuất gia không phải vì lý tưởng giác ngộ giải thoát.

Đáp: Đánh giá một người tu sĩ Phật giáo là phải đánh giá ở chỗ Thánh hạnh của vị tu sĩ ấy, nghĩa là vị tu sĩ không vi phạm giới luật.

Muốn đánh giá đúng một tu sĩ đạo Phật thì hãy đem một trăm hai mươi giới (120 giới) đức Thánh Tăng mà kê ra thì thấy rất rõ ràng. Phạm Tăng và Thánh Tăng không giống nhau. Cũng như chúng ta nhìn vào một đoàn dê và bò, bò thì ra bò mà dê thì ra dê, không thể lẫn lộn được.

Ngày xưa trong thời đức Phật còn tại thế, vua Ba Tư Nặc hỏi:

- *Bạch Thế Tôn! Chúng con thấy một đoàn khất sĩ đi qua, muốn biết người chứng quả A La Hán, thì chúng con phải làm sao?*

Đức Phật trả lời:

- *Muốn biết ai là người chứng quả A La Hán thì nên ở gần người ấy nhận xét oai nghi tế hạnh giới luật.*

Đức Phật ngày xưa đã dạy như vậy, thì bây giờ chúng ta cứ theo đó mà nhận xét giới luật đức hạnh của tu sĩ thì biết ngay vị tu sĩ nào là ngoại đạo Bà La Môn và vị tu sĩ nào là Thánh Tăng đệ tử của Phật giáo. Xin quý Phật tử nên nhớ : “*Giới luật còn là Phật giáo còn, Giới luật mất là Phật giáo mất*”. Người tu sĩ Phật giáo sống

đúng giới là Phật giáo còn, người tu sĩ Phật giáo phạm giới , phá giới bẻ vụn giới là Phật giáo mất. Thánh Tăng từ giới mà sinh ra. Giới luật sinh các bậc A La Hán, chứ không phải những tu sĩ có thần thông hoặc ngòi thiên 5,7 ngày, hoặc kiến tánh thành Phật hoặc trực vãng Tây Phương cõi Cực Lạc hay Thiên Đàng



BẢN NGÃ

***Hỏi:** Kính thưa Thầy! Có một số người khi mới phát tâm tu, hoặc làm công quả ở chùa làm chức hướng dẫn cư sĩ và làm từ thiện xã hội mấy năm đầu thì thấy khuôn mặt rất dễ thương, nhưng khoảng thời gian sau thì nhìn khuôn mặt thấy quây beo, đụng việc người khác làm trái ý mình thì nổi sân đùng đùng. Có phải những người này làm phước mà còn cầu phước, không có phương pháp tu tập để kiểm soát bản ngã của mình? Khi thấy mình có công đôi chút, thì tỏ vẻ hơn người, nên khi ai làm trái ý họ, thì họ bực tức. Con hiểu như vậy có đúng không? Thưa Thầy.*

***Đáp:** Phân đông người ta tu phước hữu lậu, nên làm có chút ít công đức thì bản ngã to ra, con hiểu như vậy rất đúng.*

Người có phước hữu lậu thì bản ngã theo phước đó mà to lớn ra, không những riêng cư sĩ mà cả tu sĩ nữa. Cho nên các vị tôn túc Hòa Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức Tăng, Ni hiện giờ hầu hết đều không tu tập đúng pháp ly dục ly ác pháp của Phật giáo Nguyên Thủy. Cứ

theo lộ trình Bồ Tát đạo của Đại Thừa tu phước hữu lậu thì bản ngã sẽ to lớn vĩ đại. To lớn theo tiền bạc, chùa to, Phật lớn, danh cao, chức trọng v.v... Vì thế các vị này dễ sân, dễ phiền não, đời sống của họ trong đục lạt của thế gian, ăn ngủ phi thời. Họ chẳng bao giờ nếm được mùi vị giải thoát chân thật của Phật giáo.



BỊ NGOẠI ĐẠO KHIÊU KHÍCH

Hỏi: Kính bạch Thầy! Con là Chơn Đức xin Thầy hoan hỷ chỉ dẫn cho con hiểu những điều dưới đây:

1/ Khi bị ngoại đạo khiêu khích bằng lời nói nhạo báng nói xấu xa hoặc bằng vũ lực, thì chúng con phải giải quyết xử trí như thế nào?

Đáp: Chúng ta nên noi theo gương hạnh của đức Phật ngày xưa, khi đứng trước ác pháp thì phải “*Im lặng như Thánh*”.

Trước những lời khiêu khích, cũng như những lời nhạo báng nói xấu, cho đến họ dùng vũ lực để đánh chúng ta, thì chúng ta cứ nhẫn nhịn và chạy tránh là hay nhất.

Đức Phật thường răn nhắc chúng ta:

“Nó mắng tôi, đánh tôi

Nó hại tôi, cướp tôi

Không ôm ấp niệm ấy

Hận thù sẽ tự nguôi”.

Lời dạy này trong kinh Pháp Cú, chúng ta nên áp dụng vào đời sống hằng ngày, thì lời khen cũng như lời chê, lời khiêu khích, lời nhạo báng, nói xấu xa cho đến dùng vũ lực để đánh, chúng ta điều hóa giải được.

Một hôm có một vị Bà La Môn đến chửi mắng Phật, Phật vẫn im lặng, người ấy chửi mắng đã, rồi bỏ ra về. Thấy thế ông A Nan hỏi Phật. Sao Đức Thế Tôn không có lời nào?

Đức Phật bảo:

- Như người mang bánh đến cho ta, nhưng ta không nhận thì người ấy làm sao? Họ đem bỏ hay mang về?

Ông A Nan nói:

- Bạch Thế Tôn, họ mang về.

Phật đáp:

- Cũng vậy họ chửi ta mà ta không chửi lại và không hờn giận họ thì cũng giống như một người mang bánh cho ta mà ta không nhận thì họ phải mang về nhà.

Cách thức im lặng như Thánh là chúng ta không nhận những lời mắng chửi nhạo báng trên, còn chúng ta mở lời nói trái, phân phải là chúng ta đã nhận những lời mắng chửi nhạo báng đó. Cũng giống như người ta mang bánh cho mình vậy, không nhận thì họ mang về. Lối nhẫn nhục trên đây thật là tuyệt vời, nhưng nếu chúng ta không rèn luyện tu tập đầy đủ sức định tĩnh thì cũng khó im lặng như Thánh.



CẦU CƠ

Hỏi: Kính thưa Thầy! Hằng năm sắp đến kỳ thi thì có những học sinh, sinh viên không lo học bài mà chỉ rủ nhau đi cầu cơ để hỏi vong hồn xem đề ra câu gì rồi học tú câu đó. Chẳng may, ma, quỷ, Thần, Thánh yếu năng lực chỉ sai câu, làm hại nhiều HS, SV thi rớt chán nản, có người còn rơi vào tình trạng tuyệt vọng đến bất cần sống

Thưa Thầy, cầu cơ là như thế nào? có thực vong hồn về không? Tại sao nó nói nhiều chuyện đúng thực tế làm cho nhiều người phải khâm phục mà tin theo?

Đáp: Trong thân con người gồm có 5 uẩn: Sắc, thọ, tưởng, hành, thức.

Sắc uẩn là phần hữu hình của bốn uẩn kia thường hoạt động trên thân tứ đại (đất, nước, gió, lửa). Trong thân tứ đại gồm có sáu căn, sáu thức và thường tiếp xúc với sáu trần bên ngoài.

- Sáu căn gồm có:

- 1- Nhãn căn
- 2- Nhĩ căn
- 3- Tỷ căn
- 4- Thiệt căn
- 5- Thân căn
- 6- Ý căn

- Sáu thức gồm có:

- 1- Nhãn thức

2- Nhĩ thức

3- Tỷ thức

4- Thiệt thức

5- Thân thức

6- Ý Thức

- Sáu trần gồm có:

1- Sắc trần

2- Thinh trần

3- Hương trần

4- Vị trần

5- Xúc trần

6- Pháp trần

Sáu căn tiếp xúc sáu trần sinh ra sáu thức, tạo thành một sự sống của muôn loài muôn vật; một thế giới quan của Phật giáo hiện bày; một thế giới khổ đau đến với cuộc sống của con người và cả loài vật; một thế giới duyên hợp tướng tri khiến cho con người sống điên đảo lầm chấp là có thật, nên tạo ra biết bao nhiêu điều ác làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh. Thế mà, còn chưa đủ lại tướng tri thế giới siêu hình có linh hồn người chết, ma, quỷ, Thần, Thánh, vv.....Chính những hình ảnh ấy mà tướng uẩn mới dựa vào đó mà hoạt động thành ra mới có người lên đồng, kẻ nhập cốt; mới có kẻ cầu cơ; mới có người cúng bái cầu siêu, cầu an, coi sao, bói quẻ, v.v...

Tướng uẩn là phần vô hình của thân ngũ uẩn, nhưng nó hoạt động theo sự tiếp nhận của các từ trường sắc uẩn còn lưu lại trong không gian.

Tưởng uẩn cũng có những năng lực như sắc uẩn và còn hơn nữa. Cho nên có những điều sắc uẩn không làm được mà tưởng uẩn làm được. Vì những năng lực hoạt động kỳ lạ phi thời gian và không gian ngắn hạn của tưởng uẩn, nên tri kiến, kiến thức của con người không thể nào hiểu được. Do đó họ cho những năng lực ấy là thế giới siêu hình, là có sự sống sau khi con người chết. Do không hiểu nên người ta mới tin tưởng cầu siêu, cầu an, cầu cơ, v.v... Do cầu siêu, cầu an, cầu cơ, v.v.....mà gần đây người ta thành lập ra một tôn giáo siêu hình tưởng. Nói chung tất cả các tôn giáo không chứng minh giáo lý được như khoa học là tôn giáo tưởng, tôn giáo mê tín.

Cầu cơ là một hình thức cầu linh hồn người chết giáng cơ bút cho biết những điều mình ước muốn trong tương lai.

Cầu cơ là một loại mê tín tri thức, chứ không phải loại mê tín bình dân. Cầu cơ là một phương pháp tập hợp tín lực vào một đối tượng ảo tưởng để nội lực tín lực của những người có mặt trong lễ cầu cơ thực hiện những ước muốn. Nhất là những người trực tiếp cầu nguyện. Nếu những người đặt trọn lòng tin vào cơ bút thì tưởng uẩn sẽ hoạt động mạnh và rõ ràng. Còn không đủ tín lực thì tưởng uẩn không hoạt động, cơ bút không về hay nói cách khác là cầu cơ không được.

Cầu cơ chẳng qua là một việc làm đánh thức năng lực của tưởng uẩn hoạt động. Năng lực tưởng uẩn hoạt động đúng thì người cầu cơ phải thân tâm thanh tịnh,

nếu thân tâm không thanh tịnh thì cầu cơ không linh tức là không đúng, vì thế những học sinh cầu cơ thì rất là vậy. Cho nên trước khi cầu cơ thì thân phải tắm rửa sạch sẽ, còn tâm thì phải giữ gìn trai giới nghiêm chỉnh, nhờ có sự thanh tịnh như vậy nên tưởng uẩn giao cảm nhận ra từ trường đúng như thật. Còn thân tâm không thanh tịnh thì tưởng uẩn không nhận ra đúng, nên tín lực tạo thành ảo tưởng, vì thế mọi việc cơ báo đều sai.

Cầu cơ cũng giống như lên đồng, nhập cốt qua một hình thức khác nhưng cũng chỉ có một tưởng uẩn hoạt động giống như linh hồn người chết về nhập vào, thay vì nhập vào người thì gọi là lên đồng, lên cốt, nhập vào cơ thì gọi là cơ bút.

Cho nên cơ bút chỉ là tưởng uẩn của con người hoạt động, chứ không có linh hồn người chết hay Tiên, Phật, Thần Thánh, quỷ, ma nhập vào.

Những điều kỳ lạ xảy ra chung quanh thế giới của con người cũng chỉ nơi thân tâm con người lưu xuất, ngoài thế giới con người đang sống thì không bao giờ có thế giới vô hình nào khác.

Bởi, mỗi con người đều có năm uẩn mà phần sắc uẩn chỉ có một, còn phần không hình sắc tới bốn uẩn như :

- 1- Tưởng uẩn (vô hình)
- 2- Thức uẩn (vô hình)
- 3- Thọ uẩn (vô hình)
- 4- Hành uẩn (vô hình)

Cho nên kẻ nào tin có Thiên Đàng, Cực Lạc, có linh hồn người chết, có Phật tánh, có thần thức, có ma, quỷ là mê tín, là thiếu óc khoa học, là thiếu đạo đức nhân bản - nhân quả, là những người còn lạc hậu.

Cầu cơ là một loại mê tín tri thức như trên đã nói, do những nhà tri thức mê tín, trong đó có học sinh, sinh viên và một số người có trình độ học thức cao, nhưng vẫn không thoát ra khỏi sự mê tín này, ngay cả những nhà khoa học vẫn sống trong mê tín, vì những trạng thái mê tín khoa học chưa giải thích được. Gần đây, có một số nhà khoa học dựa vào đạo học Đông phương giải thích theo khoa học vật lý.

Cuốn sách “Đạo Của Khoa Học” được dịch từ sách “The Tao of Physics” của tác giả Frityof Capra do nhà khoa học giáo sư Nguyễn Tường Bách biên dịch.

Tập sách dựa trên ngôn ngữ khoa Đạo Học Đông Phương, nhất là tư tưởng của Lão, Trang và Thiên Tông Trung Hoa để minh chứng một số vật lý siêu hình.

Dù cho các nhà khoa học có cố gắng làm sáng tỏ mọi vấn đề trừu tượng, nhưng vì vấn đề tri kiến của các nhà khoa học vẫn còn bị hạn cuộc trong không gian và thời gian. Vì thế không thể vượt qua hàng rào không gian và thời gian mà minh chứng được rõ ràng. Muốn vượt qua hàng rào không gian và thời gian thì chỉ có tu tập Tứ Thánh Định của Phật giáo, ngoài ra trong thế gian này không có một loại thiền nào vượt qua hàng rào không gian và thời gian được. Thường các loại thiền đều

sống trong từ trường tưởng nên diễn tả thiên đạo bằng ngôn từ hư ảo, thực thực, hư hư v.v...khiến cho mọi người hiểu rồi không hiểu; không hiểu rồi hiểu. Giống như một trò cút bắt. Do những danh từ hư ảo ấy mà các nhà khoa học lầm đạo học giống như khoa vật lý khi khám phá về vật lý thấy các pháp duyên tan hợp liên tục rồi cho đó là “ĐẠO CỦA VẬT LÝ”. Cho nên các nhà khoa học còn bị “ĐẠO HỌC” qua mặt hướng chỉ là những người bình thường.

Kính thưa quý vị, ĐẠO HỌC như vậy có ích lợi gì cho ai? Có bao nhiêu người đạt được đạo học ấy? Đạt được để làm gì? Hay chỉ để sống không bình thường như Bùi Giáng, Trần Chấn, Tế Công v.v...

Câu cơ là một sự đánh thức tưởng uẩn hoạt động để nó giao cảm với những từ trường mọi sự việc đã, sẽ xảy ra bằng tín lực của con người.

Còn đúng sai là do thân tâm của những người cầu cơ có thanh tịnh hay không thanh tịnh như trên đã nói.

Linh hồn con người không bao giờ có. Người chết chỉ còn lưu lại những âm thanh sắc tướng khi còn sống trong không gian bằng những từ trường.



THẤT NIỆM

Hỏi: Kính thưa Thầy! Ngoài thời tu tập ra, con còn bị thất niệm nhiều, vậy con phải tu như thế nào? Và cách

thức nhiếp tâm như thế nào, để vọng tưởng không xen vào được? Và muốn kéo thời gian dài ra từ một giờ, đến hai ba giờ, con phải tu tập như thế nào, xin Thầy chỉ dạy cho chúng con được rõ?

Đáp: Con nên tu tập làm chủ trong thời khóa tu tập mà thôi, đừng để thất niệm trong giờ tu, còn ngoài giờ tu, con hãy trả tâm con về trạng thái bình thường của nó đừng bắt ép nó nhiều quá, mất tự nhiên.

Trong thời khóa tu tập mà còn thất niệm, như vậy do con tu không đúng, theo các điều kiện như sau:

- 1- Tu tập quá sức của mình.
- 2- Ham tu nhiều, mà tu không đúng cách, ví dụ: người mới tu nên đi kinh hành nhiều mà lại ngồi nhiều thì không đúng.
- 3- Lười biếng không đi kinh hành.
- 4- Chưa tập luyện ổn định hơi thở bình thường.
- 5- Chưa tập hơi thở gom tâm.
- 6- Thay vì tu 5 hơi thở lại tu 10 hơi thở.
- 7- Không phòng hộ sáu căn, để tâm phóng dật.
- 8- Sống không đúng giới luật của Phật.
- 9- Không sống độc cư trọn vẹn, còn thích vui.
- 10- Nên trực tiếp với thiện hữu tri thức hướng dẫn.

Mười điều trên đây, cần phải lưu ý trong khi tu tập Định Niệm Hơi Thở, Định Chánh Niệm Tỉnh Giác là phải hết sức nhiệt tâm, nếu thiếu nhiệt tâm thì tu tập vẫn bị thất niệm. Bị thất niệm, tức là thiếu nhiệt tâm và tu tập quá sức của mình.



NĂM GIỚI LÀ TIÊU CHUẨN ĐƯỢC SINH LÀM NGƯỜI

Hỏi: Kính bạch Thầy, có vị giảng sư nói: “Chỉ cần giữ gìn năm giới thì kiếp sau được làm người, 10 giới được làm thân chư thiên? Đúng hay sai, xin Thầy giảng cho chúng con được rõ.

Đáp: Đó là một tiêu chuẩn làm người, đức Phật đã xác định rất rõ ràng, vì thế khi quy y Tam Bảo thọ năm giới, người cư sĩ cần phải sống đúng năm giới, nhưng mấy ai đã giữ gìn năm giới trọn vẹn, một tiêu chuẩn có năm điểm để được đặng làm thân người, nhưng nhìn những người xung quanh ta, tuy đã thọ năm giới nhưng mấy ai đã giữ được trọn vẹn, mặc dù có người đã thọ năm giới rất lâu có thể từ năm năm hay mười năm. Thế mà giờ này còn có người vi phạm

Trong năm giới này gồm có :

- 1-Sát sanh.**
- 2-Trộm cắp.**
- 3-Tà dâm.**
- 4-Vọng ngữ.**
- 5-Uống rượu**

Trong năm giới này giới trộm cắp, tà dâm và uống rượu là dễ giữ gìn, còn giới sát sanh và giới vọng ngữ là khó giữ, nói khó không có nghĩa là giữ không được.

Người tu sĩ hiện nay năm giới này còn giữ không trọn hưởng là người cư sĩ. Bởi vậy *“được thân người khó, khó như con rùa mù tìm bông cây giữa biển Đông”*. Nói khó được thân người tức là nói giữ gìn năm giới rất khó.

Khi mất thân rồi phải trải qua vô lượng kiếp mới làm được người, thế mà mọi người có thân chẳng mấy ai quý trọng. Mỗi phút thời gian trôi qua làm sao chúng ta cứu được thân. Nhờ có thân tu tập mới mong giải thoát luân hồi sanh tử, không có thân lấy gì tu tập giải thoát được. Phải không quý vị?

*“Tấc bóng thời gian một tấc vàng,
Tấc vàng tìm được không gì khó,
Tấc bóng thời gian khó hỏi han”*

Năm giới này là năm hành động đạo đức làm người.

1 - Giới thứ nhất không sát sanh, giới này xác định quý vị có được thân người hay không? Nếu quý vị phạm giới này thì không bao giờ quý vị được làm thân người nữa.

Giới này dạy: không vì sự sống của ta, mà ta nỡ sống trên sự giết hại và làm đau khổ của muôn loài vật khác, trong sự đau khổ đó có con người. Giới này là một hành động đạo đức hiếu sinh, chỉ có con người mới thực

hiện lòng thương yêu ấy; chỉ có con người mới tu tập rèn luyện đạo đức này. Còn tất cả loài thú vật trên hành tinh này không thể hiểu biết và tu tập rèn luyện đạo đức này được. Con người nhờ có tri kiến hiểu biết thiện và ác, còn con thú thì không phân biệt được thiện ác. Do biết phân biệt nên đức Phật mới dạy cho con người sống đạo đức hiếu sinh, vì có thương chúng sanh mới có thương mình, có thương mình không nên làm khổ chúng sanh, làm khổ chúng sanh tức là làm khổ mình, tại sao vậy? Vì luật nhân quả, khi làm khổ chúng sanh tức là huân sự khổ đau vào mình. Cho nên người nào ăn thịt và giết hại chúng sanh thì người ấy đã huân sự bệnh tật, tai nạn vào mình và những người thân của mình.

‘Tích thiện gieo nhân ta thấp sáng bầu trời.

Đem lợi ích cho muôn loài là niềm vui hạnh phúc.’”

Giới thứ nhất của Phật dạy chúng ta biết tạo nhân quả không sát hại và ăn thịt chúng sanh để không vay nợ xương máu và thân mạng chúng sanh, nhờ đó mới được thân người, nếu giết hại và ăn thịt chúng sanh là phải trả nợ máu xương và thân mạng tức là phải làm thân chúng sanh để cho người khác giết hại và ăn thịt lại.

Điểm cao nhất của giới này là để được làm thân người, đó là đạo đức làm người thứ nhất của người cư sĩ.

Đạo đức này đã không giết hại và ăn thịt chúng sanh mà còn thương yêu tất cả chúng sanh như con mình. Muốn được làm thân người thì quý vị phải nhớ kỹ lời dạy này; phải nhớ kỹ giữ gìn đạo đức này, đạo đức hiếu sinh,

đạo đức này chỉ có con người mới có, nếu không giữ gìn được đạo đức này thì chớ mong có được thân người ở kiếp mai sau. Do đức hạnh này mà đức Phật dạy: *“thân người khó được”*.

Chỉ trong giới này cũng đủ xác định kiếp sau của quý vị còn có được thân người hay không? Nếu quý vị giết hại và ăn thịt chúng sanh thì chắc chắn kiếp sau quý vị không được làm thân người. Luật nhân quả rất công bằng, vì thế kiếp sau quý vị phải làm thân chúng sanh để trả vay nợ máu xương như chúng tôi đã nói ở trên thì quý vị làm sao có thân người được.

Còn bốn giới kia để xác định đời sống của quý vị khi có thân người được hạnh phúc sang giàu hay khổ đau nghèo cùng, có tình nghĩa hay bạc tình, có thông minh hay u tối như:

2 - Giới thứ hai là giới cấm trộm cướp, giới này xác định làm được thân người có giàu sang hay nghèo khổ đói rét, nếu kiếp này quý vị tham lam cờ bạc trộm cắp của người. Của cải trộm cắp ấy không những trong kiếp này, của cải tài sản của quý vị như để ngoài sân, nó sẽ bị tiêu tan dễ dàng như: lửa cháy, nước trôi, Nhà nước sung công, con cái trong nhà phá tán v.v... Trong kiếp này và kiếp sau quý vị trở thành người nghèo cùng khổ đến mức cơm không đủ ăn, áo không đủ mặc, nghèo khổ đến mức không có nhà ở, phải ở hè phố ngủ đường ngủ bụi v.v... đó là luật nhân quả rất công bằng xử phạt kẻ tham lam trộm cắp cướp giật của người khác.

Nhìn qua giới luật này, xét thấy trong cuộc sống của quý vị thì biết ngay quý vị nghèo khổ hay là giàu sang đều do nhân lầy của không cho (tham lam trộm cắp) hay bố thí.

3 - Giới thứ ba là giới Tà dâm, giới này xác định được quý bạn là người có đạo nghĩa hay không đạo nghĩa. Đức Phật dạy giới này là cấm dâm dục không chân chánh là không có đạo lý con người, nay thì người này, mai với người kia chẳng khác nào là một con thú vật không đạo nghĩa, không chung tình.

Giới luật này chỉ rõ đạo nghĩa làm người. Làm người phải có tình, có nghĩa, có lòng chung thủy thương yêu mới gọi là con người. Vì hạnh phúc của chúng ta và mọi người thì chúng ta đâu làm khổ mình, khổ người khi gặp nghịch cảnh trái ngang thì đổi lòng thay dạ bội ước phụ tình.

Con người khác hơn con thú ở giới luật này, nếu con người không giữ gìn giới luật này thì kiếp sau khó làm người, hiện tại họ là một con người nhưng tâm tánh họ sống theo dục, sống không tình, không nghĩa, sống không thiện chí, không trung hậu gắng bó, sống không trong sáng chung thủy.

Giới luật này xác định được tình nghĩa đạo đức yêu thương cao đẹp của con người với con người, nếu không có giới luật này thì đạo đức tình nghĩa của con người không có, và như vậy con người chỉ là một con thú vật mà thôi.

4 - Giới thứ tư là giới vọng ngữ, tức là giới cấm nói dối, giới cấm không nói thất hứa, thất hẹn v.v....giới luật này xác định được uy tín của con người trong cuộc sống đối với những người khác, giới luật này nói lên sự uy tín của con người đối với con người trong xã hội như trên đã nói, người ở đời ai phạm vào giới luật là tự làm mất uy tín. Con người phải có uy tín, con người không uy tín là không xứng đáng làm người.

Một con thú vật mang đầy đủ tánh hung ác giết hại lẫn nhau, cướp giết ngang tàn, sống lang chạ không chung thủy, nhưng rất thành thật không dối trá.

Giới luật này nếu con người phạm vào thì còn thua loài thú vật thì làm sao xứng đáng làm người được.

Người nói láo, thất hứa, thất hẹn là những người xã hội không ai dám gần. Giới không nói dối là một giới luật rất khó giữ gìn, làm người chúng ta thường hay phạm vào giới này, vì thế chúng ta phải luôn đề cao cảnh giác trước khi mở lời.

5 - Giới thứ năm là giới uống rượu, Kẻ say sưa rượu chè là người mê mờ, không sáng suốt. Người uống rượu thường tự tạo tri kiến của mình ngày càng u tối và dần dần. Người nào hay uống rượu là người ấy tự làm khổ mình, tự giết mình, uống rượu như uống thuốc độc vào mình. Vì thế chỉ có những người không sáng suốt và mê mờ mới nuốt độc dược vào thân mà không biết.

Rượu là một chất độc kích thích và tác động thần kinh khiến cho người uống rượu giống như người điên,

không còn trí tuệ thông minh, nên người say rượu thường ăn nói bừa bãi, ăn nói khiếm nhã thiếu lịch sự, thiếu văn hóa, nói thô lỗ cộc cằn...

Người uống rượu say sưa tánh tình hung ác không khác nào như một ác quỷ, án mạng thường xảy ra phần lớn là do những người say rượu.

Tóm lại trong năm điểm này, nếu chúng ta chỉ cần thiếu một điểm thì chúng ta cũng không thể làm người được, vì đó là năm tiêu chuẩn được làm người mà đức Phật đã dạy để xác định muốn được thân người thì phải sống đúng năm giới luật này một cách cụ thể, rõ ràng mà không có người nào phản đối.

--->★<---

NHÂN QUẢ QUÁ KHỨ CÓ CHUYỂN ĐƯỢC KHÔNG?

HỎI: *Kính thưa Thầy! Khi Thầy giảng cho con nghe về nhân quả thiện, ác thì trước đây con vô minh đã lỡ tạo tác nhiều điều bất thiện. Vậy con phải làm sao để chuyển nghiệp nhân quả quá khứ đây... Con kính xin Thầy chỉ dạy?*

ĐÁP: Mọi người khi chưa nhận ra đạo đức của Phật giáo nên làm nhiều điều tội ác. Bây giờ hiểu ra muốn chuyển nghiệp nhân quả quá khứ của mình, điều này không phải khó. Vì nhân quả có phương pháp chuyển hóa được. Do chuyển hóa được nhân quả nên đạo Phật mới ra đời dạy người tu tập ngăn ác diệt ác pháp, sinh thiện tăng trưởng thiện để chuyển hết quả khổ từ trong vô lượng kiếp, chứ không phải chỉ trong hiện kiếp này.

Một người tu theo Phật giáo ngay từ lúc ban đầu họ đã ngăn chặn những nhân ác trong hiện tại và luôn luôn thực hiện những việc lành, vì thế hiện tại không làm ác thì tương lai đâu còn có quả khổ. Phải không quý Phật tử ?

Do hiện tại không gieo nhân ác mà còn vui vẻ không lo âu phiền não quả khổ của hiện tại thì đó là đã chuyển quả khổ của nhiều kiếp ở quá khứ.

Nhân quả quá khứ, vị lại không tác động, không làm cho họ giao động được thân tâm thì đó là họ đã chuyển nhân quả nhiều đời, nhiều kiếp.

Kính thưa quý Phật tử ! Quý Phật tử có hiểu đạo đức nhân bản nhân quả chưa ?

Đạo đức nhân bản nhân quả là đạo đức sống không làm khổ mình khổ người. Vậy sống không làm khổ mình khổ người như thế nào?

Sống không làm khổ mình là chuyển quả khổ từ vô lượng kiếp của mình. Cho nên từ khi quý Phật tử biết đạo đức này là biết cách sống chuyển hóa nhân quả từ vô lượng kiếp, chứ không chỉ có chuyển hóa nhân quả trong hiện kiếp này thôi đâu.

Đạo đức sống không làm khổ mình không làm khổ người là một phước báo rất lớn cho những ai thực hiện nó. Không làm khổ mình, khổ người là cách sống không gieo nhân ác trong hiện tại. Do đó đã chấm dứt quả khổ trong tương lai. Như vậy đạo đức không làm khổ mình khổ người là một phương pháp sống chuyển hóa nhân quả trong ba thời hiện tại, vị lai và quá khứ. Nhờ có chuyển hóa được nhân quả mà người sống đúng đạo đức không làm khổ mình khổ người là người chứng quả A La Hán. Cho nên người chứng quả A La Hán là người sống không làm khổ mình, khổ người. Người sống không làm khổ mình khổ người là người đã đạt được mục đích của

Phật giáo, là người đã giải thoát hoàn toàn khỏi kiếp làm người.



TU THIỀN NHƯ THẾ NÀO KHÔNG GIẬM CHÂN TẠI CHỖ?

Hỏi: Kính thưa Thầy, người tu thiền như thế nào là có tiến bộ, không tiến bộ và giậm chân tại chỗ? Phải khắc phục tu như thế nào để có tiến bộ không giậm chân tại chỗ?

Đáp: Người tu thiền, ngồi nhiều hoặc dùng pháp ức chế tâm để dừng vọng tưởng (tâm không niệm thiện, niệm ác) thì sẽ giậm chân tại chỗ, không có lối tiến tới được nữa. Người tu thiền xả tâm, tâm như đất, xả ít tiến bộ ít, xả nhiều tiến bộ nhiều, xả hết tức là ly dục ly ác pháp, tâm như đất trời thì tu xong việc.

Tu xong việc tâm thường quay vào trong thân, không chạy theo các pháp trần, không dính mắc các pháp ác, tức là tâm không phóng dật theo các pháp bên ngoài, như vậy là tâm đã định vào thân, tâm định vào thân là tâm bất động trước các pháp và các cảm thọ; tâm bất động trước các pháp và các cảm thọ là tâm giải thoát hay là tâm Diệt Đế, tâm Diệt Đế, tức là tâm Niết Bàn, tâm Niết Bàn là tâm đoạn dứt lòng ham muốn và các ác pháp, như vậy tức là tâm nhập vô tướng tâm định.

Muốn xả tâm cho được rất ráo thì phải sống độc cư, không nên tiếp duyên bên ngoài với ai hết, không làm một việc gì cả, thường quan sát thấy tâm niệm khởi phá độc cư thì phải mau mau xả liền không được duy trì,

không được nghe theo các niệm phá hạnh độc cư. Trong lúc độc cư, nếu có tất cả mọi niệm khởi lên dù đúng, sai, phải, trái, những niệm đó đều làm mất hạnh độc cư thì phải mau xả xuống, không nên khởi niệm, khởi niệm tức là phóng tâm, phóng tâm tức là theo niệm, theo niệm tức là phóng dật cho nên phá độc cư, tức tâm phóng dật.

Quý vị nên lưu ý, độc cư không được đọc kinh sách, không được làm mọi công việc, không được nói chuyện dù chuyện đạo chuyện đời, không được nghe băng nhạc, băng thuyết giảng, v.v... mà duy nhất chỉ có một việc làm là quán xét thân tâm mình để xả các niệm, tâm ham muốn và các ác pháp, do đó thì mới giữ gìn hạnh độc cư trọn vẹn. Có giữ gìn hạnh độc cư trọn vẹn như vậy thì sự tu hành mới có tiến bộ, bằng ngược lại thì giậm chân tại chỗ. Người tu thiền xả tâm mà giữ được hạnh độc cư thì xả tâm rất dễ dàng, còn giữ hạnh độc cư không được thì xả tâm không được nên tu thiền không tiến bộ, nói đúng hơn là không có kết quả giải thoát.

Tóm lại, người tu thiền ức chế tâm là thường giậm chân tại chỗ, không tiến bộ, giống như các vị tổ sư Thiền Tông tu mãi chỉ có lý luận nói nhiều, ngược lại tu thiền xả tâm thì có tiến bộ rất cụ thể, tiến bộ trong từng phút, từng giây, từng giờ, từng ngày, chúng ta nhận thấy tâm thanh thản an lạc và vô sự rất rõ ràng.

Muốn tu hành không giậm chân tại chỗ thì phải giữ gìn hạnh độc cư, nếu giữ gìn hạnh độc cư chẳng được thì tu hành chỉ uống phí một đời tu mà chẳng ích lợi gì cho mình cho người.



NHÂN DUYÊN

Hỏi: Kính thưa Thầy, con là người có đầy đủ nhân duyên để thọ hưởng pháp mầu của chư Phật mà Thầy đã triển khai và ban cho chúng con, nhưng con cũng chưa đủ phước để được ở gần bên Thầy trực tiếp chỉ dạy, con chỉ ước mơ một ngày nào đó được nhập chúng ở tu viện.

Đáp: Hãy cố gắng nỗ lực tu tập con ạ! Dù ở đâu có nhiệt tâm tu hành, quyết xả cho được tâm ham muốn của mình và các ác pháp thì ở đó cũng có sự giải thoát liền, đến khi tâm xả được thì cũng có ngày đủ duyên sẽ được tu tập thiền định dưới sự hướng của Thầy để tiến sâu vào định, còn nếu chưa xả tâm mà tu hành bên Thầy thì kỷ luật quá khắt khe, e rằng con không thể vượt qua được, rồi đây con sẽ lỡ dở đường tu hành, bỏ cuộc giữa đường thì rất uổng phí một đời.

Giai đoạn đầu là giai đoạn tu tập ly dục ly ác pháp, giai đoạn này tu tập không nguy hiểm, chỉ cần có các đối tượng để xả tâm, tức là tu tập hạnh nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng, cũng như bây giờ chưa có duyên được ở gần bên Thầy thì hãy tập sống đúng giới luật, tức là sống đức hạnh làm người và làm Thánh, kể đó hằng ngày con hãy chuyên cần tu tập Tứ Chánh Cần thì sẽ ly dục, ly ác pháp được, khi ly được dục và ác pháp thì chừng đó sẽ được gần Thầy.



SÓNG GIÓ CHƠN NHƯ

(Thầy gọi Tứ Chúng Ngày 27 tháng 8 năm 2005)

Sóng gió Chơn Như là một giai đoạn chuyển mình tiến lên để chấn chỉnh Phật giáo tốt hơn. Nhờ đó mới có nhiều phương án xây dựng chương trình giáo dục đào tạo đạo đức nhân bản – nhân quả của Phật giáo đến với mọi người.

Kính thưa quý Phật tử, quý Thầy, quý Sư đang tu tập tại tu viện Chơn Như hãy giữ gìn tâm bất động trước mọi biến cố để tu viện Chơn Như chuyển mình qua một giai đoạn mới. Hãy lo tu tập quét sạch tâm trên bốn chỗ thân, thọ, tâm, pháp, để tâm lúc nào cũng thanh thản an lạc và vô sự. Còn mỗi việc lớn nhỏ đều có Thầy. Đừng vì một lý do gì mà quý Phật tử, quý Sư, quý Thầy bỏ cuộc tu hành quá uổng. Tu là xả tâm trước các ác pháp. Vậy mà khi gặp các ác pháp đến thì quý vị dao động tâm, muốn bỏ cuộc, như vậy quý vị tu hành như thế nào ?

Mục đích tu tập theo Phật giáo là ngăn ác, diệt ác pháp, sinh thiện tăng trưởng thiện pháp trong tâm của mỗi người. Ngăn và diệt ác pháp là giúp cho thân tâm quý vị thanh thản, an lạc và vô sự, tức là hết khổ đau.

Người tu tập được như vậy có hai phương pháp mà quý vị cần phải nhớ kỹ:

- 1/ Bất động trước các ác pháp trong cuộc sống hằng ngày.*
- 2/ Bất động từng tâm niệm trên thân, thọ, tâm, pháp của mình .*

Thứ nhất bất động trước các ác pháp trong cuộc sống hằng ngày thì phải dùng tri kiến giải thoát. Muốn có tri kiến giải thoát thì quý Sư, quý Thầy và quý Phật tử phải quán sát, tư duy từ tâm, bi tâm, hỷ tâm, xả tâm, luật nhân quả, thân ngũ uẩn, mười bảy kiết sử, ngũ triền cái, năm dục trường dưỡng, mười hai nhân duyên và quán xét thấu rõ thật sự các pháp vô thường, vô ngã, khổ và không có pháp nào tồn tại mãi trên thế gian này

Nếu hằng ngày rèn luyện, tư duy, quán xét các pháp như vậy thì tri kiến giải thoát càng lớn mạnh. Tri kiến giải thoát này lớn mạnh thì không có một ác pháp nào làm dao động tâm quý vị được.

Như vậy, chánh tri kiến giải thoát của quý vị đã trở thành một bức tường thành kiên cố bảo vệ thân tâm của quý vị trong cuộc sống. Biến tâm quý vị bất động im lặng như Thánh.

Do chỗ bất động tâm này mà đức Phật dạy có tám pháp duy nhất, chỉ cần tu một pháp cũng đi đến cứu cánh giải thoát hoàn toàn. Đó là Tứ Vô Lượng Tâm và Tứ Thánh Định.

Do tư duy quán xét tu tâm từ mà ông Phú Lô Na và em trai ông Cấp Cô Độc đã chứng quả A La Hán. Vậy quý vị hãy lắng nghe đức Phật trải nghiệm ông Phú Lô Na tu từ tâm vô lượng và cuối cùng đức Phật chấp nhận Ông chứng quả A La Hán.

Một hôm ông Phú Lô Na xin Phật đến một đất nước khác để hướng dẫn dạy người tu tập.

Đức Phật bảo: “Dân nước đó ác lắm, họ sẽ mắng chửi ông”

Ông Phú Lô Na đáp: “Dân nước đó mắng chửi con, nhưng họ còn thương con, vì họ chưa đánh con”.

Đức Phật bảo: “Họ đánh con”.

Ông Phú Lô Na đáp: “Họ đánh con, nhưng họ còn thương con, vì họ chưa dùng dao, mác, vũ khí giết con”.

Phật bảo: “Dân xứ đó sẽ dùng dao, mác, giết con”.

Ông Phú Lô Na đáp: “Dân xứ đó dùng vũ khí giết con, nhưng họ còn thương con, vì biết con còn mang thân này có nhiều tai nạn, bệnh tật, già yếu thường khổ đau”.

Đức Phật bảo: “Thôi đủ rồi! Ông cứ đi! Đi! Đi!....”

Chỉ có quán xét tư duy làm cho tâm từ lớn mạnh thì

quý vị sẽ được tâm bất động. Mặc dù quý vị đang sống trong các ác pháp bủa vây, nhưng có tri kiến giải thoát thì ở đâu, bất cứ chỗ nào cũng được giải thoát.

Như vậy đạo Phật tu hành đâu phải khó khăn, khó khăn là ở chỗ lòng yêu thương chân thật của quý vị chưa có? Chánh tri kiến giải thoát bắt nguồn từ lòng yêu thương chân thật của mình mà không một ác pháp nào xâm chiếm và làm động tâm quý vị được.

Đó là quý vị tu tâm xả bằng TỪ TÂM VÔ LƯỢNG. Vậy từ đây quý vị hãy noi theo gương ông Phú Lô Na mà tu tập lòng yêu thương. Chỉ có lòng yêu thương mà được giải thoát hoàn toàn; chỉ có lòng yêu thương mà quý vị chứng quả vô lậu A La Hán. Xin quý vị lưu ý cho trên đường tu tập.

Chỉ có lòng yêu thương mà sóng gió Chơn Như trở thành bất động, bất diệt của đạo Phật trong lòng của mọi người; chỉ có lòng yêu thương mà tất cả ác pháp đều được chuyển đổi thành ly nước mát dịu, đem lại sức sống cho mọi người; chỉ có lòng yêu thương mà chuyển hóa được nhân quả, chấm dứt sanh tử luân hồi; chỉ có lòng yêu thương mà đạo đức nhân bản - nhân quả mới thực hiện được trọn vẹn sống không làm khổ mình, khổ người. Vì thế, đạo Phật được gọi là “Đạo Từ bi”.

Tu viện Chơn Như ngày nay được chấn chỉnh với lòng yêu thương đối với mọi người thì tu viện mới hưng thịnh. Nếu nơi đây không có lòng yêu thương, chỉ có toàn sự tị hiềm ganh ghét thì tu viện sẽ đi vào bóng đen âm u trong những đêm dài vô tận.

Trước hoàn cảnh như vậy, người tu sĩ Phật giáo không đầu hàng mà phải vượt qua nhân quả của chúng sanh, chuyển đổi nhân quả ác, tạo phước, gieo duyên lành để trở thành nơi tu hành tốt đẹp hơn. Cho nên, cần phải có nhiều tu viện Chơn Như hơn nữa để quét sạch những đám mây mù đang bao trùm lấy tu viện Chơn Như hiện nay. Phải không quý vị?

Kính ghi, Thầy của các con.



(Hết tập bảy – Xin đọc tiếp Pháp Bảo tập tám)