

**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 CHÍN)



*(Đức Trưởng Lão lưu niệm hình với Đệ Tử – T.X Ngọc Bửu Qui Nhơn)*



*(Đức Trưởng Lão Viết Phái Quy Y Cho Phật Tử Ninh Sơn, Ninh Thuận)*



*(Đức Trưởng Lão Lưu Niệm Hình Với Phật Tử Ninh Sơn, Ninh Thuận)*

**NỘI DUNG TRÍCH LỤC TẬP CHÍNH**      *Trang*



<i>Thầy trả lời Tu Sinh thỉnh vấn</i>	<i>5</i>
<i>Những điều cần lưu ý khi tu tập Tứ Niệm Xứ</i>	<i>11</i>
<i>Phạm hạnh của Đức Phật</i>	<i>13</i>
<i>Không kết bè bạn</i>	<i>16</i>
<i>Nhân quả</i>	<i>17</i>
<i>Nhân quả là gì</i>	<i>19</i>
<i>Nhân quả do đâu mà có</i>	<i>21</i>
<i>Con người do 3 hành động thân, miệng, ý sinh ra</i>	<i>23</i>
<i>Vô minh và minh</i>	<i>23</i>
<i>Trí học giả</i>	<i>28</i>
<i>Tứ chánh cần</i>	<i>32</i>
<i>Chúng đắc một ít dạy người được không</i>	<i>37</i>
<i>Chỉ cần có tâm tầm quý là tu chứng đạo</i>	<i>39</i>
<i>Lục căn hư hoại</i>	<i>41</i>
<i>Sáu căn quay vào trong</i>	<i>43</i>
<i>Nằm theo kiểu kiết tường</i>	<i>45</i>
<i>Nhiếp phục và phá thọ</i>	<i>47</i>
<i>Nhân tướng nội của tâm</i>	<i>49</i>
<i>Ngăn ác diệt ác</i>	<i>51</i>
<i>Nhân tướng</i>	<i>53</i>
<i>Đặc tướng</i>	<i>55</i>
<i>Thọ hành</i>	<i>57</i>
<i>Tệ nạn mê tín</i>	<i>59</i>
<i>Làm lễ qui y cho người chết</i>	<i>62</i>
<i>Tu sai hay đúng</i>	<i>66</i>
<i>Ý thức phân biệt và tỉnh giác</i>	<i>67</i>
<i>Định niệm hơi thở câu hữu pháp hướng tâm</i>	<i>69</i>
<i>Ngôi thiên nhập định</i>	<i>72</i>
<i>Tiếng kêu cứu giữa bến khơi</i>	<i>74</i>
<i>Thời khóa tu tập</i>	<i>79</i>

*Đừng mất hy vọng – 81*  
*Tự tại ra đi – 82*  
*Pháp hướng tâm – 85*  
*Khi tắc thở mà còn sân hận – 87*  
*Thế giới quan của Phật Giáo – 89*  
*Tham vấn tu tập Tứ Niệm Xứ – 91*  
*Thầy dạy những mục cần lưu ý – 99*  
*Tánh thẳng thắn – 103*  
*Nguyện ước – 105*  
*Đức Phật không làm chủ nhân quả – 108*  
*Chùa to Phật lớn – 111*  
*Nhục thân – 115*  
*Giáo trình tu tập Bát Chánh Đạo – 117*  
*Chánh kiến – 118*  
*Thầy Thông Lạc khai thị cho nhóm Phật tử Khánh Hòa... – 123*

**(HẾT TẬP CHÍN)**



*(Đức Trưởng Lão giảng bài Nhân Quả Ý Hành Tại Tổ Đường T.V Chơn Như)*

**THẦY TRẢ LỜI TU SINH THỈNH VẤN  
(LỚP TU TỨ NIỆM XỨ NĂM 2006)**

Trong vấn đề quán thân “thanh thân an lạc vô sự” mà cảm nhận toàn thân con là đúng rồi; còn thấy những hiện tượng của sắc tướng như một bóng mờ hiện ra, một ánh sáng, một đám mây, một luồng khói hay một cái gì khác. Tất cả những cái đó là sắc tướng. Còn trong tai con có nghe đàm thoại, đối thoại nhau cái gì, hoặc là âm thanh tiếng chuông, tiếng ù này kia đều là thanh tướng. Do đó phải xả. Tại mình quán trên thân ôm chặt quá nên mình xả ra nhẹ nhàng hơn thì nó sẽ mất đi. Hoặc ngồi mà thấy tướng thì con đứng dậy, đi một cách tự nhiên nhưng cũng giữ tâm quán trên thân của mình. Thay đổi oai nghi như vậy thì hiện tượng của tướng sẽ tan biến đi. Như vậy mình cần tự xét lại coi tại sao lại thấy các loại tướng: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp tướng thì sẽ thấy: Đây là do giới luật mình chưa giữ nghiêm, còn vi phạm hay còn ai làm động mình phạm giới độc cư đây, thí dụ như người ta viết thư hay người ta nói gì đó thì hiện tượng này xảy ra; hoặc do mình hoặc do người ta phạm giới, phá giới; người ta làm động mình. Như vậy, hiện tượng tướng xảy ra là do sự phạm giới. Biết như vậy thì cố gắng khắc phục, đóng cửa, tránh các duyên, không tiếp mọi người để cho hoàn toàn trên thân quán thân khắc phục tham ưu suốt thời gian 7 ngày thì nó sẽ đến nơi đến chốn.

**Điểm lưu ý:** Các trạng thái quán thân nó nhẹ nhàng, mình không dụng công mà tự nó quán. Thí dụ mình thức dậy còn nằm trên giường, chưa tới giờ tu mà

cũng thấy nó quán; lúc mình ngồi chơi cũng thấy nó quán; mình xếp bằng cũng thấy nó quán. Như vậy tức là nó đang quán, nó đang quay vô, nó không phóng dật đó. Đó là con đường tu đúng rồi. Đó là tự quán thân. Còn như bây giờ thỉnh thoảng con còn nhắc “tâm thanh thân, an lạc, vô sự” hoặc “an tịnh thân hành...”, nhưng sau này, khi tự nó quán thì con không có tác ý nữa mà con mở mắt ra là thấy nó quán, ngồi cũng thấy nó quán, đi cũng thấy nó quán; nó cảm nhận trên thân con; nó luôn luôn ôm chặt cái thân con; nó không phóng dật. Nó quay vô, nó định trên thân con đó. Đó là cái tâm con sắp sửa chứng ở trên Tứ Niệm Xứ của con rồi. Nó sẽ sung mãn trong thời gian không lâu đâu. Trên pháp Tứ Niệm Xứ mà quán thân được rồi thì rất nhanh chứ chưa quán được hay quán lúc được lúc không thì mới còn lâu dài. Khi quán được thì thấy tự nhiên nó quán, nhẹ nhàng nó quán thì chỉ trong một tuần là cao nhất phải chứng đạo, phải thành tựu. Tâm không còn phóng dật trong một tuần là chứng đạo.

Cái mục đích của không phóng dật, cái chỗ của không phóng dật là ở chỗ phải quán thân cho được nên bài pháp này Thầy nói về tâm không phóng dật. Các con cần biết cái tâm ở chỗ nào mà nó không phóng dật quán, đó chính là ở chỗ “quán thân cho được”

Điểm lưu ý: Thầy tin rằng một ngày nào đó nếu ở đây các con tu chưa xong thì có thể Thầy sẽ dẫn một số các con đi theo Thầy tại vì những người đó ở hoàn cảnh này bị mấy con làm động họ chứ họ nhiệt tâm, rất nhiệt tâm, họ quyết tu lắm nhưng vì bị động cho nên họ phạm

giới mà họ không đạt được trong 4 tháng. Nếu bình an, ai cũng nỗ lực, đừng ai làm động họ thì họ sẽ chứng đạo trong mấy tháng này, không có lâu. Vì bị người khác làm động, chẳng hạn như ở gần bên thớt các con mở băng nghe hát thì người trong thớt đó nỗ lực tu nhưng vẫn bị động. Nếu các con tu chưa xong, Thầy sẽ dẫn các con đi đến một khu rừng già nào đó ở để mà tu Tứ Niệm Xứ vì Tứ Niệm Xứ cần sự yên tĩnh.

Điểm lưu ý: Phải có bằng chứng đạo mới chấn chỉnh Phật giáo được, không chứng đạo thì không chấn chỉnh được; chúng ta có nói gì hay đi nữa nhưng chúng ta không chứng đạo, không có bằng chứng thì chúng ta không dựng lại Chánh pháp Phật được.

Có nhiều người quán thân rất tốt, nhưng vì hoàn cảnh không yên tĩnh trọn vẹn thanh tịnh thân tâm được, bị các pháp chung quanh làm cho bị động thì không ở trên Tứ Niệm Xứ tu được! Khi đó các con chỉ có lui về Tứ Chánh Cần ôm pháp tu thì tốt nhất. Hoàn cảnh thuận tiện thì mình mới dám ở trên Tứ Niệm Xứ mà tu, còn bây giờ bị động, bị âm thanh này kia thì lui về Tứ Chánh Cần nương vào hơi thở an tịnh thở ra, an tịnh hít vô để đánh át âm thanh đó đi, nhờ đó mình mới chiến thắng được. Ở Tứ Niệm Xứ quán không nhiếp phục nó được đâu. Tứ Niệm Xứ đòi hỏi cảnh phải thật là yên tĩnh mới thuận tiện để tu mới được. Cho nên giai đoạn này là giai đoạn Tứ Chánh Cần chuyển lên Tứ Niệm Xứ.

Khi đi khát thực thì tỉnh giác ở trên hành động của nó là được rồi, không khéo nó quên hành động của nó. Thí dụ ra đến chỗ lấy cơm thì mình nghĩ xúc cơm bao

nhieu, có sự tính toán trong đầu, rồi đến lấy đồ ăn, đặt các túi thức ăn vào bát. Khi về, lại lấy các túi thức ăn ra, sốt vô bát. Chú ý từng hành động. Khi đưa cơm vào miệng, nhai, nuốt đều phải tỉnh táo từng hành động. Tất cả những hành động đó cũng là quán thân chớ không phải mình nhai rồi cảm giác toàn thân. Không phải vậy. “Tôi nhai tôi biết tôi nhai” rồi “Tôi nuốt tôi biết tôi nuốt” rồi “Tôi bỏ miếng khác vào miệng”. Tất cả những hành động làm phải tỉnh táo. Suốt trong thời gian ăn đó là “quán thân trên thân” đó (quán thân hành niệm ngoại, còn hít thở cảm giác toàn thân là thân hành niệm nội). Cho nên đối với Tứ Niệm Xứ lúc nào cũng quán, không có giờ nghỉ, ăn cũng quán thân, đi cũng quán thân; sốt bát, lấy đồ ăn,...tất cả mọi cái đều quán thân. Chính vì vậy mà quán Tứ Niệm Xứ lúc nào cũng tỉnh thức; tỉnh thức liên tục như vậy mới 7 ngày chứng đạo. Nếu nó nghỉ tức là nó huân lại pháp thế gian; còn nó không nghỉ, nó luôn luôn ở trên pháp xuất thế gian.

Pháp Tứ Chánh Cần trở về thế gian, còn pháp Tứ Niệm Xứ luôn ở trên pháp xuất thế gian.

\* Ở trên Tứ Niệm Xứ dù có cảm thọ gì thì con chỉ quán ở trên thân thôi thì cảm thọ sẽ dừng lại, bị nhiếp phục. Nếu con tác ý ra thì đã trở về Tứ Chánh Cần rồi, Tứ Chánh Cần trên Tứ Niệm Xứ, bởi vì mình tu pháp gì nó cũng trở về Tứ Niệm Xứ hết. Tu về nhân quả, tu về đạo đức không làm khổ mình khổ người đều ở Tứ Niệm Xứ. Tứ Niệm Xứ là gốc của con người mà thân, thọ, tâm, pháp là 4 chỗ sống tu tập của chúng ta.



\* Độc cư là giữ tâm không phóng dật. Đi làm công chuyện là phá hạnh độc cư; làm chuyện này, chuyện nọ là tâm phóng dật, là phá hạnh độc cư. Cho nên giữ hạnh độc cư là ngồi chơi vô sự, giữ tâm không phóng dật.

\* Tu tất cả pháp chứ chẳng riêng Tứ Chánh Cần hay Tứ Niệm Xứ đều phải giữ gìn giới luật nghiêm chỉnh thì tu mới có hiệu quả, bằng không thì không có hiệu quả.

\* Độc cư, khi có người hỏi mình mà mình không trả lời là giữ hạnh độc cư mà cũng là bịt miệng họ liền tại chỗ ngay buổi ban đầu không cho có lần sau, ngày mai. Nếu trả lời thì mình sẽ bị hỏi hoài. Độc cư chứ không phải độc câm, trả lời chứ không phải không trả lời mà trả lời thì tâm bị phóng dật nên phải phòng hộ tối đa. Biết trả lời nhưng không trả lời để bảo vệ mắt tai mũi miệng thân ý; bảo vệ không cho ý của người khác lọt vô ý của mình, xả không hết, nên buộc lòng không trả lời để giữ hạnh độc cư để đi đến chỗ rốt ráo. Trong đời tu hành của tôi chỉ còn thời gian ngắn nữa mà thôi, không kéo dài lê thê mãi. Tôi không câm nhưng tôi không nói.

\* Khi giữ hạnh độc cư mà cứ đi làm hết chuyện này đến chuyện kia, như nhổ cỏ, quét sân,...là tâm chưa tịnh, là còn phóng dật, chẳng phải độc cư mà phá hạnh độc cư. Độc cư thì ngồi chơi không làm gì hết (vô sự), chỉ có một mình, không chơi với ai hết thì mới độc cư. Độc cư là pháp phòng hộ cho không phóng dật; còn làm công chuyện, tiếp duyên nói chuyện là còn phóng dật. Cho nên ở đây phải vô sự hoàn toàn.

**Điểm cần lưu ý: Nói về tu tập trên thân quán thân thì các con phải hỏi kỹ thế nào là quán thân đúng chứ nó có nhiều cách quán lắm.**

**Khi mới đầu chúng ta tập “Cảm giác toàn thân tôi biết tôi hít vô; cảm giác toàn thân tôi biết tôi thở ra” thì lúc đó chúng ta cảm giác qua hơi thở, nhưng tiến lên một bước nữa thì chúng ta không có ở đó đâu, nó tự nhiên hơn; rồi tiến sâu hơn nữa thì nó lại khác. Nó cứ tiến từng bước, từng bước. Khi các con chứng được tâm không phóng dật thì nó lại còn khác nữa. Các con đừng nghĩ rằng trong sự quán thân, người mới tu và người tu lâu đều quán giống nhau. Không giống nhau đâu. Khác nhau. Người chứng đạo xong cũng quán thân nhưng lại quán khác hơn nữa. Cho nên đừng nghĩ chung chung một cách quán. Các con tu chưa tới, chưa hiểu được đâu. Các con cứ tu tập theo cách các con có hiện giờ. Khi các con quán được như thế nào thì hỏi Thầy chỗ đó đúng chưa, coi hiện tượng gì xảy ra. Cái gì đúng Thầy bảo giữ; cái gì không đúng, Thầy bảo xả thì phải xả. Các con cần hiểu biết rằng các con đều quán thân trên thân nhưng đến chỗ cuối cùng chứng đạo thì nó khác. Các con có Tứ Thần Túc thì cũng vẫn quán thân nhưng không phải như cái quán thân lúc mới bắt đầu; nó không phải như lúc mới bắt đầu tập quán. Các con đừng hiểu vậy, đừng ngậm miệng thoả mãn “Ồ, như vậy là được rồi”, mà dậm chân tại chỗ cái quán đó. Tâm càng lúc càng thanh tịnh thì cái quán càng đi tới, đi tới hoài, nó thay đổi tiến lên hoài. Nhưng cần biết thay đổi đó đúng hay sai. Thay đổi đúng là khi nào giới luật giữ gìn nghiêm chỉnh, còn giới luật**

**lỏng lẻo là thay đổi sai. Giới là hàng đầu, nó vạch ra con đường cho chúng ta đi, cho nên nó thanh tịnh. Giới thanh tịnh là nó vạch con đường Tứ Niệm Xứ đi thẳng vào không phóng dật, là đi tốt. Nếu giới bị phạm thì nó bẻ quanh con đường khác, không ai cản được nó. Cho nên giới quan trọng lắm: giới sanh định, định sanh tuệ mà!**

Thôi, đến đây các con trở về thất tu tập, nỗ lực tu tập, sau 4 tháng nữa Thầy sẽ gặp lại các con, mong sao lúc gặp lại, các con đều là những người chứng đạo.

\*\*\*

### **NHỮNG ĐIỂM CẦN LƯU Ý KHI TU TỨ NIỆM XỨ:**

- 1. Phóng dật có nghĩa là tâm hướng ra ngoài hay chạy theo các pháp trần.**
- 2. Các pháp dạy tâm như Định Niệm Hơi Thở – Định Sáng Suốt – Định Vô Lậu – Định Chánh Niệm Tỉnh Giác – Tứ Niệm Xứ trên Tứ Niệm Xứ – Thân Hành Niệm nhằm để khắc phục tham ưu.**
- 3. Chúng ta là những người tu theo đạo Phật, được xem là những người trí tuệ; người trí tuệ xem sự phóng dật của tâm là một điều tối kỵ trong đạo Phật. Muốn làm chủ sanh già bệnh chết mà tâm còn phóng dật thì chẳng bao giờ làm chủ được, cho nên giữ gìn tâm không phóng dật là một điều rất hoan hỷ cho cuộc đời tu hành của mình. Khi tâm thuần thực không còn phóng dật thì một trạng thái an lạc vô cùng hiện đến, đầu óc rỗng rang khiến cho hành giả tưởng mình lạc vào thế giới thần tiên.**
- 4. Kinh Pháp Bảo Đàn đã hiểu sai tâm không phóng dật là tâm không niệm thiện niệm ác. Tâm không niệm**

thiện niệm ác là một lối thiền ức chế tâm, đó là đường cùng của thiền định ngoại đạo, tiến thoái lưỡng nan. Tu đến chỗ VÔ NIỆM thì người ta không còn chỗ tu nữa, nhưng nhìn lại đời chẳng ra đời, đạo chẳng ra đạo.

5. Trong Bát Chánh Đạo, đức Phật đã chỉ rõ loại thiền định nào để chúng ta tu tập không sai: Đó là 4 Thiền Hữu Sắc là Chánh Định là Sơ Thiền, Nhị Thiền, Tam Thiền, Tứ Thiền. Sơ Thiền là thiền định chỉ có đạt được khi tâm li dục li ác pháp, chính là tâm không phóng dật.
6. Khi tâm không phóng dật mà không dính mắc vào 5 chi Sơ thiền (tâm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm) thì đó là nhập vào “Bất Động Tâm Định”, trạng thái bất động tâm định là trạng thái Niết Bàn. Đức Phật dạy: Người hăng tu thiền định tức là hăng tu tập Sơ thiền. Tu tập Sơ thiền chỉ có nhiếp phục tâm để tâm li dục li ác pháp; có li dục li ác pháp thì tâm mới không phóng dật; mà tâm không phóng dật là Niết Bàn tại thế gian, trong cuộc sống này.
7. Quán thân tức là quan sát, xem xét trên toàn thân, từ hành động, việc làm và ý niệm: ăn uống, nhai nuốt, khát thực, sốt bát... cảm nhận bước đi trên đường đi,... Tất cả các hành động đều tỉnh thức chú tâm theo dõi, đó là cách quán thân hành ngoại, ngồi hít thở cảm giác toàn thân, theo dõi từng tâm niệm thiện ác. Biết niệm khởi nhưng tâm chẳng chú ý vào niệm thì niệm đó bị bề gãy ngay tại chỗ khởi. Đó là khắc phục tham ưu. Tâm có tham biết tâm có tham, tâm có sân

biết tâm có sân thì bỏ ngay liền tại chỗ bằng tác ý bảo đừng tham, đừng sân. Và nhiều niệm khởi thuộc về ý niệm khác thì tùy ý niệm, đó là quan sát thân hành niệm nội. Nói chung tất cả ý niệm là thuộc thân hành niệm; tất cả hành động việc làm của thân là thuộc thân hành ngoại.



### PHẠM HẠNH CỦA ĐỨC PHẬT PHẬT LỜI PHẬT DẠY

“Này Ananda, Như Lai xuất hiện ở đời là bậc Alahán, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự, Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn, Ngài lựa một trú xứ xa vắng, trong rừng dưới gốc cây, trên sườn núi, chỗ hoang vu, trong hang núi, tại bãi tha ma, tại khu rừng hay ngoài trời, đóng rơm. Trong khi Ngài sống viễn li như vậy, các Bà La Môn, gia chủ, cả thị dân và quốc dân bao vây xung quanh, được bao vây xung quanh như vậy Ngài không khởi lên nhiễm tâm, không rơi vào dục vọng, không khởi lên tham ái, không trở lui lại đời sống sung túc”.

#### CHÚ GIẢI:

*Đây là gương hạnh của đức Phật, chúng ta hãy theo gương Ngài mà giữ gìn Phạm hạnh cho trọn vẹn, không rơi vào dục vọng, không khởi lên tham ái, không trở lui lại đời sống sung túc.*

*Các bạn hãy lưu ý câu: “Không trở lui lại đời sống sung túc”. Lời dạy này thấm thía lắm các bạn ạ! Các Thầy*

**Đại Thừa và Thiên Tông hiện giờ có trở lui lại đời sống sung túc không ?!**

*Khi mới vào chùa tu thì một đồng cũng không có mà chẳng có ai biết đến mình cả. Lúc bấy giờ tu hành rất tốt, tối ngày chỉ có tu tập là tu tập. Nếu tu tập đúng pháp thì lúc bấy giờ dễ thành công, dễ đạt đến sự giải thoát. Nhưng khi đi ra lãnh chùa làm trụ trì thì các bạn nên lưu ý theo gương hạnh của đức Phật mà cố gắng giữ gìn Phạm hạnh cho tốt, đừng để tâm rơi vào dục vọng, đừng để tâm khởi lên tham ái, đừng để tâm trở lui lại đời sống sung túc. Trong đoạn kinh dạy: “Các Bà La Môn, gia chủ, cả thị dân và quốc dân bao vây xung quanh. Được bao vây xung quanh như vậy Ngài không khởi lên nhiễm tâm, không rơi vào dục vọng, không khởi lên tham ái, không trở lui lại đời sống sung túc”. Mặc dù được mọi người vây quanh, được cung kính, được cúng dường rất đầy đủ, nhưng đức Phật không nhiễm, không tham danh đắm lợi, nên nhất quyết không trở lui lại đời sống sung túc. Đó là điều nhắc nhở chúng ta rất lớn. Vậy trên đường tu tập để tìm cầu sự giải thoát các bạn ghi khắc lời dạy này trong tâm đừng quên.*

*Nếu các bạn không giữ gìn trọn vẹn Phạm hạnh trở lại thọ hưởng đời sống sung túc như các Thầy Đại Thừa và Thiên Tông thì sự phiền lụy sẽ đưa đến các bạn và từ đó các ác bất thiện pháp, tạp nhiễm dẫn đến tái sanh, đáng sợ hãi, dẫn đến quả khổ, đưa đến sanh, già, bệnh, chết trong tương lai, các ác pháp ấy sẽ tấn công các bạn đấy.*

*Các bạn có thấy chằng? Nhìn gương xấu của các Thầy Đại Thừa và Thiên Tông họ đang bị danh lợi và các*

*ác pháp như sanh, già, bệnh, chết đang tấn công họ. Tiền tài danh lợi vật chất chừa to Phật lớn đang nhận chìm họ xuống biển khổ. Họ đâu còn một phút giây giải thoát đâu, họ đang đi dần về phía đấm nhiễm dục và ác pháp một cách không thể dừng được. Cho nên các vị tu sĩ Đại Thừa đã bỏ giới luật, không sống như Phật, không noi theo gương hạnh Phật, do đó giặc sanh tử sẽ đón các vị ấy vào cảnh khổ mà không bao giờ thoát khỏi.*

*Các bạn hãy nghe tiếp lời đức Phật dạy: “Nhưng này Ananda, vị đệ tử của bậc Đạo sư chú tâm theo hạnh viễn ly của Bậc Đạo Sư, bắt chước dựa vào một trụ xứ xa vắng, trong rừng, dưới gốc cây, trên sườn núi, chỗ hoang vu, trong hang núi, tại bãi tha ma, tại khu rừng, ngoài trời, trên đồng rơm. Trong khi vị ấy sống viễn ly như vậy, các Bà La Môn, gia chủ cả thị dân và quốc dân bao vây xung quanh, vị ấy khởi lên nhiễm tâm, rơi vào dục vọng, khởi lên tham ái, trở lại đời sống sung túc. Như vậy, này Ananda, được gọi là sự phiền lụy của các đệ tử của Ta, vì sự phiền lụy của các vị tu Phạm hạnh, vì sự phiền lụy của Phạm hạnh các ác bất thiện pháp, tạp pháp dẫn đến tái sanh đáng sợ hãi, đưa đến khổ quả, dẫn đến sanh, già, bệnh, chết trong tương lai. Các pháp ấy tấn công vị ấy. Như vậy này Ananda là sự phiền lụy của các vị tu Phạm hạnh.”*

*Đoạn kinh này đức Phật cảnh giác cho những người tu hành chưa tới nơi tới chốn vội đi ra làm Phật sự, làm trụ trì. Tu hành như vậy chỉ uống công, uống phí cho một đời người mang tiếng là tu sĩ, chứ sự thật họ chỉ là một ông tù, hay là một bà tù giữ chùa để phục vụ cho một số tín đồ mê tín còn lạc hậu.*



## 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 chối, 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 nương 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 chân thật trong Phật giáo thì phải tin theo lời Phật dạy: “KHÔNG KẾT BÈ BẠN”

★★★

### NHÂN QUẢ

*Hỏi: Kính thưa Thầy, con người từ đâu sanh ra? Chết sẽ đi về đâu ?*

**Đáp:** Con người từ nhân quả sanh ra, sống trong nhân quả, chết đi về nhân quả. Trả lời như vậy, quý vị khó hiểu và cũng không hiểu được như thế nào là đúng?

Các tôn giáo khác, thường có câu hỏi: “Con người từ đâu sanh ra, chết đi về đâu?”. Có tôn giáo cho con người sanh từ đấng Tạo Hóa; lại có tôn giáo cho con người sanh ra từ khí Âm và khí Dương; lại có tôn giáo cho con người sanh ra từ Đại Ngã; lại có tôn giáo cho con người từ Bản Thể Vạn Hữu sanh ra; lại có tôn giáo cho con người sanh ra từ miệng Phạm Thiên, do đức Chúa Trời sinh ra v.v...

Tất cả những giả thuyết trên đúng hay sai chúng ta không có ý kiến, nhưng đứng trong tôn giáo Phật giáo, thì đức Phật đã xác định: “*Con người từ nhân quả sanh ra, sống trong nhân quả, và chết trở về nhân quả*”. Đó là lời xác quyết rất hùng hồn, chỉ vì Ngài đứng trên lập trường “*duyên hợp*” của các pháp. Trong thế gian này không có một vật thể nào độc lập riêng lẻ tự nó. Cho nên tất cả vạn vật sanh ra đều do các duyên hợp thành.

Các pháp sanh ra đều phải do có hành động, có hành động mới sanh ra được, nói một cách khác các duyên hợp lại, phải trực tiếp qua các hành động, nhưng mỗi hành động đều không có sự hiểu biết, sự hiểu biết có được là nhờ vào tri thức, nhưng tri thức hiểu biết chỉ biết trong giới hạn “*hữu hạn*” ngoài vô hạn thì tri thức không hiểu rõ, vì thế sự hiểu biết của tri thức còn trong vô minh. Hành động thiện và ác nó đều không biết, cho nên từ đó tri thức tạo tác những hành động thân, miệng, ý khiến cho mình khổ và người khác khổ. Nhưng hễ có hành động, tức là có nhân quả.

Phật dạy: “*Vô minh sanh hành, hành sanh thức*”. Vì vậy, con người từ hành động vô minh sanh ra, nói cách

khác cho đúng câu trả lời trên: “Con người từ nhân quả sanh ra”.



### NHÂN QUẢ LÀ GÌ?

*Hỏi: Kính thưa Thầy, nhân quả là cái gì ? xin Thầy hoan hỷ chỉ dạy cho chúng con được biết.*

**Đáp:** Nhân quả là chữ Hán, nhân: có nghĩa là hạt; quả: có nghĩa là trái, gồm chung hai chữ nhân quả lại nghĩa đen của nó là hạt và trái. Hạt giống nào sẽ cho trái nấy, không thể cho trái khác được. Ví dụ: hạt cam khi gieo lên thành cây sẽ cho trái cam; hạt chanh sẽ cho trái chanh, không thể nào hạt cam mà cho trái chanh được, cũng như hạt chanh không thể nào cho trái cam được, v.v... Còn nghĩa bóng là hành động thiện hay ác, nếu hành động thiện thì được phước báo an vui, còn hành động ác thì phải thọ lấy sự đau khổ, tức là hành động nào sẽ gặt lấy hậu quả của hành động nấy.

Ví dụ: Như hành động trộm cắp thì phải gặt lấy hậu quả của hành động trộm cắp là bị bắt ở tù, hoặc bị người mất của bắt được đánh đập, có khi họ giết chết.

Hậu quả của sự tham lam trộm cắp, không những ở trong kiếp hiện tại nghèo nàn, đói khổ mà còn kéo dài trong các kiếp vị lai nữa. Cho nên nhân quả tham lam đem lại cho đời người một sự nghèo đói bất hạnh vô cùng, là con người chúng ta phải tránh gieo nhân quả trộm cắp, cướp giựt của người khác, do không tham lam trộm cướp của người khác thì đời sống của chúng ta sẽ được no cơm

ấm áo, nếu càng gieo nhân quả tham lam trộm cắp cờ bạc thì đời sống của chúng ta sẽ đói khổ vô cùng và khổ trong muôn kiếp.

Kẻ làm ác giết hại chúng sanh, ăn thịt chúng sanh thì hậu quả sẽ bị tai ương, bệnh tật, khổ đau, hoạn nạn hoặc bị sự giết hại của kẻ khác, bằng cách này hoặc bằng cách khác v.v...

Hành động thiện thì hưởng được phước báo như: Cơm ăn áo mặc đầy đủ, cuộc sống gặp nhiều may mắn, trong nhà hòa thuận vui tươi, con cái hiếu hạnh biết vâng lời dạy bảo của cha mẹ, còn hành động ác thì thọ khổ như: bệnh tật, tai nạn, trong nhà thường rầy rà, bất hòa chẳng an, con cái cãi lời cha mẹ, đi chơi bỏ học hành, trộm cắp tiền của cha mẹ, thường làm gia đình khổ, người khác khổ.

Luật nhân quả rất công bằng công lý không ai lo lót, hối lộ tiền bạc mà hết khổ được, dù có quyền thế tiền bạc đến đâu luật nhân quả vẫn công bằng không tư vị.

Vì thế, người gieo nhân ác không thể cầu khẩn chư Phật, chư Bồ Tát và Ngọc Hoàng Thượng Đế cùng các bậc Thánh Vạn Năng cũng không cứu giúp cho mình được. Nên vấn đề cầu an, cầu siêu, cầu xin ban phước lành chẳng bao giờ có được, chỉ là một trò lừa bịp lường gạt người khác, chẳng có ích lợi gì mà còn hao tài tốn của vô lối của những kẻ cuồng tín vô minh.



**NHÂN QUẢ DO ĐÂU MÀ CÓ**

***Hỏi: Kính thưa Thầy, nhân quả do đâu mà xuất phát ?***

***Đáp: Nhân quả do ba chỗ xuất phát trong thân tâm của mỗi con người. Đó là: THÂN – MIỆNG – Ý.***

Ba nơi này là ba nơi nhân quả thường hoạt động khiến cho con người chịu khổ đau cũng như hưởng hạnh phúc, an vui. Hành động nơi thân, hành động miệng và hành động ý đều xuất phát nhân quả thiện hay ác. Nếu xuất phát nhân quả thiện thì người ấy được an vui, thanh thản và hạnh phúc. Cuộc sống cơm ăn áo mặc, tiền của dư giả không thiếu hụt, ít tai nạn, ít bệnh tật, thường được mọi người yêu mến và kính trọng, cuộc sống đầy dẫy hạnh phúc an vui, dù bất kỳ ở nơi đâu cũng vậy. Ngược lại, ba nơi ấy xuất phát nhân quả ác, thì người ấy phải chịu nhiều tai ương hoạn nạn, bệnh tật khổ đau kéo đến bủa vây không người này đến người khác, trong nhà thường xảy rầy rà bất hòa, lúc nào cũng cơm chẳng lành canh chẳng ngon, khiến cho tâm hồn mọi người đều đau khổ, bất an v.v..

Thân, miệng, ý là ba nơi hoạt động của nhân quả tạo ác, tạo thiện làm mình khổ, người khác khổ và tất cả chúng sanh khổ cũng chính do ba chỗ này.

Vậy ai là người chủ động hoạt động tại nơi ba chỗ này?

Ba chỗ này không có người chủ động hoạt động, chỉ có “VÔ MINH VÀ MINH” hoạt động mà thôi, nếu vô minh hoạt động nơi ba chỗ này tạo nhân quả ác, chuyển thành nghiệp lực thì con người và tất cả chúng sanh phải

chịu khổ đau tận cùng và tiếp tục tái sinh luân hồi mãi mãi trong vòng nghiệp lực ấy, nghiệp lực ấy do từ hành động thân, miệng, ý đã tạo ra nhân quả hạnh phúc hay khổ đau cho chính mình.

Thấu hiểu được lý duyên hợp của các pháp do vô minh mà định luật nhân quả sâu sắc này mới có luân hồi, nên Đức Phật đã dạy chúng ta thấu suốt “Mười Hai Nhân Duyên” do “Vô minh” hợp lại thành một thế giới khổ đau mà con người và chúng sanh phải chịu lấy cái đau khổ này mãi mãi từ đời này sang đời khác vô cùng, vô tận.

Muốn thoát khổ của kiếp làm người và thân chúng sanh, Đức Phật đã dạy cho chúng ta “Minh” để thấu suốt lý nhân quả và đập tan “Mười Hai Nhân Duyên” phá sạch thế giới đau khổ, giải phóng con người thoát khổ, chấm dứt luân hồi, làm chủ sanh tử.

Vì thế, người học Phật mà không có trí tuệ “Minh”, không phá vỡ Mười Hai Nhân Duyên thì chỉ là một học giả nghiên cứu giáo pháp của Phật để nói láo ăn tiền.

Muốn phá vỡ Mười Hai Nhân Duyên, người tu sĩ đạo Phật phải rèn luyện cái thấy của mình đối với các pháp bằng “ĐÔI MẮT NHÂN QUẢ” và sống đúng đời sống “PHẠM HẠNH” như Phật thì Mười Hai Nhân Duyên sẽ tan rã, thế giới khổ không còn, người tu sĩ giải thoát hoàn toàn.



CON NGƯỜI DO BA HÀNH ĐỘNG THÂN MIỆNG Ý SANH RA

***Hỏi:** Kính thưa Thầy, tại sao con người sanh ra là do ba nơi hành động thân, miệng, ý này ?*

***Đáp:** Con người sanh ra do ba hành động thân, miệng, ý nếu trong ba hành động thân, miệng, ý này do “Vô minh” điều khiển, tác động thì thế giới đau khổ của một con người sẽ bắt đầu mở ra.*

*Nếu ba hành động thân, miệng, ý này do “Minh” điều khiển thì thế giới khổ đau của một con người sẽ bắt đầu chấm dứt.*

*Ba nơi này thường tạo ra nghiệp lực của con người theo hành động nhân quả. Như đức Phật đã dạy cho chúng ta biết, khi con người chết hoàn toàn không còn một vật gì thường hằng bất di, bất dịch, chỉ còn nghiệp lực thiện hay ác tiếp tục tái sanh mà thôi.*

*Ba nơi này sanh ra nghiệp lực, từ nghiệp lực này mãi mãi tiếp tục sanh tử luân hồi, cho nên gọi ba hành động này con người từ đó sanh ra là vậy.*



### VÔ MINH VÀ MINH

***Hỏi:** Kính thưa Thầy? Vô minh là gì? Nó điều khiển nơi ba hành động thân, miệng, ý này mà thế giới đau khổ của một con người mở ra như thế nào ?*

*Và minh là gì? Nó điều khiển ba nơi thân, miệng, ý thì thế giới khổ đau của một con người chấm dứt, xin Thầy vì chúng con mà chỉ dạy cho rõ ràng để chúng con tu tập?*

**Đáp:** Vô minh là sự hiểu biết theo tâm ham muốn của mình (ái dục), vô minh là sự hiểu biết đối với các pháp không đúng như thật; hiểu biết một cách lệch lạc thiếu khoa học; hiểu biết theo chủ quan thiếu thực tế và cụ thể; hiểu biết trong các pháp đối đãi, hiểu biết trong hạn hẹp và hiểu biết bằng tưởng tượng (tưởng tri) v.v...

Nói chung cái hiểu biết bằng trí hữu hạn của con người là “vô minh”. Vì thế biết bao nhiêu bài pháp của đức Phật đã vạch ra cho mọi người thấu hiểu rất rõ ràng, từ thế giới hữu hình đến thế giới siêu hình, toàn là thế giới duyên hợp không có một vật thể gì là thực thể thường hằng, bất biến. Phật dạy rất rõ, thế mà con người cứ hiểu biết mọi vật là thật có, thậm chí đến cái thế giới siêu hình cũng cho là có thật. Vì cho nó là thật, nên luôn luôn bị dính mắc chấp đắm, do sự dính mắc chấp đắm các pháp mà con người tạo biết bao nhiêu điều đau khổ cho nhau, biến cuộc sống con người trên hành tinh này thành địa ngục. Con người chỉ còn là những ác quỷ giết hại lẫn nhau, chà đạp lên nhau, gian xảo, mách lới, lừa đảo, gạt gẫm, hại nhau chẳng có chút lòng thương xót, chỉ vì bản ngã vì vật chất và cho nó là thật có.

Tưởng tri vô minh rất tai hại, tức là sự hiểu biết không thấu suốt các pháp thế gian. Có người bảo rằng: “Phải học thông suốt Tam Tạng kinh điển của Phật là hết vô minh, sẽ được giải thoát hoàn toàn”. Nói như vậy, các ông có bằng tiến sĩ Phật học là giải thoát hoàn toàn hết sao? Bằng chứng các ông có bằng tiến sĩ Phật học còn dính mắc hơn ai, sống phạm giới, phá giới. Trong kinh



**đức Phật đã giảng dạy: “Giới luật ở đâu thì trí tuệ ở đó, trí tuệ ở đâu thì giới luật ở đó, giới luật làm cho trí tuệ thanh tịnh và trí tuệ làm cho giới luật thanh tịnh”.**

**Vậy mà, người ta cho rằng có bằng tiến sĩ Phật học là có trí tuệ. Trí tuệ “Minh” ở chỗ giới luật thanh tịnh, còn ngược lại trí tuệ tiến sĩ Phật học mà sống không đúng giới luật, phạm giới luật thì đó là trí tuệ “Vô minh”. Do trí tuệ vô minh học hỏi, những nhà học giả này chấp ngã bằng Trời hơn ai hết và dính mắc các pháp khó buông bỏ.**

**Bỏ biết bao nhiêu công lao năm tháng học hành, cuối cùng cũng chỉ học nói như một con chim, để lừa đảo người, buôn Phật, bán pháp, làm cuộc sống trong danh lợi, ô nhục mà vô minh vẫn hoàn là vô minh.**

**Ví dụ: Cho thân này là ngã, hoặc cho tâm là ngã hoặc cho thân này là của ta hoặc cho tâm này là của ta hoặc cho các dục là hạnh phúc ưa mến, yêu thích nó; hoặc cho vũ trụ này có thể giới siêu hình, có linh hồn người chết hoặc cho có chư Bồ Tát, Thần, Thánh, ma quỷ v.v...phò hộ và phá phách. Cho thế gian này là thường còn, cho có Đức Phật Di Đà và thế giới Cực Lạc Tây Phương, cho có Phật Thích, Đại Ngã, Tiểu Ngã, Bản Thể Vạn Hữu, Bản Lai Diện Mục, cho có Bồ Tát Quán Thế Âm từ bi cứu độ chúng sanh thoát khỏi khổ nạn, cho có mười vua Diêm Vương, Ngưu Đầu, Mã Diện, quỷ Vô Thường, quỷ La Sát, quỷ Sứ v.v... Những sự hiểu lầm lạc tưởng tri đó gọi là vô minh.**

Thường con người vì hiểu lầm lạc, hiểu không đúng, nên hành động theo sự hiểu biết không đúng đó mà tạo ra biết bao nhiêu thứ đau khổ và lầm than cho đời mình, cho người khác và tất cả chúng sanh.

Vì vô minh (hiểu không đúng) tưởng sắc dục là khả ái, khả lạc là hạnh phúc nên ham mê say đắm, đắm đuối chạy theo quyết tìm cho được và hành động dục lạc đó cho thoả mãn. Do sự hiểu biết lầm lạc đó đi đến hành động thoả mãn dục vọng nhưng nào ngờ chẳng thoả mãn dục vọng đó được mà còn bị đắm nhiễm trở thành một nghiệp lực rất mạnh.

Chính những hành động vô minh tạo ra nghiệp lực thúc đẩy đi đến tái sanh luân hồi. Do nghiệp thiện, ác mới có tái sanh luân hồi, có tái sanh luân hồi mới có thức, do có thức mà mọi người vì vô minh lầm tưởng cho là thần thức, linh hồn. Gần đây vào thế kỷ thứ V Thiên Tông phát triển cho thức này là Phật tánh, nhưng họ khéo lý luận đánh lạc hướng những người còn vô minh, chứ không thể lừa đảo được những đệ tử của Đức Phật.

Từ vô minh hiểu không đúng như thật, đã đưa con người từ lầm lạc này đến lầm lạc khác tạo ra thế giới đầy lòng tham muốn cái này, cái nọ để rồi gặt lấy hậu quả khổ đau vô vàn.

Cho nên đức Phật dạy: vô minh sanh hành, hành sanh thức ... cho đến ưu bi sầu khổ, bệnh, chết đó là một thế giới duyên hợp tạo thành khổ đau, mà con người mấy ai đã biết.

Kẻ nào biết được, dứt hết nguồn mê, buông xuống tất cả, thì ngay liền đó là giải thoát. Phàm, Thánh chỉ có khác nhau là ở chỗ này mà thôi. “Phàm thì ôm đồm chẳng bỏ vật nào cả, Thánh thì buông xuống tất cả không lấy một vật nào”.

Tưởng tri “Vô Minh” thì ôm đồm, chẳng bỏ vật nào cả, vì thế người vọng tưởng Vô Minh thì phải chịu khổ đau vô vàn, ngược lại trí tuệ “Minh” thì buông xuống tất cả, không lấy một vật nào hết, vì thế người có trí tuệ Minh thì tâm hồn thanh thản, an lạc và giải thoát.

Cho nên “Minh” là sự hiểu biết đúng như thật, không mang theo tâm ái dục, hiểu biết không lệch lạc, không chủ quan, đúng như pháp, có khoa học thực tế, cụ thể, rõ ràng, minh chứng và xác thực v.v...

Nhờ sự hiểu biết như vậy mà đã đập tan Mười Hai Nhân Duyên này khiến cho cuộc sống của loài người trên thế gian này được an vui, hạnh phúc.

Người có Minh thấy các pháp đúng như thật nên hành động thân, miệng, ý tạo nhân quả thiện, không làm theo tâm ham muốn ác pháp của mình nên cởi bỏ hoàn toàn sự khổ đau và chấm dứt tái sinh luân hồi.

Người ngộ được 12 Nhân Duyên này là người phải có trí tuệ Minh, cởi bỏ 12 mắt xích sắt này thì được giải thoát hoàn toàn, không còn khổ đau phiền toái. Nhờ trí tuệ Minh vén sạch ngũ triền cái, dứt bỏ thất kiết sử. Người đó gọi là bậc Duyên Giác hay còn gọi là Độc Giác Phật.

Tóm lại, tướng tri Vô Minh sẽ đem đến cho loài người khổ đau, tạo nên một thế giới đầy dẫy bất toại nguyện, còn trí tuệ Minh thì đem lại cho loài người một sự hạnh phúc, an vui, vĩnh viễn.



### TRÍ HỌC GIẢ

*Hỏi: Kính thưa Thầy, có người hiểu biết rất rõ, đâu là Vô Minh, đâu là Minh và họ còn là những người đã từng học hỏi và thông suốt giáo lý của Phật, thế sao họ không vén sạch ngũ triền cái, dứt bỏ thất kiết sử, tâm họ luôn luôn vẫn còn tham danh đắm lợi, xin Thầy dạy cho chúng con rõ.*

**Đáp:** Họ từ Vô minh lầm chấp tướng tri nơi Vô Minh giống như người dốt không có học thức, nên chạy theo học hỏi để thông suốt lời Phật dạy, khi đã thông suốt lời Phật dạy họ đã trở thành chiếc tủ đựng kinh sách, từ đó bản ngã của họ lại to lớn hơn, nên sự vô minh của họ còn vô minh hơn. Có người cho rằng, trình độ học thức trên đại học, là những người có trí tuệ, đối với đạo Phật trình độ học thức này chỉ là một cái bao đựng gạo, chỉ toàn nhai lại vọng tưởng của người khác, chứ không phải như trí tuệ của Phật đã dạy: “*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.*” Đoạn kinh này đã được xác chứng một cách cụ thể *trí tuệ của đạo Phật tương quan giữa sự hiểu biết và đức hạnh rất đặc thù của đạo Phật mà người đời không thể suy nghiệm ra được.* Đó chính là trí tuệ giải thoát hay gọi là tri kiến giải thoát mà đức Phật thường tán thán trí tuệ này.

Cho nên sự học thức của thế gian, không phải là trí tuệ, mà là kiến thức vay mượn, vì thế, có người đỗ bằng tiến sĩ Phật học, tam tạng kinh điển thông suốt, nhưng đối với đạo Phật đó không phải là trí tuệ mà là kiến thức hữu lậu, càng học nhiều, lậu hoặc càng sanh nhiều hơn.

Trí tuệ của đạo Phật được phát triển là ở chỗ biết “xả tâm ly dục ly ác pháp”. chứ không phải chỗ học hỏi nhiều. Vì có xả tâm ly dục ly ác pháp thì giới luật mới thanh tịnh, giới luật có thanh tịnh thì đời sống mới có đạo đức, mà đời sống có đạo đức thì ngay đó là trí tuệ, chứ có học hỏi gì đâu?

Họ đâu biết rằng: Tại sao lại có Vô Minh? Có Vô Minh là vì có “lòng ham muốn”, do ham muốn mà Vô Minh có, nên đức Phật dạy “ly dục ly ác pháp” thì Vô Minh sạch” Vô Minh sạch thì gọi là Minh.

Đức Phật đâu có dạy bảo chúng ta học tập cho thông suốt tam tạng kinh điển hoặc có cấp bằng này, cấp bằng nọ mà gọi là Minh bao giờ? Xưa, ông Bàn Đạc tối tăm dốt nát học không thuộc bốn câu kệ, thế mà Đức Phật dạy ông tu hành chứng quả A La Hán tam tạng kinh điển đều thông suốt, thuyết giảng chẳng thua ai. Đó mới thấy trí tuệ của đạo Phật rất là đặc thù, người nào muốn có được trí tuệ như Phật thì hãy sống ly dục ly ác pháp.

Phật bảo lìa dục lìa ác pháp thì có Minh, người đời hiểu lầm lạc, tưởng là học hỏi cho nhiều có cấp bằng này cấp bằng kia, do đó từ lớp Vô Minh này chồng lên lớp Vô

**Minh khác như trên chúng tôi đã nói. Phần đông đó là các giảng sư của các trường Phật giáo chúng ta hiện giờ.**

Bởi, muốn phá Vô Minh không phải lấy sự học hỏi hiểu biết mà phá được, chỉ có đoạn dứt “*duyên sanh*” tức là lìa dục, sanh còn là dục còn, sanh diệt là dục diệt, dục diệt thì Vô Minh diệt, Vô Minh diệt, tức là Minh sanh. Nên trong kinh Thập Nhị Nhân Duyên Phật dạy: “*Sanh diệt thì Hữu diệt Hữu diệt thì Thủ diệt, Thủ diệt thì Ái diệt, Ái diệt thì Thọ diệt, Thọ diệt thì Xúc diệt, Xúc diệt thì Lục Nhập diệt, Lục Nhập diệt thì Danh Sắc diệt, Danh Sắc diệt thì Thức diệt, Thức diệt thì Hành diệt, Hành diệt thì Vô Minh diệt, Vô Minh diệt thì Minh sanh*”.

Do đó đức Phật ngày xưa dạy người tu cắt ái ly gia, cạo bỏ râu tóc, đắp áo cà sa, sống không gia đình không nhà cửa là vậy. Vì vậy, người nào muốn tu theo đạo Phật để được giải thoát thì phải dứt lìa “*duyên sanh*”.

Dứt duyên sanh, tức là ly gia, cắt ái để trở thành một vị Thánh Nhân thoát tục. Người xưa dứt đời tìm đạo để cầu giải thoát, người nay dứt đời tìm đời qua hình ảnh một lớp áo cà sa của nhà tu để nuôi vợ, nuôi con, nuôi cha, nuôi mẹ, xây mồ mả ông, bà, dòng họ. (hình ảnh một tu sĩ, vị Tỳ kheo để dễ bề tìm danh tìm lợi, lừa đảo tín đồ rất dễ dàng).

Cho nên, theo đạo Phật cái học không phải là Minh, chỉ có sống đúng giới luật hằng ngày tu tập đúng các loại định:

### 1- Định Sáng Suốt

**2- Định Vô Lộ**

**3- Định Chánh Niệm Tĩnh Giác**

**4- Định Niệm Hơi Thở**

Nhờ tu các loại định này thực hiện trên Tứ Chánh Căn, ngăn ngừa và đoạn dứt các ác pháp, khiến cho tâm ly dục, ly ác pháp, do đó giới luật không vi phạm, không bị bẻ vụn, trở thành thân tâm nghiêm trì giới luật.

Giới luật đã nghiêm túc thì thân tâm thanh tịnh, thân tâm thanh tịnh, tức là thiền định, nên Phật dạy ly dục ly ác pháp nhập Sơ Thiên, thân tâm có định thì trí tuệ triển khai, trí tuệ triển khai gọi là Minh.

Người tu theo Phật giáo ngày nay nghĩ tưởng phá Vô Minh bằng Minh, nên ngay từ lúc ban đầu theo Minh đi vào để phá Vô Minh bằng sự học thức hiểu thông tam tạng kinh điển của Phật, đó là một sự hiểu sai lầm rất lớn. Thay vì phá Vô Minh lại chồng lên một lớp kiến chấp học thuật, vì thế bản ngã càng to lớn, chẳng chịu ly dục ly ác pháp, nên tâm không thanh tịnh, do tâm không thanh tịnh, nên không có định, không có định thì Minh chẳng bao giờ có, Minh chẳng có thì lấy gì phá Vô Minh, phá Vô Minh chẳng được nên chồng thêm một lớp Vô Minh nữa. Những người tu sĩ và cư sĩ này giống như một con vẹt học nói tiếng người, chẳng có ích lợi gì cho họ cả.

Theo sự học thức của họ, từ đó họ tu tập thiền định ức chế tâm nên sanh ra nhiều kiến giải, sản xuất ra nhiều pháp môn thiền định, nhưng toàn là thiền ức chế tâm

hoặc sanh ra những pháp môn tha lực chuyên cúng bái, tụng niệm, cầu khẩn, tế lễ, v.v...đưa Phật giáo đến chỗ mê tín, dị đoan, trừu tượng.

Từ chỗ hiểu lầm lạc dùng trí tuệ phàm phu hữu hạn học hỏi cho là Minh để phá Vô Minh. Phá Vô Minh chẳng được lại đưa Phật giáo dần dần đi đến tối tệ hơn mà ngày nay Phật giáo đã biến thành Thần giáo, Hữu Ngã giáo, Huyền Bí giáo v.v...

### TỨ CHÁNH CẦN

**Hỏi:** *Kính thưa Thầy, xin Thầy chỉ dạy Tứ Chánh Cần, các pháp ác chưa sanh không cho sanh, các pháp ác đã sanh phải đoạn diệt, các pháp thiện chưa sanh làm cho sanh, các pháp thiện đã sanh làm cho tăng trưởng.*

*Nếu dựa vào bài kinh này, qua ngôn ngữ nói trên mà không có người triển khai thành pháp hành, để hiểu biết cách thức tu tập theo con đường của đạo Phật, thì khó có ai tu tập được Tứ Chánh Cần.*

*Vậy con xin thưa hỏi Thầy, làm thế nào ngăn chặn và đoạn dứt các pháp ác và làm thế nào các pháp thiện chưa sanh lại sanh và tăng trưởng chúng?*

**Đáp:** Nếu muốn tu tập Tứ Chánh Cần, chúng ta cần phải hiểu pháp thiện và pháp ác như thế nào cho đúng như trong kinh Phật đã dạy?

Pháp ác thì cũng vô lượng mà pháp thiện thì cũng có vô lượng, do số lượng quá nhiều, chúng ta làm sao biết đâu mà tu hành cho đúng pháp thiện và pháp ác?



Muốn biết pháp thiện và pháp ác thì chúng ta phải theo lời Phật dạy trong kinh Thập Thiện. Kinh này dạy rất rõ có 10 pháp thiện và 10 pháp ác. Lấy mười pháp thiện và mười pháp ác này áp dụng vào Tứ Chánh Cần thì mới đúng đường lối tu tập mà đức Phật đã hướng dẫn.

Áp dụng vào Tứ Chánh Cần, trước tiên chúng ta phải hiểu có bao nhiêu pháp thiện và có bao nhiêu pháp ác? Pháp thiện như thế nào? Và pháp ác như thế nào?

Có mười pháp thiện là :

1- Không giết hại chúng sanh, không xúi bả người giết hại, thấy người giết hại không vui theo, thường can ngăn người giết hại chúng sanh.

2- Không gian tham trộm cắp lấy của không cho,... dù cây kim sợi chỉ, vật nhỏ mọn nhất nếu người không cho thì không bao giờ lấy.

3- Không tà dâm, nghĩa là đã nguyện ước sống chung với nhau thì phải giữ đức chung thủy không được bội ước lan chạ với người khác, vì tà dâm là một ác pháp làm đau khổ mình và đau khổ người.

4- Không nói dối, có nghĩa là chuyện có nói có, chuyện không nói không, chứ không lừa đảo, lường gạt người khác bằng miệng lưỡi.

5- Không nói lưỡi hai chiều nghĩa là không nói lật lọng, tức là không nói qua nói lại.

6- Không nói lời thô dẹt nghĩa là đến chỗ này nói xấu chỗ kia, đến chỗ kia nói xấu chỗ này.

7- Không nói lời hung ác nghĩa là không nói lời dữ tợn, không chửi rủa người khác, không nói lời chửi thề, không nói lời tục tĩu.

8- Không ham muốn, nghĩa là không tham muốn những gì mình chưa có, dù mình đã có vật đó cũng không tham muốn.

9- Không sân hận nghĩa là không tức giận, giận hờn ai hết.

10- Không si mê nghĩa là không tham ăn, tham ngủ, không làm khổ mình, khổ người, tránh xa các pháp ác, lìa tất cả lòng tham muốn của mình, luôn luôn sống không làm khổ mình, làm khổ người khác và không làm khổ tất cả chúng sanh.

Ngược lại là 10 pháp ác, bây giờ chúng ta đã rõ 10 pháp thiện và 10 pháp ác, nếu ngăn chặn và đoạn diệt 10 pháp ác được thì ngay đó là sanh khởi và tăng trưởng 10 pháp thiện. Muốn được vậy, chúng ta phải ở trên pháp nào để tu tập cho có kết quả?

Như đức Phật đã dạy: Trên pháp Tứ Niệm Xứ chúng ta quán thân trên thân tu về hành tướng ngoại, tức là tu trong các hành động của thân, (Thân Hành Niệm ngoại). Tu về Thân Hành Niệm ngoại, tức là tu “Chánh Niệm Tỉnh Giác Định”. Đó là một pháp môn ngăn các pháp ác tuyệt vời.

Nếu trên thân quán thân tu về hành tướng nội, thân hành niệm nội, tức là hơi thở. Nếu tu về hơi thở thì coi

chừng chúng ta sẽ bị lầm lạc tu vào những pháp môn của các Tổ như: Sổ Tức Quán, Lục Diệu Pháp Môn v.v.. Đó là những pháp môn hơi thở tu ức chế tâm, còn tu về hơi thở của đạo Phật thì không phải là những pháp môn này. Trong kinh sách Nguyên Thủy gọi pháp môn hơi thở này là “Định Niệm Hơi Thở”, Định Niệm Hơi Thở cũng là một pháp môn ngăn ác diệt ác pháp tuyệt vời.

Hai loại thiền định này là pháp môn ngăn chặn mười pháp ác, nếu hành giả siêng năng, chuyên cần, tinh tấn tu tập thì các pháp ác không xen vào được trong tâm mình. Vì thế tâm không phóng dật, luôn hướng vào trong thân và định vào thân, tâm hồn hành giả lúc nào cũng thanh thản, an lạc và vô sự, cuộc sống trở thành trầm lặng, thánh thiện và độc cư.

Nếu các pháp ác đã sanh làm cho tâm hồn đau khổ, phiền toái, buồn lo, giận hờn v.v.. thì phải mau lo đoạn diệt. Vậy đoạn diệt các pháp ác bằng pháp môn nào?

Nếu muốn đoạn diệt các pháp ác thì phải tu pháp môn “Tứ Niệm Xứ”. Tu pháp môn Tứ Niệm Xứ là phải ở trên thân quán thân tu về nhân tướng, tức là tu về “Định Vô Lậu” quán xét thân, thọ, tâm và các pháp bằng “*luật nhân quả*”; bằng “*Tam pháp ấn*” vô thường, khổ, vô ngã.v... bằng quán Thập Nhị Nhân Duyên; bằng quán Tứ Diệu Đế; bằng quán Thân Ngũ Uẩn không phải là ta, là của ta, là bản ngã của ta và bằng quán thân, thọ, tâm, pháp bất tịnh, hôi thúi, ứ trước, bản thủ v.v...

Nhờ có tu tập như vậy, các pháp ác mới đẩy lui được, mới đoạn dứt được, mới đem lại sự thanh bình cho tâm hồn, mới làm nên một cuộc cách mạng tư tưởng, mới chiến thắng được tâm mình, “*Thắng trăm trận không bằng chiến thắng tâm mình*”. Lời Phật dạy như vậy.

Khi ngăn chặn được các ác pháp thì tâm bây giờ lúc nào cũng ở trong thiện pháp, ở trong thiện pháp, tức là sanh trưởng thiện pháp. Nói cách khác là ngăn chặn ác pháp tức là sanh trưởng thiện pháp. Như kinh Thập Thiện dạy: “*Mười ác pháp không có mặt tức là 10 thiện pháp có mặt*” .

Như vậy, ta chỉ cần ngăn chặn 10 điều ác, tức là ta đã sanh khởi 10 điều thiện, hay nói một cách khác nữa, ngăn chặn 10 điều ác là một tên khác của sự sanh khởi 10 điều thiện.

Đoạn dứt ác pháp, tức là tăng trưởng thiện pháp, nói một cách khác là tăng trưởng thiện pháp là tên khác của sự đoạn dứt ác pháp.

**Tóm lại:** *muốn ngăn chặn ác pháp thì phải tu Định Niệm Hơi Thở và Định Chánh Niệm Tỉnh Giác.*

*Muốn đoạn dứt các ác pháp thì phải tu Định Vô Lậu.* Có tu tập như vậy, thì “Đường Về Xứ Phật” mới xứng đáng là đạo lộ cho những người đệ tử của Đức Phật bước đi. Dù có gian nan, có khó nhọc đến đâu, nhưng tương lai vẫn sáng chói huy hoàng. “Đường Về Xứ Phật” sẽ đưa đường dẫn lối cho quý vị đến nơi đến chốn giải thoát hoàn toàn.



## CHÚNG ĐẮC MỘT ÍT DẠY NGƯỜI ĐƯỢC KHÔNG?

*Hỏi: Kính thưa Thầy, xin Thầy chỉ dạy, người đang tu mới chứng đắc được phần nào đó, mà vội lập đạo tràng để dạy người, thì hậu quả của người tu chưa xong này sẽ dẫn họ tới đâu? Và phần chứng đắc được, liệu có giữ gìn được trọn vẹn hay không?*

*Và những người học theo giáo pháp của người dạy này, liệu có đúng như lời Phật dạy chăng? Tương lai cả những người tu học này có ích lợi gì cho họ?*

**Đáp:** Con đường tu tập theo đạo Phật khó khăn vô vàn, người tu chưa tới đâu hoặc chứng đắc một phần nào trong các pháp hành của đạo Phật mà vội đem ra dạy người, cũng ví như người học nghề thầy thuốc tay nghề chưa rành mà đi ra trị bệnh cho người khác thì chỉ có giết người hơn là cứu người. Cũng giống như người hướng đạo viên không thông đường xá chỉ biết có một ít lại dẫn người vượt suối băng ngàn thì làm sao ra khỏi rừng sâu núi thẳm, chỉ còn chết chung nhau giữa rừng già mà thôi.

Bởi vậy, tu phải đến nơi đến chốn có đủ kinh nghiệm rồi mới hướng dẫn người khác tu. Ở đời người ta xem sự tu hành quá dễ dàng, cho nên dụng dẫu dạy người ta tu đó, đó là dạy tu vào con đường chết, chứ không phải giải thoát.

Tu chưa đến nơi đến chốn, tức là tâm chưa giải thoát hoàn toàn, thì tâm ham muốn và ác pháp còn đầy đầy mà vội ra làm Đạo sư thì danh lợi với sắc dục sẽ cám dỗ và lôi

cuốn đi sâu vào các ác pháp thế gian khiến cho người này giới luật bị bẻ vụn, phạm giới, đức hạnh không có. Bây giờ tâm ly dục ly ác đã mất hết, chỉ còn lại tâm phóng dật chạy theo sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Do thế hình ảnh thì còn là người tu sĩ mà tâm thì phạm phu tục tử, sống bằng những danh từ lừa đảo tén đồ qua sự thuyết kinh giảng đạo từ bài kinh này đến bài kinh khác, pháp hành thì mù mờ loanh quanh không có rõ ràng, chỉ dùng một số ngôn ngữ xảo thuật cho thật kêu để phỉnh gạt người khác dễ dàng.

Những người theo những giảng sư này tu hành, chẳng đi đến đâu giống như con chó gặm xương, bỏ thì tiếc, nhai thì chẳng có gì lợi ích, phí cả cuộc đời, chẳng ích lợi gì cho mình cho người mà còn thêm tổn phước đức về tội vọng ngữ (nói láo ăn tiền).

Đối với đạo Phật, những hạng người không tu mà dạy đạo, chỉ đem ngôn thuyết lừa đảo thiên hạ để mua danh mua lợi, thì tội đọa địa ngục muôn kiếp, chứ làm gì có chứng đắc, nhìn thấy cuộc sống của họ phạm giới luật, phi đạo đức, tức là phi Phạm hạnh, chỉ có ba hoa ngoài đầu môi chót lưỡi. Nếu ai đi tìm cầu sự giải thoát của đạo Phật mà gặp các vị Đạo sư này thì chỉ còn có nước đi chung nhau xuống địa ngục A Tỳ tìm vua Diêm Vương, chứ không tìm giải thoát được.

Ở đây, quý vị đừng hiểu địa ngục A Tỳ là một cảnh giới siêu hình để hành phạt những linh hồn tội lỗi. Địa ngục A Tỳ ở đây có nghĩa là cuộc sống của con người tại thế gian này đang chịu đựng những sự khổ sở tận cùng.

Ví dụ: Bệnh bán thân, nằm, ăn, đại, tiểu tiện một chỗ; bệnh ung thư đau nhức khổ sở; bệnh cùi ngứa, đau nhức và chịu hôi thối; bệnh thần kinh la hét chẳng biết chi hết, vì thế người bị bệnh này bị nhốt như một con thú vật không khác hoặc chúng ta đi vào những bệnh viện thấy những bệnh nhân nằm la liệt đau khổ vô cùng. Đó là địa ngục tại trần gian chứ không phải là sự tưởng tượng địa ngục thế giới siêu hình của con người mà từ lâu người ta đã bị các tôn giáo lừa đảo. Chỉ riêng có đạo Phật chỉ thẳng là không có thế giới siêu hình, sau này Phật Giáo Đại Thừa và Thiền Đông Độ mới xây dựng thế giới siêu hình vĩ đại hơn tất cả các tôn giáo khác.



### CHỈ CẦN CÓ TÂM TÀM QUÝ LÀ TU CHÚNG ĐẠO

*Hỏi: Kink thừa Thầy, thiên sinh đang tu mà phạm nhiều lỗi lầm, phá hạnh độc cư, ăn ngủ phi thời v.v... Nếu biết hối cải với tâm tâm quý. Biết xấu hổ về lỗi lầm của mình, biết sửa đổi tâm tánh thì trên đường tu tập có gì trở ngại và có thể đạt được cứu cánh hay không?*

**Đáp:** Người tu hành có lỗi biết xấu hổ và sợ hãi (tâm quý) thì cố gắng sửa đổi tâm tánh và từ bỏ các ác pháp, hằng ngày luôn giữ gìn không cho tái phạm những lỗi lầm cũ, thì người này sẽ tu hành không có trở ngại gì và kết quả sẽ chứng đắc như những người khác.

Danh từ xấu hổ nghe thì rất dễ, nhưng mấy ai biết xấu hổ khi đã làm những điều sai quấy. Thường người ta làm sai quấy lỗi lầm, nhưng ít có người dám nhận sự sai

quấy, lỗi lầm của mình, cứ mãi cố gắng che đậy và tự bào chữa cho mình là không sai quấy lỗi lầm. Luôn luôn lúc nào cũng đối quanh, đối quất đổ lỗi cho kẻ khác.

Vì không đủ can đảm nhận lỗi những sự sai quấy của mình, cho nên hai chữ xấu hổ chỉ để nói cho vui chơi, chứ không áp dụng vào đời sống của ai được cả, nếu kẻ nào biết áp dụng xấu hổ vào sự lỗi lầm, sai quấy của mình, không sớm thì muộn người ấy sẽ trở thành những bậc Thánh Hiền.

Chỉ có hai chữ “xấu hổ” mà trên đời này ai là người đã thực hiện được xấu hổ để sửa sai những lỗi lầm của mình cũng như hai chữ “độc cư”, mấy ai đã làm được. Nếu trên đời này ai là người biết xấu hổ mà đừng che dấu, biết sửa sai những lỗi lầm của mình thì người đó là người đạo đức trọn vẹn, là người tốt nhất trong xã hội, là người ly dục ly ác pháp, là người dễ thành tựu Sơ Thiên của Phật. Cho nên Đức Phật đã dạy: *“Ta có một pháp đưa con người đến cứu kính giải thoát, đó là pháp Tàm Quý”*.

Trong Phật Pháp khi một người tu hành có làm những điều lỗi lầm mà biết xấu hổ sửa sai là tương lai người ấy sẽ chứng đạo, sẽ trở thành những bậc Thánh nhân.

Bậc Thánh nhân là những người biết xấu hổ, biết sửa sai; biết xấu hổ, biết sửa sai tức là biết độc cư; độc cư tức là sống trầm lặng, sống trầm lặng, tức là cuộc sống Thánh thiện; cuộc sống Thánh thiện là cuộc sống của những bậc Thánh nhân, cho nên người phạm phu tầm



thường không thể nào sống độc cư nổi. Sống không nổi hạnh độc cư thì đừng hòng đi tìm con đường giải thoát của đạo Phật mà có được. Con đường ấy không thể để dành cho những kẻ còn tâm ham vui, ưa thích dục lạc thế gian; con đường ấy không thể để dành cho những kẻ tâm còn ràng rịt bởi những sợi dây tình cảm luyến ái; con đường ấy không thể để dành cho những kẻ thiếu đạo đức, thiếu đức hạnh.



### LỤC CĂN HƯ HOẠI

Hỏi: Kính thưa Thầy, những người bị hư hoại lục căn, nhưng trí tuệ không bị hư hoại có ảnh hưởng gì trong việc tu tập theo đạo Phật không?

Đáp: Xưa, thời đức Phật còn tại thế, người đau bệnh cùi, cụt tay, cụt chân, Đức Phật vẫn nhận họ làm đệ tử tu hành xuất gia và những vị này đã tu hành chứng quả A La Hán. Thời nay các Tổ biên soạn giới luật, người cụt tay, cụt chân, chột mắt, nói chung là lục căn bị hư hoại thì không được thọ đại giới như những người khác, chỉ có cho thọ giới Sa Di mà thôi.

Đạo Phật là đạo trí tuệ, nếu ai có trí tuệ biết giữ gìn giới luật đức hạnh sống đúng đời sống Phạm hạnh như Phật, biết sửa những sự sai quấy lỗi lầm, biết xấu hổ khi phạm phải giới luật, biết ngăn ngừa các việc làm ác, biết ly dục ly ác pháp, biết xả tâm diệt ngã, thì dù cụt tay, cụt chân, chột mắt, đui mù, mẻ sứt, khuyết tật thì cũng vẫn

tu chứng đạo không ảnh hưởng gì trong sự tu tập theo đạo Phật cả.

Đời sau, người ta cho những kẻ thiếu căn là những người phước mỏng không được thọ Đại Giới của Phật giáo, tức là không được có mặt trong hàng giáo phẩm như: Đại Đức, Thượng Tọa, Hòa Thượng v.v...

Trong thời đức Phật, người ta tu hành chỉ cần chứng đạo xong, thì người ấy được gọi là Trưởng Lão, còn người tu chưa chứng dù có tuổi đạo bao nhiêu cũng không được gọi là Trưởng Lão.

Đạo Phật không có giai cấp trong hàng giáo phẩm, chỉ có một giai cấp tu chứng Tam Minh mà thôi. Từ con người phàm phu, bình thường đến tu chứng gọi là Trưởng Lão.

Đạo Phật ra đời nhằm phá giai cấp của loài người trên hành tinh này, để đem lại sự bình đẳng cho mọi người như nhau không phân biệt nam, nữ. Thế mà bây giờ đạo Phật lại có giai cấp trong hàng giáo phẩm để lãnh đạo Giáo Hội, chứ không phải tu hành chứng đắc mà chỉ có học thức và tu lâu năm thì lên chức Thượng Tọa, Hòa Thượng, *nhưng lại có bà Thượng Tọa và bà Hòa Thượng thật là đau lòng cho Phật giáo ngày nay*. Có nhà thơ đã châm biếm tu sĩ Phật giáo “Tu lâu cũng thành sư cụ”. Không thành đạo quả mà lại thành sư cụ, thì thật là xấu hổ vô cùng.

Đức Phật đã nhìn thấy thân người do bốn đại hợp thành, nó dòn bở không bền chắc và bất tịnh, uế trước,

hôi thối, chỉ tạm bợ sống 100 tuổi là cao. Đức Phật ví thân này như chiếc bè mượn nó để sang sông, dù thân người có chặt mắt, cụt tay, cụt chân v.v.. vẫn mượn làm bè sang sông cũng tốt vậy, chỉ sợ người ấy không có trí tuệ thì không tu được, còn có trí tuệ là còn tu được.



### SÁU CĂN QUAY VÀO TRONG

**Hỏi:** *Kính thưa Thầy, có lợi ích gì cho người tu tập, khi mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý quay vào trong thân?*

- *Mắt nhìn vào thân, mắt sẽ thấy những gì trong thân?*
- *Tai nghe vào thân, tai sẽ nghe những gì trong thân?*
- *Mũi quay vào trong thân, mũi sẽ ngửi những gì trong thân?*
- *Miệng quay vào trong thân, miệng sẽ nếm những gì trong thân?*
- *Xúc quay vào trong thân, xúc sẽ cảm nhận những gì trong thân?*
- *Ý quay vào trong thân, ý sẽ biết những gì trong thân?*

**Đáp:** Khi mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý quay vào trong tụ điểm (điểm định) nơi thân của người ấy thì người ấy đã làm chủ sự sống chết, tức là tâm định trên thân, thân định trên tâm, người ấy đã nhập Định Tứ Thiền, đó là một loại Thánh Định, nên hơi thở tịnh chỉ hoàn toàn, các hành nơi thân ngưng hoạt động. Đây là giai đoạn định để thực hiện Tam Minh, một loại định mà trên thế gian này ít có người tu tập thực hiện được. Nó là một kết quả

lợi ích rất lớn cho người tu sĩ đã thực hiện được nó. Người thực hiện sáu căn quay vào trong là người đã làm chủ được sự sống chết và chấm dứt luân hồi, đó là một hạnh phúc lớn nhất cho đời người, không có hạnh phúc nào hơn được.

Ở đây, sáu căn quay vào trong, có hai giai đoạn:

1- Sáu căn quay vào trong thân, lúc tâm không phóng dật, tức là tâm ly dục ly ác pháp, nhập Bất Động Tâm Định hay nhập Sơ Thiên, tức là tâm định trên thân.

2- Sáu căn quay vào trong thân, lúc sáu căn ngưng hoạt động, hơi thở tịnh chỉ, nhập Tứ Thiên, tức là Thân định trên tâm, tâm định trên thân.

Nếu sáu căn quay vào trong thân ở giai đoạn một, thì mắt nhìn vào thân, mắt sẽ thấy: Tâm, Tứ, Hỷ, Lạc và Nhất Tâm.

Tai, mũi, miệng, thân và ý quay vào thân, thì nghe, ngửi, nếm, cảm nhận, biết: Tâm, Tứ, Hỷ, Lạc và Nhất Tâm như trên.

Còn ở giai đoạn thứ hai, sáu căn quay vào thân thì sáu căn thấy, nghe, ngửi, nếm, cảm nhận và biết lặng lẽ không tịch.



## NĂM THEO KIỂU KIẾT TƯỜNG

*Hỏi: Kính thưa Thầy, năm theo kiểu kiết tường giống như đức Phật có lợi ích gì cho người tu tập? Làm thế nào và*

*tu như thế nào để suốt thời gian ngủ không thay đổi tư thế này?*

**Đáp:** Nằm kiết tường theo kiểu như đức Phật Niết Bàn, có lợi ích rất lớn:

1- Ngủ không mê, thường tỉnh thức

2- Ngủ không mộng

3- Tỉnh thức dễ dàng trong giấc ngủ

4- Ngủ ít, không mệt mỏi, lười biếng

5- Nằm ngủ kín đáo có oai nghi tế hạnh, giống như con sư tử nằm, mà đức Phật thường tán thán ca ngợi cách nằm này.

Ngày xưa Phật không ngủ chỉ nằm kiết tường nghỉ ngơi khoảng 30 phút, rồi dậy đi kinh hành.

Người nằm kiết tường ngủ nhiều không đúng cách. Vì kiểu nằm kiết tường là cách nằm tỉnh thức, chứ không phải nằm ngủ như người thế gian. Nếu cố gắng tập luyện sẽ nằm suốt được từ 1 giờ đến 2 giờ rất dễ dàng. Ngồi kiết già 2, 3 giờ đồng hồ còn được hưởng là nằm kiết tường 2, 3 tiếng đồng hồ thì không có khó khăn gì.

Khi tập nằm kiết tường đừng lẫn trở nằm theo kiểu khác, chỉ chịu khó tập nằm từ 30 phút lên 1 giờ rồi đến 2 giờ, 3 giờ thì sẽ đạt được như ý muốn.

Nằm kiết tường, tướng nằm rất kín đáo và khoan thai, không có cách nằm nào hơn được. Nằm giữa, nằm

sấp, nằm co đều là những tướng nằm rất xấu, giống như loài thú vật nằm.

Cho nên, tư cách nằm ngủ của con người phải đúng cách của nó, phần nhiều con người nằm ngủ không đúng cách thì chẳng khác nào như con thú nằm ngủ. Đạo Phật chỉ chọn được cách nằm của bậc Thánh Hiền. Nằm kiết tường, mà đức Phật gọi là dáng nằm của con sư tử.

Giả thiết, có một vị Thánh Hiền mà nằm co ngủ như một con chó, thì chúng ta có tin họ là Thánh Hiền không? Cũng như một vị Thánh Tăng mà nằm sấp ngủ như một con bò, thì chúng ta có thể tin họ là Thánh Tăng không?

Bởi, cách thức nằm ngủ rất quan trọng, thấy cách nằm biết được giá trị của con người đó, thuộc về hạng người nào. Vì thế chúng ta hãy tập cách nằm kiết tường như đức Phật đã chọn và thực hiện suốt cuộc đời của mình trong tư thế nằm ngủ như một con sư tử chúa. Người phàm phu không thể nằm ngủ như con sư tử chúa được.



## NHIẾP PHỤC VÀ PHÁ THỌ

*Hỏi: Kính thưa Thầy, phải tu như thế nào để khắc phục và phá cảm thọ?*

**Đáp:** Muốn nhiếp phục và phá thọ (xả lạc, xả khổ, xả niệm thanh tịnh) thì phải tịnh chỉ hơi thở, trước khi muốn tịnh chỉ hơi thở thì phải tu tập tâm ly dục ly ác pháp, khi tâm đã ly dục ly ác pháp, thì tâm đã thanh tịnh mới dùng

pháp hướng xả lạc, xả khổ, xả niệm thanh tịnh, tức là tịnh chỉ thân hành, nhờ đó sẽ nhiếp phục và phá thọ dễ dàng.

Nói như vậy, nghe thì rất dễ, nhưng phải biết, đó là một công trình tu tập vĩ đại, nếu không biết pháp hành thì khó mà nhiếp phục các thọ.

Một người có tâm tha thiết cầu đạo giải thoát mà không đủ niềm tin ở một vị Thầy có kinh nghiệm, thường có tính ngã mạn xem thường Thầy, không chịu nghe lời dạy bảo, tu hành theo ý của mình thì chẳng đời nào vị Thầy ấy sẽ đem hết kinh nghiệm dạy cho người học trò bướng bỉnh.

Một vị Thầy có kinh nghiệm dạy đạo, không bao giờ dạy bừa bãi, chọn người học trò có đức hạnh, có tình, có nghĩa mới dạy, còn những học trò thiếu đạo đức không tình, không nghĩa thì vị Thầy ấy chỉ dạy những điều tầm thường và không bao giờ đem những bí quyết dạy cho những người đệ tử này. Nếu có dạy cho những người đệ tử vong ân, bội nghĩa này, khi thành tựu họ sẽ hại Thầy và còn mang đến cho xã hội loài người tai nạn rất lớn.

Chính vì tâm tham vọng của họ còn đầy dẫy, nếu họ có thần thông siêu việt thì loài người sẽ điêu đứng, cho nên vị Thầy có kinh nghiệm không bao giờ dạy cho những người đệ tử thiếu đạo đức, thiếu lòng tôn kính Thầy như Tứ Thánh Định và Tam Minh.

Một vị Thầy có đức hạnh, có những bí quyết siêu việt, thì họ luôn luôn dạy đạo đức cho đám đệ tử trước tiên, nếu người học trò nào có đầy đủ đạo đức thì mới

truyền dạy những bí quyết siêu việt, còn bằng không thì chẳng bao giờ hé môi.

Từ khi tu viện Chơn Như tiếp nhận đệ tử hơn cả trăm người nam có, nữ có, thế mà tìm một người có đức hạnh trọn vẹn lại không có, dạy đạo đức thì họ không nghe không thực hành, cứ mãi mê thiền định, trăm người như một. Đời đã thiếu đạo đức mà dạy đạo đức thì họ không học, chỉ đi tìm cái siêu việt của thiền định, nhưng đạo đức không có thì làm sao có được cái siêu việt của thiền định. Tâm con người còn tham vọng quá lớn làm sao theo đạo Phật tu hành cho được. Người ta đâu hiểu rằng đạo Phật ra đời là đem lại một nền đạo đức giải thoát cho con người, chứ không phải đem lại cái siêu việt thiền định cho họ. Vì thế họ đi tìm cái siêu việt chẳng bao giờ có, khi họ là người không có đạo đức. Nhưng khi con người có đạo đức thì cái siêu việt thiền định của đạo Phật mới có, dù họ không muốn, nó vẫn có. Vì thế giáo pháp của Phật lấy đức hạnh làm đầu “Giới luật”. Giới tức là đức hạnh của đạo Phật, thế mà tu sĩ đạo Phật thời nay xem giới luật quá rẻ, nên đạo đức chẳng ra gì.

Con người thời nay tu hành chỉ đi tìm cái mơ mộng không thiết thực, còn cái tu hành có đạo đức, ích lợi và thiết thực cho đời sống của mình và đời sống của người khác thì họ chẳng thèm tu.

Con người nhờ có tu hành đạo đức nhân quả thì mới có những hành động sống giải thoát, không còn khổ đau nữa, chứ không phải đạt được những thiền định và những thần thông siêu việt hoặc cầu cạnh Thần, Thánh, chư



Phật, Chư Bồ Tát để gia hộ cho họ hết khổ, đó là một điều mơ mộng không thiết thực, cụ thể. Cho nên hiện giờ người tu hành không giải thoát là vì tu không đúng chánh pháp “Giới, Định, Tuệ”.



### NHÂN TƯỚNG NỘI CỦA TÂM

*Hỏi: Kính thưa Thầy, thế nào là nhân tướng nội của tâm? Ngoại của tâm? Hành tướng của tâm?*

**Đáp:** Nhân tướng nội của tâm là những niệm vi tế. Nhân tướng ngoại của tâm là những niệm thô phù. Hành tướng của tâm là sự đối phó với các pháp trong hiện tại, câu hữu với tướng về quá khứ và vị lai. Nếu trả lời đơn giản như vậy thì các con rất khó hiểu.

Nhân tướng nội của tâm là những niệm vi tế như thế nào?

Bây giờ, chúng ta giải thích từng chữ, nhân tướng nội của tâm là gì? Nhân tướng nội của tâm là những hình tướng của tâm khởi hiện bên trong thân.

Niệm vi tế là gì? Niệm vi tế là những niệm khởi lên trong đầu chúng ta, phản ảnh được tâm trạng của chúng ta trong cuộc sống sinh hoạt hằng ngày, thể hiện trong hai thời gian: quá khứ và vị lai. Mỗi niệm khởi lên mang theo tính chất thiện hoặc ác. Thiền Đông Độ gọi là niệm thiện, niệm ác, kinh sách phát triển gọi là vọng tưởng, kinh sách Nguyên Thủy gọi là nhân tướng nội của tâm, còn có một danh từ nữa gọi là “Tâm”. Nói cho dễ hiểu đó

là những vọng tưởng sanh khởi liên tục trong tâm của chúng ta.

Nhân tướng ngoại của tâm là gì? Là những tướng trạng khởi lên trong đầu chúng ta đang giải quyết một vấn đề gì trong hiện tại. Kinh sách phát triển gọi là vọng tưởng, Thiên Đông Độ gọi là niệm thiện niệm ác, kinh sách Nguyên Thủy gọi là nhân tướng ngoại của tâm hay còn gọi là tác ý hoặc gọi là “Tứ”.

Hành tướng của tâm là gì?

Hành tướng của tâm có hai sự hoạt động trong thân chúng ta:

1- Là sự tự sanh khởi của tướng thức, không do ý thức tác ý.

2- Là sự tác ý, do ý thức chủ động điều khiển quán xét, tư duy, không do tướng thức xen vào.

Kinh sách phát triển, khi tu thiền thì không chấp nhận hai trường hợp trên đây, vì thế họ đi vào sự ức chế tâm để thực hiện các loại định tưởng. Ngược lại thiền định của kinh sách Nguyên Thủy Phật dạy; “*Ngăn và diệt niệm ác, sanh khởi và tăng trưởng niệm thiện*” và còn luyện tập pháp “*như lý tác ý*” để trở thành một đạo lực siêu việt làm chủ sự sống chết và chấm dứt luân hồi.

Đức Phật đã biết dùng pháp hướng tâm “*Như lý tác ý*” rất là tuyệt vời, nhờ pháp đó mà Ngài mới làm chủ bốn sự khổ đau của kiếp con người. Trên thế gian này

Ngài là người duy nhất làm chủ bốn sự đau khổ sanh, già, bệnh, chết qua bốn câu kệ của Ngài đã xác minh cụ thể:

“Thiên thượng thiên hạ,

Duy ngã độc tôn.

Nhất thiết thế gian,

Sanh, lão, bệnh, tử” .

Tóm lại Đức Phật đã biết dùng vọng tưởng và tác ý để xả tâm ly dục ly ác pháp, để thành tựu đạo giải thoát, để ra khỏi nhà sanh tử luân hồi, để đầy đủ Tam Minh trở thành người siêu việt và nhất là đức Phật đã trở thành một nhà đạo đức nhân bản không làm khổ mình khổ người, phi giai cấp.



### NGĂN ÁC DIỆT ÁC

*Hỏi: Kính thưa Thầy, phải tu như thế nào để phá cái tâm bất thiện và khắc phục được nó?*

**Đáp:** Đừng để thất niệm thiện trong Định Niệm Hơi Thở và Chánh Niệm Tỉnh Giác là đã phá cái tâm bất thiện, còn nếu muốn khắc phục tâm bất thiện thì nên tu Định Vô Lậu. Nói một cách dễ hiểu hơn, muốn phá cái tâm bất thiện thì phải tu tập Tứ Chánh Cần, ngăn ác pháp, diệt ác pháp, sanh khởi thiện pháp và tăng trưởng thiện pháp. Đó là con đường tu tập thiền định của đạo Phật chân chánh, mà không giống bất cứ một loại thiền định nào của ngoại đạo trên thế gian này.

Con đường tu tập thiền định của đạo Phật không phải ngồi thiền ức chế vọng tưởng, cũng không phải giữ tâm không niệm thiện niệm ác; cũng không phải niệm Phật mà thành định; cũng không phải tham công án, tham thoại đầu mà có định; cũng không phải bắt ấn niệm chú mà thành định. Định là do tâm bất động trước các pháp, muốn có định tâm bất động trước các pháp thì chỉ có tu “Tứ Chánh Cần”, tức là pháp môn ngăn ác diệt ác pháp. Muốn thực hiện Tứ Chánh Cần được trọn vẹn thì phải tu tập “Tứ Niệm Xứ”, muốn thực hiện Tứ Niệm Xứ để khắc phục tâm tham ưu ở đời, thì suốt ngày đêm phải thực hiện ba loại định:

- 1- Chánh Niệm Tỉnh Giác Định.
- 2- Định Niệm Hơi Thở.
- 3- Định Vô Lậu.

Ba loại định này sẽ thực hiện công chung với đời sống giới luật nghiêm túc và hạnh độc cư thì quý vị sẽ đạt được tâm bất động trước các ác pháp, tức là quý vị nhập “Bất Động Tâm Định”.

Bất động tâm định là một loại thiền định rất cần thiết và lợi ích cho cuộc sống con người trên hành tinh này, nó có một sức tỉnh thức tuyệt vời nhìn thấu suốt lý nhân quả trong các pháp, nên người nào đã thực hiện được, đều có một đạo đức nhân bản không làm khổ mình khổ người. Nhưng muốn có một đạo đức như vậy thì cần phải trau dồi rèn luyện thân tâm trong giới luật và Tứ Chánh Cần, không phải trong một giờ, một ngày mà có được, mà phải có thời gian rất dài.

Tóm lại, *Bất động tâm định* là một pháp môn thiền định kết quả của sự ngăn ác và diệt ác pháp rất tuyệt vời mà không có một pháp môn nào hơn được. Đó chính là mục đích của đạo Phật, là mục tiêu mà người tu sĩ đạo Phật cần phải nhắm đến.



### NHÂN TƯỚNG

*Hỏi: Kính thưa Thầy, thế nào là nhân tướng nội, nhân tướng ngoại và hành tướng của các pháp?*

*Phải tu như thế nào để khắc phục và phá các pháp bất thiện?*

**Đáp:** Nhân tướng nội của các pháp là hình trạng và tính chất bên trong của các pháp. Trả lời như vậy khiến cho quý vị khó hiểu. Vậy nhân tướng là gì? Nội là gì? Ngoại là gì? Và các Pháp là gì?

Nhân tướng là hình tướng của nó, ví dụ: Cây có hình tướng của cây, cỏ có hình tướng của cỏ. Hình tướng của cây không thể nào giống hình tướng cỏ; hình tướng của cái nhà không thể nào giống hình tướng của cái bàn được.

Nội là bên trong; ngoại là bên ngoài. Ví dụ: Bên trong của một thân cây là dác và lõi; bên ngoài của thân cây là vỏ.

Các pháp nghĩa là tất cả vạn hữu trên thế gian này có hình tướng hoặc không hình tướng, nói cho dễ hiểu là vạn vật trong thế gian. Ví dụ: thân ta là một pháp, cái

nhà là một pháp, bàn, ghế, tủ, giường, cây, cỏ, rừng, núi, sông, rạch v.v... mỗi thứ là một pháp.

Mỗi pháp đều có hình tướng và tính chất riêng của nó. Ví dụ: cây có hình trụ thẳng đứng, cao, tính chất của nó cứng. Cỏ có hình tướng thấp, ngã nghiêng, tính chất nó mềm yếu v.v...

Nhân tướng nội của bên trong thân là: tim, gan, phèo, phổi, mật, lá lách v.v...

Nhân tướng ngoại của thân là: da, lông, tóc, móng tay, móng chân v.v...

Hành tướng của các pháp là sự rung động của các pháp.

Muốn khắc phục và phá các pháp bất thiện thì phải tu tập tâm bất động trước các pháp như Thầy đã dạy ở trên.

Tuy nhiên, Thầy đã dạy quý Thầy rất nhiều về pháp môn ngăn ác và diệt ác rất đầy đủ, nếu quý Thầy chỉ cần hiểu rõ sự ích lợi của nó thì các ác pháp không xâm chiếm vào tâm của quý vị được, ngay đó quý vị có một đời sống giải thoát hoàn toàn, đầy đủ hạnh phúc, an vui mà không tìm nơi đâu có được.

Nếu quý Thầy biết rằng, thiền định mà có được là do tâm bất động, chứ không phải do có thiền định rồi tâm mới bất động sau. Tâm bất động là nhờ giới luật chứ không phải nhờ thiền định.

Bởi, nhìn sự tu hành của quý Thầy mà biết được sự tu sai hay tu đúng, có kết quả hay không có kết quả, có giải thoát hay không có giải thoát. Chỉ vì pháp môn tu hành của Phật dạy rất rõ, phải tu tập đạo đức trước tiên, nhờ có đạo đức, thiên định mới không lầm lạc vào tà thiên, tà định.

Người tu thiên định, sống không đúng giới luật, không có đạo đức là người tu tà thiên, tà định, chẳng bao giờ có kết quả giải thoát, họ chỉ là những vị Thầy lừa đảo tìn đồ bằng miệng lưỡi.



## ĐẶC TƯỚNG

*Hỏi: Kính thưa Thầy, thế nào là đặc tướng của thân, thọ, tâm, pháp? và pháp tu chúng như thế nào đối với thân, thọ, tâm, pháp?*

**Đáp:** Đặc tướng là tướng riêng biệt của thân, thọ, tâm, pháp của mọi người.

Người tu theo đạo Phật phải tùy theo đặc tướng của mình, thì sự tu tập mới có kết quả nhanh chóng, không theo đặc tướng của mình tu tập thì kết quả khó thành tựu.

Đặc tướng còn gọi là khả năng riêng biệt của mọi người, không phải trời phú cho, mà do họ khéo huân tập trong nhiều kiếp.

Ví dụ: Một người nghe đức Phật thuyết pháp xong thì chứng quả Tu Đà Hoàn, có đầy đủ pháp nhãn, nhưng

lại có người cũng nghe thuyết pháp xong mà tật nào vẫn còn tật nấy, không bỏ được.

Cuộc đời hành đạo của Thầy, Thầy đã đem chánh pháp của Phật ra nói khan cả cổ, chỉ có một pháp duy nhất là nhìn cuộc sống bằng đôi mắt nhân quả để tâm lý dục ly ác pháp là đem lại sự giải thoát cho mình cho người. Một cuộc sống hạnh phúc vô cùng vô tận, thế mà mọi người ai cũng nghe và cũng thấy biết rõ ràng như vậy, nhưng bỏ ác pháp và ly dục thì chẳng ai bỏ được, cứ mãi ôm ấp trong lòng để mà khổ, mà đau, mà phiền não, mà tức giận v.v...Nhiều khi Thầy tự đặt câu hỏi: “Tại sao vậy? Tại sao vậy ???

Đấy cũng là đặc tướng của mỗi con người chúng ta biết làm sao hơn! Khi tu hành Thầy chỉ nhận ra ý này của Phật mà buông xả xuống hết chỉ trong vòng sáu tháng là thành tựu Tứ Thánh Định và Tam Minh một cách cụ thể và rõ ràng, thế mà chẳng ai tin.

Nếu một người không thành tựu được như vậy thì đời sống giới luật không bao giờ nghiêm túc và không bao giờ bất động tâm trước các pháp.

Người ta đánh giá trị của một tu sĩ ở đức hạnh, chứ không phải đánh giá trị ở thần thông và thiền định. *Đức hạnh sanh thiên định và thần thông, chứ thiên định và thần thông không sanh đức hạnh*, nói cách khác cho đúng như lời đức Phật đã dạy: “Giới sanh Định, Định sanh Tuệ”, chứ đâu có Tuệ sanh Định, Định sanh Giới.



Đặc tướng tốt hay xấu đều do nhân quả huân tập nhiều đời nhiều kiếp mà thành, chứ không phải huân tập trong một sớm một chiều mà có được. Cho nên, người có tài ba lỗi lạc là do sự huân tập nhiều đời nhiều kiếp, cũng như người tu nhanh chậm. Nếu chúng ta nói rằng mình tu chậm thì bỏ cuộc tu, tức là không huân tu nữa thì như vậy đặc tướng của chúng ta sẽ xấu và cuộc đời sẽ trôi lăn trong sáu nẻo luân hồi chịu khổ đau mãi mãi. *Người ta tu nhanh là nhờ người ta tu nhiều kiếp rồi, còn mình tu chậm là do mình mới tu trong kiếp này mà thôi. Chính đó là đặc tướng của mỗi người. Vì thế càng tu chậm lại càng tu tập nhiều hơn; càng tu chậm lại càng tu tập kỹ hơn.*



### THỌ HÀNH

***Hỏi:** Kính thưa Thầy, trong quá trình tu tập bị thọ hành quá nhiều thì dùng pháp gì để đoạn diệt nó? Có ai trong quá trình tu tập mà không bị thọ hành không?*

***Đáp:** Gặp thọ hành phải giữ độc cư trọn vẹn, phải gan dạ đừng sợ hãi, phải đầy đủ nghị lực dũng cảm và dùng pháp hướng tâm để đẩy lui các cảm thọ đó, trong quá trình tu tập mọi người ai cũng gặp thọ hành nhưng tùy nghiệp nặng nhẹ mà thôi.*

*Thọ hành, phần nhiều là do tu tập sai mà thành bệnh, vì thế khi bị thọ hành thì chúng ta phải quán xét lại sự tu tập của mình xem coi tu sai chỗ nào, để rồi chỉnh lại.*

Quý Thầy nên lưu ý, khi đức Phật đã dạy tu hành thì Ngài đã nhắc nhở chúng ta: “*Pháp của ta, đến để mà thấy,*

*không có thời gian”*. Do lời dạy này khi tu tập bị thọ hành là chúng ta biết đã tu sai, phải mau mau sửa lại. Khi tu tập cảm giác thấy toàn thân thoái mái dễ chịu, cảm giác toàn tâm an lạc, thanh thản, vô sự thì đó là tu đúng còn ngược lại là tu sai.

Pháp Phật tu hành rất dễ nhận xét sai đúng, như pháp xả tâm, Tứ Chánh Cần ly dục ly ác pháp, khi tiếp duyên ra gặp đối tượng mà tâm sanh sân hận, tức giận, phiền não, dữ tợn thì đó là ức chế tâm không phải xả tâm, nếu có sự giảm bớt sân hận trong lòng là có ức chế và có xả tâm, nếu hoàn toàn gặp đối tượng mà tâm vẫn thản nhiên, thanh thản, an lạc, không có một chút phiền não nào thì đó là xả tâm sạch.

*Người xả tâm sạch ác pháp là người giải thoát; là người đi trong đạo lộ của Phật; là người có chánh định, tâm hồn đang ở trong thiền thứ nhất; là người sẽ có đầy đủ Tam Minh, Lục Thông; là người đã làm chủ sanh tử luân hồi, chấm dứt sự tái sanh, làm chủ hoàn toàn cuộc sống. Đó là làm một cuộc cách mạng đòi lại quyền làm chủ sự sống chết của kiếp con người. ♦♦♦♦♦*

### TỆ NẠN MÊ TÍN

*Hỏi: Kính thưa Thầy, ở nước ta (VN) hiện nay tệ nạn mê tín, dị đoan như cầu siêu, cầu an, xin xăm, bói quẻ, xem ngày giờ tốt xấu, cúng sao, giải hạn, lên đồng, nhập xác... đang là hiểm họa, tệ nạn xã hội là một gánh nặng của con người. Kính thưa Thầy, để đẩy lùi những tệ nạn này ra khỏi*

*loài người và làm cho cuộc sống tốt đẹp hơn, chúng con cần phải làm những gì?*

**Đáp:** Muốn đẩy lùi tệ nạn mê tín dị đoan thì người cư sĩ đệ tử của đức Phật phải sáng suốt nhận định và thông suốt những gì mà đức Phật đã dạy, đừng quá vội tin vào những người khác, hãy nghe nói Phật thuyết là bất cứ cái gì cũng vội vàng tin ngay liền, tin như vậy là tin mù quáng dễ bị kẻ khác lừa đảo, đó là một bằng chứng thật sự hiện giờ các tệ nạn mê tín xảy ra chung quanh trong các ngôi chùa là do Phật tử quá tin theo các Thầy Tổ của mình, Thầy Tổ của mình đang chịu ảnh hưởng của tà giáo ngoại đạo đã biến mình thành những người đang đối trá, mượn sắc áo của Phật giáo để kinh doanh tôn giáo làm giàu trên mồ hôi nước mắt của tín đồ.

Bởi vậy, người tín đồ Phật giáo phải tin vào đạo đức nhân quả làm người, không làm khổ mình khổ người, là một điều lợi ích rất lớn, hãy dẹp bỏ lòng tham vọng, ích kỷ nhỏ mọn của mình, những mơ ước thiếu thực tế, hãy tự lực sống đúng đạo đức nhân quả là đã thấy hạnh phúc ngay liền, dẹp bỏ những sự cầu cạnh tha lực nương tựa vào thần quyền, đó là những hy vọng mơ tưởng hảo huyền, đừng tin và làm theo những điều phi đạo đức nhân quả mà trong thế giới siêu hình tưởng thường bày vẽ ra thì tệ nạn mê tín trong xã hội sẽ được đẩy lùi ngay tức khắc.

Giáo lý của đạo Phật có những tiêu chuẩn đã được xác định:

- 1- Đạo đức nhân bản.
- 2- Không có thế giới siêu hình.
- 3- Người chết năm uẩn tan hoại tất cả chỉ còn lại nghiệp lực thiện ác (nhân quả) tiếp tục tái sanh.
- 4- Pháp môn tu tập của đạo Phật duy nhất chỉ có GIỚI, ĐỊNH, TUỆ.
- 5- Ngoài giới, định, tuệ thì không phải giáo pháp của đức Phật nữa.
- 6- Giới định tuệ là chỉ cho một tâm duy nhất của ba trạng thái kết hợp tạo thành một nguồn sống giải thoát chứ không phải ba pháp.
- 7- Giới là đạo đức nhân bản nhân quả.
- 8- Định là tỉnh giác.
- 9- Tuệ là sự hiểu biết.

Ba vấn đề này gom chung vào một tâm, nếu tâm có hiểu biết tỉnh giác trong đạo đức nhân bản nhân quả thì tâm liền có giải thoát.

Đó là một vấn đề (giới, định, tuệ) duy nhất của đạo Phật giúp cho con người vượt qua khổ đau của kiếp làm người, ngoài vấn đề này thì không có giáo pháp nào của đức Phật dạy cầu tha lực cả. Nếu có giáo pháp cầu tha lực là giáo pháp của ngoại đạo, đó là một sự xác định nghiêm túc của đạo Phật.

**Đạo Phật cấm kỵ nhất là thần thông và thế giới siêu hình, thần thông đạo Phật cho là huyền hóa, thế giới siêu hình đạo Phật cho là thế giới ảo tưởng.**

Thần thông và thế giới siêu hình là hai phương tiện dùng để lừa đảo gây sự mê tín dị đoan trong lòng người, khiến cho người ta đi vào tội lỗi. Bởi vậy những người hiểu biết cần phải triệt tiêu và quét sạch nó trên hành tinh này.

Người ta gán cho đạo Phật có nhiều pháp môn từ thấp đến cao để tùy theo căn cơ của mỗi chúng sanh mà tu tập, đó là lối biện luận lừa đảo những người mạo danh Phật giáo.

Ngoài Bát Chánh Đạo để thực hiện giới, định, tuệ thì không còn pháp môn nào được gọi là của đạo Phật nữa, đừng đem những tà pháp mê tín dị đoan mà gán cho đạo Phật, đó là một việc làm tội lỗi đối với con người trên hành tinh này.

Khi quý vị đã rõ thấu giáo pháp của đức Phật là giới, định, tuệ thì bất cứ một ngôi chùa nào mà dạy khác pháp môn giới, định, tuệ thì quý vị không chấp nhận, không nghe theo, không cúng dường, không đến chùa đó, không thọ nhận hoặc tu tập theo giáo pháp ngoại lai đó.

Từ khi đức Phật tịch, giáo đoàn Phật giáo bị phân hóa chia thành nhiều bộ phái do những vị tu sĩ lãnh đạo tham danh đắm lợi đã nở tâm giết Phật giáo chết, từ đó các Ngài đưa vào những giáo pháp của ngoại đạo để lừa đảo tín đồ Phật giáo. Do đó mới có những kinh sách dạy

cầu siêu, cầu an, xin xăm, bói quẻ, xem ngày giờ tốt xấu, cúng sao, giải hạn, lên đồng, nhập xác... làm đủ mọi điều mê tín dị đoan, nó được xem là một hiểm họa rất lớn, một tệ nạn xã hội. Các chùa đang hành những nghề này là đã tạo một gánh nặng cho xã hội loài người.

Muốn đẩy lùi những tệ nạn này, thì trong các chùa quý Thầy trụ trì phải đình chỉ ngay liền những nghề lừa đảo, phi đạo đức này thì tệ nạn mê tín, dị đoan sẽ được chấm dứt. Đó là dứt trừ tận gốc phát sanh ra nó.

Muốn đẩy lùi tệ nạn này thì quý vị cư sĩ không nên tin và không làm theo những giáo pháp mê tín, phi đạo đức này, bằng cách không đến những ngôi chùa có hành nghề như vậy và cũng không cúng dường cho các vị Tăng ở đây. Có như vậy mới có thể đẩy lùi và dẹp sạch những tà giáo phi nhân quả này thì loài người mới thoát khỏi gánh nặng khổ đau này.



## LÀM LỄ QUY Y CHO NGƯỜI CHẾT

*Hỏi: Kính thưa Thầy! Trong kinh Thập Nhị Nhân Duyên, Đức Phật đã xác định rõ ràng không có thế giới siêu hình, tức là không có linh hồn, thần thức,... sau khi chết. Vậy mà tại sao chúng con thấy quý Thầy, quý Cô và quý cư sĩ Phật giáo lại dựa dẫm mà cho rằng có thế giới siêu hình? Bằng chứng quý Thầy, quý Cô và quý cư sĩ đứng ra bày vẽ tổ chức lo toan đám ma, cúng vong, tiền linh, chẩn tế cô hồn giải oan bạt độ, thậm chí còn có rất nhiều quý Thầy ngang nhiên ngồi trên pháp tòa để thuyết pháp giảng đạo làm lễ*

*quy y Tam Bảo và thọ ngũ giới cho những vong linh. Những việc làm của quý Thầy, quý Cô và quý cư sĩ đã đi ngược lại lời dạy chân thật của đức Phật và làm lệch lạc đường đi chân chánh của đạo Phật, khiến cho mọi người có hiểu biết sẽ nghi ngờ Phật giáo. Xin Thầy chỉ dạy cho chúng con được rõ và khiến cho mọi người không còn nghi ngờ Phật giáo nữa.*

**Đáp:** Người ta không rõ mục đích quy y Tam Bảo và thọ ngũ giới là gì? Cho nên mới dám làm những điều mê tín lừa đảo con cháu người đã chết. Quy y Tam Bảo và thọ ngũ giới cho người đã chết là để lấy lòng Phật tử trong khi người Phật tử đang đau khổ vì mất mát những người thân thương, họ không còn sáng suốt nhận định, nên hễ quý Thầy bày vẽ làm điều gì thì cứ làm ngay liền để mãn nguyện lòng thương yêu của mình đối với những người thân.

*Mục đích quy y Tam Bảo và thọ ngũ giới là để sống và thực hiện một đời sống đạo đức làm người không làm khổ mình khổ người, sống trong thiện pháp, sống biết tha thứ và thương yêu mọi người, mọi loài. Chứ không phải quy y Tam Bảo là để được làm đệ tử của Phật, để ở cõi Diêm Đình vua Diêm Vương nể mặt, quý sứ, ngục tốt Ngư Đầu, Mã Diện không dám hành hạ. Hiểu như vậy là mê tín là sai không đúng chánh tri kiến của đạo Phật. Còn nếu bảo rằng quy y Tam Bảo là để gieo duyên với Phật pháp thì lại còn sai hơn nữa, khi cha mẹ còn sống không bằng lòng thọ Tam Quy Ngũ Giới đến khi chết con cháu nhờ Sư, Thầy làm lễ Quy Y Tam Bảo thì vấn đề này không phải*

tự tâm nguyện của ông bà mà là một sự ép buộc của con cháu, như vậy thử hỏi làm sao có sự gieo duyên họ được, khi mà tâm không thành, ý không muốn.

Các Sư Thầy ngang nhiên ngồi lên pháp tòa thuyết pháp giảng đạo hoặc làm lễ quy y Tam Bảo cho những vong linh này là một việc làm mê tín, vô minh không thông hiểu đạo Phật, làm một điều phi Phật giáo, vì Phật giáo là một tôn giáo tự lực cánh sinh, chứ không nhờ vào tha lực nào cả mà phải tự mình khi còn sống có một sự thành tâm ước muốn để trở thành một con người có đạo đức làm người, không làm khổ mình khổ người, để trở thành một con người sống toàn thiện và để trở thành một con người sống với một tâm hồn thanh thản, an lạc, bất động trước các pháp. Và có sự ước muốn như vậy thì quy y Tam Bảo và thọ ngũ giới mới có giá trị và ý nghĩa đúng nghĩa chân chánh của đạo Phật. Còn ngược lại là không có ý nghĩa tự lực, trên con đường cầu đạo giải thoát thì không có một người nào đi thay thế cho ai được mà phải chính nơi người đó, vì thế quy y cho người đã chết là một việc làm sai, gây mê tín, dị đoan, lạc hậu trong đạo Phật, đó là một việc làm tội lỗi.

Đạo Phật không chấp nhận sự thường hằng của linh hồn, thế mà Sư, Thầy lên pháp tòa thuyết pháp, quy y Tam Bảo và truyền ngũ giới cho vong linh thì đó là một việc làm của ngoại đạo lừa đảo lòng hiếu hạnh và tình thương yêu của tín đồ Phật giáo đối với người quá cố. Việc làm này chẳng có ích lợi gì cho người chết mà còn khiến cho tín đồ hao tiền tốn bạc một cách si mê.



Khi cha mẹ hay những người thân thương qua đời, lòng thương yêu của chúng ta đối với những người này, chỉ có một cách duy nhất là làm ích lợi cho người chết, cũng như giúp cho họ gieo duyên với Phật pháp thì chỉ có việc ấn tống kinh sách dạy về đạo đức làm người không làm khổ mình khổ người. Nhờ có kinh sách này mà người sống có lợi ích rất lớn thì người chết cũng có lợi ích rất lớn. Tại sao vậy?

*Tại vì người chết nghiệp lực sẽ tiếp tục đi tái sanh luân hồi ngay liền sau khi chết và đã trở thành một người mới, có nghĩa là chết đây sanh kia cũng giống như cây đuốc, cây đuốc này vừa tắt thì cây đuốc kia cháy sáng ngay liền để giữ ánh sáng liên tục không bị gián đoạn. Luật nhân quả cũng vậy thân này mất thì có thân khác ngay liền để giữ đạo luật nhân quả không bị gián đoạn.*

Vì thế, kinh sách đạo đức làm người không làm khổ mình khổ người được ấn tống và được phổ biến khắp cùng thì mọi người, ai cũng đều được đọc kinh sách này giúp cho họ có một đời sống đạo đức toàn thiện, một đời sống giải thoát an lạc. Đó là sự ấn tống kinh sách đạo đức nhân quả là gieo duyên quy y Tam Bảo và thọ ngũ giới cho những người thân thương đã quá cố. Đó là sự báo hiếu rất lớn của chúng ta khi cha mẹ đã qua đời, những việc làm này đem đến lợi ích ngay liền là những người chung quanh chúng ta đang sống họ trở thành những người sống có đạo đức làm người, biết mang lại sự không đau khổ cho nhau, đó là chân hạnh phúc của loài người thiết thực và cụ thể hơn.



## TU SAI HAY ĐÚNG

**Hỏi:** *Kính thưa Thầy! Cứ theo lời Thầy dạy con tu như vậy, thời gian sau Thầy bảo rằng con tu sai, thì con cũng hơi buồn.*

**Đáp:** Đúng lời Thầy dạy thì các con chỉ tu đúng được phân nửa, còn một phân nửa thì tu chưa đúng.

Thầy bảo các con ăn ngủ và độc cư cho nghiêm chỉnh thì các con lại không sống đúng. Ăn ngủ thì còn tạm được, độc cư thì không trọn, cứ phóng tâm hết chuyện này đến chuyện khác. Từ khi về tu viện đến giờ các con không sống độc cư, tự để tâm phóng dật hội họp nhau nói chuyện mà bảo rằng tu đúng, thì đúng chỗ nào?

**Người mà không phòng hộ sáu căn, không chấp nhận sống độc cư thì dù có tu ngàn kiếp cũng chẳng đi đến đâu được, chỉ hoài công vô ích mà thôi.**

Dạy xả tâm ly dục, ly ác pháp, thì các con lại ngồi thiền nhiều để ức chế tâm. Như vậy có tu theo đúng lời Thầy dạy không?

Thiện hữu tri thức nhắc nhở cho mình tu tập, thì lại hờn giận, oán trách, nói xấu. khiến cho Thầy không muốn dạy ai cả.

Vậy có thể buồn Thầy hay buồn chính bản thân con, không hành đúng theo lời dạy của Thầy? *Đáng trách nơi con hay là Thầy?* Các con tu tập không thấy trách nhiệm bốn và phận của mình, khi quyết tâm tu tập mục đích

chính là phải đạt được tâm bất động trước các pháp và các cảm thọ; là làm chủ sinh, già, bệnh, chết và chấm dứt tái sinh luân hồi.



### Ý THỨC PHÂN BIỆT VÀ TỈNH GIÁC

*Hỏi: Kính thưa Thầy! Ý căn tức là não bộ cộng với thức điều khiển mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý sanh ra phân biệt mới có dục, do dục mới có tham, sân, si, phiền não.*

*Tỉnh giác là đang sống với thức hay là trí. Tỉnh giác trong mọi hành động, việc làm. Có phải đó là ý thức hay tri thức.*

*Con chưa rõ cái nào là thức, cái nào là trí, kính mong Thầy chỉ dạy cho con hiểu?*

**Đáp:** “Ý căn” tức là não bộ. Não bộ hoạt động tức là “ý thức”. Ý thức là một trong sáu thức: nhãn thức, Nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức. Thân tứ đại hoạt động nhờ sáu thức này nên gọi là “sắc thức”.

“Sáu căn” tiếp xúc “sáu trần” sanh ra “sáu thức”, sáu thức dính mắc sáu trần sanh ra dục, từ dục sanh ra các ác pháp (tham, sân, si) do nguyên nhân này tạo (tập hợp) ra muôn thứ khổ.

Tỉnh giác, tức là ý thức không bị tưởng xen vào, chứ không phải tỉnh giác sống với thức mà tỉnh giác là tỉnh táo trong các niệm biết rõ ràng các niệm không bị ảnh hưởng những sự hiểu biết sai lầm ảo tưởng hư tưởng của

người khác; không bị những hiểu biết do ngũ dục lạc sai bảo, cám dỗ và lôi cuốn vào ác pháp.

Tỉnh giác trong mọi hành động và việc làm là ý thức đang sống trong hiện tại với các đối tượng và việc làm.

Tỉnh giác là ý thức không bị mê mờ trước các pháp và bị lung lạc trước các cảm thọ do dục. Tỉnh giác là trí thức tỉnh táo sáng suốt. Trí thức tỉnh táo sáng suốt chính là chánh niệm.

Chánh niệm tức là sự hiểu biết rõ niệm thiện niệm ác đó, biết rõ niệm thiện niệm ác đó là do trí thức.

Tĩnh có nghĩa là bình tĩnh, giác có nghĩa là đang quan sát, nó chỉ biết trong hành động đang làm và đang quán xét để phân loại hành động thiện hay ác. Cho nên trí thức là sự hiểu biết đã thấu suốt niệm thiện ác, nên thường ở trong chánh niệm.

Tóm lại, trí không phải là thức, thức không phải là trí. *Thức là sự hiểu biết, nhưng chưa có sự phân biệt, còn trí là sự hiểu biết có phân biệt thiện ác rõ ràng.* Trí tức là chánh niệm, còn thức, chỉ là tỉnh thức, tỉnh táo chứ chưa có trí tuệ Tam Minh. *Nếu trí hiểu về Tứ thiên do định sinh ra là trí tuệ thuộc về Tam Minh,* còn trí hiểu về giới luật là *tri thức trí tuệ tri kiến giải thoát.* Trí tuệ tri kiến giải thoát tức là tri kiến tỉnh thức thuộc về trí thức mà đức Phật đã xác định trí tuệ tri kiến như sau: *“Trí tuệ ở đâu thì giới luật ở đó, giới luật ở đâu là tri kiến ở đó; trí tuệ làm thanh tịnh giới luật, giới luật làm thanh tịnh trí tuệ. Ở đâu có trí*

*tuệ thì ở đó có giới luật”. Như vậy trí tuệ của giới luật là tri kiến giải thoát. Phải không các con?*

Ở đây nếu các con hiểu rõ tri thức là TRÍ TUỆ TRI KIẾN GIẢI THOÁT do từ giới luật sinh ra thì không còn hiểu lầm trí tuệ Tam Minh do định sinh ra như đức Phật đã dạy: ĐỊNH SINH TUỆ.



### **ĐỊNH NIỆM HƠI THỞ CÂU HỮU PHÁP HƯỚNG TÂM**

*Hỏi: Kính thưa Thầy, con ngồi kiết già 30' tu Định Niệm Hơi Thở câu hữu pháp hướng tâm: Ly tham, sân, si, vô ngã, vô thường, bất tịnh. Tu như vậy thời gian bao lâu hết tham, sân, si?*

*Thân bị bệnh đau kinh niên hướng tâm xả thọ có hết đau không?*

**Đáp:** Tu Định Niệm Hơi Thở câu hữu với pháp hướng xả tâm ly dục ly ác pháp, mà hỏi Thầy thời gian lâu mau thì các con nên tự hỏi mình tu hành con có quyết tâm xả, ly dục và ly ác pháp hay không. Còn thời gian tu tập lâu mau là do người tu tập có giữ gìn giới luật nghiêm túc hay không, chứ hỏi Thầy thì làm sao xác định đúng được. Các con mãi phạm giới ăn uống phi thời và phá giới hạnh độc cư thì làm sao xác định được thời gian.

Muốn tâm ly dục ly ác pháp nhanh chậm là còn tùy ở mức độ giữ gìn giới luật có nghiêm chỉnh hay không? Nếu có quyết tâm xả ly, từ bỏ dục và ác pháp thì giới luật là thước đo cho tu tập nhanh hay chậm và thời gian ngắn

hay dài. Ngược lại, không có quyết tâm xả ly chỉ hướng tâm cũng giống như người niệm Phật tụng kinh cho hết thời công phu thì tu chẳng bao giờ xả ly được. Tu như vậy mất thì giờ vô ích, chẳng có kết quả gì, tâm nào tật nấy, không bao giờ thay đổi.

Khi có ý muốn tu tập xả tâm ly dục, ly ác pháp thì phải có quyết tâm xả bỏ. Ví dụ: Khi tâm khởi muốn ăn, thấy bụng đói mà chưa tới giờ ăn thì nhất định không ăn; đó là ly dục, đó là giữ giới, còn ăn là không ly dục, không giữ giới. Tâm khởi muốn nghe băng hoặc lấy kinh sách ra đọc thì nhất định không nghe băng, không đọc kinh; đó là ly dục, đó là giữ giới, còn nghe băng và đọc kinh là không ly dục, không giữ giới v.v... Khi bị người khác chửi mắng mạ nhục mình, mà mình tức giận là không ly ác pháp, là không giữ giới; còn không tức giận mà biết thương người chửi mắng mình là ly dục, ly ác pháp, là giữ giới.

Dùng pháp hướng tâm là để pháp hướng tâm nhắc nhở tâm mình ly thì mình phải ly, nếu mình không ly mà nhắc nhở thì cũng như nước đổ trên lá sen, tu như vậy uổng công mà thôi.

Pháp hướng tâm chỉ giúp ta thấm nhuần lý giải thoát để không chấp nhận dục và ác pháp. Đã không chấp nhận thì quyết định xa lìa. Do quyết định xa lìa thì tu rất nhanh, còn tu lừng khừng, không quả quyết xa lìa thì tu chẳng có kết quả gì.

Thân bệnh đau, muốn hướng tâm xả thọ cho hết đau thì người ấy thấu suốt lý nhân quả, không sợ chết, không

sợ đau bệnh thì pháp hướng tâm hỗ trợ, tâm người ấy không dao động và cảm thọ sẽ chấm dứt không còn đau khổ.

Còn người ấy sợ chết, sợ đau, hở ra một chút là cảm thấy đau khổ vô cùng, thì pháp hướng tâm không có hiệu quả, thọ không đẩy lui được, đầu óc suy nghĩ lằng xằng, tâm khởi đi bác sĩ này, đi bác sĩ khác, uống thuốc này, uống thuốc khác. Thì người ấy bệnh đau còn mãi mãi khó mà hết được.

Dùng pháp hướng mà tâm dao động như vậy thì pháp hướng không kết quả. Người dùng pháp hướng là người phải có ý chí, phải có nghị lực mạnh mẽ. Khi hướng tâm thì giống như lấy đinh đóng cột, nhất định là tâm không dao động, quyết chiến quyết thắng có như vậy mới đẩy lui được bệnh khổ. Có như vậy, mới thấy pháp như lý tác ý của đức Phật rất mâu nhiệm mà trên đời này không có một pháp môn nào hơn được, một phương thuốc hay hơn được. Pháp lý tác ý của đức Phật là một thần dược, nếu ai biết cách sử dụng.



## NGÔI THIÊN NHẬP ĐỊNH

*Hỏi: Kính thưa Thầy! Con được theo Thầy tu học nhiều năm, chỉ thấy Thầy làm việc nhiều để chúng rảnh rang tu học, Thầy thì chẳng thấy ngôi thiên nhập định ngày nào hết.*

*Vậy sao mà Thầy nhập định tháng này qua tháng khác được?*

**Đáp:** Từ khi làm Phật sự giúp đỡ người tu, Thầy không có thời gian ngồi thiền nhập định một vài tháng, chỉ ngồi nhập định 1, 2 giờ khuya để dưỡng sức lo cho chúng.

Tháng 8 cuối năm 1991 Thầy vào thất với chúng tu tập, lúc bấy giờ Thầy mới có dịp nhập định được 7 ngày và đến 15 ngày để làm gương cho chúng và cũng không còn có thì giờ nhập định lâu hơn, vì phải ở ngoài để lo sự tu tập của chúng. Lỡ chúng tu sai, diên khùng Thầy chịu trách nhiệm nên không dám lơ lỏng.

Nhưng đó là nhập định chơi cho quý Thầy biết mà thôi, chứ nhập định không phải tập ngồi nhiều mà chỉ tập pháp hướng cho có hiệu quả để truyền lệnh nhập định, chứ không phải ngồi lim dim như con cóc từ giờ này đến giờ khác.

Người tu thiền định, muốn nhập định mà không tập luyện pháp hướng tâm, chỉ tập ngồi thiền cho nhiều thì sẽ nhập định con cóc, chứ không có nhập định nào được cả. Vì thiền định của Phật từ giới sinh ra định chứ không phải từ định sinh ra định.

Người muốn nhập các định thì tu tập pháp như lý tác ý (hướng tâm) mới điều khiển nhập được các định. Bởi vì, các loại định đều có sự tịnh chỉ các hành trong thân khác nhau như sau:

- 1- Sơ Thiền, tịnh chỉ ngôn ngữ.
- 2- Nhị Thiền, tịnh chỉ tâm tứ.



3- Tam Thiên, tịnh chỉ tướng (hỷ).

4- Tứ Thiên, tịnh chỉ hơi thở.

Người tu tập pháp hướng tâm chỉ cần ra lệnh tịnh chỉ trạng thái nào hoặc hành tướng nào ở định đó, thì trạng thái, hay hành tướng ở định đó liền tịnh chỉ (ngưng), nhập vào định đó.

Đừng hiểu lầm là phải tập ngồi thiền cho nhiều, ngồi nhiều từ từ sẽ nhập định này rồi đến định khác, đó là người không hiểu thiền định. Thiền định không thể tu tập nhập theo kiểu đó được, tu tập theo kiểu đó chỉ rơi vào các loại tà định (tướng định). Tu như vậy, chẳng ích lợi gì, không bao giờ làm chủ sanh, già, bệnh, chết được, mà ngược lại chỉ nuôi thiên mệnh, thiên lữi, chỉ nhập thiên tướng.

Điều quan trọng của sự tu tập thiền định là phải tu tập “*xả tâm diệt ngã, ly dục ly ác pháp*”, nhờ đó tâm thanh tịnh. Tâm thanh tịnh mới chỉ tịnh chỉ được các hành thì mới nhập các định, nhất là nhập Tứ Thiên hơi thở phải tịnh chỉ. Do đó, an trú trong định 1, 2 ngày rất dễ dàng mà không thấy đau nhức, mệt mỏi gì cả.

Khi tập luyện pháp hướng có đạo lực thì hành giả muốn nhập định lúc nào cũng dễ dàng và nhập bao lâu cũng được tùy theo loại định.

Vì thế, đức Phật mới gọi đó là: “*Định Như Ý Túc*”. Cho nên khi tâm ly dục, ly ác pháp xong thì mới tu tập

thiền định, còn tâm chưa ly dục, ly ác pháp mà tu thiền định thì đó thiền cóc, thiền ngòi, thiền tưởng

Cho nên muốn tu tập nhập định cho đúng thiền của Phật giáo như trên đã nói thì phải tu tập giới luật và giữ gìn giới hạnh cho nghiêm chỉnh không hề vi phạm một lỗi nhỏ nhất nào thì mới nhập định được. Rất mong quý vị hiểu cho.



### TIẾNG KÊU CỨU GIỮA BIỂN KHƠI

*Hỏi: Kính thưa Thầy, Thầy dạy không có thế giới siêu hình. Sao có người vượt biển, chỉ còn thấy trời nước mênh mông không biết đường nào đi cả. Quá sợ hãi trước cái chết giữa biển khơi nên mọi người đều niệm Quan Thế Âm Bồ Tát, nhờ Ngài cứu khổ và dẫn đường thế mà đã vượt qua tai nạn.*

*Những người này họ thuật lại khi ra giữa biển lúc ban đêm nhiều tiếng kêu cứu cho lên tàu, đợi đi với! Có người bệnh đi bệnh viện, bác sĩ cho uống thuốc không hết lại chỉ nghe lời dạy của mấy ông thầy cúng, địa lý dời mả đi chỗ khác thì hết bệnh.*

*Theo những điều trên đây con tự nghĩ, không có thế giới siêu hình đối với người đã tu chứng vì đã vượt qua cảnh giới tưởng, còn những người phàm phu còn sống trong tưởng thì phải có thế giới siêu hình, cho nên không thể trả lời là đúng hay không thưa Thầy? Xin Thầy chỉ dạy cho chúng con được tỏ rõ.*

**Đáp:** Tiếng kêu cứu giữa biển khơi, không phải là những linh hồn người vượt biên chết giữa biển mà tiếng kêu thanh tưởng trong tâm của mọi người đang quá sợ hãi, đang gặp tai nạn trên biển thì tưởng của họ phát ra tiếng kêu cứu, khiến cho sự khiếp đảm của họ lại càng khiếp đảm hơn.

Lúc bấy giờ, mọi người trước cái chết quá khiếp đảm, không còn biết nương tựa vào đâu, chơi vơi. Vì thế, mọi người trên tàu đặt hết trọng tâm nương tựa và an ủi tinh thần của mình, nhất là từ lâu đã được nghe về đức Quan Thế Âm Bồ Tát cứu khổ cứu nạn.

Do đó chẳng ai bảo ai mọi người đều tự động dồn hết lòng tin bám vào chiếc phao đức Quan Thế Âm, nên nó trở thành một sức lực rất mạnh to lớn (gọi là tín lực). Nhờ tín lực của mọi người dẫn đường thoát nạn, hoặc ghe tàu hư hỏng mà nước không tràn vào. Chúng ta không hiểu điều đó, nên cho rằng: Có đức Quan Âm Bồ Tát gia hộ cứu nạn. Sự thật không phải vậy, mà là nhân quả của chúng ta chưa hết nên khiến trước cảnh quá khiếp đảm lòng tin của chúng ta tập hợp trở dậy thành một tín lực dẫn dắt chúng ta thoát nạn mà thôi.

Chúng ta có biết bao nhiêu người vượt biên đã chết giữa biển khơi? Họ phần đông là Phật tử chắc làm sao họ cũng biết được Quan Âm Bồ Tát là một vị Bồ Tát cứu khổ cứu nạn do các kinh sách phát triển dựng lên và gieo rắc vào tư tưởng của họ. Trước những giờ phút sắp chết chắc họ sợ lắm, nên niệm Quan Thế Âm không dứt. Thế

sao họ lại chết, tại sao Quan Thế Âm không cứu khổ họ mà lại cứu những người khác?

Kẻ sống thì nhờ niệm Quan Thế Âm cứu khổ, còn kẻ chết cũng niệm Quan Thế Âm sao lại không cứu khổ.

Người vượt biên mà thoát nạn là nhờ nghiệp thiện, chứ không phải nhờ ai cứu khổ. Vì cứu khổ như vậy là một việc làm phi đạo đức. Tạo nhân ác phải gặt lấy quả khổ tai nạn đi đến tử vong. Tạo nhân ác mà cố trốn tránh quả khổ là một việc làm vô đạo đức.

Ngoài biển khơi, tiếng kêu của loài cá heo, cá ông rền rĩ. Nếu người quá sợ hãi thì tiếng kêu ấy trở thành tiếng ma kêu quỷ khóc, chứ không phải linh hồn người chết oan kêu gọi.

Dời mả mà hết bệnh, tức là nhân quả thiện của cả hai người:

1- Là người bệnh.

2- Của ông thầy.

Nhân duyên của nhân quả, do duyên dời mả hết bệnh, thường trong Đông y có nói: “Phước chủ may thầy”, hay sách đông y có câu: “Vận bĩ hoàn sơn năng sát chúng”, “Thời lai bạch thủy cứu nhân gian”.

Ở đây, chúng ta phải hiểu không phải vì dời mả mà hết bệnh, mà do phước của người bệnh sắp hết nên gặp cái may của ông thầy cúng chỉ vạch mê tín mà hết bệnh. Ấy cũng là duyên nhân quả giữa ông thầy và người bệnh ở tiền kiếp.

Người tu theo đạo Phật phải tin sâu nhân quả. Vì con người sanh ra từ nhân quả, sống trong nhân quả và chết về nhân quả, thì mỗi sự việc xảy ra trong cuộc sống này đều do nhân quả. Nếu ta biết cứu mình thoát tai nạn bệnh tật, thì luôn sống trong mọi hành động thiện “không làm khổ mình, khổ người” thì không có bệnh tật tai nạn nào mà không qua được.

Tin nhân quả, thì thế giới siêu hình không có, thế giới siêu hình không có thì không có sự mê tín dị đoan và không ai lường gạt mình được.

Tin nhân quả, tai nạn, bệnh tật đến, tâm bất động không hề sợ hãi. Nhờ đó mà tai nạn, bệnh tật đều qua

Tin nhân quả, sẽ mang cho ta một tâm hồn giải thoát an lạc, thanh thản, yên vui, cuộc sống hạnh phúc.

Tin nhân quả, sẽ không làm khổ mình, khổ người, mang lại hạnh phúc cho mình cho người, tạo thế gian này là cảnh Thiên đàng, Cực lạc. Ngược lại, người không tin nhân quả thì thiếu đạo lý, công bằng, thường sống trong cảnh thế giới siêu hình, cúng bái, cầu khẩn, van xin, mê tín dị đoan, lạc hậu, phi đạo đức, thường làm khổ mình, khổ người, tạo cảnh sống thế gian thành cảnh địa ngục.

Tóm lại, tất cả những chuyện ma quái xảy ra, đều do năng lực tưởng tạo ra, chứ không có ma quái thật sự bên ngoài, mà chỉ có ma quái bên trong của mọi người do tưởng ấm của họ tạo ra. Vì thế đức Phật gọi là: “ngũ ấm ma”. Trong ngũ ấm gồm có 5 loại ma:

- 1- Sắc ấm ma.
- 2- Thọ ấm ma.
- 3- Tưởng ấm ma.
- 4- Hành ấm ma.
- 5- Thức ấm ma.

❖ Sắc ấm ma gồm có: Tất cả các bệnh nơi thân, tất cả các dục nơi tâm.

❖ Thọ ấm ma gồm có các cảm thọ nơi sắc uẩn, nơi tưởng uẩn, nơi tâm uẩn.

❖ Tưởng ấm ma gồm có 18 loại hỷ tưởng ma.

❖ Hành ấm ma gồm có các hành nơi thân, nơi tưởng và nơi tâm

❖ Thức ấm ma gồm các ma của thức ấm.

Cho nên trong năm loại ma này thường tác động và tạo nhiều điều đau khổ những ai tìm đường tu hành cầu giải thoát. Đó là 5 loại ma ngũ ấm trong thân tâm của mỗi con người, chứ không có thế giới ma bên ngoài. Xin quý vị lưu ý. (Muốn biết thế giới linh hồn của con người có hay không, thì đọc Đường Về Xứ Phật tập 3 bộ mới thì sẽ rõ).



## THỜI KHÓA TU

*Hỏi: Kính thưa Thầy! Hiện nay, chỉ có buổi khuya con ngồi tu Định Niệm Hơi Thở 30' gom sáu thức và hơi thở vào tụ điểm, không thấy nặng đầu và mệt nữa. Nếu bỏ qua lâu*

*ngày không tu gom tâm sẽ mất tụ điểm xin Thầy chỉ dạy cho con rõ.*

*Mỗi ngày buổi sáng và chiều ngồi 30' tu Định Niệm Hơi Thở câu hữu pháp hướng tâm để xả tham, sân, si, mạn, nghi...*

*Pháp Tứ Chánh Cần con nhớ luôn luôn ngăn pháp ác diệt pháp ác trong tâm và kiểm soát tâm mình rất kỹ để xả và diệt ác pháp liền, con tu như vậy có được không?*

*Hiện giờ con muốn tu xả tâm cho rốt ráo như lời Thầy dạy, nhưng thời khóa phải tu như thế nào?*

**Đáp:** Theo lời khuyên của Thầy tuổi con cũng già yếu, nay đau, mai ốm không chừng, từ trước con đã tu pháp ức chế tâm nên tâm không có xả tham, sân, si vì thế tới nay vẫn chưa viên mãn giải thoát.

Trải qua một thời gian dài tu tập pháp môn ức chế tâm, là một bài học kinh nghiệm sống, pháp nào tu có giải thoát, pháp nào tu không giải thoát, con đã biết tất cả mùi vị cay đắng ngọt bùi của các pháp môn của kinh sách phát triển Đại thừa và kinh sách các Tổ Sư Thiên .

Bây giờ là lúc con trở về với pháp môn của Phật. Ngày đêm con chia làm bốn thời, mỗi thời tu tùy theo sức khỏe, thời gian còn lại của con thì phải tu tập cho hợp với đặc tướng. Thời công phu nào, con cũng câu hữu với pháp hướng xả tâm ly tham, đoạn diệt ác pháp. Luôn luôn phải giữ tâm sống một mình, không bận tâm lo cho ai hết mà phải lo cứu mình trước đã, vô thường đến thì người thân con cháu cũng không cứu được mình. Phải tự cứu mình,

luôn luôn để tâm hồn thanh thản, an lạc, trầm lặng độc cư. Tối giờ đi xin cơm để ăn, hết giờ ngồi chơi và tu tập xả tâm. Cứ tu như vậy, thời gian ngắn con sẽ thấy kết quả tâm sẽ không phóng dật, tâm không phóng dật là tâm giải thoát hoàn toàn thanh tịnh, tức là tâm ly dục, ly ác pháp. Đến giờ phút lâm chung, con sẽ nhẹ nhàng và tự tại không còn đau khổ nữa.

Nếu pháp hướng có đạo lực, con chủ động điều khiển theo ý muốn của mình đi tái sanh, chứ không bị nghiệp lực dẫn đi. Nói như vậy, chứ tâm không phóng dật là không còn tái sanh, tâm không phóng dật là Niết Bàn, chứ không còn Niết Bàn nào khác nữa.

Điều quan trọng nhất là con nên xả tâm, còn tu điểm gom tâm không có mất đâu mà con sợ. Chỉ cần con cố gắng tu tập, để có đạo lực của pháp hướng tâm, thì mọi sự làm chủ đời sống của con hoàn toàn chủ động. Tu điểm không quan trọng đâu, có hay không có cũng không sao. Tu điểm gom tâm chỉ là giai đoạn mới tu mà thôi, còn hiện giờ chỉ có xả tâm cho thật sạch là quan trọng. Vì chính xả tâm cho sạch, sẽ chứng đạt chân lí.



## ĐỪNG MẤT HY VỌNG

*Hỏi: Kính thưa Thầy! Theo lời Thầy dạy, thân định trên tâm, tâm định trên thân tức là nhập Tứ Thiên. Như vậy cơ thể con bây giờ không làm được điều đó. Xem như đời sống của mình vô dụng.*



*Bây giờ con về thất, phát nguyện giữ gìn sống đúng giới luật, thà chết trên giới luật, không hề vi phạm và bỏ vụn giới luật.*

*Thỉnh thoảng con về thăm Thầy, và chúng huynh đệ. Nhờ Thầy ban bố cho những lời pháp bảo sách tấn để thời gian còn lại con cố gắng tu hành cho đến hơi thở cuối cùng.*

**Đáp:** Giới luật nghiêm túc thà chết không vi phạm, đó là con đã thân định trên tâm, tâm định trên thân, tức là con đã nhập Tứ Thiên rồi. Sợ e giới luật không nghiêm chỉnh thì dù con có đủ sức ức chế tâm con cũng chẳng nhập được.

Con đừng bi quan, mà phải cố gắng tu xả tâm, chỉ một thời gian tâm con như cục đất thì Tứ Thiên nhập như trở bàn tay. Sợ e con xả tâm không được mà thôi. Phải bền chí cố gắng xả tâm, đó là chánh pháp thiên định của Phật. Con nên nhớ kỹ, mà tu cho đúng. Không trễ dẫu, đừng mất hy vọng, hàng ngày cố nhớ xả tâm! Chỉ có bền chí là thành công, chấm dứt một đời người đau khổ không còn tái sinh luân hồi nữa.

Xả tâm rất dễ con ạ! Chỉ ngồi chơi không làm gì hết, có niệm thì dùng câu tác ý mà xả; có thọ thì dùng định niệm hơi thở mà đẩy lui các cảm thọ. Như vậy ngày nào cũng tu tập như vậy thì tâm con sẽ thanh thản, an lạc và vô sự tức là tâm con không phóng dật.



## TỰ TẠI RA ĐI

*Hỏi: Kính thưa Thầy, sau này Thầy tự tại ra đi, cô Út Diệu Quang có tự tại hay không, xin Thầy chỉ dạy cho chúng con rõ?*

**Đáp:** Thầy luôn nhắc nhở cô Diệu Quang cố gắng tu tập để xả tâm, bởi vì cô cũng đang trên đường tu tập như các con. Theo Thầy thiết nghĩ: Trên đường tu tập muốn xả tâm cho thật rốt ráo thì các con phải thường dùng Định Vô Lậu, quán xét duyên nhân quả của mình. Ai nói xấu các con, các con không thù hận họ và ghét bỏ họ, ai làm các con đau khổ, các con xả bỏ tâm đau khổ để cứu mình không còn khổ đau. Dù họ đối xử với các con tàn nhẫn, nhưng các con vẫn đối xử tốt và thương yêu họ khi họ gặp tai nạn. Mặc họ đối xử với các con như thế nào cũng được, chê cũng được, khen cũng được, các con chẳng vui, cũng chẳng mừng chỉ lo tâm mình thanh thản và thương yêu mọi người. Các con làm việc và sống cho mọi người, nhưng các con cố giữ tâm mình luôn thanh thản, an lạc, không để bị đối cảnh chi phối khiến tâm các con đau khổ thế là đủ lắm rồi. Theo Thầy nghĩ, tâm Phật toàn thiện (sơ thiện, trung thiện, hậu thiện) thì tâm các con cố gắng tu tập như vậy mà thôi. Phật dạy thân tứ đại này giả hợp, do duyên đất, nước, gió, lửa mà thành không có gì của các con cả. Cho nên sự tu tập làm chủ nó để tâm thấy được Phật giáo không đối người. Phải không con?

Theo Thầy nghĩ, mọi việc khổ đau của con người trên đời này, đều do hành động ác của họ đã tự làm khổ mình, khổ người.

Vì thế, tu theo đạo Phật là tu tập hành động thân, miệng, ý thiện để tạo quả giải thoát cho kiếp người hiện tại và mai sau không còn khổ đau.

Tu tập gọi là làm chủ nhân quả, tức là làm chủ hành động thân, khẩu, ý của mình, đừng làm khổ mình, khổ người và làm khổ tất cả chúng sanh. Là làm chủ sanh, già, bệnh, chết của mình và cũng chấm dứt luân hồi.

Dục không có, ác pháp cũng không có thì cuộc sống là toàn thiện, là Thánh nhân.

Tâm sống như Thánh, thì xác thân tứ đại bất tịnh sống chết mặc nó, có lo gì mà ta chẳng có thân Thánh nhân sao? Tâm Thánh thì phải được sống trong thân Thánh. Vậy thân Thánh nhân đâu phải là thân tứ đại.

Hết duyên nhân quả, bỏ thân tứ đại này chắc chắn là sẽ có thân Thánh nhân. Vậy các con tu tập làm chủ thân tứ đại để làm gì khi các con còn phải xả nhiều nữa để trở thành tâm Thánh nhân thực sự.

Thân tứ đại có làm chủ nó rồi cũng phải bỏ, vì nó là thân duyên hợp, giòn bở không bền chắc.

Theo Thầy hiểu đạo Phật mục đích là phải làm chủ được tâm, đừng để cho nó sai khiến mình chạy theo dục lạc mà sanh tâm ác. Cho nên, giáo pháp của Phật dạy sơ thiện, trung thiện và hậu thiện là để điều khiển tâm quay

về hành động thiện, tạo nhân thiện, sống thiện, hưởng quả thiện. Mà thiện thì không làm khổ mình, khổ người, thì đó là giải thoát khổ, đó là Niết Bàn.

Nếu các con muốn làm chủ điều này cũng không phải dễ, phải sống cho đúng giới luật, phải biết xả tâm, diệt ngã, phải biết xa lìa lòng ham muốn của mình, phải nhận cho được các pháp ác. *Được như vậy, không muốn làm Thánh cũng phải làm Thánh, không muốn giải thoát cũng phải giải thoát.* Bây giờ cô Diệu Quang cũng đang trên đường tu tập xả tâm, cô cũng rất cố gắng để xả các chướng ngại nơi tâm của mình và cố giữ gìn tâm bất động.

Mục đích giải thoát của đạo Phật là tâm bất động trước các pháp và các cảm thọ, đó là tâm Thánh thì cần tu cái gì nữa?

Giải thoát được tâm là giải thoát được tất cả, cần gì phải tu tập ngôi thiền nhập định cho mệt.

Làm chủ được tâm là làm chủ được tất cả, cho nên muốn nhập định nào thì nhập định rất dễ dàng, thì có gì phải tập thiền định cho uống công.

Tóm lại, chỉ có ly dục, ly ác pháp là làm chủ tất cả, tức là tâm không phóng dật. Chúng ta nên nhớ lời Phật đã căn dặn chúng ta: *“Ta thành Chánh Giác là nhờ tâm không phóng dật, muôn pháp lành đều nhờ đó mà ra”*.



## PHÁP HƯỚNG TÂM

**Hỏi:** Kính thưa Thầy, pháp hướng tâm do tưởng thức hay do ý thức hay do tâm thanh tịnh mà có lực mạnh như vậy?

Như con vừa tác ý, sáu thức gom vào hơi thở là có một cái lực vô hình gom vào rất mạnh. Con tác ý nhĩ thức nghe vào trong, nghe sự yên lặng của tâm là ngay đó có một sức hút mạnh làm cho thân con rối loạn, các cơ ép cho tim mệt, chuyển động não bộ. Như vậy là do tưởng lực hay do cái gì mà nguy hiểm như thế, xin Thầy chỉ dạy cho con rõ để con dùng pháp hướng cho đúng cách, nếu không rõ mà tu pháp hướng thì rất là nguy hiểm cho tánh mạng.

**Đáp:** Đến giờ này con mới rõ được lực của pháp hướng siêu việt như vậy, nhưng con nên lưu ý:

1/ Dùng ý thức tu tập pháp hướng tâm để xả tâm ly dục, ly ác pháp thì không nguy hiểm cho người mới tu. Và người mới tu chỉ được dùng pháp hướng tâm ly dục, ly ác pháp mà thôi, chứ không được dùng tịnh chỉ, vì dùng tịnh chỉ sẽ rơi vào các trạng thái tưởng thì rất nguy hiểm.

2/ Ưc chế tâm như các con tu tập dùng vọng tưởng mà dùng pháp hướng thì đó là tưởng lực của pháp hướng, chứ không phải ý lực của pháp hướng. Tưởng lực này rất nguy hiểm cho người tu tập, nó sẽ làm rối loạn cơ thể, có khi bị bệnh rối loạn chức năng của cơ thể, có khi rối loạn chức năng thần kinh sanh ra điên khùng. Rất nguy hiểm, cần nên đề phòng cảnh giác, người tu thiền định ức chế tâm như: Lục Diệu Pháp Môn, Sổ Tức Quan, Tùy tức,

Chỉ tức, nhiếp tâm niệm Phật, Tri vọng, Tham công án, Tham thoại đầu v.v... không được dùng pháp hướng tâm

3/ Tâm thanh tịnh, tức là tâm hết tham, sân, si thì mới được dùng pháp hướng tâm nhập định. Vì lúc này tâm rất định tĩnh, nhu nhuyễn dễ sử dụng. Cho nên lúc này dùng pháp hướng để tu tập Bốn Định Hữu Sắc và Tam Minh, vì lúc này tâm có đủ Tứ Như Ý Túc thì sự tu tập không còn khó khăn, mệt nhọc.

Khi tâm chưa ly dục, ly ác pháp mà sử dụng pháp hướng để gom tâm, để tĩnh chỉ các hành trong thân là một sự việc rất nguy hiểm như trên Thầy đã nói.

Khi tâm chưa ly dục, ly ác pháp, thì chỉ được quyền sử dụng pháp hướng tâm ly dục, ly ác pháp mà thôi. Chừng nào tâm ly dục, ly ác pháp xong, thì mới được sử dụng pháp hướng tâm tịnh chỉ các hành trong thân thì mới không nguy hiểm.

Người tu tà thiên, tà định dùng pháp hướng tâm là nguy hiểm tính mạng, tốt hơn hết là dùng pháp hướng xả dục và ác pháp.

Dùng pháp hướng, thư giãn thân tâm, để trở về trạng thái bình thường, an lạc, vô sự và thanh thản thì tốt.

Chỉ khi nào tâm thanh tịnh hoàn toàn, không còn tham, sân, si, mạn, nghi nữa, thì dùng pháp hướng tâm tịnh chỉ tâm tứ, gom tâm, tịnh chỉ tưởng thức, tịnh chỉ hơi thở và tịnh chỉ âm thanh, tịnh chỉ thọ v.v.....

Lưu ý: Khi tâm chưa hết tham, sân, si, mạn, nghi mà dùng pháp hướng tịnh chỉ là nguy hiểm cho tánh mạng, cần nên tránh. Pháp hướng tâm là một pháp rất mâu nhiệm, có một năng lực rất mạnh, như một sức hút của đá nam châm.



### KHI TẮT THỞ MÀ CÒN SÂN HẬN

*Hỏi: Kính thưa Thầy! Mẹ con mất ngày 19-04-1998 tại bệnh viện, con đã mang mẹ con về sau khi tắt thở, con ân hận nếu mẹ con sân lên mà bị rơi vào sáu nẻo luân hồi, con phải làm gì để mẹ con thoát khổ, xin Thầy từ bi giảng dạy cho con hiểu sai đúng chỗ nào?*

**Đáp:** Như trong kinh “Nhập Tức Xuất Tức” Phật dạy: “Hơi thở là thân, là thọ, là tâm, là pháp.” Vậy khi hơi “tắt” tức là hơi thở “dừng”, dừng tức là hơi thở diệt, hơi thở diệt, tức thân diệt, thân diệt tức “chết”.

Hơi thở “tắt” tức hơi thở “diệt”, hơi thở diệt thì thân diệt, thân diệt thì tâm diệt, tâm diệt thì pháp diệt, pháp diệt thì thọ diệt.

Ở đây con lưu ý: Mẹ con đã tắt thở trong bệnh viện, con mang về nhà. Lúc bấy giờ mẹ con chết toàn bộ thân, thọ, tâm, pháp đều diệt, tâm đã diệt lấy cái gì mẹ con biết đau mà sanh tâm sân hận để đọa vào sáu nẻo luân hồi. Vả lại thọ cũng diệt thì lấy cái gì gọi là đau.

Như vậy trong kinh phát triển dạy không đúng và còn vô lý không hợp khoa học, thiếu logic. Khiến người

không rõ Phật pháp sanh tâm dao động và hối hận đau khổ đối với những người thân.

Con ước muốn mẹ con thoát khổ khi bà đã chết và đã tái sanh nơi khác rồi, hoặc làm chúng sanh hoặc làm người. Duy chỉ có điều thiết thực mà không bị kẻ khác lường gạt gây mê tín, lạc hậu, thì con nên xin ấn tống kinh “Thập Thiện, Đạo đức nhân quả, Đạo đức giải thoát, Đạo đức không làm khổ mình khổ người, Bài học ngàn vàng, Hành Thập Thiện Tứ Vô Lượng Tâm”.

Khi thỉnh những loại kinh trên, 80 cuốn hoặc 100 cuốn thì con gửi cho bà con, anh em, chị em, bạn bè, thân hữu trong ngày làm tuần, ngày giỗ cha mẹ, và thành tâm hồi hướng cho cha mẹ hay những người thân yêu của mình đã quá cố. Trong kiếp tái sinh họ sẽ được đọc những loại kinh sách này thì tâm họ sẽ được khai ngộ thiện ác, sống một đời sống đạo đức nhân bản-nhân quả không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh thì cuộc sống ấy tức là Niết Bàn tại thế.

Hành động ấn tống kinh như vậy là lòng hiếu thảo, không có sự hiếu thảo nào hơn được. Vừa giúp xã hội có đạo đức vừa tỏ được lòng hiếu thảo của một người con hiếu vừa chứng tỏ là một người đệ tử cư sĩ của Phật chân chánh, không gây hoang mang dao động mê tín cho kẻ khác.

Trong thế gian hiện giờ có biết bao pháp môn mê tín, dị đoan, phi đạo đức gây hoang mang dao động, sợ hãi cho mọi người. Vậy các con là đệ tử của Phật, phải



sáng suốt đừng nghe theo tà giáo ngoại đạo tự làm khổ mình khổ người.



## THẾ GIỚI QUAN CỦA PHẬT GIÁO

### LỜI PHẬT DẠY

“Này Bà La Môn, năm dục trường dưỡng này được gọi là thế giới trong luật của bậc Thánh”.

### CHÚ GIẢI:

*Thế giới quan của Phật Giáo là năm dục trường dưỡng. Vậy năm dục trường dưỡng là gì?*

*Năm dục trường dưỡng như trong kinh Tăng Chi Bộ tập 4 trang 184 dạy: “Các sắc do con mắt nhận thức khả lạc, khả hỷ, khả ý, khả ái liên hệ đến dục, hấp dẫn. Các tiếng do tai nhận thức... Các hương do mũi nhận thức... Các vị do lưỡi nhận thức... Các xúc do thân nhận thức khả lạc, khả hỷ, khả ý, khả ái, liên hệ đến dục, hấp dẫn” Thế giới quan của Phật Giáo rất thực tế không có mơ hồ trừu tượng. Đó là một thế giới khổ đau, nếu muốn cho thế giới này hết khổ đau thì tu tập từ pháp ly dục ly ác pháp đến pháp Tam Minh thì cả thế giới này mới chấm dứt khổ đau.*

*Nói nghe đơn giản nhưng tu tập không đơn giản chút nào. Khi nhãn căn tiếp xúc nhãn trần sinh ra cảm thọ, từ cảm thọ sinh ra khả ái, khả lạc. Một thế giới quan hiện bày đầy đủ tính đau khổ. Muốn cho thế giới này không hiện bày thì người tu sĩ phải ngay nơi căn trần xúc chạm sinh ra thọ thì ngay nơi thọ lạc ta không bị lôi cuốn, nhưng khi thọ khổ thì ta đừng sợ hãi, dao động tâm. Chỉ nơi duyên thọ mà*

*tâm ta bất động thì thế giới quan sẽ bị diệt. Thế giới quan sẽ bị diệt thì con đường đau khổ sẽ chấm dứt.*

*Nói đến: “Năm dục trường dưỡng này được gọi là thế giới trong luật của bậc Thánh”. Trong luật của bậc Thánh là 12 nhân duyên, nói đến 12 nhân duyên là nói đến thế giới quan của Phật Giáo. Nói đến thế giới quan của Phật Giáo là nói đến bậc Thánh Duyên Giác. Bậc Thánh Duyên Giác là người xông thẳng vào cửa THỌ giữ tâm bất động, THỌ LẠC không tham; THỌ KHỔ không sợ. Chỗ tâm bất động này phá vỡ các duyên khác như: ái, hữu, thủ, sanh, uú, bi, sầu, khổ, bệnh, tử, chấm dứt. Từ đó thế giới quan đau khổ của Phật Giáo bị sụp đổ tan tành. Người ấy chứng Thánh quả Duyên Giác A La Hán đầy đủ Tam Minh Lục Thông. Cho nên Đức Phật gọi: “Năm dục trường dưỡng này được gọi là thế giới trong luật của bậc Thánh”.*



**MINH NHÂN THAM VẤN** (*Tu Tập Tứ Niệm Xứ*)

*Chơn Như, ngày 4 / 7 (nhuần) Bính Tuất.*

*Trân trọng kính gửi Thầy,*

*Kính thưa Thầy, hôm nay là 4-7 (nhuần), nếu như không nhuần thì nay là 4-8 âm lịch, ngày kỷ niệm sinh nhật của Thầy lần thứ 80 rồi.*

*Vậy hôm nay con thành tâm gửi đến Thầy lời thành kính “Chúc Mừng Sinh Nhật Thầy tròn 80 tuổi, được dồi dào sức khỏe, phước báo tăng trưởng tuổi thọ sống lâu hơn Ngài Ananda thời đức Phật, dựng lại Chánh Pháp cho loài*

người và vạn vật trên hành tinh này bớt khổ đau, bớt giết hại lẫn nhau, bớt bon chen xâu xé lẫn nhau vì cuộc sống, đem lại tình thương hiền hòa muôn thuở của đạo đức con người.”

*Thưa Thầy, con xin thành kính chúc mừng sinh nhật Thầy.*

*Kính thư, Con Minh Nhân*

*TB. Sau đây con xin thưa hỏi Thầy :*

*Bach Thầy, con ngồi thơ thần một mình, để hơi thở tự động thở ra vô... , thỉnh thoảng tâm nhìn sự rung động của thân, lúc thì nó nhìn thân, lúc thì nó khởi niệm vọng tưởng; như vậy mà nó cảm thấy khỏe và an ổn. (Thầy phê: “Như vậy là con tu tập đúng pháp Tứ Niệm Xứ”). Con ngồi và nằm định kỳ 15 phút ngó thân, giữ thân bất động, dường như bị gò bó ép buộc, tâm bị ray rức, bức bối, khó chịu. Con cố lướt qua thì mồ hôi thoát ra ướt cả người, uể oải cơ thể, dường như sống trong trạng thái đau khổ cực hình, tự mình dày phạt mình, chẳng có chút gì “thanh thản, an lạc” cả. Khi xả nghỉ, hơi thở mệt, nhức đầu, căng mắt. Sắp sửa đến giờ tu thì tâm ngao ngán, không muốn tu.*

*Như vậy, con xin Thầy cho con qua bên pháp “Ngồi thơ thần một mình”... tự động nó theo dõi hơi thở... tự nó mặc tình khởi niệm, lần lần quen rồi bóp vọng niệm lại, có được không, thưa Thầy, hay pháp nào thích hợp với con xin Thầy chỉ để con sửa lại.*

*Khoảng 4 tuần lễ nay sao mỗi khi con bước đi nó chóng mặt quá. Khi đi có cảm giác thân con nhẹ hều, như lơ lửng trong trạng thái không trọng lực của phi hành gia phi thuyền vũ trụ!... Bệnh gì chẳng biết bệnh gì. Con không*

*dám trình Thầy sợ Thầy bảo con phải nghỉ tu để về chữa bệnh thì con không còn tu được, lại nữa hạn kì 7 tháng đang gần kề một bên, trị bệnh là cản bước đường tu nên con đành cam chịu đựng. Xin Thầy đừng bảo con phải về trị bệnh nghe Thầy. Không biết bệnh gì kì quá, hồi nào giờ con đâu bị bệnh như thế này lần nào ! Con cảm tác bài thơ*

:

***CỐ GẮNG TU TỨ NIỆM XỨ***

*Việc thế gian hãy mau quăng ném,*

*Để rảnh rang thanh thản tập tu,*

*Nào độc cư, niệm xứ công phu,*

*Nào ly dục, ly tham như Phật.*

*Quán\* nhiếp phục tâm không phóng dật,*

*Chỉ một lòng chánh niệm vun bồi,*

*Nơi thân tâm chánh định chưa ngồi,*

*Thì nhất định chưa thôi niệm xứ.*

**Trưởng Lão đến thất dặn dò:**

“Ngồi chơi để tự nó quán được bao nhiêu thì nó quán thân nó. Đừng lúc lắc mình khi đi để tạo điều kiện ngó thân, lúc lắc là sai. Ngồi cũng vậy, đừng hít thở cho thật mạnh tạo điều kiện rung động thân là sai. Phải để tự nó quán thân nó, có vọng niệm gì mặc tình nó, mình không làm theo niệm đó là mình bẻ gãy ý niệm đó tại chỗ gọi là khắc phục tham ưu trên Tứ Niệm Xứ, tức là xả tâm. Nhiếp phục tự nó là đúng; còn bắt buộc nó phải theo sự tạo điều kiện là sai. Mình ngồi chơi, tự nó quán thân nó, không có gì, nó quay ra ngó cảnh vật, kệ nó.

Ngó đã rồi nó cũng quay vô nhìn thân, ngó thân nó. Nếu gặp cảm thọ thì quay về Tứ Chánh Cần, dùng định Niệm Hơi Thở đẩy lui ác pháp, rồi trở lại Tứ Niệm Xứ quán nữa, chẳng sao hết...”



*Chơn Như, ngày 16/7 (nhuần), 2006.*

*Trân trọng kính gửi Thầy,*

*Thưa Thầy, hôm nay sự chóng mặt của con đã bớt dần... bớt dần...*

*Thầy bảo khi có tâm khởi niệm gì thì bẻ ngang dòng tư tưởng ngay liền tại chỗ. Con nghe theo, nhưng con chỉ hướng tâm ra lệnh. Tâm làm theo ý lệnh, tức khắc dòng tư tưởng nghĩ ngợi lung tung ngưng ngay lập tức. Đó là bắt nguồn từ kết quả của lệnh Thân Hành Niệm. Con mừng quá. Từ lâu đến giờ tư tưởng nó khởi niệm lung tung, nhưng chẳng làm sao ngưng được. Nay ngưng được, con quá mừng. Còn điều thứ hai con đang trần trở là tâm phóng dật. Tâm phóng dật do tác động bên ngoài từ người khác tạo ra, đâu phải mình tạo nên khó ngưng, như tiếng ca hát, tiếng kêu gọi nhau, tiếng động, tiếng ồn. Khi căn tai nhận được tín hiệu âm thanh truyền vào cho ý tâm thì tâm ý phóng ra liền, trong khi mình ngồi quán thân chẳng có điểm tựa dựa nương làm át đi âm thanh để cho tâm đừng phóng dật. Như vậy mình dựa nơi đâu để chống lại? Con tìm mọi cách mà không được, định biên thơ câu cú với Thầy. Thế rồi có một dịp ngồi thơ thần suy tư, tự nhiên con nhớ lại lời đức Phật dạy La Hầu La “Này La Hầu La, nếu con muốn làm một việc gì thì con phải phản tỉnh lại thân con, việc làm ấy có hại mình, hại người, hại cả hai thì nhất định không nên làm” Con đang ngồi tự nhiên con ngó ngược vào thân con*

*thì thấy thân đang ngồi xếp bằng rất rõ. Thấy hai đùi, hai tay để phía trước. Trong khi ngó như vậy thân giữ ngồi bất động chỉ dùng ý thức và mắt nhìn chứ không cúi đầu nhưng vẫn thấy thân rất rõ. À! Như vậy mình lấy chỗ này để làm chỗ điểm tựa, dựa nương vào đây mà quán thân; khi có tín hiệu âm thanh bên ngoài truyền vào tác động thì trú vào thân này để quán. Và thường xuyên ngó cái thân này do sự phản xạ của mắt thì thấy quán thân rất dễ. Bỏ gậy ý niệm khởi lên bằng pháp hướng tâm rất mau theo ý mình.*

*Thưa Thầy, như vậy con có thể trú vào cái thân ngó ngược này để quán thân không? (Thầy phê: Được).*

*Cái thân này êm lắm. Nhìn nó rồi cho hơi thở hiện lên kết hợp với thân ngó thấy thì thấy sự rung động của thân nhịp nhàng lắm (con thường phí mất hơi thở bằng cách thở nhẹ để được thấy thân nhưng thấy không được rõ. Trái lại bằng cái thân ngó ngược này thấy thân rõ lắm, thấy bằng ý thức phản ảnh có thực chứ không phải tưởng. Do sự phản xạ quang tuyến của mắt mà! Nó là hình bóng thật sự của mình.*

*Rồi một ngày sau, bắt đầu ngồi vô là để ý thấy thân liền. Mà sao bữa nay nó lại bám chặt thân quá. Ngó điểm ở ngoài mà để ý tới nó là thấy nó (ý bám chặt vào). Thế rồi con khởi ý tập quán thân thử coi. Trước tiên con quán từ trên đầu, xuống hai đầu gối ngồi; sau từ trái qua mặt, từ mặt qua trái. Hễ chỗ nào rêm nhức hay muỗi châm, kiến cắn, đau tê thì chỗ đó THÂN VÀ THỌ; chỗ nào khởi niệm này nọ, biết hơi thở vô ra chỗ đó là TÂM Ý; còn âm thanh bên ngoài tác động gọi là PHÁP; cứ rà tới rà lui, chẳng thấy cảm thọ gì, chẳng thấy niệm gì, và âm thanh tác động thì biết đó*

là tâm ý và pháp; thân và thọ. Chẳng có gì. Lui lại nương vào hơi thở nhìn toàn diện thân. Lúc bấy giờ tâm không khởi niệm, có phải là tâm không phóng dật không, thưa Thầy? (Thầy phê: Đúng vậy) và quán trên thân như vậy có đúng cách của quán Tứ Niệm Xứ không? (Thầy phê: Đúng cách). Và cái thân thấy bằng ý thức đó mình cần giữ để quán thân không. Xin Thầy chỉ dạy cách thức nào đúng, cách thức nào sai để con theo đúng pháp mà tu tập cho mau đạt kết quả thành công trong những tháng sắp tới. Mong Thầy từ bi chỉ dạy.

Con, Minh Nhân.

TB. Thầy chỉ dạy xin ghi lại dưới đây để khi nào quên con xem lại mà làm theo. Con xin cảm ơn Thầy.

Thầy phê: “Khi thân tâm bất động thì tâm định trên thân có nghĩa là tâm đang quán trên thân. Quán thân tức là tu tập Tứ Niệm Xứ.”

QUÁN có nghĩa là quan sát, theo dõi, xem xét, lắng nghe, cảm nhận từng ý niệm, từng khởi niệm để xả, thuộc thân hành NỘI; quan sát, theo dõi, xem xét từng hành động, việc làm của thân để xả thuộc thân hành NGOẠI.

QUÁN THÂN chia làm ba phần 1/ đầu, 2/ mình, 3/ chân tay.

Trước tiên quán đầu, sau quán mình, rồi sau quán tay chân. Rà tới rà lui 3 chỗ ấy là quán thân là NGOẠI THÂN; theo dõi hơi thở vô, hơi thở ra, có 19 đề mục Định Niệm Hơi Thở. Hơi thở là thân hành nội, là NỘI THÂN.

KẾT LUẬN thân có hai niệm NỘI và NGOẠI.

QUÁN THỌ lắng nghe, theo dõi trên ba chỗ đầu, mình và tay chân. Trên ba chỗ ấy cảm nhận thấy: nhẹ nhàng, êm ái, thích thú, sung sướng, đó là THỌ LẠC; cảm nhận, lắng nghe, thấy bệnh khổ, đau nhức chỗ này chỗ kia, ngứa, mỗi mệt, chóng mặt, đau lưng, đi đứng không vững vàng, đau đốn, nhức nhối, chết điếng, tức lói, nóng lạnh trên khắp 3 vùng đầu mình và tay chân thì đó là THỌ KHỔ; còn lắng nghe trên đầu, mình và tay chân êm re, không đau, không khổ, không sung sướng nhẹ nhàng thì đó là THỌ BẤT LẠC BẤT KHỔ

KẾT LUẬN: Trên thọ có ba niệm: THỌ LẠC, THỌ KHỔ và THỌ BẤT LẠC BẤT KHỔ.

QUÁN TÂM Lắng nghe ý niệm ĐỘNG và TỊNH của tâm ý.

ĐỘNG: có nghĩa là tâm buồn rầu, lo lắng, sợ sệt, giận hờn, ghen tức, căm thù, thương nhớ, phiền não, niệm khởi, suy nghĩ mẩu chuyện này kia, tiếp duyên nói chuyện này kia, miên man nghĩ ngợi lung tung, tâm phóng theo âm thanh, hướng ra ngoài theo tiếng ca, tiếng hát, tiếng nhạc, tiếng đàn, tiếng trống, tiếng kèn, tiếng gọi nhau, tiếng ồn náo. Nói chung là những âm thanh làm cho tâm chạy theo thuộc về ĐỘNG (bể ngang là xả).

TỊNH: Có nghĩa là nghĩa là TỊNH trong ĐỘNG. Nương vào cái động của hơi thở lắng nghe rung động của toàn thân, tức là của THÂN, của THỌ, của TÂM, của PHÁP. Nếu tâm phóng ra ngoài gọi là PHÓNG DẬT. Còn tâm bám chặt trên thân gọi là TÂM ĐỊNH TRÊN THÂN. Rà tới rà lui gọi là TÂM ĐANG QUÁN Tứ Niệm Xứ.

KẾT LUẬN: Tâm có hai niệm ĐỘNG và TỊNH.



**QUÁN PHÁP:** Có nghĩa là những âm thanh, tiếng động và ác pháp bên ngoài tác động vào tâm gọi là PHÁP. Nếu âm thanh, ác pháp tác động không được tâm thì TÂM ĐỊNH TRÊN THÂN, tức TÂM KHÔNG PHÓNG DẬT. Tâm không phóng dật thì muôn pháp lành do đó đều sanh. Pháp lành ở đâu mà có? Ở Tứ Chánh Cần: ngăn ác, diệt ác, sanh thiện, tăng trưởng thiện.

Có 3 tâm, 4 định và 3 thiện hành là thân hành thiện, khẩu hành thiện và ý hành thiện.

**KẾT LUẬN:** PHÁP có hai: THIÊN và ÁC. Như vậy trên THÂN THỌ TÂM PHÁP có tất cả lá 9 niệm.



### **QUÁN TỨ NIỆM XỨ (cách quán thứ hai)**

Những điều cần lưu ý khi tu quán Tứ Niệm Xứ,

- Chìa khóa mở cửa THIÊN ĐỊNH là tâm Không Phóng Dật.

- Trên Tứ Niệm Xứ là chỗ nhập bốn thiền và thể hiện ba Minh.

- Quán thân cho được Tứ Niệm Xứ là chỗ ở của tâm không phóng dật.

- Quán Tứ Niệm Xứ là chỗ ở của tâm định trên thân, thân định trên tâm

- Tứ Niệm Xứ là chỗ ở của tâm thường sống trong Chánh Niệm của đức Phật.

- Tứ Niệm Xứ là chỗ ở của tâm thuần thực.

- Khi tâm không phóng dật thì không còn quán nữa.

- Tứ Niệm Xứ là chỗ ở của Pháp Xuất Thế Gian không pháp tu, chỉ biết quán, không xả nghĩ, tâm luôn luôn bám chặt trên Pháp Xuất Thế Gian.\

**TB.** Quán có nghĩa là quan sát, xem xét thân thọ tâm pháp của mình coi có chướng ngại pháp và các cảm thọ, đau nhức thì đẩy lui bằng Định Niệm Hơi Thở, bằng tác ý hướng tâm. Còn thấy trên thân thọ tâm pháp êm re, chẳng chướng ngại gì thì ngồi chơi theo dõi cái thân coi có biến động gì không. Nhìn thân để theo dõi quan sát hành động ý niệm của thân có xảy ra những gì. Nhìn cái thân xem xét để coi nó làm sao. Nếu nó bám chặt thân thì thôi, bằng nó hướng tâm duyên theo âm thanh, tiếng động bên ngoài thì ra lệnh bảo “Tâm không phóng dật, quay vô nhìn thân, quan sát thân, bám chặt thân”. Như vậy tức là quán thân Tứ Niệm Xứ. Quán như vậy là đúng, phải không thưa Thầy?.

**THẦY PHÊ:** “Đúng vậy. Quán có nghĩa là quan sát thân, xem xét thân.”



### **THẦY DẠY (Những mục cần lưu ý)**

**TÂM KHÔNG PHÓNG DẬT TRÊN TỨ NIỆM XỨ:  
TRÊN THÂN QUÁN THÂN, TRÊN THỌ QUÁN THỌ,  
TRÊN TÂM QUÁN TÂM, TRÊN PHÁP QUÁN PHÁP.**

Quán là quan sát, xem xét trên toàn thân. Đây là pháp tu, chứ mục đích của nó là không phóng dật. Nếu chúng ta không quán, không có pháp quán thì tâm sẽ phóng dật; cho nên chúng ta tập quán cho thuần thục để tâm không phóng dật, rồi chúng ta không quán nữa.

Các con hiểu như vậy mới đúng, chứ đừng hiểu lúc nào cũng quán, lúc nào cũng quán hoài hoài. Quán hoài thành ra là ôm pháp hoài, rồi làm sao giải thoát?

\* Nghe tu Tứ Niệm Xứ trong 4 oai nghi thật sự không phải bắt buộc chúng ta tu hết 4 oai nghi. Ở đây tùy các con ngồi, nằm được thì tốt; ngồi, nằm không được tại vì hôn trầm thù miên thì phải đi. Còn mấy con tỉnh thức, không bị hôn trầm thù miên thì mấy con ngồi, nằm chứ cần gì phải đi cho nhiều. Tại vì hôn trầm nên các con phải đi để phá nó. Tùy chỗ sức tỉnh thức của các con mà đi nhiều hay ngồi nhiều, hay nằm nhiều các con biết, chứ không bắt buộc luôn luôn tu cả 4 oai nghi; nhưng sợ vì các con chỉ ôm một oai nghi tu tập sẽ bị ức chế tâm lọt vào tưởng mất, cho nên buộc các con thay đổi oai nghi để cho tưởng không đánh vào mà thôi. Thí dụ đang ngồi thấy một trạng thái gì kỳ lạ nơi thân tâm, lúc bấy giờ muốn phá nó buộc lòng phải đứng dậy đi. Đó là cách thiện xảo khéo léo giữ tâm mình quán thân, giữ tâm mình không phóng niệm, không phóng dật, sẽ đạt thành kết quả chứng đạo không khó khăn. Hãy giữ gìn đúng giờ tu sẽ thấy kết quả vô cùng an lạc.

\* Người trên thân quán thân, thí dụ bây giờ Thầy đang cảm nhận toàn thân của Thầy, giờ cái đầu Thầy nhức. Biết nhức đầu nhưng đừng khởi nghĩ nhức đầu, chỉ lo quán thân thôi, một chút xíu cái đầu hết nhức. Đó là cái pháp của Phật nói “trên thân quán thân để nhiếp phục tham ưu” - Còn bây giờ nếu thấy nhức đầu các con nói nhức quá, mình tác ý đuổi nó cái đã “Thọ là vô thường, cái nhức đầu này hãy đi đi!”. Như vậy các con đã trở về pháp Tứ Chánh Cần mất rồi.

Ở Tứ Chánh Cần có 4 pháp tác ý, còn ở Tứ Niệm Xứ thì không động tới cái cảm thọ đó đâu. Tâm khởi

niệm thiện, niệm ác thì mặc kệ nó “Tao chỉ biết quán thân chứ chẳng biết, chẳng quan tâm tới mây đâu. Mây xẹt vô tao biết, tao tỉnh chứ tao đâu ngu hay ngủ gật mà không biết”. Khi đang quán thân mà các niệm khởi xẹt vô lúc đang tỉnh biết quán thân thì các niệm đó dừng liền tức khắc, nó không tiếp tục tư duy nữa đâu, tự nó nhiếp phục cái niệm đó, làm cho niệm đó mất đi rồi, không còn niệm thiện ác nào vào chỗ Tứ Niệm Xứ được. Nếu các con biết niệm thiện niệm ác là do các con khởi niệm ra. Như vậy các con ở Tứ Chánh Cần rồi, chứ không phải đang ở Tứ Niệm Xứ nữa. Tứ Niệm Xứ chỉ biết quán thân thôi, đừng cho mất cái quán. Mục đích quán Tứ Niệm Xứ là nhiếp phục tham ưu trên thân, tất cả những cái chướng ngại từ cái niệm cho đến cái cảm thọ của nó.

Nhưng mình có gan dạ đủ không. Nếu đau quá “Trời ơi đau quá! Kiểu này quán hết nổi rồi” thì xuống Tứ Chánh Cần; ai biểu ngồi cao mà rên! Mình quán không nổi thì mình biết sức mình định tỉnh chưa đủ “lực”, vậy thì trở về Tứ Chánh Cần dùng pháp Định Niệm Hơi Thở đẩy lui, hoặc dùng Định Vô Lậu quán xét mà xả. Hoặc nhớ nhà, nhớ vợ, nhớ con thì quán xét đây là ái kiết sử, đây là nhân quả mà xả; chứ cứ lải nhải kiểu đó thì làm sao ở trên Tứ Niệm Xứ được. Nếu nhiếp phục tham ưu được thì ở trên Tứ Niệm Xứ, còn quán không được thì lùi xuống Tứ Chánh Cần tu tập. Khi phá cảm thọ, ái kiết sử, nhân quả rồi thì mình trở lên Tứ Niệm Xứ mà quán. Cứ lên ... cứ xuống ... trôi lên, tuột xuống, chừng nào nó nằm trọn trên Tứ Niệm Xứ thì mới gọi là

trên thân quán thân, còn không thì cứ trôi lên tuột xuống như vậy để tu.

\* Tu Tứ Niệm Xứ thì không có thì giờ nghỉ, bởi vì Tứ Niệm Xứ là cái pháp nó luôn luôn ở trên bốn chỗ thân thọ tâm pháp. Tứ Chánh Cần thì có thì giờ nghỉ. Tứ Niệm Xứ thì không có, nghĩa là chúng ta ngồi chơi chữ có làm gì đâu; đâu có pháp nào đâu mà nhọc nhằn mà cần phải nghỉ, cho nên luôn luôn tự nó tự động quán. Nếu dụng công mà quán là có pháp tu, đó là ta đã ở Tứ Chánh Cần, ở Định Niệm Hơi Thở “Cảm giác toàn thân tôi biết tôi hít vô; cảm giác toàn thân tôi biết tôi thở ra”; còn Tứ Niệm Xứ thì không xả nghỉ, chỉ biết quán, lúc nào nó cũng như vậy, bám chặt thân. Cho nên mới nói 7 ngày, 7 tháng, 7 năm chứng đạo.

Nên lưu ý: Mình đang dụng công là ở trên Tứ Chánh Cần, còn mình không dụng công là ở trên Tứ Niệm Xứ mà Tứ Niệm Xứ thì không pháp tu, chỉ biết quán, không xả nghỉ, nó luôn luôn ở trên thân của nó, cho nên lúc nào cái niệm gì đến nó “tự quán nhiếp phục hết”. Khi ngồi tự nhiên cảm thấy “Tâm thanh thản an lạc vô sự” thì tự động nó cảm thấy toàn thân của nó bởi lẽ nó quán thân nó thì nó phải thấy toàn thân của nó chứ sao không thấy được.

Bước vô Tứ Niệm Xứ, đức Phật xác định thời gian 7 ngày, 7 tháng, 7 năm liền; sao Tứ Chánh Cần đức Phật không nói? – Tại vì Tứ Niệm Xứ không có thời gian nghỉ cho nên nó có thời gian 7 ngày, 7 tháng, 7 năm chứng quả chứ sao. Đức Phật 49 ngày chứng đạo là ở trên Tứ Niệm Xứ chứ không phải ở trên Tứ Chánh Cần.

**Đức Phật nhập vào Sơ Thiên được đầu phải khơi khơi ở ngoài nhập vô liền. Bao giờ cũng phải ở trên Tứ Niệm Xứ thân thọ tâm pháp. Muốn vào định nào cũng phải ở trên bốn chỗ đó; phải đi vào Tứ Niệm Xứ mới vào tứ Thánh Định được, bởi vì Chánh Niệm rồi mới Chánh Định, chứ chưa Chánh Niệm thì làm sao Chánh Định được.**

**Điểm lưu ý: Chánh Niệm là chỗ quan trọng rất lớn, nó nằm cái chỗ tâm không phóng dật và bất động tâm. Từ cái gốc bất động tâm đó mới vào được Sơ thiên, Nhị thiên, Tam thiên, Tứ thiên.**

**Mục đích của đạo Phật vạch ra rất rõ ràng, không lời mờ, tu một cách ảo tưởng, không cụ thể. Cho nên khi Thầy dạy, các con biết rõ pháp của Phật thì sau này không có một ai nói sai, dối gạt các con được đâu.**



*(Đức Trưởng Lão nói chuyện với quý Phật Tử Lão Thành ở Thủ Đức Hà Nội)*

## TÁNH THẲNG THẮN

### LỜI PHẬT DẠY

“ Thấy cái dở mà không dám chê là hèn kém, là nhút nhát, là dua nịnh

Thấy cái hay mà không dám khen là ganh tị, hẹp hòi, cao ngạo ”

### CHÚ GIẢI

*Phật dạy: “Thấy cái dở mà không dám chê là hèn kém, là nhút nhát, là dua nịnh”. Đúng vậy, khi chúng ta biết kinh sách nào Đại Thừa và Thiên Đông Độ là không phải giáo pháp của Phật, mà chính do các Tổ biên soạn theo giáo lý của Bà La Môn, với mục đích là đìm và diệt Phật Giáo, mà không dám nói ra, lại còn tán dương, a dua, nịnh bợ theo, thì thật là hèn nhát, những người như vậy không xứng đáng là tín đồ Phật Giáo. Người tín đồ Phật Giáo phải gan dạ, phải thẳng thắn dám ăn, dám nói, chỉ thẳng những cái sai, cái không phải của Phật Giáo. Dừng lại những gì của Phật Giáo đang bị ném bỏ. Đừng có a dua theo kinh sách Đại Thừa mà trở thành kẻ hèn nhát các bạn ạ!?”*

*Người có trí mà không thấy cái sai trong kinh sách phát triển Đại Thừa và Thiên Đông Độ thì đâu được gọi là người có trí. Như Phật dạy: “Mình ngu mà biết mình ngu là mình có trí, mình ngu mà không biết mình ngu là mình chỉ ngu”. Cho nên, mình là những tu sĩ và cư sĩ của Phật Giáo mà không thấy cái sai của kinh sách phát triển Đại Thừa thì không thể gọi mình là người có trí. Bởi vì kinh sách phát triển Đại Thừa có rất nhiều cái sai, chứ đâu phải có một hoặc hai. Chắc các bạn đều thấy biết rất rõ, nhưng các*

*bạn quá sợ hãi trước cái khối lực lượng Đại Thừa quá đông đảo. Trước một thế lực đông đảo như Đại Thừa hiện nay, mà dám nói thẳng cái sai của giáo pháp Đại Thừa là một người tốt, nói để sửa sai chứ không phải nói xấu mà sợ. Phải không các bạn?*

*Ví dụ: Một Quan Giám Nghị Đại Phu dám can ngăn nhà vua, là vì lợi ích hạnh phúc cho toàn dân, cho đất nước đó. Một tu sĩ Phật Giáo hay một cư sĩ Phật Giáo dám nói cái sai của kinh sách Đại Thừa là vì lợi ích cho Tăng, Ni và tín đồ Phật Giáo. Người như vậy mới là người có trí tuệ, người có lòng thương yêu rộng lớn đối với đạo cũng như đời.*



*Phật dạy: “Thấy cái hay mà không dám khen là ganh tị, hẹp hòi, cao ngạo”. Đúng vậy, là tu sĩ Đại Thừa thấy cái đúng của Phật Giáo Nguyên Thủy mà không dám khen, là ganh tị, hẹp hòi, là cố chấp, kiến chấp, là không thấy xa, hiểu rộng. Làm con người thì phải có trí tuệ thông minh, phải nhận biết đâu đúng, đâu sai, chứ đâu phải là người đui, người điếc.*

*Thấy người khác hay hơn mình, biết rất rõ mà không dám khen đó là do lòng ganh tị, hẹp hòi, cao ngạo; người như vậy là người xấu, người không đáng cho ta kính trọng.*

*Tóm lại hai câu trên đây, chúng ta phải hằng ghi nhớ trong lòng, để mình không trở thành người hèn kém, nhút nhát, lúc nào cũng là người dám ăn, dám nói thẳng một sự thật.*





## NGUYỄN ƯỚC

**Hỏi:** Kính thưa Thầy, Nhiều khi con cảm thấy tại sao con ít nói, tại sao con thích ngồi một mình trầm lặng, tại sao con thích chỗ vắng lặng của cảnh thiên nhiên mà không thích chỗ ồn náo, có kiến trúc cực kỳ văn minh, sang trọng. Và tại sao con thích đơn giản, không cầu kỳ hình thức ngày nào cũng như ngày này, không ngày nào mà không thấy buồn khổ của mình và của tất cả chúng sanh, kể cả ngày Xuân (Tết).

Thưa Thầy hiện giờ tâm con là như thế, con thấy biết Tứ Diệu Đế rất rõ, nhưng con chưa đủ duyên để thực hành, thành công Đạo, Diệt. Thầy bảo rằng con yếu đuối không thể thực hiện đạo giải thoát bằng giai đoạn 2. Theo con nghĩ tại con chưa đủ duyên hay duyên chưa tới. Vì nếu tới thì rất dễ như trở bàn tay.

Con xin Thầy quán xét, con kiếp nào mới thực hiện được nguyện ước xuất gia tu hành chấm dứt sanh tử luân hồi ưu bi khổ não. Con cũng xin Thầy quán xét Nhứt có bước vào Chánh pháp của Phật được không?

**Đáp:** Đạo Phật tu không khó, ai có thân người đều có thể tu chứng được, chứ không như lý luận của kinh sách phát triển: “Tu phải trải qua nhiều kiếp”, nhưng người tu phải có quyết tâm xả bỏ cuộc sống tầm thường, ích kỉ, hèn hạ, nhỏ mọn v.v.. thì mới tiếp nhận được cuộc sống thanh khiết và cao thượng.

Con đủ duyên vì gặp được chánh pháp của Phật, nhưng duyên chưa tới là vì : Thầy chưa có một Cấp Cô Độc

cúng đường cơ sở cho chúng Tỳ kheo tu tập để sống đúng Thánh hạnh.

Ví dụ: Chương trình học và học sinh đã có sẵn, nhưng trường ốc chưa có, đó là duyên chưa tới, nhiều người hiểu sự tu quá đơn giản họ luận: “*Tu thì ở đâu lại tu không được, tu ở tâm chứ đâu phải là chỗ ở*”. Đạo Phật không chủ trương như vậy, mà chủ trương sống thành thói quen, cho nên có môi trường tốt thì con người sẽ sống thành thói quen tốt, môi trường xấu con người sẽ sống thành thói quen xấu, đó là một bằng chứng cụ thể hiển nhiên, cho nên đức Phật lấy giới đức làm đầu của sự sống “sống là tu, tu là sống chứ không phải sống khác, tu khác”.

Chỗ Thầy đang ở là cơ sở của Đại Thừa và Thiên Đông Độ, không phải là cơ sở chúng Thánh tăng ở, trong cơ sở này Thầy đã chuyển hóa rất nhiều, loại trừ những cúng bái tụng niệm, mê tín chỉ còn chưa tổ chức cách thức về ăn uống cho trọn vẹn, ăn uống ở đây còn giống Đại Thừa (nấu ăn) mà hạnh về ăn uống của đạo Phật rất là quan trọng vì nó là nuôi chánh mạng cho các tu sĩ, nếu không tổ chức khâu này thì đương nhiên sống theo kiểu Đại Thừa là nuôi tà mạng, mà nuôi tà mạng thì tu sĩ không bao giờ ly dục ly ác pháp được, nếu không ly dục ly ác pháp thì tu sĩ không bao giờ nhập chánh định được.

Vì thế con có duyên với Chánh Pháp mà duyên tu chưa tới, nếu có cơ sở sống đúng phạm hạnh Thầy hướng dẫn tu tập, đừng tu sai lời dạy của Thầy thì quyết định trong một đời này con sẽ thực hiện được nguyện ước xuất

gia tu hành, chấm dứt sanh tử luân hồi. Cháu Nhựt cũng vậy, chỉ trong một đời này mà thôi. Con và cháu Nhựt đều có đủ duyên với chánh pháp nên đã gặp Thầy và có lòng tin những gì Thầy dạy, nhưng duyên chưa tới nên cháu Nhựt và con vẫn còn trôi lăn trong việc kinh doanh ...

Tám năm trời Thầy giao cho Chơn Tâm lo liệu cơ sở tu hành ở Phước Hải, nhưng gặp nhiều trắc trở khó khăn cho đến nay chưa xong..... Âu! đó cũng là duyên chưa đủ, phước chúng sanh còn mỏng, nên Thầy bảo con còn yếu chưa tu được ở giai đoạn 2 là lý do này để con yên tâm tu tập xả tâm trong các đối tượng giao tiếp của gia đình và xã hội.

Vài hàng con rõ Thầy có lời thăm chúc cả gia đình con được mạnh khoẻ an vui sống đúng đạo đức nhân quả không làm khổ mình khổ người

*Kính thư, Thầy của các con*

---&gt;>☐<<---

## **ĐỨC PHẬT KHÔNG LÀM CHỦ NHÂN QUẢ**

Hỏi: *Kính thưa Thầy, trong tập hai Đường Về Xứ Phật, bìa xanh, mục nhân quả trang 160 Thầy viết khi Đức Phật nhập Niết Bàn, Ngài bị đau lưng nên bảo ông Anan trải tọa cụ để nằm nghỉ.*

*Khi nhập diệt Đạo Phật là đạo làm chủ sanh, già, bệnh, chết, cơ sao Đức Phật lại bị đau lưng như vậy?*

*Đức Phật phải nhập định ba lần xuôi ngược rồi mới nhập diệt, như vậy là ý nghĩa gì?*

*Nếu kinh sách Đại Thừa nói Đức Phật đau lưng thì không thể nào được ghi vào sách của Thầy, mong Thầy chỉ dạy cho chúng con.*

**Đáp:** Trong câu này gồm có ba câu hỏi:

- 1- Làm chủ bệnh sao Đức Phật lại bệnh đau lưng
- 2- Làm chủ chết sao Đức Phật không tự tại nhập diệt mà phải nhập định ba lần?
- 3- Tạo sao đoạn kinh này lại được ghi vào sách của Thầy?

❖ Như con đã biết trong kinh sách Nguyên Thủy, Đức Phật dạy phương cách làm chủ bệnh là pháp môn Tứ Niệm Xứ. Pháp môn Tứ Niệm Xứ là pháp môn khắc phục những sự đau khổ của thân và tâm (Trên thân quán thân để khắc phục tham ưu...) tức là làm chủ sanh, già, bệnh, chết. Người cha sinh ra pháp môn ấy là Đức Phật. Thế sao Đức Phật lại còn bị bệnh đau lưng? Một điều vô lý hết sức. Giáo lý Đạo Phật có mâu thuẫn nhau không?, có lường gạt người ta không? Mà lại viết những điều này!

Ai đã viết điều này trong kinh sách Nguyên Thủy? (*Đức Phật đau lưng*) Ai đã phỉ báng Đức Phật như thế này? (Nói láo). Nếu không có Thầy thực hiện và không có các đệ tử của Thầy tu tập pháp Tứ Niệm Xứ đẩy lui các bệnh khổ thì ai là người minh oan cho Đức Phật và xác định Tứ Niệm Xứ là pháp môn làm chủ sanh, già, bệnh chết thật sự. Trong khi đó kinh sách Nguyên Thủy

ghi chép Đức Phật đau lưng rõ ràng bằng giấy trắng mực đen.

Chúng tôi chứng nghiệm được pháp môn Tứ Niệm Xứ đẩy lui các chướng ngại pháp trên thân tâm nên mạnh dạn tuyên bố với các bạn: *“đoạn kinh kết tập này là sai do người sau thêm vào để che đậy pháp môn Đại Thừa tu hành không làm chủ bệnh”*

Hơn 25 thế kỷ trôi qua ai cũng nghĩ rằng Đức Phật chưa có làm chủ bệnh khổ. Người tu xong đọc đến đoạn kinh này rất đau lòng và thương cho Phật Giáo. Vì thương mình, thương người. Đức Phật phải bỏ hết sự giàu sang, quyền thế, dục lạc thế gian, phải hy sinh cả thân mạng để mưu cầu hạnh phúc an vui cho mọi người. Ngài là người cha sinh ra Phật Giáo, vậy ai nỡ nhẫn tâm viết những đoạn kinh ghép vào trong kinh sách nguyên Thủy để đánh lừa mọi người khác, để phỉ báng Đức Phật thật là đau lòng, những kẻ ấy sẽ bị đọa xứ ác, chịu khổ đau vô lượng.

❖ Đức Phật nhập Sơ Thiên, Nhị Thiên, Tam Thiên và Tứ Thiên nhập xuôi nhập ngược ba lần rồi nhập vào Tứ Thiên xả bỏ báo thân. Đó là *“thân hành di chúc”* lần cuối cùng để nhắc người đời sau: *“Tứ Thánh Định mới là chánh định, mới là thiên của Phật Giáo”*.

Nhập Tứ Thánh Định, xả bỏ báo thân cũng là xác định cho người đời sau biết: Chỉ có bốn thiên này mới làm chủ sanh, già, bệnh, chết, ngoài bốn thiên này không có thiên nào làm chủ trọn vẹn bốn sự đau khổ của kiếp

người được. Các bạn nên lưu ý: những thiền của ngoại đạo, làm chủ được cái này thì không làm chủ được cái kia.

❖ Đoạn kinh này rút ra từ trong kinh tạng Nguyên Thủy, được ghi vào sách Đường Về Xứ Phật, để xác định cho mọi người thấy cái sai của những người kết tập kinh sách thường thêm vào và bớt ra làm kinh sách nguyên gốc của Phật Giáo mất giá trị như đoạn kinh trên đây. Trong sách Đường Về Xứ Phật bìa xanh (N.X.B Văn Hóa Thông Tin) người biên tập đã cắt bỏ đoạn kết luận của bài Nhân Quả làm mất ý nghĩa. Xin cáo lỗi cùng các bạn.  
❖❖❖❖

## CHÙA TO PHẬT LỚN

*Hỏi: Kính thưa Thầy! Trong nhiều sách Thầy nói về chùa to Phật lớn và có ví dụ như nước Cam Pu Chia có chùa Đế Thiên, Đế Thích và tháp Anko. Về phần này có hai cách hiểu khác nhau.*

*Thưa Thầy, Thầy dạy những bậc tu Phạm hạnh của Đạo Phật là ba y một bát nay đây mai đó. Chùa càng to Phật càng lớn thì càng bận tâm. Có đúng như vậy không thưa Thầy?*

*Hiện nay về phương diện lịch sử, kinh tế, du lịch, mỹ quan thì người ta cho đó là những kỳ quan cả thế giới công nhận, tuy nhiên khi làm ra nó thì vất vả tốn kém, song hiện nay người ta thu lợi rất lớn về du lịch và người họ tự hào vì đã được Unesco công nhận lịch sử văn hóa hàng đầu của thế giới trong tám kỳ quan. Như vậy Thầy có thể dạy trong sách việc xây chùa tượng bằng hai cách:*

- *Một là đối với tu sĩ chuyên tu thì sống đơn giản.*
- *Hai là đối với tu sĩ đã tu xong thì có thể đến nơi đó để thuyết pháp, vì những người này chùa nào họ cũng không động tâm. Nhờ nơi đó người dân dễ tập trung nghe pháp, nó sẽ làm tăng giá trị lịch sử của Phật Giáo. Các thế hệ sau này cũng tự hào về tôn giáo của họ. Vậy Thầy có thể giảng cho con tường tận vấn đề này được không?*

**Đáp:** Ai đọc kinh sách Phật Giáo Nguyên Thủy đều phải công nhận giáo lý của Đạo Phật là chân lý của loài người. Nói chân lý loài người là nói đến một sự thật không hề có một chút xíu không đúng. vì vậy nó là đạo đức nhân bản – nhân quả, nên Đức Phật đã xác định:

“Thiên thượng thiên hạ  
Duy ngã độc tôn”.

Đạo Phật chủ trương nhân bản, lấy con người làm trụ cốt, biến cõi sống thế gian thành cảnh Cực Lạc, Thiên Đàng, chứ không có hình thức mơ mộng, ảo tưởng Thiên Đàng, Cực lạc hoặc Thần Thánh, Tiên Phật, Ngọc Hoàng, Thượng Đế, Chúa Trời v.v...

Do chủ trương nhân bản – nhân quả nên Phật Giáo lấy đức hạnh (Giới luật) làm chỗ nương tựa, làm thầy hướng dẫn, làm cuộc sống cho mình. Vì thế xây chùa to Phật lớn là sai. Gương hạnh Đức Phật ngày xưa còn đó. Thành đạo dưới cội cây Bồ đề. Chết dưới cội Sa La song thọ. Thế mà ngày nay chùa to Phật lớn khắp nơi, lại còn có những ngôi chùa, tháp được mọi người công nhận là kỳ quan đệ nhất thế giới thì thử hỏi những việc làm này đi

ngược lại tinh thần “xả phú cầu bần” của Phật Giáo thì còn gì là Phật Giáo nữa. Phải không các bạn?

Vì lấy con người làm gốc nên Phật Giáo phải xây dựng con người. Xây dựng con người để trở thành những kỳ quan thế giới bằng chất liệu đức hạnh không làm khổ mình khổ người và khổ tất cả chúng sanh. Theo chúng tôi thiết nghĩ đó là một kỳ quan thế giới tuyệt vời. Xứng đáng để con người tự hào hãnh diện về con người thì mới đúng nghĩa. Còn xây chùa to Phật lớn lấy chất liệu đất đá mô phỏng theo hình thức vạn vật vũ trụ thiên nhiên tạo ra rồi tự hào bảo nhau đó là kỳ quan thế giới. Thực tế trên hành tinh này vũ trụ đã xây dựng biết bao nhiêu kỳ quan đẹp để gấp trăm ngàn lần những kỳ quan của loài người: như Vinh Hạ Long, Phong Nha v.v... Trước những cảnh này con người có làm được như vậy không?

Những kỳ quan thế giới hiện giờ chỉ là những sự mô phỏng bắt chước thiên nhiên vũ trụ, vẻ hùng vĩ đẹp đẽ của nó còn thua xa vũ trụ gấp trăm ngàn lần như trên đã nói thì có gì mà chúng ta tự hào?

Những vật chất này đều vô thường, không bền chắc, không giữ gìn được lâu dài, chỉ một trận động đất những kỳ quan này còn bảo tồn được nữa không?

Một kỳ quan của loài người, lấy chất liệu đạo đức xây dựng thì động đất không làm hư hoại, lũ lụt không trôi, bão tố không làm sụp đổ, hỏa hoạn không thiêu đốt được, đi khắp bốn phương ngược gió không trở ngại. Phật Giáo chủ trương như vậy, vì lấy con người làm gốc,



nên người nào đi ngược lại xây dựng chùa to Phật lớn là không phải Phật Giáo là Thần đạo, là đạo mê tín, là đạo lường gạt con người.

Tôn giáo có thể giới siêu hình là tôn giáo phi khoa học, phi nhân bản, vô đạo đức nhân bản - nhân quả v.v.. Phần đông những tôn giáo này đều có chùa to Phật lớn.

Đệ tử của Đức Phật ngày xưa được sự chỉ đạo của Ngài nên không cất chùa to Phật lớn, chỉ am tranh vách lá cúng dường Phật và chư Tăng để tránh mưa ẩn nắng tu hành, chứ không có thờ phượng như chúng ta ngày nay. Những nơi ở ấy được gọi là “TỊNH XÁ”. Tịnh xá có nghĩa là ngôi nhà ở thanh tịnh. Trong kinh sách Nguyên Thủy thường nhắc những tịnh xá như: Tịnh xá Kỳ Hoàn, tịnh xá Trúc Lâm v.v...

Hòa Thượng Huệ Quang, Hòa Thượng Khánh Anh tổ chức những chuyến hành hương về thăm xứ Phật. Trước mắt các Ngài, tịnh xá Kỳ Hoàn và tịnh xá Trúc Lâm chỉ còn là một khu rừng hoang vu không tìm ra một cục đá, một viên gạch, chứng tỏ ngày xưa Đức Phật và chúng Thánh Tăng sống dưới bóng cây, dưới túp lều tranh lá hay trong hang hóc.....Những nơi Thánh địa ấy chứng tỏ Phạm hạnh của tu sĩ thời bấy giờ rất cao.

Tất cả các tôn giáo trên hành tinh đều nhắm vào sự xây dựng cơ sở đồ sộ vĩ đại để lại như: Tòa Thánh La Mã (Thiên Chúa), Đế Thiên, Đế Thích, đền Ankor (Phật Giáo Nam Tông), tòa Thánh Tây Ninh (Cao Đài Giáo) v.v...

Còn cơ sở Phật Giáo Nguyên Thủy chỉ còn là một khu rừng hoang vu. Chính khu rừng hoang vu ấy mới nói lên ý nghĩa đạo đức nhân bản - nhân quả không làm khổ mình khổ người, khổ tất cả chúng sanh. Đó là tòa Thánh của Phật Giáo, là một kỳ quan thế giới đẹp nhất của mọi người.

Mục đích của Phật Giáo là giải thoát mọi sự đau khổ, vì thế phải dứt bỏ sanh y tức là xả bỏ sạch, chỉ còn ba y một bát, sống không nhà cửa, không gia đình. Sống không nhà cửa, không gia đình là một giới hạnh của người tu sĩ, thế mà có chùa to Phật lớn thì giới hạnh của tu sĩ còn gì? Như vậy tu sĩ nào sống trong chùa to Phật lớn là tu sĩ Phạm giới. Tu sĩ phạm giới là Ma Ba Tuần trong Phật Giáo, là trùng trong lòng sư tử đang diệt Phật Giáo. Xin các bạn lưu ý.

Còn bảo rằng tu sĩ đã tu xong, ở trong chùa to Phật lớn, đâu sợ gì dính mắc, Vả lại dùng cơ sở đó làm nơi giảng đạo mọi người tập trung về nghe pháp rất tiện lợi.

Thuyết giáo đầu bằng thân giáo, người sống phạm giới, phá giới thuyết giảng cho mọi người nghe cũng giống như đào kép hát múa, diễn tuồng trên sân khấu. Chùa to Phật lớn là sân khấu cho những giảng sư tu hành chưa tới đâu, còn người tu chứng đạo, vì ích lợi mọi người, nên giữ đúng Phạm hạnh “xả phú cầu bần”, lấy thân giáo dạy người, làm gương sáng đạo đức cho mọi người soi nên từ giả những nơi cung vàng điện ngọc, chùa to Phật lớn.

## NHỤC THÂN

**Hỏi:** *Kính thưa Thầy! Trong sách Đường Về Xứ Phật Thầy có đề cập đến những vị tu thiên để lại nhục thân. Theo Phật Giáo người tu sĩ để lại nhục thân là không đúng với chủ trương của Đạo Phật. Người tu thiên để lại nhục thân không từ trường, chỉ khi nào nhập định mới có từ trường. Vậy con có những giả thuyết như sau:*

- *Thứ nhất: ướp xác bằng các hình thức, nhưng khi chết có thể rất đau đớn, không thể ngồi tư thế kiết già.*

- *Thứ hai: dùng thuốc tự tử trong tư thế ngồi kiết già thì phải lấy dây bó thật chắc, nếu không trước khi chết, dây dựa cơ thể ngã nghiêng không thể ngồi ngay thẳng.*

- *Thứ ba: Phải có một pháp môn nào đó, họ tự tự ra đi trong tư thế kiết già. Và như vậy họ cũng làm chủ được sự chết. Con vô minh cúi mong Thầy chỉ dạy.*

**Đáp:** Đức Phật nhìn thân người là một chất bất tịnh hôi thối do các duyên hợp lại, thường thay đổi tạo nhiều khổ đau, nên thân người không có gì quý báu.

Người tu hành không hiểu mục đích của Đạo Phật, nên thường nghĩ ra những điều kỳ lạ để bảo chứng sự tu hành của mình chứng đạo.

Thưa các bạn! Mục đích của Đạo Phật là chỗ bất động tâm trước pháp ác và các cảm thọ, chứ không phải để lại nhục thân, xá lợi v.v.. hoặc ngồi thiền năm bảy ngày, tịnh chỉ hơi thở hoặc thị hiện thần thông biến hóa tàng hình v.v...

Trong kinh sách Phật không có dạy cách thức tu tập để lại nhục thân và xá lợi, chỉ có các vị Tổ bày đặt ra để lừa đảo người khác khiến cho tín đồ mê tịm hiếu kỳ cúng dường nhiều tiền bạc để thụ hưởng ngôi trong mát ăn bát vàng và xây cất chùa to Phật lớn làm nơi du lịch tham quan để thu lợi nhiều hơn nữa.

Nghệ thuật ướp xác để lại nhục thân bằng mọi hình thức khác nhau hoặc xá lợi, đó không phải mục đích của Đạo Phật như trên đã nói. Để lại nhục thân và xá lợi là hình thức của ngoại đạo, là trò lừa đảo bằng con đường thiền ức chế tâm như: thiền Yoga, thiền ông Tư, ông Tám, Thiền Tông Trung Hoa, Mật Tông Tây Tạng v.v...

Thường thấy cái lạ và cái kỳ đặc là cho người đó tu chứng đạo là sai, người làm trò ảo thuật có tu chứng đạo không? Người chui qua vạn lý trường thành, người chôn trong đất, chìm trong nước không chết, người đi trên lửa không cháy, những người ấy có chứng đạo không? Chứng đạo sao còn háo danh biểu diễn những trò ảo thuật như vậy?

Chứng đạo là làm chủ sanh, già, bệnh, chết, sống đúng giới hạnh chuyển hóa nhân quả ác, biến thế gian thành cõi Cực Lạc Thiên Đàng.

Phật Giáo có mục đích tu chứng rõ ràng, cụ thể, không có mơ hồ trừu tượng, không có thần thông ảo thuật, nên không chấp nhận những trò lừa đảo này. Xin các bạn lưu ý đừng để ngoại đạo lường gạt.



## GIÁO TRÌNH TU TẬP BÁT CHÁNH ĐẠO

**Hỏi:** *Kính thưa Thầy! Vì Lợi ích chúng sanh con xin thỉnh Thầy viết bộ Giáo Trình cốt lõi dành cho những người chuyên tu từ sơ cơ đến cao cấp (A La Hán). Trong từng cấp học có những bài học theo thứ tự từ thấp lên cao. Sau khi học xong mỗi cấp đều được kiểm chứng kết quả tu học. Nếu kiểm chứng kết quả tu học không đúng tiêu chuẩn thì được ở lại tu học lớp cũ.*

*Hiện giờ giáo trình tu học chưa có, những người ở xa Thầy gặp nhiều khó khăn. Nếu họ tu sai không thấy kết quả, mất hết lòng tin, sự tu hành thối chuyển hoặc rơi vào thiên tưởng của ngoại đạo rất nguy hiểm. Con lấy ví dụ của con mà suy đoán. Mong Thầy chỉ dạy.*

**Đáp:** Một mô hình kết tập kinh sách Phật lần thứ năm, được Thầy đã vẽ ra một cái khung sườn rất rõ ràng qua bài “ĐẠO ĐẾ” trong tập Đặc San Mừng Ngày Sinh Nhật Thầy.

Lần kết tập này là lần biên soạn Giáo trình tu học cho tám lớp Đạo Đế để đào tạo và rèn luyện đức hạnh vô lậu Thánh đệ tử Phật. *Nếu hiện giờ có được bốn năm vị A La Hán thì sự biên soạn chỉ trong năm ba năm là xong hết. Nhưng hiện giờ chỉ có một mình Thầy thì phải có thời gian dài. Nhưng dù sao cũng do phước báu của chúng sanh, nếu phước chúng sanh không đủ thì chúng ta có muốn gì cũng khó làm được.*

Theo Thầy thiết nghĩ: Giáo trình tu học tám lớp Đạo Đế, để đào tạo và rèn luyện đạo đức nhân bản –

nhân quả không làm khổ mình khổ người rất cần thiết cho mọi người trên hành tinh này. Do đó Thầy cũng quyết tâm soạn thảo cho xong chương trình giáo dục đào tạo đức hạnh, đem lại sự lợi ích, an vui hạnh phúc cho mọi người, trước khi rời khỏi thế gian này thì Thầy mới mãn nguyện.

--->★<---

### CHÁNH KIẾN

*Hỏi Kính thưa Thầy ! Sau khi con đọc bài ĐẠO ĐẾ trong Đặc San Kỷ Niệm Ngày Sinh Nhật Thầy, con có một vài điều thắc mắc về những bài học trong lớp Chánh kiến như: Tứ Bất Hoại Tịnh, nhĩ căn, nhĩ căn và tử căn.. Tại sao lại niệm Phật, niệm Pháp, Niệm Tăng và Niệm Giới trên lớp Chánh kiến? Tu học như vậy có giống như Đại Thừa không? Khi người mới vào tu thì Đại Thừa dạy: niệm Phật là niệm danh hiệu Đức Phật, niệm pháp là tụng kinh, niệm Tăng là cúng dường trai tăng và niệm giới là tụng giới vào ngày rằm và ngày 30 mỗi tháng. Thưa Thầy lớp chánh kiến tu học mà Thầy đã giảng dạy như vậy thì cũng giống như bên Đại Thừa, xin Thầy chỉ dạy cho con được rõ. Còn Nhĩ căn, nhĩ căn và Tử căn phải tu học như thế nào trong lớp chánh kiến?*

**Đáp:** Nguyên nhân có bài giảng về Đạo Đế trong Đặc San Mừng Ngày Sinh Nhật Thầy, do Phật tử Bảo Châu xin Thầy chỉnh lại bài Tứ Diệu Đế, nhưng Thầy thấy bài kinh Tứ Diệu Đế cái sai nhất là bài Đạo Đế, từ xưa các nhà học giả tu hành chưa chứng đạo nên đã giảng dạy sai không đúng chánh pháp của Phật.

**Đạo Đế là một mô hình giáo dục đào tạo đạo đức nhân bản - nhân quả của Đức Phật nhằm để hướng dẫn bốn giới đệ tử của mình tu học trở thành những bậc Thánh A La Hán. Vì thế nó đã phân ra ba cấp và tám lớp tu học rất rõ ràng giống như chương trình giáo dục văn hóa của các quốc gia trên thế giới.**

**Thầy đã dự định chương trình soạn thảo giáo trình tu học trong ba cấp và tám lớp học này, nhưng phải lần lượt không thể ngay bây giờ được, vì hiện giờ Thầy còn đang soạn thảo bộ Giới Đức Thánh Tăng, Thánh Ni trên một ngàn trang giấy và còn tiếp đến bộ sách Đạo Đức Nhân Bản - Nhân Quả trên 10 tập mỗi tập trên 300 trang giấy. Với việc làm quá nhiều, ngoài sức tưởng tượng của con người. Cho nên khi Bảo Châu nhờ Thầy chỉnh lại Tứ Diệu Đế thì Thầy viết bài Đại Cương Về Đạo Đế để mọi người nhận xét và thấy rõ chương trình giáo dục đào tạo bậc A La Hán của Phật Giáo rất rõ ràng cụ thể, chứ không như kinh sách Đại Thừa của các Tổ biên soạn một cách mù mờ. Với lộ trình tu hành mơ hồ, ảo tưởng đầy hoang đường và mê tín**

**Bài Đạo Đế này khi đến tay quý Phật tử cũng như các bậc tôn túc Hoà Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức, Tăng, Ni cùng với các cư sĩ bốn phương sẽ làm đảo lộn sự hiểu biết xưa nay của các vị, nhưng đây là một sự thật, là một chân lý. Không lẽ một chân lý của Phật Giáo mà hiểu một cách lầm lạc như các nhà Đại Thừa vậy sao?**

Bài giảng ấy tuy ngắn, nhưng nó là một cú “sốc” mạnh làm đau đầu cho các nhà học giả và cảnh cáo cho các vị ấy, phải tu tập cho đến nơi đến chốn chứ đừng trên chữ nghĩa mà thuyết giảng, thành người vọng ngữ, chẳng ích lợi gì cho ai mà còn tai hại cho Phật Giáo và các thế hệ tuổi trẻ sau này.

Cho nên khi đọc bài Đạo Đế, không riêng Thu Phương lấy làm lạ, mà còn có nhiều người lại hỏi chúng tôi: Vậy kinh sách Nguyên Thủy Phật dạy: “Tứ Bất Hoại Tịnh”. Tứ Bất Hoại Tịnh không phải là pháp môn niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng, niệm Giới sao ?

Kính thưa quý Phật tử ! Đức Phật dạy:

Tứ Bất Hoại Tịnh là một pháp môn tu tập làm cho thân tâm không hư hoại sự thanh tịnh. Tứ Bất Hoại Tịnh chính là pháp môn niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng, niệm Giới của Phật Giáo Nguyên Thủy, nó không giống pháp môn niệm Phật của Đại Thừa (Tịnh Độ Tông). Chuyên niệm hồng danh Phật suông.

Kính thưa Quý Vị ! Theo như kinh Nguyên Thủy Đức Phật dạy:

1/ Niệm Phật là sống như Phật, chứ không phải niệm danh hiệu Phật. (Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật)

2/ Niệm Pháp là sống đúng như pháp, tu tập đúng như pháp, chứ không phải tụng kinh.

3/ Niệm Tăng là sống hòa hợp như chúng Tăng,



không chống trái nhau, chứ không phải trai tăng cúng dàng lạy lễ các vị Tăng để cầu phước báu.

4/ Niệm Giới là sống đúng Phạm hạnh, không hề vi phạm giới luật và không phạm một lỗi nhỏ nhặt nào, chứ không phải hằng tháng vào ngày 30 và ngày rằm cùng nhau tụng giới.

Nghe dạy niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng, niệm Giới thì các nhà học giả kiến giải theo chữ nghĩa mà giải thích ra, niệm là đọc lầm thâm trong ý như câu; “Nam Mô Phật Bốn Sư Thích Ca Mâu NI hay Nam Mô Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn”. Hay niệm Nam Mô A Di Đà Phật. Niệm như vậy là niệm theo kiểu Đại Thừa không có nghĩa gì cả, không có sự giải thoát gì cả. Ở đây Đức Phật dạy niệm tức là sự tư duy Phật, Pháp, Tăng và Giới để chúng ta thấu triệt Phật, Pháp, Tăng và Giới hàm nghĩa giải thoát như thế nào, để chúng ta noi theo đó mà thực hiện sống và tu tập đúng như Phật, như Pháp, như chúng Thánh Tăng và như Giới luật đã dạy.

Bài pháp Tứ Bất Hối Tịnh này được tu học và rèn luyện trên lớp Chánh Kiến. Do tu học trên lớp Chánh Kiến, nên phải dùng nhãn căn, nhĩ căn, tỷ căn mà tu tập.

Có hiểu biết và tu tập như vậy thì mới có giải thoát thật sự, còn niệm danh hiệu Phật, tụng kinh, cúng dàng trai tăng, đánh lễ chư Tăng và tụng Giới, dù có niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng và niệm Giới như vậy cho

đến muôn kiếp ngàn đời thì cũng chẳng có giải thoát được chút nào. Người ta đã lầm, niệm như vậy là để nhất tâm bất loạn tức là niệm không có vọng niệm xen vào, chỉ duy nhất có câu niệm Phật mà thôi thì sẽ được vãng sanh Tịnh Độ, đó là hiểu theo kiến giải lầm lạc của Tịnh Độ Tông (Thất nhứt nhất tâm bất loạn chuyên trì danh hiệu A Di Đà Phật dĩ chư Thánh chúng hiện tại kỳ tiền...). Còn hiểu theo Thiền Tông thì nhất tâm bất loạn tức là chẳng niệm thiện niệm ác, chẳng niệm thiện niệm ác bản lai diện mục hiện tiền là thiền định, là Phật tánh, nhưng tất cả những sự tu tập như vậy đều sai hết quý vị ạ ! Chỗ nhất tâm bất loạn của quý vị sẽ rơi vào thế giới tưởng của tướng uẩn, nơi đây là mê hồn trận của tà giáo ngoại đạo. Quý vị tu hành cần nên cảnh giác nơi hang hùm nguy hiểm này. Nếu tu tập đến đây quý vị coi chừng rối loạn thần kinh mà nguy hiểm tánh mạng, biến quý vị trở thành người điên khùng, mất trí v.v...

Đến đây quý vị đã hiểu sơ sơ về bài học của lớp Chánh kiến “TỨ BÁT HOẠI TỊNH”. Sau này có dịp các bạn sẽ gặp lại chúng tôi trên những giáo trình tu học của lớp này thì còn thú vị hơn nhiều.

Thân ái chào các bạn, chúc các bạn dồi dào sức khoẻ.

--->★<---

THẦY THÔNG LẠC  
KHAI THỊ CHO  
NHÓM PHẬT TỬ



## KHÁNH HÒA VÀO THAM VẤN

*Hôm nay, các Phật Tử có duyên về thăm Tu Viện Chơn Như và được nghe những lời Pháp ngữ của Thầy để thấu rõ được con đường tu tập của Phật Giáo, như thế nào là tu đúng chánh pháp, như thế nào là tu hành sai:*

*Như chúng ta đã biết, bài pháp đầu tiên gọi là Tứ Diệu Đế, là bài pháp Đức Phật đã thuyết phục được năm anh em Kiều Trần Như, để triển khai Đạo Phật giai đoạn đầu này rất là khó khăn. Khi chúng ta nghe được bài pháp mà Đức Phật Tu chứng đạo rồi muốn trở về để độ hai vị thầy của mình nhưng lúc bấy giờ hai vị thầy đã mất...*

*Chúng ta đặt thành vấn đề: nếu hai vị thầy còn sống phỏng Đức Phật trở về có độ được hay không? Đó là một điều rất quan trọng, nếu không đủ khả năng thì chắc chắn Đức Phật không thấy được cái duyên của hai vị thầy của mình, cho nên khi thấy được cái duyên của hai vị thầy không có duyên với Phật pháp nên hai vị thầy ấy đã chết trước khi Đức Phật thành đạo. Kế Phật mới quan sát thấy năm anh em Kiều Trần Như là những người khi xưa do Vua Cha sai theo hộ thất cho mình trong giai đoạn tu tập, nhưng năm người này đã thấy Đức Phật không còn sống hạnh khổ hạnh nữa, cho nên họ không tin Đức Phật tu hành được, vì thế khi Đức Phật trở về để độ năm người này thì họ đã bàn với nhau rằng: “Khi Cù Đàm đến thì chúng ta không đứng dậy chào” nhưng khi Đức Phật từ xa đến tướng mạo ung dung hiện ra sự giải thoát ngay thân hình*

*của Đức Phật khiến cho năm anh em Kiều Trần Như không ai bảo ai đều đứng dậy đón Đức Phật, lúc bây giờ Đức Phật muốn độ họ, nhưng những người này ít ra họ cũng đã am tường giáo lý Bà La Môn lúc bấy giờ, cho nên không còn cách nào khác hơn là giảng những bài pháp khác, nên Phật lại đem bốn chơn lý loài người ra giảng cho năm người này. Bởi vì Đức Phật đã hiểu được bài pháp đó như thế nào, vì thấy bốn (chơn lý) lẽ thật không thể sai khác được, chỉ có loài người mới có những chơn lý này:*

*Thấy khổ, Đức Phật nói con người là khổ thì không thể nào ai nói rằng hạnh phúc được, và Đức Phật nói nguyên nhân đau khổ của con người thì không ai có thể chối cãi được những điều đó, khi Đức Phật nói trạng thái Niết Bàn tức là “Diệt Đế” diệt khổ thì không phải là một điều mơ hồ trừu tượng mà là một trạng thái thực tế trong tâm của chúng ta, khi chúng ta diệt nguyên nhân đau khổ. Và đồng thời Đức Phật đưa ra con đường tu tập để diệt nguyên nhân đau khổ thật là cụ thể rõ ràng đó là “Đạo Đế”*  
**BÁT CHÁNH ĐẠO.**

*Bát Chánh Đạo là tám lớp tu học chớ không phải tám bài thuyết giảng suông, tám lớp ấy là:*

- 1. Chánh kiến*
- 2. Chánh tư duy*
- 3. Chánh ngữ*
- 4. Chánh nghiệp*

5. Chánh mạng
6. Chánh tinh tấn
7. Chánh niệm
8. Chánh định.

*Mỗi lớp ít ra thời gian tu học của chúng ta cũng phải một năm, cho nên Đức Phật có nói trong Kinh Tứ Niệm Xứ:*

*Trích dẫn:*

*“Tu bảy ngày, bảy tháng, bảy năm”*

*Đó là giá chót của việc tu tập đạo Phật là bảy năm, bảy năm để xác định cho chúng ta biết tám lớp học này trong Đạo Phật từ lớp Chánh kiến cho đến Chánh định, thì chúng ta thấy rằng lớp Chánh kiến cho đến lớp Chánh Niệm là bảy lớp mất nhiều thời gian, lớp Chánh định thì Đức Phật xác định không có khó khăn không có mệt nhọc, cho nên tu Thiền định không khó mà tu Giới luật mới khó, trong tám lớp này có ba cấp:*

1. Cấp thứ nhất là cấp Giới
2. Cấp thứ hai là cấp Định
3. Cấp thứ ba là cấp Tuệ

*Vì vậy, chúng ta thấy người tu theo Đạo Phật dù là Cư Sĩ hay Tu Sĩ trước khi vào Đạo Phật đều phải học lớp*

*Giới Luật, Giới Luật là đạo đức của loài người, đạo đức không làm khổ mình khổ người.*

*Một con người sanh ra đời mà muốn được hạnh phúc chân thật thì thứ nhất là không nên làm khổ mình, thứ hai là không nên làm khổ người, thứ ba là không nên làm khổ chúng sanh. Đó là mục đích của Đạo Phật ra đời để giúp cho nhân loại không làm khổ mình khổ người khổ chúng sanh, chớ không phải Đạo Phật chỉ dạy cho chúng ta tu tập để cầu có thần thông, cũng không phải cầu nơi tha lực ban cho mình có phước báu giàu sang hay được bình an mạnh giỏi, Đạo Phật không làm điều đó! Mà Đạo Phật dạy cho chúng ta biết cách thức sống thế nào để đem lại hạnh phúc cho mình cho người đó chính là bảy lớp học đầu tiên của Đạo Phật được gọi là lớp Giới luật. Bởi vì Tam-Vô-Lậu-Học của Đạo Phật là “GIỚI ĐỊNH TUỆ”. Thế mà người ta chỉ tu theo Đạo Phật bằng Thiền Định, bằng cầu khẩn cúng bái, cầu siêu, cầu an, thì như vậy có đúng là Đạo Phật không? Tu học Phật như vậy có đúng không?*

*Cho nên bài pháp đầu tiên của Đức Phật dạy là lớp Chánh Kiến. Lớp Chánh Kiến ta phải tu những pháp gì? Đức Phật dạy:*

*Trích dẫn:*

*“Ngăn ác, diệt ác – Sanh thiện, tăng trưởng thiện”.*

*Đó là Bốn Chánh Cần, là bốn điều siêng năng cần mẫn đầu tiên của người theo Đạo Phật cho nên gọi là Tứ-*

*Chánh-Cần, bốn điều cần mẫn tu tập hằng ngày hằng giờ hằng phút hằng giây là luôn luôn ngăn ác diệt ác và sanh thiện tăng trưởng thiên pháp có như vậy chúng ta mới thấy được sự giải thoát chơn thật. Nhưng nó rất khó, rất khó theo Đạo Phật vì Giới luật là tự nguyện tự giác không thể bắt buộc, vì Giới luật của Phật không phải là “Giới Cấm” mà các Tổ đời sau thấy các vị Tỳ Kheo phạm giới phá giới, bẻ vụn giới, cho nên các Tổ dựa theo kinh Phật soạn thảo ra thành bộ Giới cấm ! Thầy xin nhắc lại: Ngày xưa khi có người đến xin Phật tu theo Phật, dù là người chưa biết đạo hay những người tu theo các tôn giáo khác Phật đều chấp nhận, nhưng đều phải biệt trú trong bốn tháng nghĩa là phải chấp nhận sống đúng phạm hạnh của người Tu Sĩ Phật Giáo trong bốn tháng, nếu thấy được Đức Phật chấp nhận cho xuất gia làm đệ tử của mình.*

*Như quý Phật tử đã đọc trong Kinh Nguyên Thủy, thì những người ngoại đạo đến xin Đức Phật Tu Học theo Phật các Ngài đều hứa với Phật không những bốn tháng mà chúng con xin hứa biệt trú bốn năm, như vậy chúng ta thấy các Ngài có tâm ý tha thiết tìm đạo giải thoát thật sự mới dám nói điều đó... Vì Phạm Hạnh, Giới Hạnh của đạo Phật thật khó, khó vô cùng khó, để chứng minh cho quý Phật tử thấy. Tại Tu Viện Chơn Như từ ngày mở cửa cho tới giờ chỉ đưa ra “Ba Đức” “Ba Hạnh” đó là: Nhân nhục, tùy thuận, bằng lòng và ăn, ngủ, độc cư mà người ta về đây cũng có tâm tha thiết nhưng giữ không nổi.*

*Nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng, ăn, ngủ, và độc cư là căn bản của Thiền Định. Cho nên cuốn sách đầu tiên nêu lên những Giới Hạnh đó Thầy đã lấy tên là “Thiền Căn Bản”. Người muốn Tu Thiền phải đi vào Giới luật để tâm thanh tịnh, từ tâm thanh tịnh chúng ta mới nhập được các Định, tâm chưa thanh tịnh, tức là tâm chưa ly dục ly ác pháp mà nhập các Định là loại định tưởng, tà định chứ không thể chánh định được, người còn phạm giới mà nhập định là Định sai không đúng, nếu chúng ta ăn uống phi thời, chúng ta còn tham ngủ, ngủ nghỉ không đúng giờ giấc, không làm chủ được giờ giấc ngủ nghỉ thì cũng không nhập định nổi, nếu chúng ta không sống độc cư trọn vẹn, nói chuyện, tụ họp thì người ấy cũng không bao giờ nhập định được vì tâm còn phóng dật – Tâm còn phóng dật là tâm chưa ly dục ly ác pháp. Cho nên chúng ta thấy đơn giản, nhưng giữ trọn được ăn, ngủ, độc cư thì rất khó chứ không phải dễ, do khó nên Tu Sĩ Phật Giáo hiện giờ đều vi phạm Giới luật ! Vì vậy, sự tu tập của họ không có kết quả, không làm chủ được sanh tử luân hồi, không làm chủ được bốn sự đau khổ của kiếp người sanh, già, bệnh, chết.*

*Giáo pháp Đạo Phật rất rõ ràng, pháp môn dạy rất cụ thể, làm chủ từng phần rất rõ: Nếu muốn làm chủ tâm, thì Đạo Phật có những phương pháp dạy chúng ta làm chủ được tâm, khi tâm chúng ta phiền não buồn rầu, như chúng ta đọc trong bài Kinh “Xuất Tức Nhập Tức”: Có đề mục dạy chúng ta tu tập làm chủ tâm, khi tâm giận hờn, khi tâm*



*phiền não, khi tâm lo sợ thì chúng ta nhiếp tâm tu tập vào đề mục đó và nếu có công tu tập thì tâm chúng ta không giận hờn, không phiền não, không ham muốn, không lo sợ. Vậy đề mục đó như thế nào? Xin quý Phật tử đọc lại thì chúng ta thấy rất rõ Đức Phật dạy:*

*Trích dẫn:*

*“An tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra.”*

*Vì tâm của chúng ta hiện giờ đang giận hờn, đang buồn rầu, cho nên muốn tâm chúng ta an ổn trở lại thì dùng đề mục này mà tu tập liền tâm chúng ta được an ổn. Như vậy tâm an ổn là tâm không có phiền não không giận hờn, không đau khổ, tâm được thanh thân an lạc giải thoát. Muốn được như vậy thì nên tu đề mục này cho đến kết quả khi chúng ta làm chủ được tâm, làm chủ được tâm là làm chủ được đời sống, làm chủ được đời sống là làm chủ sanh, như Đức Phật nói làm chủ sanh, già, bệnh, chết.*

*Khi một người không giận hờn, không phiền não, không lo rầu, mà cơ thể của họ là cơ thể vô thường có già, nhưng già mà rất khỏe mạnh rất quắc thước không bệnh tật, không lụm cụp không khổ sở khó khăn về già, già nhưng khỏe khoắn như thanh niên, mặc dù cơ thể vô thường già chớ không thể trẻ mãi được, nhưng làm chủ được cái già, có nghĩa là trong cái già không làm chúng ta đau khổ gọi là làm chủ già.*

*Pháp của Phật dạy chúng ta làm chủ bệnh là khi thân có bệnh thì chúng ta có phương pháp đẩy lui bệnh chứ không phải đi bệnh viện uống thuốc như hiện giờ quý Thầy quý Hòa Thượng, chúng ta thấy tu hành theo Phật mà vẫn đi bệnh viện, vẫn đi bác sĩ, vẫn uống thuốc, điều đó là tu sai không đúng đường lối của Đạo Phật. Pháp của Phật có phương pháp để đối trị với bệnh nên nói làm chủ được bệnh đó là:*

*Trích dẫn:*

*“An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra.”*

*Là một đề mục tu để khắc phục được bệnh trên thân của chúng ta rất là khoa học, tại vì trước cơn bệnh nên tâm chúng ta giao động, thì sức đề kháng trên thân rất yếu vì vậy chúng ta chỉ còn nhờ uống thuốc để giúp thân có sức đề kháng chống lại bệnh. Trái lại một người tu tập theo Đạo Phật mà nhiếp tâm được trong hơi thở, nói chung là nhiếp tâm trong thân hành, mới đối trị được bệnh tật. Muốn đối trị được thân mình thì phải nhiếp tâm trong thân hành nội và thân hành ngoại. Thân hành ngoại là đi đứng nằm ngồi, co tay duỗi chân là thân hành ngoại. Thân hành nội là hơi thở của chúng ta. Cho nên nhiếp tâm trong thân hành ngoại hay thân hành nội và an trú được trong thân hành thì lúc bấy giờ chúng ta sẽ đẩy lui được tất cả những bệnh tật trong thân của chúng ta mà Đức Phật gọi là làm chủ bệnh, chúng*

*ta tu tập mà không có người kinh nghiệm dạy cho nên chúng ta không biết cách nhiếp tâm trong thân hành vì thế chúng ta nhiếp mãi mà không được đó là căn bản đầu tiên của sự tu tập để chiến đấu với giặc sinh tử, khi nhiếp tâm được trong thân hành thì chúng ta phải biết cách an trú trong thân hành, khi mà an trú được trong hơi thở rồi thì chúng ta sẽ đẩy lui được những đau khổ trong thân của chúng ta, đó là làm chủ tâm, làm chủ bệnh, làm chủ thân của chúng ta, cho nên trên pháp Tứ Niệm Xứ, một bài pháp tuyệt vời chắc quý Phật tử đã đọc trong Kinh Nguyên Thủy của Phật là lớp Chánh Niệm, mà Chánh Niệm là lớp thứ bảy trong Bát Chánh Đạo, một pháp môn vi diệu tuyệt vời mà Đức Phật đã dạy:*

*Trích dẫn:*

*“Trên thân quán thân để khắc phục tham ưu”*

*Thế chúng ta trên thân mà quán thân, khi thân chúng ta bị bệnh đau khổ mà khắc phục được đau khổ đó, vậy khắc phục bằng cách nào thì người thuyết giảng Tứ Niệm Xứ không biết cách thức cho nên không giải nổi được điều này. Cho nên trước khi tu tập pháp Tứ Niệm Xứ chúng ta đã từng tu tập Tứ Chánh Cần, ở Tứ Chánh Cần có Định Niệm Hơi Thở, trong pháp Định Niệm Hơi Thở có đề mục:*

*Trích dẫn:*

*“An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân*

*hành tôi biết tôi thờ ra.”*

*Cho nên người tu tập Tứ Niệm Xứ là người tu ngồi chơi, như ngồi chơi chứ không có pháp nào tu cả, luôn luôn tâm hồn thanh thản an lạc và vô sự, khi thân bị mỗi mệt, khi thân bị đau nhức, khi thân có chướng ngại thì ngay lúc bấy giờ chúng ta áp dụng liền những pháp mà chúng ta tu tập trong Tứ Chánh Cần đó là khắc phục ngay tham ưu mà trong Tứ Niệm Xứ đã dạy:*

*Trích dẫn:*

*“Trên Thân quán thân để khắc phục tham ưu”*

*Nghĩa là chúng ta dùng những phương pháp để đẩy lui những bệnh ra khỏi thân của chúng ta, để thân chúng ta trở lại an lạc, đó là phương pháp làm chủ bệnh. Vì vậy mà Đức Phật nói:*

*Trích dẫn:*

*“Thiên thượng thiên hạ duy ngã độc tôn, nhứt thiết thế gian sanh lão bệnh tử...”*

*Trên trời dưới trời ta là người duy nhất vượt ra khỏi sanh già bệnh chết, làm chủ sanh già bệnh chết. Người nào làm chủ được sanh già bệnh chết thì cuộc đời hạnh phúc vô cùng; chúng ta làm chủ được tâm, tâm không còn phiền não ham muốn, sống thanh thản an lạc vô sự; chúng ta làm chủ được già, già nhưng không lụm cụp không lẫn lộn*

*khỏe khấn như người thanh niên sức khỏe sung mãn đầy đủ, người già nhưng rất quắc thước, không bệnh đau lật vặt, đó là làm chủ già.*

*Còn làm chủ chết thì như thế nào? Làm chủ chết thì chúng ta phải đi vào lớp cuối cùng của Đạo Phật tức là lớp thứ tám, lớp thứ tám tức là Chánh Định, trong Chánh Định có bốn loại Định thì Định thứ tư là Tứ Thiền, Tứ Thiền mới tịnh chỉ được hơi thở cho nên lớp Thiền thứ tư mới làm chủ được sự sống chết của chúng ta, muốn sống là sống, muốn chết là chết, đó là quyền làm chủ sanh tử. Cho nên Thiền Định của Đạo Phật rất thực tế đối trị ngay sự đau khổ của chúng ta - Nếu phỏng chừng bây giờ Phật tử muốn chết thì cũng không thể nào ra đi an lạc được bằng sức Thiền Định của mình, chỉ thực hiện bằng cách tự tử uống thuốc độc hoặc thắt cổ hay nhảy xuống sông ! Ngược lại nếu chúng ta tu tập đạt đến Tứ Thiền thì tịnh chỉ hơi thở làm cho hơi thở ngưng và chúng ta ra đi trong một trạng thái an lạc vô cùng chứ không khó chịu như người tự tử.*

*Bởi thế Đạo Phật rất vi diệu rất tuyệt vời làm chủ được bốn nỗi khổ của kiếp người. Thế mà chúng ta tu tập không được, tại vì chúng ta bị nhiều sợi dây kiết sử trói buộc, chúng ta buông bỏ không nổi và chúng ta không đủ nghị lực để sống một đời sống Phạm Hạnh của Đạo Phật: Đời sống ăn, ngủ, độc cư ; đời sống biết nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng. Đó là căn bản của người tu tập theo Đạo Phật...*

*Thầy mong rằng, mọi người trước mặt Thầy, quí Phật Tử đang ngồi đây một ngày nào đó có một người quyết tâm theo bước chân Thầy, Thầy sẽ đem hết kinh nghiệm của mình truyền dạy lại để cho người ấy có khả năng làm chủ được bốn sự khổ này trước là đền đáp ơn Phật sau là đền đáp công ơn của Thầy, Thầy mong ước điều đó nhưng mãi đến ngày nay chỉ được một vài người mà không thể có nhiều!!!*

*Thầy nghĩ rằng Đạo Phật khó quá, làm cho người ta không đi nổi vào được trong những bước đường Giới luật, vì thế mà Đạo Phật bị thay đổi mất, nếu mà dễ dàng người ta làm chủ được bốn sự đau khổ này và sống một đời sống bình thường như đời sống của mọi người chắc Đạo Phật không thay đổi như bây giờ...*

*Vì Đạo Phật quá khó, sống đời sống khác với người đời, tuy Phật và Thầy cũng sống như mọi người nhưng phi thường hơn các con. Tại sao vì mọi người sống ngày ba bữa, thì Phật chúng Thánh Tăng và hiện giờ Thầy cũng sống ngày ăn một bữa mà sống được thì đó không phải là việc phi thường sao? Rất tầm thường mà phi thường – Thầy thấy rất rõ ràng nhiều người hiện giờ sống không nổi cho nên xem nó là phi thường và sống như vậy ít đau bệnh. Ăn ngày một bữa lẽ ra phải yếu chứ, không bằng người ăn nhiều ba bữa. Nhưng ăn ít mà lại khỏe mạnh, lại không đau bệnh lật vạt lạ kỳ chưa?!*

- Thay vì ăn nhiều có đầy đủ chất bổ cơ thể khỏe mạnh mới phải, đằng này ăn như Thầy đơn giản không có chất bổ thể mà vẫn khỏe mạnh, một hiện tượng lạ lùng đó là về ăn...

- Về ngủ thì nhờ ăn ít lại ít ngủ sức tỉnh giác rất nhiều và đồng thời còn phải chiến đấu với bệnh si, tức là hôn trầm thùy miên lười biếng của mình cho nên trải qua thời gian, phải đầy đủ nghị lực mới thắng được giấc ngủ, giấc hôn trầm, giấc thùy miên nếu không có đầy đủ nghị lực khó thắng loại giấc này lắm. Hầu hết người ta ăn được ngày một bữa, nhưng đến giấc ngủ là nhiều người phải đấu hàng trước giấc này chứ không phải dễ.

- Kế đó là sống độc cư, hầu như không ai giữ nổi, chính những người hiện giờ đang tu Pháp Thân Hành Niệm đã đạt được những kết quả rất cao, rất cao nghĩa là đã lọt vào được trong vòng an lạc sung mãn của Tứ Niệm Xứ, người ta sẽ không thoái chuyển nhưng người ta vẫn còn phạm độc cư. Ví dụ giữ 100% độc cư thì người này chỉ giữ được 80%. Thấy tiếc sao lại họ không giữ nó để thành tựu sự giải thoát hoàn toàn, thì người ấy nói: Rất khó thừa Thầy, chứ không phải dễ, con thì con muốn giữ độc cư thì người ta cứ đến gõ thất con, con cũng cố gắng hết mình, nhưng lạ kỳ! Sao ma nó lại cứ đến phá con hoài, người ta cho rằng người đến nói chuyện đó là ma nhưng tránh không khỏi.

*Đây là qua những kinh nghiệm, qua những đau khổ của sự tu tập, người ấy nói với Thầy rằng: “Phải chi mình ở trong rừng không có ai thì chắc sự tu tập sẽ dễ dàng có kết quả hơn”. Nhưng không, vì chính ngay ở chỗ này mới tu tập, có nhiều người mà chúng ta vẫn tu tập được mới quý, phải mạnh mẽ xả cái tâm tự ái, xả cái tâm lịch sự của chúng ta sợ người ta buồn, do cái chỗ mình không mạnh mẽ, không can đảm, không dứt khoát cho nên chúng ta không giữ được hạnh độc cư. Nếu người ta đến thất mình nói chuyện hoặc người ta mượn một vật gì đó, mình vừa thấy bóng dáng người ta tới là vào đóng cửa thất ngay liền, phải đóng thật mạnh làm cho người ta tự ái người ta không đến, còn nếu mình nhẹ nhàn thì người ta sẽ đến, làm như ma dục người ta đến chứ không phải người ta tự đến.*

*Khi chúng ta muốn tu hành cho đến nơi đến chốn, coi vậy chớ không phải dễ, chúng ta phải chuẩn bị, phải can đảm trên bước đường tu tập, phải có hàng rào để bảo vệ hạnh độc cư. Vì hạnh độc cư là phương pháp phòng hộ sáu căn mất tai mũi miệng thân ý của mình không cho dính mắc với sáu trần nhất là ý căn của chúng ta.*

*Hôm nay Thầy nhắc lại cái bài pháp mà hầu như người ta không hiểu. Đó là bài pháp “Thân Hành Niệm”, mà chắc Thầy tin rằng các con cũng có đọc sách Thầy cũng có nghe biết một phương pháp rất tuyệt vời nó tạo cho chúng ta có đủ thần lực nơi nội tâm của chúng ta để chúng*



*ta làm chủ được giấc sinh tử để chúng ta nhập được các định tịnh chỉ được hơi thở đó là bài pháp Thân Hành Niệm.*

*Tu trong thân hành của mình Đức Phật gọi là “Niệm Thân Hành”. Không có lấy cái niệm nào khác hơn là mọi hành động của chúng ta, là cái niệm để chúng ta tu tập mà thôi. Có rất nhiều người nỗ lực tu tập pháp Thân Hành, nhưng sao họ thấy có những niệm vọng tưởng khởi ra họ hết sức tập trung họ tác ý từng hành động vậy mà vẫn thấy có niệm khởi...*

**Qui Phật tử chú ý chỗ này rất là quan trọng.**

*Ví dụ : Như một cái ly nước như thế này để yên lặng thì chúng ta thấy nước không động và cạn cái đều lắng xuống đáy ly. Còn hiện giờ chúng ta tác ý từng hành động như chúng ta lấy một cái cây que quậy nước ở trong cái ly này làm cho nước trong ly này động mà khi động thì cạn cái trong đáy ly nổi lên và từ đó chúng ta vớt bỏ ra cho đến khi vớt hết cạn cái thì ly nước này còn là nước trong, là tâm trong sạch của chúng ta, chính pháp môn Thân Hành Niệm là pháp môn quậy tâm để cạn cái được lọc sạch ra, nhưng chúng ta tập rất khó là vì tại chúng ta không hiểu, vì vậy chúng ta lại nỗ lực, nỗ lực tập trung trong từng hành động. Ví dụ Thầy để cánh tay mặt Thầy đây, Thầy bảo cánh tay mặt đưa ra Thầy sẽ đưa ra và lưu ý sự đưa ra; Thầy bảo cánh tay mặt đưa vào, Thầy sẽ đưa vào và lưu ý sự đưa vào và cứ đưa ra đưa vào như thế này, từng hành động đưa ra, từng hành động đưa vào thì bỗng dưng có cái niệm khởi*

*xen vào, nó sẽ xen vào rất dễ dàng, là vì thường quý Phật Tử tu sai là khi chúng ta thấy đưa ra đưa vào biết đưa ra đưa vào thì chúng ta không tác ý nữa, không tác ý nữa thay vì cánh tay mất đưa ra thì đưa ra, đưa vào thì đưa vào; đưa ra, đưa vào như vậy... Bây giờ biết đưa ra đưa vào thì mình không còn tác ý nữa, có phải vậy không? Cứ để đưa ra đưa vào và cứ cố gắng tập trung trong hành động đưa ra đưa vào và không có niệm khởi, thì chúng ta thấy đạt được kết quả. Bởi vì lúc bây giờ mình không tác ý tức là tâm yên lặng, mà tâm yên lặng thì căn cấu sẽ không nổi lên, và căn cấu không nổi lên thì không có niệm, phải không? Còn mình tu tập mà chưa biết cách nhiếp tâm trong thân hành – Chưa biết cách, thì vọng hay xen vô, còn biết cách rồi mà bỏ pháp tác ý thì tâm sẽ bị ức chế, căn cấu lắng xuống đáy chứ không tuông ra. Đó, chúng ta thấy tu Pháp Thân Hành Niệm khác, Tu Pháp Định Niệm Hơi Thở khác – Tu Định Niệm Hơi Thở, biết hơi thở ra, biết hơi thở vô là nhiếp tâm trong hơi thở có ức chế trong hơi thở, nghĩa là lấy hơi thở ức chế tâm mình cho đừng có niệm khởi, phải không? Cho nên chúng ta cần lưu ý là khi tu pháp nào biết pháp này rõ ràng, không khéo thì chúng ta sẽ tu sai. Trái lại pháp thân Hành Niệm luôn luôn tác ý tức là làm cho tâm động không để cho nó ngồi yên; vì vậy mà trong pháp hơi thở Đức Phật dạy từng đề mục thỉnh thoảng chúng ta phải tác ý không để yên, nếu mà chúng ta để yên hơi thở ra hơi thở vô là bị ức chế tâm, và đồng thời không có niệm khởi thì chúng ta dễ bị nhập vào định tướng, cho nên các trạng thái tướng đều xuất*

*hiện từ đó, chúng ta kéo dài trạng thái này một giờ hai giờ thậm chí ngồi yên lặng nhiều giờ là chúng ta sẽ bị rối loạn ở trạng thái tưởng rất là nguy hiểm. Cho nên ở đây chúng ta phải hiểu Pháp Thân Hành Niệm là pháp động, động ở tâm cho nên pháp lệnh chớ không phải pháp ức chế tâm.*

*Vì vậy tu Pháp Thân Hành Niệm là tu lệnh, nương vào niệm để tạo thành cái lệnh, tạo thành cái lệnh để cho tâm mình động, và tâm động để cho từng cặn cấu của tâm tức là từng tham sân si ở trong tâm chúng ta lần lượt sẽ tuông ra hết... Nghĩa là bây giờ ví dụ Thầy để cánh tay đây, Thầy bảo cánh tay mặt đưa ra, ra mới tới đây thôi (khoảng một nửa) thì lại có một niệm xẹt ra, Thầy không lưu ý niệm, Thầy biết khi có một niệm xẹt ra là nó đã phân tâm Thầy. Thầy biết “Thân Hành” (cái hành động đưa tay) và thấy một niệm, cho nên Thầy tiếp tục biết cái “Thân Hành” mà không để cho tâm mình biết niệm; thì đầu tiên Thầy bảo cánh tay mặt đưa ra thì Thầy đưa mới tới một nửa thôi nếu có niệm thì Thầy tiếp tục tác ý lần nữa: “Đưa Ra” mà tiếng tác ý đó phải lớn làm át đi cái niệm khởi trong tâm Thầy, mà tâm Thầy sẽ tập trung qua cái lệnh của nó trong “Thân Hành” và Thầy không để ý tới niệm cho nên Thầy không dừng niệm không phải dùng tác ý để dừng niệm mà qua tác ý để niệm tuông ra vì vậy cứ niệm đến nhiều chừng nào tốt chừng nấy mà cứ ôm chặt trên “Thân Hành” của mình theo lệnh mà thôi, hễ có niệm nhiều thì tác ý nhiều niệm ít thì tác ý từng hành động. Ví dụ một hành động đưa ra mà có một*

*niệm khởi ra thì tác ý lần nữa, nếu hành động đưa tay ra chưa tới cuối cùng lại có niệm nữa thì tác ý lần nữa hễ có niệm là tác ý để cho tâm đừng phân tâm, và niệm thì mặc tuông, mà hành động thì cứ hành động, gọi là ôm pháp hay ôm phao vượt biển.*

*Các con đã biết cách tu tập đó chưa? Tu tập đúng thì một thời gian trong tâm của chúng ta sẽ tuông trào hết tham sân si... Gọi là “ngũ triền cái” lần lượt tuông sạch, tuông sạch thì nước sẽ trong, nước trong thì sẽ có đủ năng lực của “Bảy Giác Chi” mười công đức hay gọi là “Mười Thần Lực”. Dùng mười công đức thần lực này chúng ta sẽ nhập vào Sơ Thiền rất dễ dàng, nhập Nhị Thiền không khó khăn, nhập Tam Thiền không khó khăn, đến Tứ Thiền rất dễ và thực hiện Tam Minh không có khó khăn nữa.*

*Cho nên, tu pháp Thân Hành Niệm cầu kết như cỗ xe biển nó thành căn cứ địa, nghĩa là luôn luôn ôm chặt nó chứ không phải căn cứ địa theo kiểu ức chế tâm là sai. Các con thấy Phật dạy mình ly dục ly ác pháp chứ đâu dạy mình ức chế tâm, đâu dạy mình hết vọng tưởng, nhưng khi vọng tưởng tuông trào thì quây cho nó trào ra cho hết, nó hết rồi thì nó thanh tịnh chứ không phải ức chế đè nén nó trong tâm không cho niệm khởi. Hiểu như vậy thì chúng ta mới hiểu ly dục ly ác pháp chứ không phải ức chế tâm. Cho nên người tu Pháp Thân Hành Niệm, các Phật tử cứ nghĩ rằng chúng ta đi hai mươi bước rồi ngồi xuống co tay co chân, rồi hít thở năm hơi thở rồi duỗi tay duỗi chân từng hành*

*động đều tu trên những hành động đó rồi đứng dậy đi hai mươi bước, vậy mà người ta đi từ ba tiếng đồng hồ, bốn tiếng đồng hồ trong một đêm mà vẫn thấy nó an lạc nó khỏe khản đi suốt như vậy thì chúng ta nghĩ có sức nào mà chúng ta chịu suốt như vậy không? Không chịu nổi đâu! Nhưng mà người tu được rồi vẫn thấy thừa sức để tu tập, những người mới tu tập sẽ thấy khổ sở vô cùng, khi chúng ta chưa lọt vào cái vòng an lạc của Pháp Thân Hành Niệm thì chúng ta tu mệt nhọc vô cùng thường thường là người ta bỏ pháp này rất nhiều, là vì không bền chí không cố gắng, chỉ cần bền chí cố gắng tu đúng pháp thì trong thời gian tu ba mươi phút đến một giờ, hai giờ, ba giờ, nhưng Thầy nghĩ rằng trong ba mươi phút đúng pháp thì chúng ta sẽ lọt vào trong vòng an ổn nhất của pháp, làm cho chúng ta tu tập nhẹ nhàng. Lúc bây giờ thân hành của chúng ta nó nhip nhàng, nó không dùng cơ để mà chúng ta sử dụng. Ví dụ bây giờ Thầy bảo cánh tay mặt Thầy đưa ra thì Thầy phải dùng cơ Thầy đỡ tay Thầy đưa ra, còn khi bắt đầu nó vào cái nội lực của tâm trong pháp Thân Hành Niệm, thì Thầy bảo cánh tay mặt đưa ra Thầy không dùng cơ mà nó vẫn có sức đẩy ra, cho nên Thầy không dùng cơ tức là Thầy không dùng cái năng lực mình để vận dụng nên sức lực không tiêu hao, vì vậy Thầy đi suốt đêm Thầy vẫn thấy khỏe mà không mệt. Còn nếu suốt đêm mà vẫn dùng cơ đỡ chân để xuống để lên như vậy thì chúng ta có làm nổi không? Không ai làm nổi đâu!*

*Cho nên Pháp của Phật rất tuyệt vời, chúng ta đừng vội tu nhiều, chúng ta chỉ tu một vòng của nó hai mươi bước đi rồi ngồi xuống hít thở năm hơi thở rồi chúng ta nghỉ và rồi chúng ta tu tập lại để cho cơ thể chúng ta thích nghi được với phương pháp, sau khi thích nghi được rồi thì chúng ta tăng lên hai vòng ba vòng năm phút mười phút ba mươi phút rồi lần lượt một giờ hai giờ, nhưng trong ba mươi phút chúng ta đã thấy được trạng thái có nội lực, đỡ chân lên chúng ta không dùng cơ mà tự nó có lực, tự đỡ chân lên và đưa chân tới để bước thì tự nó có lực đẩy chân tới mà không dùng cơ đẩy chân, nó tự bước tới rất nhịp nhàng, nó rất tuyệt vời nó đưa chân tới mức nào thì tự nó vừa đến mức đó đều đặn chớ không đưa bước xa bước gần, bước dài bước ngắn rất đúng nhịp gọi là “Niệm Giác Chi”, cái niệm Thân Hành của chúng ta nó trở thành Giác Chi, cho nên nó nhịp nhàng và nó không dùng cơ, không dùng năng lượng vận dụng nữa nên chúng ta đi suốt đêm không thấy mệt nhọc, đó là phương pháp của Thân Hành nó cấu kết như cỗ xe, kiên cố như căn cứ địa nó không còn kẽ hở từ hành động này tiếp đến hành động khác theo lệnh của ý thức chúng ta. Cho nên Phật nói:*

*Trích dẫn:*

*“Ý làm chủ, ý tạo tác, ý dẫn đầu”*

*Lấy ý dẫn cho nó vào “Thân Hành” để nó tạo thành cái sức làm chủ, thường thì nghiệp làm chủ cho nên cái*

*nghiệp nó sai cái Thân Hành chúng ta làm, và khi làm rồi chúng ta mới thấy mình làm điều đó sai, cũng như bây giờ mình nghe điều gì đó mình không chịu suy nghĩ lời nói của mình, mình vội trả lời tức là mình làm theo nghiệp, nghiệp nó sai mình trả lời... Còn người Tu Sĩ Phật Giáo thì làm chủ cái nghiệp, người ta sai cái thân nó làm, cái miệng nó nói theo cái lệnh của ý thức chủ động theo sự tư duy suy nghĩ. Chúng ta nên đọc kỹ bộ Giới Hành của Sa Di, trong đó Đức Phật dạy La Hầu La, người con trai của Phật, người Sa Di đầu tiên trong Thánh Chúng Sa Di. Ngài Dạy La Hầu La khi suy nghĩ một điều gì, thì phải suy nghĩ điều đó cho chín chắn, khi muốn nói một điều gì thì phải suy nghĩ điều muốn nói cho thật kỹ rồi mới nói, khi muốn làm một điều gì phải suy nghĩ thật kỹ lưỡng rồi mới làm cái điều đó. Khi mình suy nghĩ thấy nó hại mình, hại người, hại cả hai thì nhất định không hành động điều đó, không nói điều đó, không suy nghĩ điều đó nữa. Đó là lời Đức Phật dạy trong Giới Hành của Bạc Sa Di, của người mới vào Đạo Phật.*

*Cho nên ở đây chúng ta tập Pháp Thân Hành Niệm tức là ra lệnh trước biết cái hành động đó theo cái ý của mình bảo đưa cánh tay ra thì cái thân nó đưa ra, cho nên sau khi cái lệnh đó bảo tịnh chỉ hơi thở, thì hơi thở tịnh chỉ, bảo sáu căn ngưng hoạt động thì mắt tai mũi miệng thân ý ngưng hoạt động tức là diệt “Tâm Tứ” làm cho sáu căn tai mắt của chúng ta đang thấy nghe hay biết rất rõ, thế mà bảo nó ngưng hoạt động thì ngay đó nó ngưng hoạt động, tai*

*không còn nghe âm thanh, mắt không còn thấy sắc tướng, ý không còn khởi niệm suy nghĩ. Đó là nội lực của tâm làm điều đó chứ không thể nào tai đang nghe mà bảo nó không nghe nếu không có nội lực thì chỉ có lấy cây chọt điết lỗ tai nó mới không nghe thôi. Cho nên phương pháp của Phật không cần phá cái căn đó mà chúng ta chỉ đóng lại giống như chúng ta ngủ mà không nghe không thấy vậy, đó là cách thức là phương pháp của Đạo Phật làm cho chúng ta ở vào cái trạng thái khác trong một thế giới khác không còn ở thế giới ý thức nữa, đó là cách thức là phương pháp của Phật nó làm chủ từng phần trong cơ thể của chúng ta, bây giờ cơ thể sống bình thường mà bảo không nghe là nó không nghe, vì vậy khi thân bị bệnh đau nhức bảo không bệnh là nó không bệnh, đó là cái lực trong ý thức của chúng ta rất mạnh mà trong Kinh Phật có dạy:*

*Trích dẫn:*

*“Tứ như ý túc”*

*Tứ như ý túc là một phương pháp khi mình muốn cái gì thì thân và tâm chúng ta đều phải làm theo được như ý, gồm có dục, tịnh tấn, định và tuệ như ý túc. Như vậy, khi Tu Pháp Thân Hành Niệm đúng pháp có kết quả là “Bảy Giác Chi, Năm Lực và Bốn Pháp Như Ý Xuất Hiện” thì chúng ta có thể vào ra Tứ Thiên, Tứ Thánh Định và chứng Tứ Thánh Quả đạt Tuệ Tam Minh giải thoát tử sinh luân hồi một cách rõ ràng, và mỗi người chúng ta có thể làm được điều đó chứ không phải mơ tưởng.*



Như chúng ta đã thấy con đường tu tập theo Đạo Phật có phương pháp rất rõ ràng từ bước đầu tiên là pháp tu “Tứ Chánh Cần” và đến pháp tu cuối cùng là “Tuệ Tam Minh” để đạt kết quả giải thoát an lạc, làm chủ và chấm dứt tử sinh lão bệnh, đó là người tu đúng theo Đạo Phật.

Đến đây Thầy đã giảng tóm lược con đường tu tập của Đạo Phật là như vậy, nên quý Phật tử thấy cuộc đời của mình không lẽ chúng ta đã sanh được thân người mà chỉ biết có làm để phục vụ cho ăn ngủ thì không có lý. Chúng ta phải nỗ lực như thế nào để xứng đáng cho sự có mặt của chúng ta trên thế gian này, chứ không thể nào chỉ phục vụ cho ăn ngủ! Làm cho tiền nhiều thì cũng chỉ để phục vụ cho ăn ngủ và dục lạc chứ không có gì khác hơn ngoài vấn đề này thì cuối cùng chúng ta chết đi cũng chẳng được gì có phải không? Chúng ta có thân là khó chứ không phải dễ, có thân mà được nghe Chánh Pháp của Phật như thế này mà không tu thì quá uổng, phải nỗ lực tuy Thầy nói khó, khó nhưng không phải không làm được, không làm được thì sao Phật tu giải thoát được, và làm sao trong thời đại của chúng ta hôm nay Thầy đã tu được giải thoát – Thầy đã làm được, cơ thể Thầy các con thấy đấy... Thầy ốm yếu, Thầy nhỏ con đầu có lớn con, thì Thầy tin rằng mấy con có thừa sức làm được nhưng phải bền chí phải kiên gan, trên con đường tu tập vì nghiệp của chúng ta nặng, nó sẽ gặp nhiều khó khăn, chúng ta phải đổi lấy bằng máu và nước mắt, khi chúng ta ngồi tu có thể thân chúng ta đau mà vẫn cứ ngồi sừng sững mà tu, nước mắt chảy ròng ròng không hề dám buông pháp, có gan dạ như vậy thì chúng ta mới vượt qua được khổ đau của kiếp người. Vì vậy mấy con tư sắp xếp việc gia đình để có thời giờ tu tập tư cứu lấy mình chứ Phật và Thầy cũng không cứu mấy con được. Đến đây Thầy xin chấm dứt buổi thuyết giảng hôm nay và các con có gì thưa hỏi...nếu không

*thì các con xuống thọ trai xong vào buổi chiều lúc 2 giờ chiều nay chúng ta sẽ gặp lại.*

*(Bảo Châu lược Ghi bằng Thầy Thông Lạc dạy nhóm P.T Khánh Hòa vào T.V. Chơn Như tham vấn Ngài ngày 1/5/2004).*

---☸➤★☸---

*(Hết tập 9 – Xin đọc tiếp Pháp Bảo tập 10)*

*“Giới–Định–Tuệ” Thiên Sinh Phải Có*

*“Văn–Tư–Tu” Ác Bỏ, Thiện Dùng*

*“Tác Ý Dẫn Tâm” ... An Lạc Luôn*

*“Ăn–Ngủ–Độc Cư” Bí Phương Thiên Định.*



**Tu, là việc rất khó làm**

**"Giới" "Hạnh" chẳng khác**

**Giây vằm ngựa hay**

**Roi cương luôn giữ trên tay**



**Công phu kiên cố**

**Đêm ngày sắc son**

**Nghiệp chướng đã dưới sẽ mòn**

**Sắc tài danh lợi**

**Hết còn dẫn đi**

**Muội lược tham, ưu, sân, si...**

**Tu là cải sửa**

**Những gì muốn ham**

**Buông bỏ cho hết tánh phàm**

**Lau chùi cấu nhiễm (ngăn&diệt ác)**

**Việc làm sáng trong (*sống thiện*)  
Cũng như hương đốt đèn chong  
Tu ở nơi lòng  
Đâu tốn kém chi  
Chờ ngày hết tham sân si  
Mới tìm Bằng Hữu  
Cố tri điu về  
Chớ giờ gần Bạ liên mê !  
Nên không lui tới – Bàn về lợi danh...**



***(Phật Tử Kỷ Niệm Ngày Sinh Đức Trưởng Lão : 04/8/2004)***



*(Phật Tử T.P. Nam Định nghênh đón Đức Trưởng Lão)*